

ARBATASAR. Scarti di carne, pesce e verdure nella ricetta della longevità

Con la cucina del riuso lo chef fa un menu da urlo

► In cucina, la bontà fa rima con longevità e solidarietà. I cibi già cucinati in quantità eccessiva, gli avanzi di pane e di verdure, le parti meno pregiate di carne e pesce possono dare vita a nuovi piatti, originali e di alta qualità. Sulla scia della migliore tradizione della cucina povera, che poi è alla base della dieta dei centenari nell'isola. Quest'anno il tema della cena ecumenica assegnato dall'Accademia italiana della cucina a tutte le delegazioni territoriali era "la cucina del riuso".

BONTÀ E RISPARMIO. In Ogliastra la difficile missione è stata affidata allo chef Alberto Secci, di Trieci, dell'Arbatasar Hotel. «L'alta qualità dei prodotti alimentari del territorio - spiega Raffaele Sestu, presidente dell'Accademia ogliastrina - ci ha consentito di interpretare al meglio un tema che ha grande tradizione nella cucina dei nostri paesi. La cucina dei longevi e dei centenari. La questione presenta anche un importante risvolto sociale: evitare lo spreco di cibo».

LO CHEF. Ogni famiglia italiana, dicono le statistiche, butta via oltre 450 euro di cibo all'anno. Tanto che la stessa Accademia ha dedicato alla cucina del riuso un prezioso volume con le ricette regionali d'Italia e di alcuni paesi del Mediterraneo. Alberto Secci ha elaborato le soluzioni in modo originale e creativo. «Le maggiori difficoltà - spiega lo chef ogliastrino - le incontro con il recupero della

verdura in quanto è altamente deperibile. Per il resto, mi affido alla tradizione e alla fantasia».

IL MENU. Alberto Secci ha ricavato dalla testa di un dentice una zuppa rossa impreziosita con canederli di pistoccu; dal minestrone di ceci le crocchette fritte con pecorino. I resti della carne di pecora sono finiti tra i componenti di una panada, il budino di ricotta è stato rianimato con vin cotto e profumi d'arancio. L'abbinamento dei vini ha esaltato la sapidità dei piatti.

Piacevoli per il palato e

leggeri per la coscienza. I delegati hanno dato alla cena il voto 8 e mezzo, ufficializzato dal presidente Sestu che ha consegnato il dischetto dell'Accademia allo chef Alberto Secci e a Marino Catte, patron dell'Arbatasar. L'Ogliastra vanta una grande tradizione di cucina povera: dalla zuppa di pane alla minestra con fiscidu, dal pane indorau con l'uovo allo scabecciu di muggine. Recentemente, l'Accademia d'Ogliastra ha riscoperto la tradizione del muggine allo spiedo "scolau a lardu".

Nino Melis

RIPRODUZIONE RISERVATA



Lo chef Alberto Secci, un piatto della cucina del riuso e la delegazione Ogliastra dell'Accademia della cucina

