

LaPostaDelCuoco

lo chef risponde

TECNICHE DI COTTURA, RICETTE, INGREDIENTI: AVETE UN DUBBIO O VOLETE UN SUGGERIMENTO? LA FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI RISPONDE ALLE DOMANDE DEI LETTORI



Marco Valletta
chef, segretario
Nazionale
Italiana Cuochi

Frutta in cucina. Liberiamo la fantasia e torniamo a parlare (vedi *aTavola*, marzo 2006, pag. 152) di come utilizzarla per impreziosire e rendere più piacevoli i vostri piatti, spendendo poco e valorizzando la stagione e i suoi frutti. **In estate la frutta può essere facilmente usata come ingrediente di piatti "cucinati"**, non dimentichiamoci che nella nostra tradizione gastronomica antica la frutta era usata in cottura per dare al cibo quel gusto "agrodolce" che era molto apprezzato dai palati raffinati. Si tratta di tradizioni che con il passare dei secoli sono diventate

desuete, perché i nostri gusti si sono modificati, ma è bello riscoprirle, sperimentando nuovi accostamenti di sapori.

Per iniziare, potreste preparare una quiche, una torta salata

classica, "la lorenese" e, insieme alla pancetta affumicata, al posto del groviera, mettere delle fettine sottili di melone cantalupo giallo, magari aromatizzato con poco zenzero... i vostri commensali ne resteranno piacevolmente stupiti!

Oppure, **con le pesche bianche, potete preparare un ottimo petto d'anatra saltato in padella:** aggiungetela durante la cottura a fuoco vivo. Secondo me, l'anatra cotta così è ancora più buona di quanto sia nella sua ricetta più famosa, all'arancia.

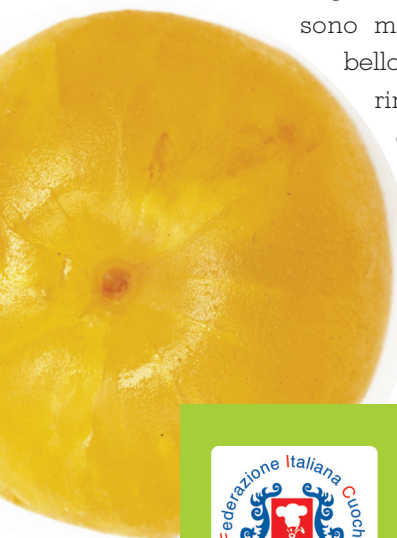
Che dire, poi, delle **ciliegie che, una volta denocciolate, possono essere usate all'interno di una classica gelosia valdostana;** fatta di sfoglia, prosciutto e formaggio, con qualche ciliegia fresca al centro diventa davvero particolare.

Quanto al pollo, scegliete le cosce, "i fuselli", rosolate bene e servitele con acini d'uva bianca e nera, precedentemente sbucciati. Anche i bambini ne andranno matti.

E ancora, provate ad **arricchire le vostre tagliatelle con il classico**

ragù di coniglio aggiungendo filetti di susine fresche, saltati al burro e inseriti nella salsa ancora croccanti: all'assaggio percepirete quel pizzico di acidulo, di cui persino il coniglio vi sarà grato!

Infine, **anche la carne di maiale ben si presta all'abbinamento con la frutta:** provate ad arricchire uno spezzatino, cotto con il suo grasso, con qualche albicocca aggiunta nell'ingolo: ne nasce una ricetta fantastica. Per concludere in bellezza, oltre ai fichi con i diversi salumi, cucinate una bella spalla di vitello arrosto e, a fine cottura, inserite nel fondo qualche fico bianco fresco... Aspetto un vostro commento sulle idee qui proposte.



FEDERAZIONE
ITALIANA CUOCHI

Via Pergolesi 29 - 20124 Milano

Tel. 02.66983141

Fax 02.66984690

e-mail: info@fic.it - www.fic.it

www.nazionaleitalianacuochi.com