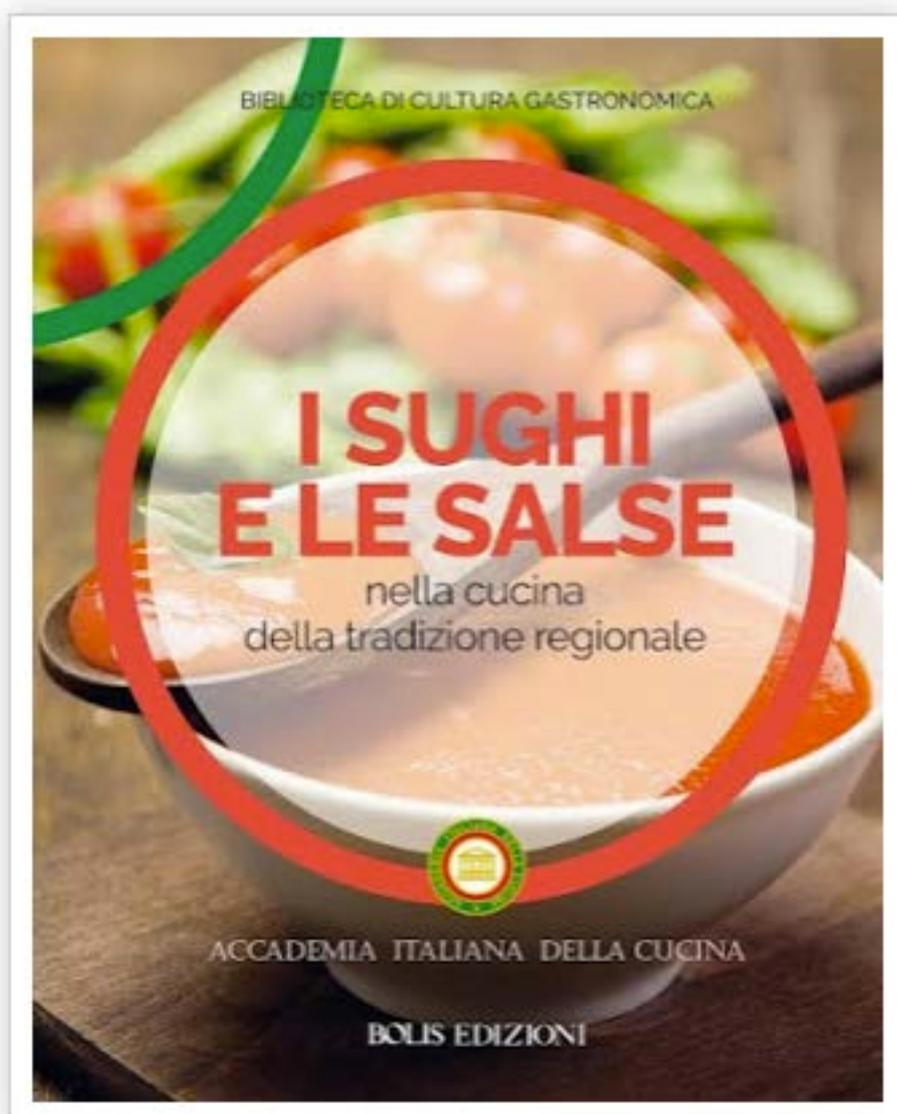


viaggi e ricette

Le mie segnalazioni che possono essere interessanti per voi. Viaggi, ricette, moda, bellezza, design, cultura, interviste



“I Sughì e le Salse nella cucina della tradizione regionale” è un libro che l’Accademia Italiana della Cucina ,dedica alle ricette tipiche della tradizione culinaria locale regionale. Ricette originali, riferimenti storici , aneddoti. Rappresenta anni di ricerche e studi da parte dei Centri Studi Territoriali dell’Accademia Italiana della Cucina. I piatti di queste ricette vogliono mettere in risalto il ruolo del sugo e delle salse. Elementi importanti per esprimere appieno come un condimento può creare armonia perfetta alla pietanza. Anche a quella più semplice . Non solo rappresenta “ un viaggio nella memoria ” : profumi, sapori, indimenticabili. **70 ricette: le regioni italiane sono rappresentate da Nord a Sud . Ad esempio per il Nord : Toç in Braide (sugo del campo) –Friuli Venezia Giulia . . . Ingredienti: per la polenta: 200 g di farina di mais**



sottile, 2 dl di acqua, 2 dl di latte, sale. *Per la salsa:* 300 g di formaggio di malga, ricotta fresca e caprino, 1 dl di latte. *Per il condimento:* 100 g di burro, 50 g di farina di mais. **Preparazione:** cuocere la polenta come al solito lasciandola piuttosto morbida. A parte fondere a bagnomaria i formaggi con il latte e frullare il tutto fino a ottenere una crema piuttosto liquida. In un tegame rosolare il burro e la farina di mais finché diventeranno color nocciola. Servire in piatti singoli la polentina calda, versarvi sopra un mestolino di crema di formaggi e condire con qualche cucchiaino del fondo di burro e farina di mais. **Bagna Cauda Piemonte**



Ingredienti (per 12 persone): 12 teste di aglio, 6 bicchieri da vino di olio extravergine d'oliva, 1 bicchierino di olio di noci, 600 g di acciughe rosse di Spagna.

Preparazione: tagliare a fettine gli spicchi d'aglio precedentemente svestiti e privati del germoglio. Porre l'aglio in un tegame di coccio, aggiungere un bicchiere d'olio e iniziare la cottura a fuoco bassissimo mescolando con il cucchiaio di legno e avendo cura che non prenda colore. Aggiungere poi le acciughe dissalate, diliscate, lavate nel vino rosso e asciugate, rimestandole delicatamente. Coprire con il restante olio e portare l'intingolo a cottura, a fuoco lento, per una mezz'ora, badando che non frigga. Al termine della cottura si potrà aggiungere, se piace, un sapore più morbido: un pezzetto di burro freschissimo. Versare la bagna negli appositi "fujot" (recipienti di terracotta con scaldino) preriscaldati e accompagnarla con le seguenti verdure: **crude:** cardi gobbi di Nizza, topinambur, cuori di cavolo bianco, indivia e scarola, peperoni freschi e sotto graspa (aceto), cipollotti in quartati e immersi nel vino Barbera; **cotte:** barbabietole rosse, patate lesse, cipolle al forno, zucca e polenta frita, peperoni arrostiti. **Salsa con cetrioli freschi – Lombardia** . Fresca e gustosa.



Salsa

con i cetrioli freschi Lombardia . *Ingredienti:* 500 g di cetrioli, ½ lt di cagliata, 2 cucchiaini d'olio, 1 cucchiaino di aceto, 1 cipolla, 3 spicchi d'aglio, sale, pepe di Caienna. *Preparazione:* grattugiare i cetrioli, sbucciati e privati dei semi; salare e lasciar riposare. A parte, mescolare la cagliata con l'olio, l'aceto, la cipolla tritata, gli spicchi d'aglio schiacciati; unirvi il purè di cetrioli, ben strizzato in un panno pulito, continuando a mescolare. Infine, salare e pepare. **Per il Centro : Spaghetti cacio e pepe-** **all'uso** **di** **Roma.** **Unici.**



Ingredienti: 350 g di spaghetti grossi, 100 g di pecorino grattugiato, sale e pepe.

Preparazione: in una pentola portare a bollore abbondante acqua salata e cuocere gli spaghetti al dente. Scolarli ma non troppo e versarli in una zuppiera calda unendo alcuni cucchiari di acqua di cottura, il pecorino grattugiato, il pepe macinato di fresco e mescolarli a lungo perché gli ingredienti si amalgamino bene. Servire caldi.

Bucatini all'amatriciana - all'uso di Roma.



Ingredienti: 350 g di bucatini, 150 g di guanciale, 400 g di pomodori perini maturi o "pelati", 1 peperoncino rosso, olio d'oliva, pecorino di Amatrice o romano grattugiato, sale. **Preparazione:** tagliare il guanciale (o in mancanza di questo, la pancetta) a fette e poi a rettangolini; farlo rosolare in una padella con 3 cucchiaini d'olio. Appena inizia a prendere colore, unire i pomodori spellati, privati dei loro semi e tagliati a pezzi, insaporire con il peperoncino sbriciolato e poco sale. Cuocere a fuoco vivace per dieci minuti. Lessare i bucatini in acqua salata, scolarli al dente, metterli nella padella con la salsa, incorporarvi un po' di formaggio, mescolare e servire subito con altro formaggio a parte. Se a questa pasta si toglie il pomodoro, avremo la pasta alla gricia. Non mancano piatti dedicati alla cacciagione. **Per il Sud :** saporita la **Pasta con le sarde - all'uso di Palermo.**



Ingredienti: 400 g di pasta (preferibilmente bucatini), 500 g di sarde fresche, 1 mazzo di finocchietti selvatici, 1 cipolla, 3 acciughe salate, 20 g di uva passolina, 20 g di pinoli, 1 bustina di zafferano, pangrattato, olio extravergine d'oliva, sale e pepe.

Preparazione: pulire e lessare i finocchietti selvatici, in acqua salata, per quindici minuti a partire dal bollore; sgocciolarli, tenendo l'acqua di cottura da parte, strizzarli, tagliarli a sottili tocchetti di uno o due centimetri. Tritare la cipolla e farla imbiondire nell'olio; unire le acciughe, pulite e spinate, facendole disfare con la forchetta, quindi le sarde, anch'esse completamente spinate e pulite, l'uva passolina, i pinoli e regolare di sale e pepe. Mescolare delicatamente e fare insaporire per dieci minuti. Aggiungere ora i finocchietti e lo zafferano sciolto in due mestoli di acqua di cottura della verdura; mescolare delicatamente, abbassare la fiamma, e far cuocere per altri dieci minuti. In un padellino fare imbiondire il pangrattato. Infine lessare la pasta nell'acqua di cottura dei finocchietti aggiungendo, ove occorra, altra acqua e scolarla al dente. Condire la pasta con la salsa di sarde e finocchietti, sistemarla in una pirofila unta e spolverizzare sulla superficie il pangrattato. Passare in forno a 220 °C per dieci minuti.. **Sugo ai ricci- all'uso di Oristano e zone costiere :**



Ingredienti: 30 ricci di mare, 2 piccoli pomodori, 1 spicchio d'aglio, 1 ciuffetto di prezzemolo, 5 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva, sale. **Preparazione:** aprire i ricci, pulirli ed estrarne le uova. Pelare e tritare finemente i due pomodori e il prezzemolo. Versare l'olio in un largo tegame, farvi leggermente soffriggere l'aglio, quindi unire le uova dei ricci. Mescolare per tre o quattro secondi, aggiungere il trito di pomodori e di prezzemolo, il sale e togliere subito dal fuoco. Fare molta attenzione ai tempi di cottura poiché, se cotte a lungo, le uova di riccio diventano amare. I piatti delle cucine mediterranee. **Collage foto con altre ricette.**



Friuli Venezia Giulia; Brodo bruciato porcini-Trentino Alto Adige; Capriata - Puglia; Ciambotta-Basilicata; Pestu-Sardegna; Sugo di Briciole-Toscana .Le regioni vengono rappresentate con le loro peculiarità e ingredienti utilizzati nel corso della storia. Un libro che desidera salvaguardare le cucine del territorio, i suoi prodotti, e preservare il patrimonio culturale e identitario italiano. Usi e costumi, linguaggio di una comunità, storia, natura. E' il **primo volume della collana Biblioteca di Cultura Gastronomica**: Edito da Bolis Edizioni srl , Coordinamento editoriale di Paolo Petroni , Fotografie: oltre 200 a colori , Pagine: 248 . Distribuito in libreria Progetto grafico e impaginazione a cura di JTD Milano **Accademia Italiana della Cucina - Istituzione culturale della Repubblica italiana. Fondata da Orio Vergani nel 1953 con** autorevoli esponenti della cultura, dell'industria e del giornalismo dell'epoca tra cui Dino Buzzati Traverso, Dino Villani e Giò Ponti. La volontà è preservare e tutelare le tradizioni culinarie del nostro Paese , facendosi ambasciatori dei principi della civiltà della tavola italiana nel mondo. Salvaguardare i valori della nostra cucina, quella familiare, nata dalla storia di ogni piccolo Comune dove, con i prodotti propri del territorio, ognuno ha elaborato la sua particolare ricetta. L'importanza di interpretare a suo modo gli ingredienti a disposizione, per valorizzare e preservare un patrimonio: quello della storia, della cultura e del costume d'Italia. 217 Delegazioni italiane e 87 estere. L'Associazione è stata riconosciuta Istituzione Culturale della Repubblica Italiana, è senza scopo di lucro e conta 8.000 Accademici in tutto il mondo che la sostengono. Presente anche un' attività editoriale con pubblicazioni di pregio come i gli Itinerari di cultura gastronomica, i Quaderni monotematici e la rivista mensile "Civiltà della Tavola", organo di informazione sulle attività dell'Accademia. Pubblica dal 1961 la Guida ai Ristoranti: valutazione e segnalazione dei locali in base alla genuinità dei prodotti e le proposte dello chef

legate ai valori della tradizione classica locale e quelle innovative della tradizione che evolve. App gratuita della Guida per smartphone e tablet. Tra le pubblicazioni i ricettari: dopo "La Tradizione a Tavola", raccolta di 3000 ricette redatta in occasione dell'Expo 2015