

CIVILTÀ DELLA TAVOLA

ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA



ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
ISTITUZIONE CULTURALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA
FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI

www.accademia1953.it



ISSN 1974-2681

N. 253, OTTOBRE 2013 / MENSILE, POSTE ITALIANE SPA, SPED. ABB. POST. - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N° 46) ART. 1 COMMA 1 - DCB ROMA

**CARI ACCADEMICI...**

- 3 La cucina e la rete dei foodblogger
(Giovanni Ballarini)

FOCUS

- 5 Parole in TV e realtà in cucina
(Paolo Petroni)

CULTURA & RICERCA

- 6 La storia nei menu
(Renzo Pellati)
- 8 La cucina del Talismano
(Pino Jubatti)
- 10 Le virtù dell'“aggiadda”
(Paolo Lingua)
- 11 Cibi proibiti
(Pier Luigi Fedele)
- 13 La cucina, arte del gusto
(Claudio Gori)
- 15 Immagine e immaginario
(Elisabetta Cocito)
- 17 Tagli e frattaglie
(Roberto Dottarelli)
- 21 La Valtellina e i suoi gioielli
(Massimiliano Pagani)

**L'ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA**

È STATA FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI E DA LUIGI BERTETT, DINO BUZZATI TRAVERSO, CESARE CHIODI, GIANNINO CITTERIO, ERNESTO DONÀ DALLE ROSE, MICHELE GUIDO FRANCI, GIANNI MAZZOCCHI BASTONI, ARNOLDO MONDADORI, ATTILIO NAVA, ARTURO ORVIETO, SEVERINO PAGANI, ALDO PASSANTE, GIAN LUIGI PONTI, GIÒ PONTI, DINO VILLANI, EDOARDO VISCONTI DI MODRONE, CON MASSIMO ALBERINI E VINCENZO BUONASSISI.

- 23 Il grano saraceno
(Ferdinand Tessadri)
- 24 La mise en place
(Alessandro Fenu)
- 26 I vini dei Borbone
(Carmine Cimmino)
- 27 Lo stato dell'essere della ristorazione
(Alfredo Pelle)



In copertina: “Scena di Cucina”
Pieter Cornelisz van Ryck (1604)
Herzog Anton-Ulrich-Museum - Braunschweig



- 29 Olivo segreto
(Paolo Villosesi)
- 31 Prezioso zafferano
(Ruggero Larco)
- 32 La gubana goriziana
(Roberto Zottar)
- 34 Origini di un fenomeno
(Teresa Perissinotto Vendramel e Roberto Robazza)

I NOSTRI CONVEGNI

- 19 Cultura, cucina, salute
(Maria Cristina Carbonelli di Letino)

SICUREZZA & QUALITÀ

- 37 Caramelle e merendine alle casse
(Gabriele Gasparro)

LE RUBRICHE

- 7 Calendario accademico
- 9 Le ricette d'Autore
- 14 Accademici in primo piano
- 36 Parlano di noi
- 38 Notiziario
- 39 Dalle Delegazioni
- 49 Vita dell'Accademia
- 72 Carnet degli Accademici
- 78 International Summary

In copertina appare un **Codice QR** o **QR Code**, cioè uno di quei codici a barre con la forma quadrata che possono essere letti tramite le fotocamere dei cellulari e degli smartphone Android e iPhone. Quando trovate un QR Code potrete usare un'applicazione del vostro iPhone o smartphone con la fotocamera per decodificarlo e vedere cosa nasconde. Per leggere i codici QR è necessaria anche un'applicazione per la scansione, da installare sullo smartphone Android o su iPhone, che permette, puntando la fotocamera sul codice, di estrarre e decodificare le informazioni. Su Android potrete utilizzare, per esempio, la app **Barcode Scanner**, mentre su iPhone e iPad potrete scegliere **I-Nigma** oppure **QR Reader**. Basta far leggere a tablet o smartphone il codice QR in copertina, e immediatamente il dispositivo si collega al sito dell'Accademia. Dai prossimi numeri della rivista poi, con i QR Code che verranno pubblicati, potrete accedere a nuovi e interessanti contenuti interattivi del sito dell'Accademia.



Tagli e frattaglie

Le interiora si prestavano maggiormente ad essere arrostate, mentre i tagli di carne veri e propri venivano più spesso destinati alla bollitura.

DI ROBERTO DOTTARELLI
Accademico di Roma Castelli



Nell'antica Grecia, sia il pensiero mitico sia l'opinione dei filosofi mostrano l'elaborazione di una significativa contrapposizione tra il metodo di cottura tramite esposizione diretta al fuoco e quello basato sulla bollitura.

Dall'esame dei rituali che praticavano il sacrificio animale, una seconda contrapposizione riguardava il taglio di carne destinato ai due tipi di cottura. Infatti, era emerso come fossero le interiora (soprattutto fegato, polmoni, milza, reni e cuore) ad essere arrostate; mentre i tagli di carne veri e propri venivano più spesso destinati alla bollitura.

Ora è interessante notare come alcune tracce di quella antica contrapposizione possano essere, ancora oggi, riconosciute nelle tradizioni alimentari italiane. Infatti, se andiamo a ricercare la presenza di piatti tradizio-

nali a base di interiora, cotte sugli spiedi, ne troviamo molte, soprattutto nell'Italia centro-meridionale e nelle isole. Per esempio, in Sicilia, abbiamo le stigliole (o stigghiuòle): budellini di agnello e di altri animali, conditi con erbe aromatiche, arrostate e affumicate sulla brace.

In Sardegna troviamo la cordula: interiora di agnellone, pecora o capra, confezionate in modo che il risultato finale sia una treccia o corda intrecciata, che possa essere arrostita (cordula arrustia), infilzandola a zigzag nello spiedo.

Sempre in Sardegna abbiamo la trattalia (o trattaliu): interiora di agnello o di capretto, infilate sullo spiedo, aggiungendo ogni tanto fette di pane, lardo e pomodori secchi. Il tutto deve essere avvolto, prima di essere posto sul fuoco, col peritoneo (la membrana bianca, percorsa da fibre che le danno l'aspetto di una rete, che viene usata perché il grasso che la compone, durante la cottura si scioglie e impregna il cibo, intenerendolo) e poi con l'intestino tenue, che viene tutto intrecciato attorno al composto che finisce per assumere una forma cilindrica. La trattalia si cuoce arrosto nel camino, facendoci colare sopra gocce di lardo di maiale riscaldato alla fiamma.

In Puglia e in Basilicata si fanno apprezzare gli gnummurièddi (o turcinnièddi): pezzetti d'interiora d'agnello, conditi con lardo, prezzemolo e finocchio selvatico, avvolti da budellini attorcigliati a formare fagottini cilindrici e infine arrostiti sulla brace. Come suggerisce il nome stesso, non dif-

feriscono molto dai torcinelli abruzzesi e molisani, caratterizzati dalle stesse interiora di agnello o capretto, avvolte nei budellini e poi cotte sulla brace, con un po' di olio e di lardo.

Nel Lazio, in Umbria e in Toscana, le interiora più famose, cotte allo spiedo, sono i fegatelli: tocchetti di fegato di maiale, accompagnati da una foglia d'alloro e avvolti nel peritoneo di maiale; i fegatelli, poi, vengono infilzati in piccole quantità sugli spiedini e conditi, dopo l'abbondante cottura, in modo che risultino "bianchi di sale e neri di pepe" (spiacente per i salutisti, ma se il cibo deve essere un piacere, allora bisogna osare fino in fondo). Se poi estendessimo questo elenco di ricette, a base di viscere, agli altri tipi di cottura, dovremmo citare gli stigghiuoli calabresi, simili alle stigliole siciliane, ma in questo caso cotti in umido, col pomodoro; il cazzamar pugliese e lucano: stufato di budella di agnello, fegato e altre frattaglie poste nella rete del maiale; le mazzarelle molisane comprendenti polmone e intestini d'agnello, avvolti in foglie di bietola e stufate con olio e vino bianco; la coratella d'abbacchio laziale, accompagnata in stagione dai carciofi; la pajata romanesca con l'intestino da latte; i rognoni di vitello saltati in padella; il crostino toscano con i fegatelli di pollo, acciughe, capperi e cipolline; i ciarimboli marchigiani, simili ai budellacci umbri: budella di maiale pulite, insaporite e fatte asciugare nel camino.

Insomma, anche se questa ricapitolazione a mente ha sicuramente trascurato alcune importanti ricette regio-



nali, il quadro che emerge evidenzia alcune assenze significative. In primo luogo, la Campania, ma più in generale tutte le regioni del Nord Italia. In queste regioni si ritrovano ben poche tradizioni che contemplano l'uso d'interiora (solo, in qualche caso famoso, a base di fegato). Così all'unità d'Italia sembra dare soddisfazione soltanto l'impiego della trippa.

Ma cosa caratterizza in pieno la cucina di carne nel Settentrione? Colpisce la prestigiosa e diffusissima presenza del bollito misto, con le sue varianti regionali. Abbiamo quindi

quello piemontese, che la tradizione vorrebbe composto di 14 tagli di bovino; appresso c'è il gran bollito lombardo, più semplice del precedente e che viene accompagnato dalla mostarda di Cremona e dalla salsa verde. Vi è poi il bollito misto veneto, che si accompagna alla salsa al cren, alla mostarda veneta tritata e alla pearà (una salsa a base di pangrattato e midollo). Per finire col gran bollito emiliano, più goloso, con l'aggiunta della carne di maiale. In questo caso il bollito viene accompagnato alla mostarda e a una salsa verde simile a

quella lombarda, cui va unito un trito fine di peperoni sottaceto.

A confermare l'esistenza di una contrapposizione ideologica tra interiora arrostiti e bollito, si deve annotare come quest'ultimo, nelle tradizioni gastronomiche dell'Italia centro-meridionale, faccia solo sporadiche apparizioni. Allora, prima che la globalizzazione e l'industria alimentare cancellino del tutto le nostre tradizioni, sarebbe interessante indagare ulteriormente su questa singolare contrapposizione.

ROBERTO DOTTARELLI

See International Summary page 78

UN'APPREZZATA VARIETÀ DI CAVOLO

La verza, detta anche cavolo verzotto o cavolo a palla di Milano, è un ortaggio tipicamente invernale, particolarmente utilizzato in gastronomia nella preparazione di alcuni piatti dei periodi freddi, talmente noti e gustosi, che ora che quasi tutte le verdure sono state destagionalizzate, vengono realizzati tutto l'anno.

Gli Ebrei non conoscevano il cavolo, mentre Romani e Celti ne facevano grande uso. Non si esclude che il cavolo abbia avuto origine mediterranea, nella sua specie selvatica, il "rafanus agria" di Teofrasto o "Krambe agria" di Dioscoride, da cui trassero origine tutte le forme commestibili che si conoscono, a partire dai vari "olus", come chiamavano il cavolo gli antichi Romani, che stimavano maggiormente "l'olus pompeianum", che arrivava a Roma al "Forus halitorium". Plinio, nella sua "Naturalis historia" ne cita cinque varietà, mentre Catone, notoriamente, affermava che i Romani, mangiando il cavolo, si erano affrancati da ogni malattia per sei secoli: come dire medicina naturale per tutti i mali. La caratteristica vegetativa della verza è di formare una palla, o testa, costituita da foglie embricate bollose e rugose di color verde intenso, rosso o violaceo, raccolte compatte intorno al nucleo centrale o cuore, di cui costituiscono la parte edule utilizzabile per l'alimentazione umana.

La verza, oltre a protidi, lipidi e glucidi, è un'eccellente fonte vitaminica. È ugualmente ricca di sali minerali, di calcio, potassio, fosforo, sodio e ferro e contiene acido folico. Inoltre tutto il gruppo del cavolo è ritenuto dai cultori della medicina il più ricco di agenti antitumorali.

Il cavolo verza, a parte alcune particolari ricette che vedremo, si consuma sbrigativamente sbollentato o, ridotto in fettine sottili, in insalata, condita "ad libitum". Corre l'obbligo di segnalare che quando la verza si consuma cruda, come tutti i cavoli in genere, ha azione gozzigena per via di una sostanza che, invece, la cottura inattiva stabilmente. Spesso, inconsapevolmente, si pensa alla verza quando si parla di crauti. In effetti questi cavoli acidi o crauti si preparano con le foglie del cavolo cappuccio, più lisce e sottili, preferibilmente della varietà Quintal.

L'ottenimento dei crauti è molto semplice. Si tagliano le foglie a striscioline e si stratificano intervallate di sale, ben pigiate in una botte per 15 giorni, quanto basta perché la parte zuccherina si trasformi in acido lattico, grazie anche a un lievito simile a quello della birra. Tornando alla verza in cucina, si ricorda che le sue grandi foglie possono essere usate come profumato contenitore per involtini di ogni genere, e tritate in ripieni di ravioli e altri tipi di paste imbottite. Artusi riporta la ricetta di un cavolo verzotto da usare come contorno. Nel ricettario dell'Accademia è riportata la ricetta di "oca alla verza", in uso nel territorio di Crema.

Carnacina segnala due ricette: "Cavolo verza all'inglese" e "Verzata alla milanese". Nel primo caso si libera la verza dal torsolo e dalle foglie esterne. Si lessa in acqua bollente salata, si taglia in pezzi quadrati, servendola in una legumiera, con burro fresco a parte. La "Verzata alla milanese" è ricetta più elaborata perché richiede brodo, salsiccia luganega, cotenne fresche di maiale (o prosciutto), burro e un trito di cipolle, carote e sedano, oltre a lardo, prezzemolo e pane raffermo. Un po' come il piatto unico di Alberto Sordi! (Amedeo Santarelli)