

Per concludere: che la festa abbia inizio 1

di Grazia Rossanigo



Torinese, storica di enogastronomia, Grazia Rossanigo da tempo svolge ricerche storiche sulla gastronomia dell'epoca rinascimentale ed è autrice di diverse pubblicazioni sull'argomento. Il suo impegno è quello di proporre informazioni e curiosità per far conoscere la storia attraverso i gusti e le tradizioni della famiglia ducale milanese. Tra i libri realizzati, ricordiamo "Amandole e Malvasia per uso di corte. Cibi e ricette per la tavola dei duchi di Milano", scritto con Pier Luigi Muggiati, e "La Tavola del Vescovo - L'alimentazione nel territorio di Vigevano a metà Cinquecento dai documenti del primo Vescovo Galeazzo Pietra", scritto con Marco Bianchi e Carlo Ramella.

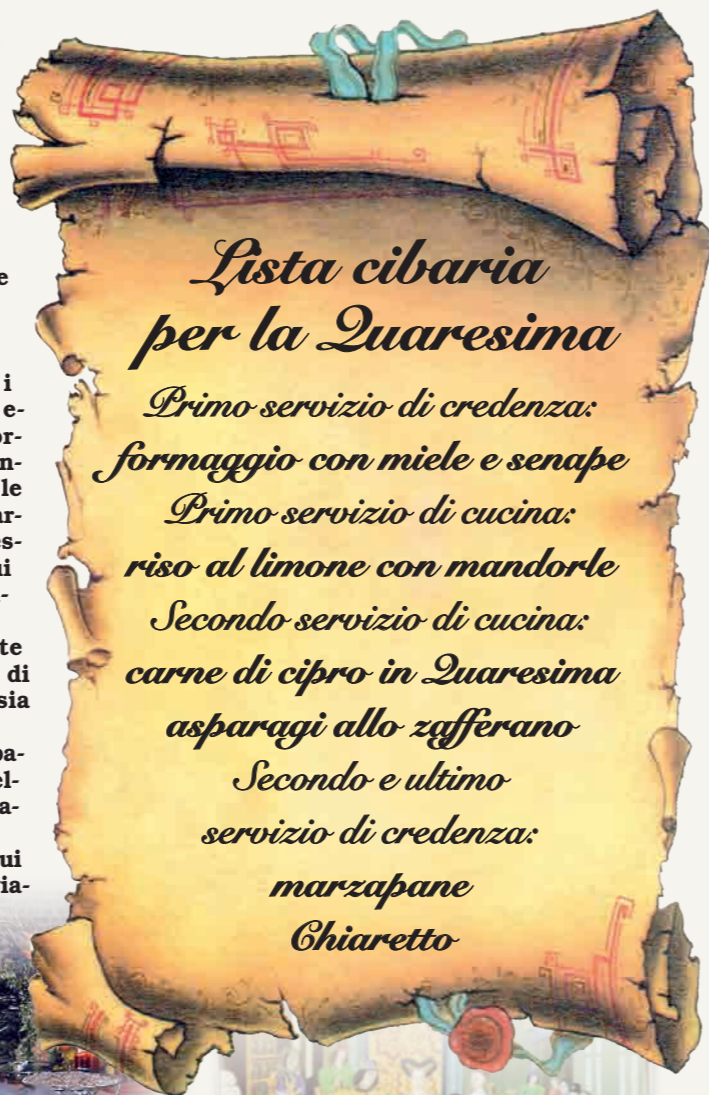
La mia sfida personale, iniziata il 4 dicembre 2014, **l**si sta par concludere. Abbiamo fatto insieme molta strada, toccando gli aspetti e le caratteristiche più salienti della cucina medievale. Spero sia stato per voi una esperienza esaltante scoprire, proprio con la pratica, il sapore di queste preparazioni gastronomiche.

I nostri sensi, spesso appiattiti dalla cucina di tutti i giorni, possono aver goduto del mangiare con le mani, cosa assolutamente necessaria per completare un esperimento che, oltre a coinvolgere i sensi, implica anche un inusitato passaggio culturale. Ricordiamo infatti che nel Medioevo si mangiava con le dita: i cucchiari erano usati solo per le minestre, i coltelli non comparivano a tavola ma erano ad uso esclusivo di pochi proprietari fortunati, mentre le forchette appariranno solo nel Cinquecento. Generalmente i cibi erano sbocconcellati e portati alla bocca con le dita. Per facilitare questo compito, esse venivano allargate in modo che quelle che rimanevano pulite potessero servire per le portate successive. Proprio da qui sembra derivi la nostra estensione del mignolo, bevendo il tè o il caffè.

Per concludere, voglio regalarvi, utilizzando le ricette proposte nel corso dell'anno, alcuni esempi pratici di come potete impiegarle per comporre un menù, ossia una "Lista cibaria".

Approfittate delle feste natalizie per stupire amici e parenti, realizzando piatti insoliti e raffinati come quelli che vi ripropongo in una sequenza corretta. Sicuramente ne sarete appagati.

Iniziamo con la "Lista cibaria per la Quaresima", a cui seguiranno le liste cibariche d'estate, d'autunno ed ovviamente d'inverno.



Formaggio con miele e senape

Il formaggio brie si presta benissimo ad essere utilizzato con la sua stessa crosta in preparazioni di questo tipo.

Con un coltello affilato, intinto nell'acqua calda, tagliate il formaggio brie (che avrete precedentemente tenuto in frigorifero) a pezzetti, adatti comunque ad essere mangiati con le mani. Tagliate ogni pezzo a metà, orizzontalmente, sistemando sul fondo la crosta del formaggio. Con un cucchiaino o una tasca munita di bocchetta rotonda, decorate ogni bocconcino con una striscia di miele ed una di senape piccante. Disponete i bocconcini su di un piatto di portata, raffreddato in precedenza, e tenetelo in frigorifero fino al momento di servirlo, per non far sciogliere né il miele, né la senape.



Carne di Cipro in Quaresima Stufato di pesce alle mandorle

INGREDIENTI: 200 gr. di polpa di granchio tritata, 200 gr. di salmone cotto tritato, 4 cucchiaini di farina, 100 gr. di mandorle tritate grossolanamente, 300 cl. di latte, 1 bicchiere di vino bianco (Vernaccia), 20 gr. di zucchero, 1 cucchiaino di sale



Fate cuocere lentamente le mandorle nel latte. Unite la polpa di granchio al salmone e lasciate cuocere per altri 2 minuti. Aggiungete farina e sale al latte caldo, mescolate e cuocete per altri 2 minuti, finché il composto non si addensa. Scaldate il vino con lo zucchero e unitelo alla crema di pesce.

Cuocete ancora per 2 minuti. Travasate in coppe e decorate con aneto o prezzemolo tritato.

Riso al limone con mandorle

INGREDIENTI: 1 grosso limone con buccia integra, 1 tazza di riso crudo, 2 tazze di acqua, ½ cucchiaino di cannella, 1 cucchiaino di burro, 2/3 di tazza di mandorle, 2/3 di tazza di uva sultanina, 1 tazza di vino bianco secco, 1 tazza di piselli freschi.

Grattugiate la buccia. Tagliate quindi il limone a metà, spremetelo ed estraete quanta più polpa potete. Conservate buccia, succo e polpa buttando membrana bianca e semi.

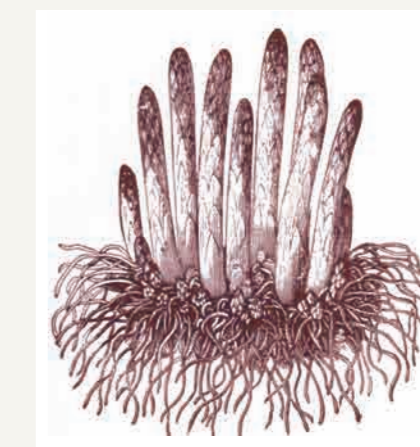
In una pentola di smalto portate a ebollizione l'acqua con riso, sale, cannella, burro, limone, abbassando poi la fiamma e continuando la cottura in modo da far assorbire quasi tutto il liquido (10 minuti circa). Mescolate una o due volte durante la cottura. Togliete dal fuoco.

Bollite mandorle e uva passa nel vino bianco per 7 minuti. Sollevate delicatamente il riso con una forchetta. Unite ad esso le mandorle con il vino. Aggiungete i piselli freschi. Cuocete molto lentamente per altri 5 minuti. Se il riso si attaccasse alla pentola, aggiungete una piccola quantità di acqua bollente.



Asparagi allo zafferano

INGREDIENTI: 1 kg. di asparagi, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 2 cipolle fresche tritate, 1 pizzico di noce moscata, 8 stigmi di zafferano, pepe, sale.



Pulite accuratamente gli asparagi, eliminando la parte terminale. Lavateli e cuoceteli in acqua bollente salata, per circa 10 minuti. Devono risultare croccanti. Scaldate l'olio in una padella e rosolatevi le cipolle senza farle colorire. Aggiungete gli asparagi e lo zafferano. Abbassate la fiamma, coprite e cuocete per altri 7 minuti. Girate, salate e insaporite con la noce moscata grattugiata. Fate stufare a fuoco coperto ancora per 10 minuti. Serviteli quando saranno leggermente dorati.

Ricetta tratta dal libro di Odile Redon, Françoise Sabban e Silvano Serventi "A tavola nel Medioevo" - Laterza - 1995