EX LIBRIS LIVII CERINI DE CASTELNATE

CERUNI I 148

FRATELLI INGEGNOLI

Come si cucinano i Legumi

SECONDA EDIZIONE

1895 - MILANO - Corso Loreto, 45

DIRITTI RISERVATI A NORMA DI LEGGE

MILANO 1895 - STAB. TIP. ENRICO REGGIANI.

PREFAZIONE

Un distintissimo medico, il dottor Paolo Mantegazza *disse che i brodi, le zuppe, gli arrosti, ecc., sono atti a guarire molti mali, avendo egli constatato che i rimedi migliori sono appunto quelli che sanno un poco di cucina.*

Dumas *scrisse che i nostri buoni vecchi davano una importanza grandissima alla cucina e alla cucinatura dei cibi, poichè sono essi che esercitano sul nostro corpo la migliore o peggiore influenza.*

Brillat-Savarin, *il principe dei ghiottoni, insegnava al suo cuoco il modo di far cuocere i legumi, lo stufato, le uova, ecc., e studiava con lui la preparazione dei migliori intingoli, perchè, diceva lui, è la gastronomia che ci sostiene dalla nascita alla morte.*

E fu dietro queste considerazioni che abbiamo ideato di pubblicare un nuovo libro gastronomico senza punto pretendere di fare un'opera classica, ma solamente di giovare alle buone massaie apprestando ad esse i modi di una giornaliera alimentazione semplice e sana, la durata della cottura, l'intensità del fuoco, il peso e la qualità degli ingredienti che abbisognano per ammanire una buona vivanda; tutte quelle minutezze di pratica talvolta non conosciute, sono compendiate nei nuovi ammaestramenti gastronomici che presentiamo.

Alle buone massaie, dispensiere delle gioie e degli innocenti piaceri della vita, ad esse che ripongono tutta la loro cura e felicità nel sorriso de' figli loro, ad esse offriamo questo lavoro fiduciosi del loro benevolo compiacimento.

Anche nell'economia domestica, Vatel, *il famoso cuoco francese, sostenne sempre, e con ragione, che un ottimo cuciniere deve conoscere esattamente le qualità e proprietà di tutto ciò che pone in opera per poter correggere e perfezionare gli alimenti che la natura gli presenta nel proprio stato: quindi deve avere il palato buono, il gusto delicato per combinare esattamente i condimenti e le dosi; curare la cottura ed essere inoltre sollecito nel lavorare per operar prestamente, e studiare con perspicacia il gusto de' suoi padroni, il palato dei quali deve divenire quello suo proprio: questa scoperta è la più bella prerogativa d'un bravo cuoco.*

Conoscere poi i principi generali delle manipolazioni e della cottura dei legumi è ottima cosa tanto per una cuciniera, o cuciniere, che per le nostre ottime madri di famiglia.

Quindi è mestieri ricordarsi che il sale serve per condire e per conservare; che l'infusione compenetra un dato gusto nella sostanza da cuocere; che le uova servono per amalgamare, affinchè la composizione non si sciolga nel cuocere; che la farina serve per condensare; le cipolle stacciate per dare il colore; le erbe odorose a variare il sapore; l'imbianchimento prima di cucinare serve a mantenere la freschezza a qualunque sostanza durante la cottura; che lo strutto e l'olio unito al butirro dà il croccante ai fritti; che l'abusare troppo delle droghe sconcerta il gusto delle vivande; che il brodo o il sugo lo si deve mettere nelle vivande una sola volta nella sua giusta proporzione, ma mai rimetterlo per non guastare la sostanza del piatto: che il fuoco lento conserva il sapore, ed il forte snerva la sostanza della vivanda, che infine tutte le pietanze, brodi e sughi che si vogliono conservare per il giorno dopo, devonsi tenere in vasi di terra e non mai di rame.

Ciò detto entriamo in una breve digressione sull'utilità o meno dei legumi essendo questo lo scopo della nostra pubblicazione. L'uomo è carnivoro, lo sappiamo, e molto gli giovano le carni, di qualunque specie esse sieno, per la conservazione delle sue forze; ma vi sono pure molti legumi nutrienti e che lo stomaco può smaltire con somma facilità, meglio ancora cotti che crudi. I carciofi, gli spinaci, i cardi, sono eccellenti verdure allora che vengono cotte in moll'acqua e

condite con burro fresco e buono. Le verze, i cavolifiori, le rape, le melanzane o petronciane, le carote, cotte tutte in moll'acqua, costituiscono un alimento sano e rinfrescativo.

E le patate, bollite anch'esse in una quantità copiosa d'acqua, non sono nutrienti ed insieme digestive?

Così i cavolifiori, cavolibroccoli, che serviti in insalata o con salsa offrono un alimento gustoso e pregevolissimo.

E gli asparagi non sono essi squisiti e diuretici?

E le barbe di becco, e le barbabietole non sono saporite e rifrescanti, ed i sedani (specialmente se cotti) non offrono delicato nutrimento?

Non parleremo poi dei piselli, fave, fagiuoli, i quali, se verdi, hanno la stessa proprietà nutriente e gustosa delle patate e delle castagne.

Ed i ramolacci, i citriuoli, i capperi, il kren, i peperoni, sebbene non siano un vero alimento, pure freschi in insalata non offrono ciascuno un piatto gustosissimo, e non si prestano forse a rendere più gustose le carni lessate, i polli arrostiti, la selvaggina, ecc. ecc.?

Ma di tutti questi importanti legumi ed altri terremo più avanti diffusi articoli in proposito, non dimenticando che tra i condimenti più appropriati per una cucina va annoverato in prima linea il porro, il pomodoro, la cannella, la vaniglia, i chiovi di garofano, la senape, il pepe, lo zafferano, la noce moscata, l'aglio, il burro, il lardo bianco, e la cipolla, quest'ultima poi regina necessaria in quasi tutti gli intingoli.

Tutte queste sostanze da noi ricordate come pure i farinacei, il latte, le uova, miglioreranno la nostra fisica condizione se si saprà (come dissero Mantegazza *e* Dumas) *cucinarle bene affinchè siano digerite meglio.*

INDICE

Prefazione III
Come si cucinano i legumi ... 1
Aceto composto 54
Acetosella 4
Acetosa a grandi foglie 4
» comune 3
» in purée 132
» spinacio 4
Agarico Cesareo 5
Aglio 8
» soffritto 161
Aragoste in insalata 84
Armoraccio 9
Asparagi 10
» alla crema 13
» all'olandese 13
» all'olio e all'aceto 13
» con pane tosto 14
» conservati 14
» fritti 15
» in insalata 85
» in frittelli 15
» in scaloppi 154
» in stufato 15
» in zuppa 178
Atreplice 9
Barbabietola 16
» bollite 17
» alla salsa di Crema 17
» al sugo con manzo brasato 166
» in insalata 85
» in salsa piccante 17
Barba di Becco-Scorzobianca . 16
Basella bianca 18
Basilico 18
Bieta di costole 19
Borragine 21
Broccoli alla crema 21
» in insalata 22
» in salsa 142
» in salsa bianca 22
» e cavolfiori alla pastina . 21
Capperi 23
» con salsa alla milanese .. 142
» in salsa alla genovese ... 142
» in salsa cotta 23
» in salsa cruda 23
Cardi 29
» in salsa bianca 30
» e piselli mangiatutto alla milanese 30
Cardoni trippati 31
Carciofi 24
» alla giardiniera 25
» alla spagnuola 26
» alla lionese 26
» alla graticola 26
» all'italiana 27
» al vapore 27
» con peveranda alla francese 27
» cotti al forno 28
» farciti 28
» fritti 29
» in insalata 85
» girelli o fondi 79
» in zuppa 180

Carota 31
» alla casalinga 32
» alla panna 33
» alla salsiccia 33
» allo zucchero 33
» à la Bechameil 32
» all'aceto 32
» composte in zuppa 179
» giuleppate 34
» in marmellata 96
» in poddings 123
» in torta 168
» in salsa 142
» in stufato 34
Castagne con latte in zuppa .. 180
» in minestra 100
Cavolfiori 35
» alla crema 35
» alla piemontese 36
» cotti al forno 36
» e broccoli in minestra .. 37
» in stufato 36
Cavolo 37
» broccolo 39
» cappuccio alla crema 40
» di Bruxelles al limone o alla crema 40
» di Bruxelles santé 40
» farcito all'americana 41
» fritto 41
» in insalata 85
» in salsa piccante 42
» in scaloppine 155
» in stufato 42
» in zuppa 181
» marino 41
» pasticciato o slaw freddo 43
» rapa 43
» rosso alla fiamminga .. 43
» rosso alla tedesca 44
» Rutabaga di Svezia 44
» salato o Sauer Kraut . . 153
Ceci 44
Ceci alla purée 45
Cerfoglio 45
» in minestra 46
Cicoria conservata 47
» o radicchio 46
Ciliegie in zuppa 181
Cipolla 47
Cipolle (aceto di) 3
» al sugo con manzo 166
» bianche piccole 48
» farcite 49
» glacées 49
» in insalata 50
» in purée 133
» in salsa 142
» in soffritto 161
» in stufato 50
» in torta 168
» in zuppa 181
Citriuoli 50
» alla comasca 51
» alla crema 51
» alla panna 52
» conservati in aceto 52
» farciti 52
» e pomidoro in insalata .. 53
» in insalata 53
» in stufato 53
» in salsa 143
Cornetti o fagiuolini conservati 55
Coste di barbabietole 56
Costolette alla cuciniera 56
Cren barbaforte o armoraccio in salsa forte 57
Crescione 56
Dente di leone 57
» di leone lardeggiato 57
» di leone alla tedesca ... 58
Erba brusca in salsa 146
» cipollina 59
» S. Pietro 59
Erbaggi disseccati 58
» in frittata 72

Erbe in gnocchi 79
» in minestra 100
» fine piccionate 59
» vitellate 60
» lessate 94
» legate con riso 59
Fagioli in croquets 62
» alla fiorentina 63
» al Maître d'Hotel 64
» alla romana 64
» alla salsa bruna 65
» allo zabaione acido 62
» bianchi alla sautés 65
» bianchi sgranati 66
» comuni 60
» con montone 66
» con salsa alla crema 68
» con crema 68
» cotti al forno 66
» di Lima alla crema 63
» di Lima nani alla salsa. 64
» in polenta 66
» rossi in purée per minestra 101
» saltati alla milanese 67
» verdi all'insalata 67
Fagiuolina 65
Fagiolini al burro 67
» in insalata 86
» trifolati alla genovese ... 68
Fava 69
» alla giardiniera 69
Fave tenere 70
» in zuppa 70
Fecole e paste alimentari 70
Finocchio 70
Flano 71
Fritto alla Vestale 75
Funghi 77
» alla casalinga 78
» alla francese 78
» cotti ripieni 78
» farinacci - agliata 7
» in bodino di spinaci 19
Funghi in purée 133
» in intingolo 89
» in salsa 147
Gombo del Brasile 81
» del Brasile o ocra al bollito 81
» del Brasile o ocra al pomodoro 81
» del Brasile o ocra al riso 81
» del Brasile o ocra in umido 82
Granchi di mare in insalata . 86
Indivia 82
» in zuppa 182
Igname 82
Insalata 89
» all'italiana 83
» alla cardinale 83
» alla Macedone 84
» alla tedesca 88
» egiziana 84
» di foglie di rapa 73
» di uova 88
» per l'estate 88
Issopo 90
Lattuga 90
» in insalata 16
» in zuppa 182
Legumi in purée per zuppa ... 186
» farinacei in cottura perf. 56
» secchi lessati 94
Lenticchie alla borghese 93
» alla purée per zuppa 93
» in cibreo 46
» in purée all'arrosto o al lesso 133
Lenti 91
» all'olio in zuppa 183
» al riso 92
» alla provenzale 91
» in rotolo 140
» in stufato 92
» in zuppa 92 183
Limone in composte 53
» in salsa improvvisata ... 147

Lovertise in minestra..... 101
Luffa di Jokohama..... 95
Luppolo..... 95
Mais zuccherino..... 95
Malfatti..... 96
Marasche in salsa..... 147
» in salsa con uova indurite 148
Melanzana..... 97
» al burro..... 98
» in frittura..... 99
» farcita alla milanese.... 98
» farcita al forno..... 98
» pasticciate..... 99
Mostarda dolce piccante..... 101
Navone alla mostarda..... 102
» alla purée..... 102
» vergini..... 102
Nasturzio indiano..... 101
» tuberosa..... 102
Noci in ripieno..... 140
Olive condite..... 103
» in intingolo..... 89
Orzo di Germania..... 103
Pasta per le fritture..... 116
Pastinaca..... 116
» alla crema..... 117
» al forno..... 117
» in frittelle..... 74
» fritta..... 117
Patate..... 103
» alla borghese..... 105
» alla crema..... 106
» alla lionese..... 106
» al vapore..... 108
» del Lario..... 108
» all'olandese..... 107
» al brodo..... 23
» alla campagnola..... 106
» alla gran duchessa..... 106
» all'umido cotte al forno. 109
» alla parigina..... 108
» alla panna..... 107
» al Maître d'Hotel..... 107
Patate arrostite..... 109
» cotte con carne..... 110
» dolci in pane..... 111
» dolci fritte..... 110
» dolci in pasticcio..... 116
» dolci alla meridionale... 110
» dolci bronzate..... 110
» fritte alla francese..... 112
» fecolate ovvero amido o fecola..... 111
» in zuppa alla romana... 185
» in zuppa..... 184
» in torta alla panna..... 168
» in ragout..... 113
» in insalata alla francese. 113
» in pasticcio..... 114
» in bodino con prugnoli.. 20
» in frittura alla savoiarda 77
» in focaccia..... 72
» in frittata..... 74
» in gnocchi..... 80
» in flano alla francese... 71
» in croquets..... 57 109
» in frittura alla provenzale 76
» in frittura alla semplicità 76
» in frittelle..... 75
» in coppiette..... 54
» in casseruola..... 109
» in purée..... 134
» in frittata..... 112
» in frittura..... 112
» in zuppa alla provinciale 185
» in tortelli..... 170
» in stufato..... 113
» in tortelli alla romana.. 170
» lardeggiate..... 114
» lessate..... 114
» ripiene..... 115
» soufflé o poddings..... 115
» santé..... 115
Peperoni..... 118
» farciti..... 118
Peverata..... 119

Pinocchi in salsa 149
Piselli 119
» alla borghese 120
» al burro 121
» al buon gusto 121
» al consommé 121
» all'inglese 122
» allo stufato 123
» alla campagnola 122
» allo zuccaro 122
» alla crema 121
» ai vermicelli 172
» dolci nel guscio 122
» in frittata 73
» in purée 134
» in zuppa 185
» in poddingo non dolce .. 123
» in polentina inglese 125
» secchi in purée 134
Polenta alla salvia 124
» dolce 124
» lardellata 125
» in frittura 77 125
Pomodoro 126
» al riso 127
» alla graticola 127
» al miele 99
» al sugo 166
» conditi all'indiana 128
» con ripieno di sedano ... 128
» con ripieno 127
» farciti 128
» fritti 129
» in conchiglia 129
» in conserva 130
» in aceto 129
» in salsa per minestra ... 150
» in insalata e mayonnaise. 87
» in marmellata 96
» in salsa per pasta 149
» in ghiaccio 130
» in umido 130
» e sedano in insalata 87
Pomodoro verdi 130
» verdi e conservati 131
Porro 131
» in umido 132
Porcellana portulaca 131
Prezzemolo 132
» all'aceto 132
Rabarbaro 135
» in torta 140
Ramerino 136
Ramolaccio 136
Rapa 137
» alla crema 137
» con patate 138
» crostate con formaggio .. 138
» fritte color d'oro 139
» in purée semplice 135
» in bisqué 19
» in purée 135
» in broccoli 139
» in zuppe 186
» ripiene alla parigina 139
» ripiene 137
Rapunzolo 139
Ravanelli alla salsa crema 139
Riso in cappuccina 23
» in gnocchi 80
Roca o Rocola 141
Ruta 141
Salsa alla genovese con pollo freddo 147
» di peperoni 149
» mayonnaise 148
» mayonnaise piccante 148
» olandese 148
» per verdure 152
» soubise 151
» spagnuola 150
» vellutata 151
Salse diverse 143
Salvia 152
Sambuco 153
Santoreggia 153

Scalogno 156
Schiarea..... 154
Scorzonera..... 156
» fritta 156
» in insalata 87 157
Sedano..... 157
» al pomodoro 159
» al sugo 159
» fritto alla milanese..... 158
» farcito alla marsigliese.. 158
» fritto 157
» lessato 158
» in insalata 87
» in fiano..... 72
» in minestra 159
» rapa 159
» trippato 160
Senape..... 160
» in salsa..... 151
Sortu di riso..... 161
Spezie..... 164
Spigo 165
Spilante..... 165
Spinaci..... 161
» alla napoletana..... 163
» alla panna..... 164
» al succo..... 164
» al burro..... 162
» all'olio..... 163
» in frittelle 75
» in scarpazza 155
» in zuppe alla modenese.. 156
» per le dame..... 162
Spongiolo..... 165
» al tegame con uova..... 165
Tartufi al formaggio dolce.... 167
Topinambour..... 169
Torta alla milanese..... 167
» all'italiana..... 167
Valeriana..... 170
Verdure in fiano..... 72
Verdura fritta..... 75
Verzata 172
Verze alla cappuccina..... 170
» in concia..... 171
» farcite 171
Zucca 173
» alla parmigiana 175
» cotta al forno..... 173
» in zuppa 187
» in torta..... 169
» in bodino..... 20
» alla crema in poddingo.. 124
» in frittura..... 174
» marinata 174
» seccata per torta 175
Zucchette..... 175
» alla salsa bianca 177
» con salsa di tartufi..... 177
» farcite 176
» in agro dolce 176
» ripiene..... 176
» ripiene alla milanese.... 177
Zuppa alla giardiniera..... 181
» alla moschettiera..... 184
» alla borghese..... 179
» all'americana 178
» di Palestina 184
» di orzo..... 183

COME SI CUCINANO I LEGUMI.

Dal titolo soltanto la nostra gentile lettrice comprenderà facilmente che il nostro trattato abbraccia su vasta scala la cucinatura dei legumi, più d'ogni altro commestibile e quindi si può dire che questa è opera affatto nuova ed importante, tale insomma da promuovere l'interessamento di tutti coloro che si dedicano all'arte della cucina.

Solamente coi legumi formare piatti gustosissimi ed insieme sostanziosi non sembra vero; eppure leggendo attentamente i diversi articoli che andremo mano mano svolgendo, si potrà persuadersi che l'orto ha una parte ben importante nella cucina, da superare di gran lunga quella che possono offrire le carni in genere, il pollame, la selvaggina, ecc.

Nulla, infatti è più previdente ed economico quanto il fare una buona provvista di legumi che si possono conservare tanto freschi che secchi, qualora però siavi un locale adatto alla custodia di essi.

E chi non ha la dispensa, un luogo appartato, fresco? Ecco la custodia — qualora non sia umida — per le carote, i navoni, i cavoli, la scorzonera, i sedani, i porri, collocati tutti su fresca sabbia. Badisi che nella dispensa non abbia a penetrare il freddo, e allora si avrà per tutta l'invernata una scorta di legumi, che acquistati a buon prezzo all'e-

poca del raccolto offrono alla cucina, allora che sui mercati non ve ne sono più, i migliori ed utili condimenti tanto per le minestre che per le carni.

Le patate poi si possono conservare ben più a lungo di tutte le altre verdure tenendo il seguente processo.

Le patate destinate alla conservazione della tavola si metteranno in forno caldo qualche minuto, quel poco che basti per atrofizzare come suol dirsi gli occhi o germi di cui abbondano quei tuberi. Allorquando si ritirano dal forno le patate si troveranno come appassite e lievemente corrugate, ebbene non c'è da spaventarsi perchè poche ore di soggiorno nella cantina bastano per ridonar loro la primiera apparenza. Esse hanno solamente perduta la facoltà di germinare, ma non mai quella di offrire la loro utilità grandissima nell'uso della cucina.

Se si hanno legumi secchi, come piselli, fave, lenticchie, fagiuoli, sarebbe bene lasciarli nelle loro buccie, ma non potendoli avere così, allora si possono custodire anche in cucina entro appositi sacchetti di carta. Acquistando fagiuoli si dia sempre la preferenza alle qualità bianche e rosse perchè più utili alla cucina.

Torniamo quindi ad assicurare la nostra lettrice che in questo trattato di gastronomia domestica speciale per i legumi, troverà un'abbondanza di prescrizioni e di indicazioni, frutto tutte di famigliari esperienze. In tutte le ricette troverà novità ed agevolezza di esecuzione, e quanto potrà soddisfare il gusto anche più delicato.

ACETO DI CIPOLLE.

Si spelleranno e si grattugieranno due cipolle di Milano grosse - oppure quattro delle comuni - si mescolerà ad esse un poco di sale ed un poco di zucchero. Si metteranno da parte per due ore e vi si aggiungerà un litro di aceto. Lo si verserà poi in bottiglie, scuotendole giornalmente per due settimane e scolando dopo attraverso tela grossa. Si imbottiglierà e si chiuderà ermeticamente. Questo aceto è ottimo per insalate e lo si può aggiungere alla salsa francese (1), invece dell'aceto semplice. È ottimo per lo stufato e per altri piatti dove si richiede un delicatissimo sapore di cipolla.

ACETOSA COMUNE (*Rumex acetosa - Oseille*).

E una pianta che cresce e prospera in tutte le terre e meglio all'ombra. Appena raccolta, le foglie si devono mondare accuratamente, togliendone i piccioli o steli, quindi lavata e immersa in un recipiente pieno d'acqua bollente con una decima parte di prezzemolo, di cerfoglio e di bietola, anche questi puliti e lavati per bene separatamente. Si lascerà bollire il tutto tre o quattro volte, quindi la si farà sgocciolare sopra appositi vagli tornando poi a rimettere il tutto sul fuoco affinchè abbia ad effettuare la completa cottura avendo cura di mescolare per bene la massa onde non abbia ad attaccarsi al fondo ma invece di condensarsi in denso succo.

Accortisi che l'acetosa ebbe una felice condensazione, si avrà cura di ritirarla prontamente dal fuoco per versarla in vasi di terra. Raffreddata che sia, la si coprirà di buon strutto di burro, oppure di olio d'oliva perfetto. La cucinatura è pari a quella dello spinaccio. L'acetosa comune serve nelle cucine per molti usi, come sarebbe per guarnizione ai lessi (carne di manzo, vitello, polli, ecc.) ed agli arrosti di qualunque specie essi sieno. Ricordiamo che le foglie dell'acetosa sono atte segnatamente per rialzare il cattivo gusto di altre verdure.

---

(1) Vedi alle salse.

Se la nostra massaia, o cuoco, hanno la fortuna di avere un orto proprio, ricordiamo che affinchè le foglie dell'acetosa abbiano ad essere sempre tenere ed adatte per la cucina, fa d'uopo tagliarle sovente, così se ne otterranno i migliori risultati nel cucinarle.

ACETOSA A GRANDI FOGLIE.

Chiamata anche *Acetosa di Belleville,* viene anch'essa seminata in primavera o in autunno in un terreno leggiero come gli spinacci ed offre alla cucina — come tutte le altre varietà di acetosa — la stessa utilità, e cioè migliora il gusto talvolta insipido di certe verdure. Le foglie sono grandissime, di un verde pallido; poco acidula se la pianta vien coltivata al fresco, gustosissima invece se allevata al sole. E affinchè la nostra massaia, cuoco o cuciniera, sieno meglio a conoscenza delle diverse qualità di acetose, ricorderemo loro che vi è anche l'*acetosa d'Olanda, l'acetosa ricciuta,* che ha foglie un po' increspate e *l'acetosa sterile,* la quale non produce seme, ma si moltiplica dividendola in primavera. Tutte servono per lo stesso uso di cucina tenendo il processo solito per la ebollizione, ecc., ecc.

ACETOSA SPINACCIO (*Rumex patientia*).

Anche questa pianta ha le foglie di un gusto gradevolmente acidulo molto salubre, e, appunto per le sue qualità dovrebbe maggiormente venir coltivata nei nostri orti, perchè ci somministra un'ottima verdura nell'inverno e nella primavera, allora appunto che la cucina è sprovvista di verdure. Le foglie dell'acetosa spinaccio si cucinano nello stesso modo degli spinacci e forniscono un cibo molto sano e proprio a mitigare il grasso delle carni.

ACETOSELLA (*Oxalis crenata - Oseille*).

I tubari di questa pianta non oltrepassano la grossezza di un uovo di piccione e somministrano un cibo leggero e molto gradevole, ma però un poco acido, al quale difetto si può rimediare cambiando loro l'acqua giunti che

siano ai tre quarti della bollitura. Anche le foglie si possono allestire a guisa dell'acetosa comune e degli spinacci, e quando sono assai teneri anche in insalata. È l'acetosella chiamata anche *oca peruviana* (ciò per norma d'un bravo cuoco) e produce un eccellente sale. Quella di Deppe (*Oxalis Deppei*) fornisce per la tavola ottime radici carnose semitrasparenti, che si fanno cuocere nel modo stesso degli spinacci. In Francia è stata ultimamente introdotta una varietà denominata *acetosella rossa,* che non differenzia molto da quella comune ad eccezione del color della pelle di un rosso carminato vivo. In tutti i principali alberghi e case private se ne fa uso in unione al lesso, agli arrosti od anche come antipasto.

AGARICO CESAREO (*Agaricus cæsareus - Agaric*).

Questo fungo chiamato agarico cesareo, aveva un pregio grandissimo presso gli antichi romani, che lo chiamavano *Cibo degli Dei* e molti poeti latini lo cantarono sotto il nome di *Boletus*. Esso, al suo primo comparire, presenta la forma di uovo, essendo tutto ricoperto dalla sua bianchissima vulva, la quale non tarda a screpolarsi dalla parte superiore in molti lobi, per lasciare libero il cappello ed il gambo che rapidamente si sviluppano. Un bel color rosso arancio tinge lo sferico cappello più o meno largo, che sovrasta ad un gambo cilindrico, pieno, gialliccio, con collarino membranoso riboccato. Si mostrano ineguali, rossette e giallastre le lamine sottoposte al cappello. Questo fungo cresce specialmente in autunno e raramente in primavera nei boschi, e quantunque diffonda un debole odore supplisce col suo gustosissimo e delicato sapore. Conviene stare in guardia per non confondere questo fungo innocentissimo coll'altro malefico chiamato *Agaricus muscaris*.

L'agarico cesareo lo si può cucinare in diversi modi e cioè alla graticola, al sugo di pomi d'oro, in frittura, ecc.

Alla graticola si tiene il seguente processo: si sceglieranno i funghi di non troppo ampio cappello, staccandoli dal gambo e togliendovi diligentemente la pellicola con

coltellino, si ripuliranno per bene e dopo averli lavati si porranno a sgocciolare sopra una salvietta. Si farà poi un fine tritume sul tagliere, con la mezzaluna, composto di una parte del gambo staccato, prezzemolo ed aglio, e se ne porrà una porzioncella entro ciascun cappello di fungo; si salerà a dovere, coll'aggiunta di un pizzico di pepe, per chi piace, si condirà con olio di oliva e si disporranno i cappelli dei funghi, così preparati, sulla graticola per farli cuocere a fuoco lento, circa 15 minuti. Si servono caldi.

Al sugo di pomi d'oro. Dopo la solita pulitura, si taglieranno i funghi in sottili fetterelle, si laveranno e asciutti che siano si porranno in casseruola con due spicchi d'aglio interi ed una sufficiente quantità di sale. Al momento però di mettere i funghi in casseruola, vi si aggiungerà della salsa di pomidoro già condensata, od anche semplicemente il pomidoro privo di pellicola e di seme, ben trito sul tagliere. Inutile dire che possono essere serviti caldi col lesso, polli, arrosti, ecc. Si avverte però che se questi funghi si cucinano per condimento soltanto, allora vogliono essere affettati e triti molto più sottilmente.

In frittura. Si sceglieranno i funghi più belli e grossi; si puliranno e si laveranno a dovere per porli in casseruola con una foglia d'alloro, salvia, uno spicco d'aglio, un poco d'origano, sale ed un mestolino di acqua appena inacidita con poche goccie di aceto o limone. Si faranno bollire per due minuti, sgocciolati sullo staccio e fatti poi in tante fetterelle dello spessore di circa un centimetro e lunghe quanto il cappello. Si immergerà fetta per fetta in pasta piuttosto soda fatta con farina di grano, uno o due tuorli d'uovo, un pochino di vino bianco o di acqua, ed un gocciolino di buon olio d'oliva. Si friggeranno in padella a fuoco ardente all'olio d'oliva, o al burro, o allo strutto come meglio piace e si serviranno assai caldi. Questi funghi così preparati giovano come eccellente guarnizione ai piatti di carne in genere.

Essicati. Questi funghi si possono conservare anche essicati, sebbene non conservino tutto il loro gusto. Si infileranno i cappelli puliti e scevri della loro pellicola in

lunghe agugliate di refe, e così si farà dei gambi divisi per metà nel senso della lunghezza. Si disporranno queste corone alle finestre od in altri luoghi per farli bene essicare al sole. Quando i funghi sono secchi si ritirano e si conservano in sacchetti di carta resistente. Volendone far uso si fanno rammollire per più ore in acqua calda e si cucinano poi a piacere come i freschi.

Per tal modo si essicano e si cucinano nel modo suddescritto anche tutti gli altri generi di funghi mangerecci. Certo che la cottura che più piace è sempre la migliore.

Accenneremo per ultimo che l'*agarico prugnolo* (*agaricus prunulus albellus, agaricus aromaticus*) al quale vengon date diverse denominazioni è il più ricercato. Anche l'altra varietà e cioè l'*agaricus prunulus isabellinius* è del pari squisito. Si fanno ripieni come gli *agarici cesarei*, al forno, alla semplice, in frittura, in frittata, ecc.

Il processo *alla semplice* è il seguente: si pongano in una casseruola i prugnoli, puliti e ben lavati, con prezzemolo trito, sale, olio, o burro a piacere. Si faranno crogiuolare a lento fuoco per dieci minuti circa, quindi ci si aggiungerà un mestolino di brodo o d'acqua, portandoli alla voluta cottura per il tempo di una buona mezz'ora, aggiungendo brodo od acqua al bisogno, ma in tale dose, che giunti al punto non rimanga nella casseruola che l'olio od il burro bello e chiaro. Si serviranno soli o accompagnati da crostini.

Nello svolgere di quest'opera il lettore troverà sotto altre rubriche diverse ricette di cucinazione degli agarici alle quali lo rimandiamo.

Diremo finalmente che anche questi funghi si possono conservare per la stagione invernale sotto olio od all'aceto od anche essicati.

Del resto le due migliori qualità di funghi sono i cesarei ed i prugnoli.

AGLIATA DI FUNGHI FARINACCI.

I funghi chiamati farinacci si cucinano al pari degli altri, ed in questo caso si prenderanno i gambi ed i cappelli di

detti funghi e si faranno bollire per circa un quarto d'ora in acqua salata coll'aggiunta di un buon mezzo litro di aceto con spicchi d'aglio, alloro, origano, salvia, che si toglierà dai funghi, dopo che si saranno fatti ben sgocciolare nello staccio. Si taglieranno in più parti e si metteranno nella padella con prezzemolo ben trito ed olio a sufficienza.

Si friggeranno a fuoco vivo ed allorchè avranno raggiunta la completa cottura vi si verserà celeremente sopra, mescolando con speditezza mediante cucchiaio di legno, l'agliata fatta con due spicchi d'aglio pestato nel mortaio con una mollica di pane inzuppata nell'aceto e resa liquida con un altro mezzo bicchiere di forte aceto. Appena versata l'agliata nella padella e mescolati rapidamente i funghi per circa un minuto, si verseranno nel piatto e si serviranno caldi.

AGLIO (*Allium sativum - Ail*).

Anzitutto diremo che l'aglio dev'essere fatto asciugare per bene al sole se lo si compera appena divelto dalla terra, e poscia intrecciato a mazzi si abbia cura di sospenderlo in luogo difeso dal gelo ed asciutto affinchè non germogli, e così lo si possa conservare per tutto l'anno.

È nel mese di giugno che si contorcono gli steli e si coricano sulla terra per il necessario disseccamento e per il concentramento della linfa a proficuo dei capi di esse, che si trovano sotterra. Alla fine di giugno o di luglio l'aglio è pronto per i condimenti, pei quali in gran parte viene usato. L'uso dell'aglio è antichissimo; basti dire che gli Egizii lo avevano divinizzato assieme alle cipolle. I Romani ne facevano grande uso, e checchè se ne dice, l'aglio somministra un grato sapore alle salse, ai brodi, alle carni, al salame, ecc., ed è preferito dal povero nello stesso modo che i ricchi prediligono le acciughe. L'aglio aumenta l'appetito e facilita la digestione, ed è utile anche nella farmaceutica per le sue proprietà tecniche, tanto è vero che nella composizione dell'aceto dei quattro ladri esso ha la sua parte. Nei condimenti però si abbia precauzione di non

lasciare gli spicchi d'aglio interi, ma palpati che sieno e somministrato il sapore al burro, all'olio, o a qualunque altro intingolo, toglierlo prontamente che tanto e tanto la sua presenza nel piatto è proprio superflua.

Agli schifiltosi diciamo di aver pazienza e di sopportare il sapore dell'aglio che è tanto necessario, e se proprio non piacesse loro sentire in bocca tale sapore, mastichino un poco di prezzemolo, fave fresche o foglie di ruta e troveranno l'invocato giovamento.

Quindi un bravo cuoco deve mascherare più che può di aver ricorso all'aglio, e non deve risparmiarlo a quelle pietanze che richieggono il suo sapore essendo provato che è cosa sana.

ARMORACCIO (*Cochlearia armoracia - Raifort sauvage*)

chiamato anche *Rafano selvatico o rustico.* Le radici di questa pianta erbacea sono grosse, carnose, di odor forte piccante che si avvicina alla senape, e offrono per la cucina un condimento ottimo nelle vivande e particolarmente colle carni. Si usa grattugiarlo e si condiscono con sale ed aceto, chiamandosi *cren, kren, senapa dei Cappuccini,* ecc. Detta salsa, qualora la si voglia fare più elegante, non nel modo semplice di mettere la radice raschiata ad infondere in aceto, la si può ottenere col gettare il *cren* nella panna facendola bollire, e coll'unirvi mandorle dolci peste e sufficiente zucchero in polvere.

ATREPLICE (*Atriples hortensis - Arroche des jardins*)

detta anche *Bella dama, buona dama.* È pianta annua che si semina nel mese di marzo, in un'aiuola il di cui terreno sia grasso, sabbioso e piuttosto umido. Spuntate le pianticine, si devono diradare se riescono troppo fitte, somministrando frequenti inaffiamenti e tenendole sempre nette dalle cattive erbe. Questo ortaggio ha il pregio di produrre foglie a larghe proporzioni e tenere, agendo cura di coltivarlo e seminarlo ogni quindici o venti giorni per conservargli le qualità che lo rendono pregevole. Le foglie

dell'atreplice forniscono un cibo molto salubre, benchè di un gusto meno delicato dello spinaccio. I cuochi però tolgono l'insipido gusto coll'aggiungervi foglie di acetosa, facendone con esse dei piatti gradevolissimi. I Greci coltivavano l'atreplice su vasta scala, così i Romani, ed anche oggidì al nord e nel mezzogiorno della Francia se ne fa un gran consumo come piatto di condimento al manzo lessato, vitello, pollo, ecc. Si cucinano precisamente come gli spinacci e si adoperano benanco per fare zuppe di magro. L'atreplice ha foglie di color verde pallido, e l'altra varietà che si coltiva, egualmente utile, ha le foglie di color rosso sanguigno, le quali, guardate contro il sole, producono un effetto magnifico, motivo per cui coltivasi piuttosto come pianta d'ornamento che come commestibile.

ASPARAGI (*Asparagus officinalis - Asperge*).

Gli asparagi si moltiplicano per mezzo di seminagioni oppure per radici. Non è vero che l'impianto di una sparagiaia sia costosissimo perchè si crede generalmente al bisogno di creare una fossa profonda di un metro, larga uno e mezzo e lunga secondo il bisogno. Questo eccesso di drenaggio è inutile. Si prepara a tale uopo un'aiuola ben esposta, ben dissodata, e con terra bensì sostanziosa, ma leggera e sabbiosa, spandendovi sopra la semente, ovvero disponendola in file parallele, piuttosto rade, e ricoprendola leggermente, assodando col piatto della vanga e colla mazzeranga, e inaffiando specialmente ai primi mesi. Se le pianticine riuscissero troppo fitte, si avrà cura di diradarle mantenendole sempre libere dalle cattive erbe. Al secondo o terzo anno con queste piante si possono formare le sparagiaie levando allo spazio loro dedicato 30 centimetri di terra, spandendovi uno strato di stallatico ben consumato e formando piccoli mucchi di terreno all'altezza di 5 centimetri e distanti fra loro (a scacchi) di 60 centimetri, sulla sommità dei quali si porranno le radici di asparagi, avendo cura di far aderire le radichette laterali fortemente alla terra.

Una volta a posto le radici si ricopre tutto con un buon terriccio misto a stallatico. Sebbene l'opera nostra sia

estranea al modo di coltivazione degli ortaggi, non trattandosi che della loro cottura, tuttavia crediamo che qualche breve nozione sui principali e più interessanti non dispiacerà e alla buona massaia e al bravo cuciniere. Almeno si saprà come nascono e come si coltivano, e non solamente come si cucinano.

L'asparagio è troppo conosciuto e quindi noi non enumereremo tutte le sue qualità ed i suoi pregi; concluderemo solamente esprimendo il desiderio che tutte le nostre massaie abbiano ad estendere maggiormente la coltivazione di esso, la quale può certamente prendere delle proporzioni grandissime e fornire questo prezioso legume sulle nostre tavole, molto più lungamente di quanto non si ottenga ora. Vi sono molte varietà di asparagi, ma quelle da preferirsi in cucina sono le seguenti:

L'Asparagio verde di Borgogna è il più gustoso ed il più apprezzato anche per la sua novità e per la sua produttività. Non richiede cure speciali, ma va trattato come le varietà nostrali, in confronto delle quali è anche assai più precoce. Ha poi un sapore delicato e i suoi turioni s'induriscono meno presto e vegetano candidi, soffusi alle squame di un giallolino verdognolo che si conserva pure in avanzata maturità.

Asparagio di Milano. Frutto di grossezza mediocre, ma molto squisito. È la sola varietà coltivata nei dintorni di Milano ed assai ricercata perchè la più rimunerativa.

Asparagio primaticcio d'Argenteuil. L'importanza giustamente meritata che si dà alle primizie fa apprezzare questa varietà che fruttifica quindici o venti giorni prima di tutte le altre varietà.

Asparagio d'Ulma. È dell'eguale grossezza di quello d'Olanda, ma più precoce. I suoi getti sono di bellissime dimensioni e quasi completamente verdi a punta tinta di rosso violaceo.

Asparagio di Bassano. Eccellente qualità con turioni grossissimi ed a punta bianca.

Asparagio colossale di Connover con frutto enorme, veramente mostruoso, è di un sapore prelibatissimo. È originario dell'America. E per ultimo citeremo l'*asparagio*

d'Olanda, con turione di discreta dimensione e colle estremità pavonazze o rosa.

Anche presso gli antichi l'asparagio è stato sempre tenuto in grande onore, e Galeno, Catone, Columella, Plinio, Ateneo, ecc., per le sue virtù diuretiche in sommo grado, lo magnificarono.

Vediamo ora con quali mezzi si possono conservare per l'uso domestico anche dopo la loro stagione. Si dà mano ad una buona scelta degli asparagi che si vogliono conservare, e dopo averne tagliata la parte inferiore dura e bianca, si farà loro dare una bollita con poco sale. Per un quarto d'ora si lascieranno immersi nell'acqua fresca e sgocciolare, quindi si schiereranno in un vaso quasi pieno di acqua e di aceto in eguali proporzioni con sale in sufficiente quantità, diversi chiovi di garofani, ed un cedro tagliuzzato a pezzetti. Vi si porrà sopra del buon burro liquefatto e si conserveranno in luogo sano non umido e non caldo. Volendo metterli in tavola, si dovranno dapprima lavare in acqua tiepida per poi passarli in acqua fredda affinchè abbiano a riprendere la loro freschezza.

Un sistema che tornerebbe assai utile all'asparagio stesso, perchè gli conserverebbe maggiormente il suo sapore, sarebbe quello di farlo cuocere col solo vapore, non immerso, cioè, nell'acqua. Si involgeranno gli asparagi in una pezzuola di tela e si legherà con fune detto involto alla catena del fuoco sopra una larga caldaia, nella quale si farà bollire continuamente una data quantità d'acqua senza però che abbia a bagnare gli asparagi stessi. Si farà attenzione di tener vivo il fuoco e continuare la bollitura.

Si possono anche far cuocere a bagno-maria, e cioè rinchiudendo in un piccolo recipiente privo d'acqua, quella quantità di asparagi che si desidera, ponendolo entro recipiente d'acqua bollente. Si avrà attenzione di tener chiusi gli asparagi ermeticamente e di far continuare l'ebollizione dell'acqua stessa, aggiungendovene in piccole quantità mano mano che essa diminuisce per l'ebollizione stessa. Si possono far cuocere a vapore nel modo stesso dei carciofi. Vedi: Carciofi al vapore.

ASPARAGI ALLA CREMA.

Si prenderanno soltanto le punte degli asparagi e si faranno cuocere in acqua bollente salata (un chilo di punte o due, secondo il bisogno). Frattanto che bollono, per il che bastano quindici minuti, si preparerà del pane francese tagliuzzato a fette di tre o quattro centimetri, togliendovi però la crosta, e mediante foro che si praticherà in ogni fetta vi si porrà un pezzo di burro, facendole abbrustolire a fuoco vivo — nel forno, meglio — sino a che le fette stesse avranno preso un bel colore dorato. Sgocciate le punte degli asparagi, si avrà cura di porle nei fori suindicati del pane tenendo il tutto al caldo. Frattanto si farà bollire mezzo litro di latte, ponendovi poi entro quattro tuorli d'uova e mischiando sempre sino a che il composto prenda consistenza. Lo si torrà prontamente dal fuoco, e dopo avervi posto un poco di burro, un pizzico di sale e pepe, si verserà sul pane e sugli asparagi. È questo un piatto eccellente e che deve essere servito caldissimo.

ASPARAGI ALL'OLANDESE.

Lavati e puliti gli asparagi nel modo di pratica (un mazzo o due, secondo il bisogno), si porranno a cuocere in acqua bollente lievemente salata. Cotti che siano ed asciugati, si porranno sopra un piatto, dividendoli metà da una parte e metà dall'altra, facendo però in modo che le punte si abbiano a trovar riunite nel mezzo del piatto stesso. Si farà poi sciogliere in padella un etto (o due) di burro, aggiungendovi un poco di farina e brodo, mescolando il tutto sino a che bolla, ed allora vi si aggiungerà una o due foglie di lauro, cipolla trita, sale e pepe quanto basti, prezzemolo trito ed infine tre tuorli d'uova ben sbattuti. Non più di cinque minuti sarà l'ultima bollita, quindi levando la padella dal fuoco, vi si porrà del succo di limone, versando questa salsa sugli asparagi. Si servirà caldissima.

ASPARAGI ALL'OLIO ED ALL'ACETO.

Si prenderà un mazzo d'asparagi e si taglieranno ad eguale lunghezza, facendoli poi cuocere nell'acqua e sale.

Quando son cotti, si lascieranno freddare, quindi si stenderanno in bell'ordine sopra apposito piatto bislungo, e al momento di metterli in tavola vi si verserà sopra la rispettiva salsa composta coll'olio ed aceto.

Gli asparagi alla *salsa bianca* si preparano nello stesso modo. Stesi sopra il piatto vi si versa lor sopra una salsa bianca.

ASPARAGI CON PANE TOSTO.

Lavati per bene gli asparagi e raschiato a ciascuno il gambo, si metteranno, legati in mazzo, in una pentola d'acqua bollente, debitamente salata, e lasciandoli cuocere per venti minuti circa. Nel frattempo si farà tostare del pane, tagliuzzato a modo di dadi, senza però la crosta, e sopra di esso vi si porrà un pezzo di burro. Cotti che siano gli asparagi e sgocciolati si scioglierà il mazzo e in bell'ordine si porranno sul pane stesso, avendo cura che le cime abbiano a rimanere tutte da un lato. Prontamente si farà fondere in una padella, un etto di burro con un poco di farina, mescolando ed aggiungendovi un pizzico di sale e pepe. Rosolato per bene il burro lo si verserà caldo sugli asparagi servendoli prontamente in tavola.

ASPARAGI CONSERVATI ALL'APPERTO.

Questo egregio gastronomico compose il seguente processo per la conservazione degli asparagi che ha sempre dato ottimi frutti. Si taglieranno gli asparagi ad una lunghezza conveniente, atti ad entrare in piedi in una bottiglia con larga imboccatura, nella quale si collocheranno colla punta verso il fondo. Per metterli in bell'ordine si adopererà un bastoncino appuntito sull'estremità inferiore, il quale s'introdurrà fra gli asparagi per modo di avvicinarli l'un l'altro. Ad ogni introduzione, il bastone viene surrogato da un asparago, e ciò sino al completo riempimento della bottiglia. Colma che sia (una, due, tre, quattro bottiglie) la si porrà a bagno-maria, ma non turata, immersa per tre quarti della sua altezza, facendo scaldare piano

piano e bollire il bagno-maria per circa quindici minuti affinchè il vetro della bottiglia possa riscaldarsi tanto che basti per ricevere dell'acqua bollente che si sarà tenuta in disparte. In quest'acqua si verserà del sale, e si empirà la bottiglia senza però ritirarla dal bagno-maria. Allorquando gli asparagi sono sufficientemente cotti, si turerà per bene la bottiglia. Quando si vuole servirsene si laveranno prima di tutto in acqua tiepida e poi si passeranno in acqua fresca.

ASPARAGI FRITTI.

Si taglieranno le punte ad un mazzo di asparagi e si faranno bollire in acqua salata per quindici minuti circa, lasciandole in seguito scolare. In una padella si porrà un cucchiaio di zucchero, un pizzico di sale, del pepe, un mezzo bicchiere di panna, nella quale vi si sarà sbattuto un tuorlo d'uovo e mezz'etto di burro. Si porrà il composto sul fuoco mescolando lentamente per cinque o sei minuti, facendovi poi in esso friggere le punte summentovate. Si serviranno caldissime.

ASPARAGI IN PISELLI.

Si taglieranno a pezzetti, della grossezza di un pisello, gli asparagi verdi, servendosi ben inteso della sola parte tenera, e si getteranno in acqua bollente salata debitamente. Allorquando sono quasi cotti, si stilleranno e si porranno in casseruola con un etto di burro fresco ed un poco di zucchero fino, spruzzandoli con molta farina e bagnandoli con un poco di brodo, oppure con salsa vellutata. Cotti completamente si incorporerà loro due o tre tuorli d'uovo sbattuti per bene, e si serviranno da soli caldissimi, oppure con lingua, pollo lessato, ecc., ecc.

ASPARAGI IN STUFATO.

Si prenderà un mazzo di asparagi e si laveranno in acqua fredda per pulirli bene, quindi si taglieranno a pezzetti lunghi due centimetri e mezzo circa, levando loro però il gambo, e si faranno cuocere in acqua bollente, aggiungendovi un pizzico di sale. Cotti che siano si faranno scolare,

per poi, ben asciutti, metterli in casseruola assieme ad un cucchiaio di farina, un etto di burro ed un quinto di panna o latte, un poco di sale e pepe, e lasciandoli sul fuoco sino a che principierà la bollitura. A questo punto si leveranno e si serviranno in tavola.

BARBA DI BECCO - SCORZO BIANCA.

(*Tragopogon pratense - Salsifis*).

Le piante delle barbe di becco si raccolgono verso la fine di febbraio o marzo, tagliando col coltello contro la radice, in modo che rimanga ancora un poco di corona affinchè le foglie abbiano a restar riunite; si sbarazzano queste piante dalle lor foglie esterne e di quella piccola agglomerazione delle interne, formando dei mazzetti che si consegnano in cucina. Si fanno bollire in acqua leggermente salata, quindi si sgocciolano e si servono conditi col burro oppure con quella salsa che meglio piace. Questa verdura è molto salubre, e possiede un gusto delizioso, fino, delicatissimo ed è molto apprezzata perchè è una delle prime verdure primaverili. Le radici poi della *barba di becco bianca* somministrano un cibo sano e delicato e fatte cuocere nell'acqua semplice ed acidulata si servono in insalate, oppure fritte o condite con burro unite alle carni, al pollo, ecc., come la *scorzonera*.

BARBABIETOLA (*Beta vulgaris - Betterave*).

Ognuno sa che la barbabietola è radice carnosa, tonda, zuccherina, originaria del mezzodì dell'Europa. Da questa pianta non solo l'agricoltura trae grandi vantaggi, ma è preferita anche per gli usi domestici perchè alquanto nutritiva. La seminagione si effettua in febbraio e marzo in terreno fresco, profondo, pingue; il raccolto dei frutti in agosto. Si fanno cuocere generalmente in un forno, si pelano e si tagliano a fette più o meno sottili, colle quali si fanno delle insalate condite semplicemente con olio, aceto e sale.

Molte sono le varietà che si coltivano, ma poche servono per gli usi domestici, e sarebbero: la barbabietola gialla,

tonda, zuccherina; quella rossa, lunga, grossa; la vittoria a fogliame rosso, e la tonda rossa, precocissima. Si possono anche condire le barbabietole colla senape.

BARBABIETOLE BOLLITE.

Per far bollire le barbabietole si avrà cura dapprima di lavarle. Badisi di non tagliarle nè raschiarle, perchè se si rompesse la pelle perderebbero sapore e colore. La cottura si ottiene per quelle giovani in un'ora, per le vecchie in quattro. Nell'inverno accade che rimangono sempre dure ed allora bisognerà lasciarle in acqua fredda una notte intera, ma se anche dopo ciò la durezza continuasse allora si devon mettere da parte perchè non sono più mangiabili.

Avvertesi che le barbabietole si devono far cuocere in acqua bollente, quindi metterle in acqua fredda per alcuni minuti (5 o 6) e poscia levar loro la pelle con un pannolino.

Si taglieranno a fette spruzzandole di sale e pepe e versandovi sopra burro liquefatto.

La cottura può essere anche fatta al forno. Quelle cotte che non si servono subito si porranno in aceto, se voglionsi usare in insalata.

BARBABIETOLE ALLA SALSA DI CREMA.

Si prenderanno delle barbabietole dolci e bianche e si faranno bollire nel modo indicato all'articolo *barbabietole bollite*. Cotte che siano, si leverà loro la pelle e si tagliuzzeranno a dadi. Si porranno sopra un piatto caldissimo e vi si verserà sopra una salsa di crema.

Il numero delle barbabietole è sempre adeguato al numero delle persone che le devono mangiare.

BARBABIETOLE IN SALSA PICCANTE.

Si fa cuocere quel numero di barbabietole che si reputerà necessario, quindi si leverà loro la pelle, e si tagliuzzeranno a pezzetti od a fette, ponendole in un vaso di terra.

Frattanto si metterà in un recipiente di ferro smaltato mezzo litro d'aceto vero di vino, tre o quattro pizzichi di *macis* ed altrettanto *zenzero*, più uno di pepe piuttosto abbondante. Facciasi bollire il tutto e lo si levi poi dal fuoco aggiungendovi uno o due (secondo la grossezza) ramolacci grattugiati, e si versi sulle barbabietole prontamente.

Si ponga la terrina in luogo fresco e dopo alcune ore si serva.

BASELLA BIANCA (*Basella alba - Baselle blanche*).

Questo ortaggio è conosciuto sotto il nome di spinacio del Malabar, e lo si semina nel mese di marzo entro cassoni, sovra un letto caldo. Le foglie della *basella* si possono allestire come gli spinaci, e forniscono un cibo sano e gradevole, specialmente nei paesi meridionali durante l'estate, là dove a cagione dei grandi calori, riescirebbe difficile avere altre verdure.

Oltre la basella bianca, coltivasi anche la rossa, possedendo essa la medesima proprietà e richiedendo la stessa coltivazione. Vi è pure un'altra basella a grandi foglie introdotta dalla Cina, detta a foglie di lattuga, che è assai delicata e più produttiva delle prime.

BASILICO (*Ocymum basilicum - Basilic*).

Questa pianticella odorosa, d'origine indiana e persiana, si semina in aprile e maggio in buona terra ed a mezzodì. Il basilico, a cagione del suo odore gradevole e fortemente aromatico, viene adoperato per condimento, per confettura e anche per profumo. Da noi oramai questo aroma è quasi bandito, mentre nella cucina genovese lo si conserva ancora. Si possono adoperare i fiori e le foglie per aromatizzare le bibite. Le foglie, diseccate all'ombra, si polverizzano e si racchiudono entro vasi per servirsene all'occorrenza spargendone qualche pizzico sulle vivande.

Oltre il basilico comune coltivansi altre varietà: il basilico fino verde e quello a foglie di lattuga.

BIETA DA COSTOLE (*Beta cicla - Bette à carde*).

Questa pianta vegeta dovunque, in terreno però molto concimato. La si semina in marzo e la si trapianta a quaranta centimetri distanti da una pianta all'altra e le costole si consumano in autunno. Seminando invece nei mesi di luglio od agosto si mangiano in primavera. Le costole delle bietole bianche sono le migliori per la cucina; si fanno bollire nell'acqua con sale, indi si sgocciolano e si rimettono a cuocere con quella salsa che più aggrada; la parte verde delle foglie, ovvero lo spoglio delle costole, può egualmente essere utilizzata, unita all'acetosa, come gli spinacci. La bietola da costola bianca è la migliore di tutte; vengono in seguito la bionda comune a larghe coste e quella a cardo rosso.

La *bietola da erbuccie* deve considerarsi come tipo dell'antecedente, solo che non avendo i pezioli e le costole così ampie, viene in cucina adoperata puramente la parte verde, a guisa degli spinacci, unita alle foglie dell'acetosa. Si usa in minestra, nelle frittate e simili.

BISQUÉ DI RAPE.

Si porrà un chilo di carne in una pentola, assieme ad una cipolla tagliuzzata e a quattro grosse rape, facendo bollire per un'ora circa. Dopo si passerà il tutto per staccio, riponendo il composto nella pentola, aggiungendovi mezzo litro di latte e facendo cuocere a dovere. Si condirà con sale e pepe, e si servirà prontamente. Qualora la zuppa riesca troppo densa vi si unirà del latte da renderla a giusta densità. Un cucchiaio di burro mescolato nella zuppa al momento di versarla in tavola la migliora assai.

BODINO DI SPINACCI CON FUNGHI.

Facciasi bollire in acqua salata una quantità di spinacci ben puliti, e pochi minuti dopo di cottura, si faranno sgocciolare, spremendoli fortemente con le mani, pestandoli poi nel mortaio per passarli in ultimo allo staccio di crine. Quindi si porranno in casseruola con un buon pezzo di

burro e poche goccie di limone, facendoli sobbollire per poco tempo, versandoli quindi in un piatto, e freddati che siano, si aggiungeranno due o tre tuorli d'uovo ben frullati. Si metterà quindi questa pasta di spinaci in forma adatta, rotonda od ovale, con un vuoto nel mezzo e ben unta di burro. Si farà cuocere per un'ora a bagno-maria con fuoco moderato anche sopra la forma, posto su di un apposito coperchio. Ritirata a tempo la forma dall'acqua bollente e lasciata alquanto freddare, si capovolgerà il bodino sul piatto, ed il rotondo o l'ovale si riempie di funghi deliziosi preparati alla semplice come i prugnuoli, ma fatti a piccoli pezzi. È questo un piatto delicato, gustoso e di bella vista.

BODINO DI PATATE CON PRUGNOLI.

Si monderanno per bene delle patate, tagliuzzandole poi a quarti privandole accuratamente di tutte le gemme. Si laveranno e si faranno cuocere in acqua ben salata con mezza scorza di limone, facendo continuare la cottura sino a tanto che non si spappolino. Si metteranno allora sopra lo staccio per lasciarle sgocciolare, levando la scorza e versandole tosto in un piatto profondo per poterle frangere bene con un cucchiaio di legno acciò non vi restino grumi. Si aggiungerà un bel pezzo di burro fresco e del fiore di latte a poco a poco continuando a sbattere fortemente col cucchiaio finchè non risulti una pasta bianchissima, assai fioccosa e sodetta. Si aggiungeranno allora quei tuorli d'uovo ben frullati che possono essere sufficienti a rassodarla quando è cotta. Si ungerà una forma da pasticcio, la si impannerà a dovere, versandovi la pasta di patata, praticandovi poi un bel foro nel mezzo, entro il quale si porranno i prugnoli cotti alla semplice, ma che siano possibilmente piccoli e tutti interi; si coprirà con altra pasta di patate, e si farà cuocere al forno il pasticcio. Giunto alla voluta cottura, lo si verserà in un piatto e lo si servirà caldo.

BODINO DI ZUCCHE.

Si farà cuocere una zucca con burro, drogheria e sale a proporzione, e passata poi allo staccio, vi si unirà della

mollica di pane inzuppata nel latte o panna, cannella in polvere, diverse mandorle amare, mostaccini ed un poco di pane grattugiato. Allorquando si vedrà che il composto si è ottimamente condensato, lo si verserà nella forma preparata (rotonda o bislunga a piacere) e si farà cuocere con fuoco sotto e sopra sino a che sia perfettamente crostato. Lo si servirà caldo.

BORRAGINE (*Burrago officinalis - Bourrache*).

Questa pianticella graziosa, indigena, annuale, che offre fiori azzurri dall'aprile al settembre ci somministra pure colle sue foglie un legume per la minestra e per le zuppe maritate coll'uovo. I ramoscelli più teneri invece, impastati e fritti, spruzzati di zucchero, servono d'ornamento per l'arrosto, i suoi fiori invece per frittata e per insalata. Vuolsi che detti fiori si possano adoperare per tingere l'aceto in turchino e che mangiandoli si mantiene in salute ed allegri.

Raspail disse che quest'erba può dare una bevanda saporitissima, migliore del the.

BROCCOLI (*Brocoli*) ALLA CREMA.

Si levino le foglie ed il torso ad un broccolo (o due secondo il bisogno) e avvolto proprio il fiore (come suol dirsi) in un pezzo di tela, affinchè non abbia a rompersi, lo si getti in acqua salata bollente per la durata di venti minuti circa. Prima però di questa operazione si avrà cura di metterlo in acqua fredda per mezz'ora. Cotto che sia il fiore lo si leverà dalla tela procurando di non romperlo e lo si porrà su di un piatto caldo colla base in alto. Vi si versi poi all'ingiro un quinto, o mezzo litro, di salsa di crema caldissima e si servi in tavola prontamente.

BROCCOLI E CAVOLFIORI ALLA PASTINA.

Tanto i broccoli, quanto i cavolfiori si cucinano dopo lessati col burro, sale e formaggio grattugiato ed anche con una salsa a piacere ma dolce, e cioè di panna, ecc. Ma si possono ben altrimenti cucinare in modo piacevolissimo e

cioè colla pastina all'olio che si comporrà col far liquefare 25 o 30 grammi di burro unitamente ad un mezzo cucchiaio di fior di farina, un pizzico di sale, sugo di un limone, olio d'oliva a proporzione e poca acqua, sciogliendo il tutto ed incorporando la sostanza con chiaro d'uova sbattuto, unendovi poi il rosso dell'uovo stesso.

I broccoli od i cavolfiori così cucinati si servono unitamente alle barbabietole con salsa composta di alici, capperi, prezzemolo, uno spicchio d'aglio, il tutto ben tritato, aggiungendovi per ultimo un poco di sale, il sugo di un limone, olio ed aceto. Composta così questa salsa la si verserà sopra i broccoli o i cavolfiori già preparati sul piatto.

BROCCOLI IN INSALATA.

Dopo aver fatti cuocere nell'acqua salata e sgocciolati uno o due broccoli, a seconda del bisogno, si asciugheranno per bene con pannolino disponendoli in un'insalatiera. Si preparerà a parte una buona salsa fatta con olio, aceto, capperi, due o tre acciughe e prezzemolo triti, e la si verserà sui broccoli.

Delle acciughe, oltre a quelle tagliuzzate, se ne possono aggiungere altre pulite e dimezzate ponendole sui broccoli. Se questi sono tiepidi allora che si servono in tavola, saranno vieppiù eccellenti.

BROCCOLI IN SALSA BIANCA.

Anzitutto si devono pulire i broccoli, lasciando il solo fiore, quindi metterli a bollire in acqua salata con un poco di farina. Giunti a giusta cottura (il che si verifica col premerli colle dita) si leveranno dall'acqua e si faranno sgocciolare. Disposti sopra apposito piatto vi si verserà sopra la salsa seguente: « Facciasi fondere in casseruola un pezzetto di burro con sale, pepe, un cucchiaio di farina, e poco per volta, mescolando sempre, un bicchiere d'acqua bollente. » Giunta la farina a cottura, si ritirerà la massa dal fuoco e la si legherà con un tuorlo d'uovo sbattuto prima assieme a diverse goccie d'aceto (quattro o cinque) o meglio con un pezzetto di burro, non rimettendo però la salsa al fuoco. È un piatto gustosissimo.

BRODO FARINACEO DI PATATA.

Si farà anzi tutto stemperare in poco brodo un cucchiaio di fecola e la si verserà così stemperata nel rimanente del brodo che si avrà messo sul fuoco in pentola e fatto bollire. Si farà attenzione di rimestare continuamente affinchè la sostanza non abbia a riuscire o troppo densa o troppo liquida.

CAPPERI (*Capparis spinosa - Caprier*).

È un arbusto delicatissimo e di difficile coltivazione per i Paesi Nordici, mentre è spontaneo nel Sud e nei luoghi riparati d'Italia. Si moltiplica per seme quando viene a maturanza, altrimenti si dividono i cespi separando i virgulti muniti di radici, che si piantano contro un muro al mezzodì, costruendo appositamente una specie di macigno traforato, i di cui buchi si riempiono di terra frammista a sabbia grossa e vecchie macerie di fabbrica. Il raccolto dei capperi lo si effettua nell'estate prima che i suoi bottoni abbiano a schiudersi, e si mettono nell'aceto, ove si conservano lungamente, e come si sa, servono per dare un gusto piccante a diverse salse.

CAPPERI IN SALSA COTTA.

Si farà stemperare un'acciuga in olio e burro a fuoco lento, quindi vi si porranno i capperi (un etto) con tre cucchiai di aceto e prezzemolo trito. La si può servire in tavola calda col manzo, coll'arrosto, ecc., e si può benissimo usarla fredda col vitello lessato e fatto alla *tonné*.

CAPPERI IN SALSA CRUDA.

Si prenda dell'olio d'oliva finissimo (in data proporzione), un etto di capperi ed il sugo di un limone. Si mescoli il tutto assieme e si serva in tavola.

CAPPUCCINA DI RISO.

Si farà tostare in una padella mezzo litro circa di riso, cotto dapprima in acqua e sale, unitamente a mezzo

bicchiere d'olio d'oliva, quattro acciughe tritate, ed una piccola cipolla. Non appena il riso avrà preso il bel colore dorato, si leverà la cipolla e lo si bagnerà poco per volta con brodo di rane e con sugo di olio, in modo che la minestra, raggiunta che abbia la piena cottura, si sarà condensata come un risotto.

CARCIOFI (*Cynara scolymus - Artichaut*).

Essendo il carciofo una verdura delicatissima, sana, saporita e ghiotta, se vuolsi, un legume infine importante nell'arte culinaria, ci estenderemo maggiormente sui modi di sua cucinatura, non tralasciando di dire due parole sull'opportunità della sua coltivazione.

La moltiplicazione dei carciofi si può ottenere col mezzo della semente e per rampolli o carducci. Nel primo caso producono piante più robuste e di maggior durata, nel secondo una riproduzione forse più esatta della pianta madre. È in aprile o maggio che spuntano gli steli muniti dei loro ricettacoli squamosi, i quali costituiscono appunto la parte utile, ossia mangereccia.

Il carciofo ha la figura d'una pigna e lo si raccoglie allora che le squame si trovano ancora riunite, e sono più apprezzabili quanto sono maggiormente voluminosi e colle squame grosse.

I ricettacoli dei carciofi si possono benissimo conservare gettandoli nell'acqua bollente e lasciandoli cuocere per metà. Raffreddati che siano, si devono spogliare delle prime squame esterne più coriacee e tagliare la base del ricettacolo fin contro le prime squame rimaste, e con un piccolo cucchiaio sottile da caffè, abilmente penetrato, estrarre dall'interno le pagliuzze pungenti (squame), le quali sono sempre incomode a mangiarsi.

Poscia si devono tuffare detti ricettacoli così mondati nell'acqua fresca lasciandoveli per due ore, dopo di che si estrarranno e si porranno ad asciugare sopra cannicci al sole per due giorni.

Qualora non fossero perfettamente asciutti si può benissimo passarli al forno a fuoco lentissimo, oppure in-

filzarli ed esporli ad una corrente d'aria. Quando voglionsi adoperare si immergono un'ora prima circa nell'acqua tiepida.

È un fatto che il carciofo offre un cibo saluberrimo, e si presta ad essere ammannito in diversi modi. Dumas insegna molte maniere di cucinarli, ed asserisce che furono guarite numerose malattie appunto per la sua virtù diuretica. Varrone scrisse che basta macerare la semente del carciofo in un sugo di rosa, di gigli o di alloro, per avere carciofi del sapore di questi.

I carciofi si possono anche dividere in due categorie e cioè spinosi e inermi. I primi comprenderebbero quelli che hanno le squame munite di acute spine e si prestano moltissimo a mangiarsi crudi coll'olio d'olivo, sale e pepe; i secondi invece cotti all'olio ed al burro. Di questi domestici ve ne sono diverse varietà, e cioè quella *verde grossa*, di Laon, quella di *camus* di Bretagna, la *violetto* o pavonazzo e quella di Provenza.

Ed ora entreremo a descrivere i diversi modi di cucinarli non senza ricordare che i carciofi si usano moltissimo per frammessi, specialmente quello *Maramaldo* ch'è di enorme grossezza, da 30 ai 35 centimetri di circonferenza, e pesa da 600 a 650 grammi. Vi sono poi le altre qualità di carciofi e cioè quello grosso italiano, quello violetto di Provenza, quello senza spine di Venezia, e quello a palla di Roma.

CARCIOFI ALLA GIARDINIERA.

Si levino le foglie più dure a sei carciofi, tagliando loro le punte ed il gambo. Si facciano bollire come al solito, quindi si asciughino. Nel frattempo si prepareranno due carote ed una rapa, facendole bollire in acqua salata. In un'altra pentola si faccia cuocere un pizzico di fagiuoli, bianchi se possibile, ed in un'altra casseruola delle punte di asparagi o di cavolfiore con mezzo litro circa di piselli. Ottenuta la debita cottura di tutti questi legumi, si lascieranno scolare per poi mischiarli assieme per bene, mischiandovi pure, allorchè le sostanze si saranno completamente unite, mezzo litro circa di salsa alla spagnuola. Fatti

sgocciolare i carciofi, si taglino a pezzetti in forma di rotelle, empiendole del miscuglio di legumi surriferito a modo delle pesche farcite. Si servono caldi assieme al lesso, all'arrosto, ecc.

CARCIOFI ALLA GRATICOLA.

Si facciano cuocere sei carciofi (o più, a seconda del numero dei commensali) alla graticola, dopo averli ben inteso puliti e levate le foglie più dure col gambo che è sempre superfluo, e tagliati nel mezzo si leverà loro la peluggine (o barba cosidetta) che vi si trova. Si saleranno e si spruzzeranno con un poco d'olio d'olivo e pepe, e si serviranno prontamente aggiungendovi un poco di spremuta di limone. I carciofi si mangiano anche crudi come il sedano con sale, olio e pepe. Vi si può aggiungere anche una goccia di aceto.

CARCIOFI ALLA LIONESE.

Si taglieranno i carciofi in diversi pezzi, levandone il gambo e tutte le foglie dure, quindi si laveranno e si stilleranno. Si spalmerà poi di burro il fondo di una casseruola, e vi si collocheranno i pezzi dei carciofi aspergendoli di sale e pepe, facendoli poi cuocere a fuoco lento, sia sopra che sotto, affinchè abbiano a prendere un colore dorato. A completa cottura, si disporranno in corona sul tondo e vi si verserà sopra il burro fritto, al quale si avrà dapprima aggiunto un pizzico di zucchero e tre cucchiai di salsa spagnuola. Si servono bollenti.

CARCIOFI ALLA SPAGNUOLA.

Si prenderanno tre carciofi o più, secondo il bisogno, si leveranno loro i fondi e si tagliuzzeranno in diversi pezzi dopo averli perfettamente puliti. Si porranno poi nell'acqua e sgocciolati che siano, si metteranno in una casseruola con pepe, cinque cucchiai di salsa spagnuola, altrettanti di *consommé*, ponendola al fuoco per un quarto d'ora circa. Prima di servirli in tavola, si faranno bollire per mezz'ora circa con fuoco sotto e sopra.

CARCIOFI ALL'ITALIANA.

I carciofi devono essere puliti e fatti cuocere debitamente lasciandoli sgocciolare e levando loro le foglie esterne più resistenti. Si metteranno sopra un piatto in modo che l'estremità dell'uno posi su quella dell'altro; vi si verserà sopra una buona salsa italiana e si serviranno prontamente in tavola. Si possono anche far cuocere lentamente, tenendo il seguente processo chiamato alla milanese:

Si porranno i carciofi in una terrina già spalmata di burro fresco, l'uno di fianco all'altro, quindi vi si porrà un pezzetto di burro nel mezzo di ogni carciofo, ponendovi sopra del formaggio di grana d'ottima qualità grattugiato finamente. Si copra la terrina e si faccia cuocere a fuoco mite, curando che i carciofi non abbiano a seccare per il troppo bollimento. Al momento di metterli in tavola, vi si verserà sopra dell'altro burro liquefatto e bollente, qualora fossero troppo asciutti.

CARCIOFI AL VAPORE.

Si prepareranno i carciofi mondati per bene, avendo cura di lasciar loro un gambo della lunghezza di due dita trasverse. Ciò fatto si porranno in una piccola casseruola con una piccola quantità d'acqua che non arrivi a toccare la base dei carciofi, avendo però la precauzione di tenerli tutti in piedi, facendoli, naturalmente, appoggiare gli uni agli altri e sostenuti, come si può comprendere, dal loro gambo. Eseguito ciò, si apriranno di molto i carciofi, versandovi nel mezzo di ciascuno una buona salsa fatta con pepe, sale ed olio. Coperta che sia la casseruola, si avrà cura di far bollire per bene l'acqua del fondo, procurando così ai carciofi stessi la vaporosa cottura.

CARCIOFI CON PEVERANDA ALLA FRANCESE.

Si devono tagliare i carciofi, secondo la loro grossezza, in quattro od otto pezzi, levandone il gambo e le foglie grosse, accomodando per bene le altre, soffregandole in

pari tempo con limone, ed affinchè non abbiano ad abbrunire, si devono porre nell'acqua con molto aceto. Al momento di servire si estraggono lasciandoli sgocciolare per bene, e dopo averli posti sur un piatto, vi si versi sopra una salsa ben fatta composta di sale, pepe, olio ed aceto. Naturalmente che i carciofi devono essere stati cotti prima in acqua bollente.

Così si cucinano pure i carciofi francesi, i quali hanno il ricettacolo a scaglie come sarebbe la pigna del pino. La salsa invece deve essere all'olandese od all'inglese.

CARCIOFI COTTI AL FORNO.

Si facciano cuocere per bene sei, otto, dieci carciofi, quel numero infine che occorre per mettere in tavola. Cotti che sieno si asciugheranno, avvolgendoli poi, ad uno ad uno, in una fetta di buon prosciutto e ponendovi sulla punta un pezzetto di cipolla. Si allineeranno per bene in una casseruola e si darà mano a triturare del lardo bianco (un etto) che si porrà in altra casseruola per farlo liquefare assieme ad un litro circa di brodo, ad un pizzico di prezzemolo triturato ed a sei funghi anch'essi tagliuzzati minutamente. Fatta questa composta di legumi, la si faccia bollire e la si versi quindi nel mezzo di ciascun carciofo. Si collocheranno poi in un forno a calore mitissimo per tre quarti d'ora, più o meno, a seconda della cuocitura più o meno affrettata cagionata dal calorico del forno. Prima di servirli in tavola si avrà cura di levare quel poco prosciutto che ancora rimanesse all'ingiro dei carciofi e sovrapponendovi della buona salsa all'Olandese. Inutile dire che il lardo, il brodo, il prezzemolo, ecc., si devono aumentare per fare la composta col numero dei carciofi.

CARCIOFI FARCITI.

Anzi tutto si devono far bollire sufficientemente, e poscia scolare. Supponiamo che la bisogna della tavola sia di dodici carciofi, e quindi per farcirli ci vorrà un etto di prosciutto cotto, mezzo chilo di carne di pollo, due cuc-

chiai di panna, uno di prezzemolo triturato, un pizzico di pepe, di sale e di noce moscata.

Si prenderà la carne di pollo ed il prosciutto e si sminuzzeranno ben bene, aggiungendovi poi tutti gli altri ingredienti e riempiendo l'interno dei singoli carciofi. Si porranno poi in una padella spalmata di burro e si faranno cuocere in un forno, a fuoco vivo per quindici minuti. Si serviranno in tavola caldi con la salsa di crema.

CARCIOFI FRITTI.

Dopo aver tagliati a pezzetti i carciofi lavati, e stillati si avrà cura di porli in una terrina con sale, pepe, olio di oliva ed una stilla d'aceto. Frattanto si preparerà in una padella da friggere due manate di farina, un uovo intero e due tuorli d'uovo, un poco d'acqua ed olio. Si faccia poi un miscuglio per bene, dopo di che si immergeranno i pezzetti dei carciofi in quella pasta gettandoli subito nella padella, ed agitandoli continuamente colla schiumarola. Acquistato che abbiano un bel colore, si leveranno dal fuoco, si faranno sgocciolare e quindi si schiereranno sopra un piatto coperto da una salvietta aggiungendovi un guernimento di prezzemolo fritto. Si dovranno servire in tavola caldissimi.

CARDI (*Cynara cardunculus - Chardon*).

Si semina il cardo ai primi di maggio collo stesso metodo dei carciofi, in terreno sciolto, grasso, profondo, e lo si raccoglie in novembre dopo averlo imbiancato in agosto e settembre, affinchè abbiano a conservarsi impagliati tutto l'inverno. I cardi imbianchiti, riescono un cibo sano e delicato; si apprestano in diversi modi nelle cucine particolarmente cotti al burro con cacio parmigiano, ed anche, se teneri, crudi con olio, sale e pepe, oppure in insalata dopo aver loro tolta la pellicola esterna ed i filamenti. Crudi si bagnano in una salsa bollente, fatta con olio fino, aglio triturato, acciughe e tartufi bianchi, quando se ne hanno. Questo cibo è molto gradevole e stimolante.

Dei cardi si coltivano diverse varietà, ma sono da preferirsi: il cardo a coste piene spinoso; quello senza spine grosso o di Spagna precoce. Vi è anche il cardo milanese molto voluminoso a pezioli grossi, assai riputato a Milano.

CARDI E PISELLI MANGIATUTTO (taccole) ALLA MILANESE.

Si prenderanno dei cardi (un chilo) e si leverà loro la pellicola tagliuzzandoli per lungo e facendoli imbianchire nell'acqua bollente. In seguito si passeranno nell'acqua fresca affinchè abbiano a rimanere bianchi, ponendoli poi sopra panno pulito per la debita scolatura. Si collocheranno quindi suolo per suolo in una casseruola con burro fresco (un etto e mezzo) sotto dileguato e per ogni suolo ponendovi un poco di sale, formaggio grattugiato (venticinque grammi) e poca basciamela, facendoli così cuocere con fuoco sotto e sopra. Si servono caldi.

Per chi non sa che sia la salsa *basciamela*, diremo che non è altro che una semplice salsa servibile per flani, bodini, fettine in umido, ecc. Ecco il modo di comporla: Si farà dileguare del burro in casseruola, incorporandovi un cucchiaio di fior di farina, aggiungendovi un quinto di latte, un poco di sale e drogheria. Si farà cuocere la salsa sul fornello a fuoco moderato tramestando però continuamente fino a che principia a condensarsi, togliendola subito a questo punto e adoperandola per l'uso suindicato. Anche le taccole (piselli mangiatutto) si cucinano nello stesso modo e coi medesimi ingredienti.

CARDI IN SALSA BIANCA.

In una casseruola si porrà un etto di burro fresco, una cipolla tagliuzzata in croce ed una carota tagliata a fette. Cipolla e carota saranno levati dopo dieci minuti, e vi si unirà, mescolando sempre, un cucchiaio di farina al burro, bagnandola con brodo od acqua salata prima che abbia da prendere il tosto. Appena che il brodo, o l'acqua, bolla vi si getteranno dentro i cardi puliti e tagliuzzati per lasciarli cuocere a dovere. Si servono caldi.

CARDONI TRIPPATI.

Si sceglieranno le foglie bianche e tenere, levando loro i fili che le circondano e facendole bollire con acqua. Si serviranno nel modo stesso dei sedani trippati.

Si possono ben anche servire, dopo averli cotti e prima di aver loro messa la salsa, spruzzandoli di buon formaggio ed involgendoli in pane grattugiato, e facendo loro riprendere dopo l'unto ove sono stati cotti, mettendoli alla gratella ad arrostire, e quando abbiano preso colore, si accomoderanno a suoli sopra un piatto, ognuno dei quali si spruzzerà con formaggio e burro o sugo di carne. L'ultimo però rimarrà spruzzato con solo pane e formaggio. Si porrà poi il piatto sulla cenere calda e si lascerà consumare tenendolo ben chiuso con coperchio.

CAROTA (*Daucus carota - Carote*).

Le carote prosperano in una terra franca, un po' silicea e permeabile all'acqua; se la terra è franca, permeabile, ed in luogo fresco, vi si ponno coltivare indistintamente le carote corte e lunghe, essendo solo quistione di lavorarla più o meno profondamente; ma nelle terre sabbiose, calde e soggette alla siccità, si dovrà in primo luogo abbandonare il pensiero della coltivazione estiva, e per le coltivazioni autunnali, dare la preferenza alle carote lunghe siccome quelle che possono meglio resistere alla siccità. La semina si fa da febbraio a luglio alla volata, dimodochè questa radice, che viene giustamente considerata come di primo ordine fra le verdure, si può quindi con molta facilità avere tutto l'anno. Ognuno sa l'uso che si fa di questa radice carnosa in tutte le cucine e in quanti modi viene adoperata; essa si associa molto bene con altre erbe nelle zuppe; riesce eccellente nelle fritture, nelle così dette *purée* (lattate); le carote poi condite al magro ed associate alle carni offrono un gustosissimo cibo. Molte sono le varietà che si coltivano, ma l'esperienza ha dimostrate migliori le seguenti: la carota rossa quarantina; quella rossa di Francia; la mezza lunga a punta; quella senza cuore e Nantese; la carota lunga; quella bianca dei Vosgi; la rossa pallida; la

gialla lunga. Vi è poi la bianca lunga e la bianca colletto verde, ma esse servono per il bestiame. Di tutte queste importanti ed utilissime qualità il nostro lettore ritroverà nel testo appositi articoli indicanti i diversi modi di loro cucinatura.

CAROTE A LA BÉCHAMEIL.

Si raschieranno per bene sei od otto carote grosse, e si laveranno e tagliozzeranno a fette sottilissime lasciandole cuocere lentamente in una casseruola con mezz'etto di burro, un poco di zucchero, sale e pepe, mischiando continuamente. In un'altra casseruola si metteranno trenta grammi di burro, trenta grammi di farina bianca, due bicchieri di panna e latte, e sale a sufficienza. Fatta cuocere la panna per dieci minuti circa, si verserà il suesposto condimento sulle carote, facendo scaldare la massa senza però che abbia a levare il bollore.

CAROTE ALLA CASALINGA.

Si prendano delle carote tenere e si taglino a piccoli pezzetti, quindi si mettano in casseruola ad acqua bollente con sale, lasciandole per alcuni minuti. Si scoleranno e si passeranno alla casseruola con burro (mezz'etto), sale ed un poco di pepe, tenendo il fuoco piuttosto forte affinchè abbiano a prendere il sapore. Poi vi si aggiungerà un poco di farina, un poco di brodo od acqua, lasciando ribollire, facendo però attenzione che non abbiano a disfarsi. Si formerà quindi una nuova lega con due rossi d'uovo, il sugo di mezzo limone ed un poco di prezzemolo, si versi questo composto sulle carote bollenti e ritirandole poi subito dal fuoco acciò l'uovo non abbia ad indurirle e messe sul piatto con guarnitura e crostini di pane fritto si serviranno calde.

CAROTE ALL'ACETO.

Si prenderanno sei grosse carote, e dopo averle raschiate e lavate in acqua fredda, si tagliuzzeranno in fette orizzontali, gettandole in una pentola d'acqua bollente e facendole bollire sino a che siano intenerite.

Dopo di che si asciugheranno e si porranno in una terrina versandovi sopra aceto freddo, un poco di cipolla, due foglie di lauro ed un poco di sedano.

Alcune ore dopo si possono servire, formando queste carote una guarnizione eccellente per piatti di carne fredda, insalate di patate, oppure per antipasto assieme al sedano, olive, acciughe, ecc.

CAROTE ALLA PANNA.

Si prendono sei carote belle gialle e grosse e si taglino a fette sottilissime, dopo averle naturalmente raschiate. Si pongano in casseruola e si facciano cuocere lentamente con mezz'etto di burro (o più secondo il bisogno), un poco di zucchero, un pizzico di sale e di pepe, avendo cura di mescolare il tutto per bene. Frattanto si porrà in altra casseruola un etto di burro, uno di farina bianca, due bicchieri di panna, o latte, ed un pizzico di sale. Si faccia bollire sino a che la panna si agita per bene (dieci minuti circa) e si versi il composto sulle carote lasciando il tutto al fuoco affinchè abbia ad essere caldo, ma non lasciandolo bollire. Si serve in tavola con manzo, polli lessati, ecc.

CAROTE ALLA SALSICCIA.

Si affetteranno otto o dieci carote pulite per bene e già cotte nel brodo. Si metteranno a fuoco dolce per circa quindici minuti con mezz'etto di burro, sale e pepe. Prima di metterle in tavola vi si aggiungeranno tre etti di salsiccia, ravvivando il fuoco, e appena che avranno preso l'abbronzato, si servirà colla salsiccia disposta per bene.

CAROTE ALLO ZUCCHERO.

Si prenderanno più carote novelle e si faranno imbianchire dopo averle tagliuzzate a pezzi. Deposte in casseruola vi si aggiungerà mezz'etto di burro, un poco di sale ed un poco d'acqua. Cotte che siano le carote (un chilo o due, secondo il bisogno) vi si verserà un bicchiere di crema, un poco di zucchero fino (mezz'etto) e si riporrà

sul fuoco la casseruola avvertendo però di non lasciar bollire. Si ritirerà poi la casseruola e si legherà il composto con due tuorli d'uovo mescolando per bene. Si servirà caldo.

CAROTE GIULEPPATE.

Si prenderanno otto o dieci carote bellissime, si leverà loro il midollo, quindi si taglieranno in tante listelle lunghe un pollice facendole bollire cinque minuti in acqua per far loro perdere l'acre, e mettendole poi in uno staccio a sgocciolare.

Si metteranno in una casseruola con un etto di zucchero, la scorza di un limone, ben trita, e acqua appena sufficiente per coprire il tutto.

Allora che il giulebbo, mediante la bollitura, si sarà ridotto alla dose di una cucchiaiata, si spremerà sopra le carote il sugo d'un limone e si potranno servire fredde col manzo, pollo, vitello, arrosti, ecc. Si può ottenere anche una buona *charlotte di carote* versando le carote preparate nel modo sumentovato in uno stampo coperto interamente di fette di pane francese, unte di burro, e facendole cuocere con fuoco sotto e sopra.

CAROTE IN STUFATO.

Si prenderà un mezzo chilo (od un chilo) di carote belle e si taglieranno a pezzetti, gettandoli in una pentola d'acqua bollente e facendoli cuocere, in modo però che abbiano sempre una certa resistenza. Si metterà frattanto sul fuoco una padella contenente mezz'etto di burro, poi un poco di brodo buono (un quinto o due, secondo il bisogno), ed un cucchiaio o due di zucchero in polvere finissimo. Si farà bollire questo composto rapidamente per circa dieci minuti, poi lo si leverà dal fuoco e vi aggiungerà due rossi d'uova sbattuti per bene, un poco di sale ed un pizzico di pepe. Frattanto si faranno scolare le carote e sopra poi vi si verserà la salsa che si avrà cura di tenere ben calda.

CAVOLFIORI (*Brassica botrytis - Choux-fleurs*).

La loro coltivazione è identica a quella dei cavoli. Le varietà precoci si seminano da marzo a maggio e quelle tardive in luglio. La palla del cavolfiore non si forma che nei mesi freschi di primavera e d'autunno.

La parte che si mangia e che chiamasi fiore, altro non è che un aggregato di pedicelli informi strettamente riuniti che formano il corimbo tanto ricercato. Le variazioni più ottime per la cucina sono: il *cavolfiore* grosso precocissimo; quello dell'*imperatore,* bianchissimo; di *Castelsardo,* grossissimo; d'*inverno;* d'*Erfurt* (nano, molto adatto per i paesi freddi e ricercatissimo perchè precoce), il *gigante* di Napoli ed il *Plainpalais,* varietà di primo merito, diffusamente coltivata nei dintorni di Ginevra. È precocissimo, a palla bianca candidissima, di eccellente qualità e di facile conservazione. Le sue foglie sono ampie e di un verde glauco come l'antica varietà *Salomon,* avente però piede assai corto e forte. La sua coltura è prontissima e la sua squisitezza veramente superlativa.

CAVOLFIORE ALLA CREMA.

Tagliato il gambo ben vicino al fiore, levate le foglie esterne, lavato in acqua fredda un bel cavolfiore, lo si legherà in un pezzo di tela e lo si porrà in piedi in una pentola d'acqua bollente salata, facendolo bollire per mezz'ora. Lo si leverà dall'acqua colla massima cura, e toltagli la tela, lo si porrà su di un piatto colla testa del fiore in alto. Vi si verserà sopra la salsa di crema calda e si servirà prontamente. Un altro processo alquanto interessante per servire un piatto squisito di cavolfiori è il seguente: Si faccia bollire un cavolfiore nel modo suesposto. Quindi lo si asciughi con cura e lo si ponga su d'un piatto. Si farà poi liquefare in una padella mezz'etto di burro e vi si porrà un cucchiaio di farina bianca, mescolando poi il tutto per bene, aggiungendovi un quinto di latte, rimestando finchè bolla, poi un poco di sale e formaggio. Questa salsa la si verserà sul cavolfiore che si servirà prontamente.

CAVOLFIORE COTTO AL FORNO.

Si prenderà un bel cavolfiore e lo si farà bollire nello stesso modo del cavolfiore alla crema. Asciugato che sia, lo si porrà sopra una tegghia. Si porrà in una padella mezzo etto di burro, un cucchiaio di farina e si mescolerà, poi vi si metterà il latte (un quinto), mescolando continuamente finchè bolla, ponendovi dopo una foglia di lauro, un poco di prezzemolo trito, sale e pepe e ponendolo a cuocere per dieci minuti a bagnomaria. Dopo di che si leverà la foglia di lauro e si verserà la salsa sul cavolfiore, aspergendolo di pane grattugiato. Si porranno qua e là dei pezzi di burro e si farà cuocere a forno ardentissimo per dieci o quindici minuti.

CAVOLFIORE IN STUFATO.

Si avrà cura anzitutto di scegliere un bel cavolfiore bianco; gli si levino le foglie esterne e lo si tagli in più pezzi lavandolo per bene in acqua fredda. Lo si metterà poi in una pentola ad acqua bollente con un pizzico di sale, e facendolo bollire rapidamente (venti o venticinque minuti) affinchè abbia a diventar tenero. Si procuri di toglierlo dall'acqua ancora a pezzetti e lo si ponga su quattro fette di pane che si avrà fatto dapprima tostare con burro e nuovamente cospargendole collo stesso. Si ponga un poco di burro in una padella, vi si aggiunga un poco di farina, si mescoli, vi si aggiunga un poco di brodo, mescolando ancora sino a che bolla, quindi vi si aggiungano sei funghi ben tritati e si torni a far cuocere per poco ancora. Levato detto composto dal fuoco, vi si aggiungeranno tre tuorli d'uova sbattuti, sale, pepe, noce moscata ed il succo di un limone. Ciò fatto, si verserà il composto all'ingiro del cavolfiore e lo si servirà prontamente. La salsa dopo l'aggiunta delle uova, non la si deve far bollire.

CAVOLFIORE ALLA PIEMONTESE.

Qualora non si volesse mangiarli al solo burro, si potrà, dopo lessati in acqua e sale e preparati sul piatto in bella simmetria, versarvi sopra una salsa di capperi, che si farà

aggiungendo una cipolletta a mezz'etto di capperi ed un'alice o due, il tutto ben trito. Si metterà a fuoco il composto con un poco di burro e di brodo, ponendovi anche qualche goccia d'aceto con erbe aromatiche tritate finamente, facendo cuocere il tutto per alcuni minuti prima di servire.

Tra le erbe aromatiche da adoperarsi, le più preferite sono: la menta peperita coltivata, il crescione, l'origano, la pimpinella, il ramerino, la santoreggia, il timo, ecc., delle quali terremo parola nella loro rubrica speciale.

CAVOLFIORI E BROCCOLI IN MINESTRA.

Si imbianchirà una testa di cavolfiore dopo averla pulita per bene e fatta a pezzi. Dopo la prima bollitura si lascierà freddare e sgocciolare. Si metterà poi al fuoco il *consommé* insieme ad un poco di prezzemolo. Dopo di che si verserà in zuppiera, ove si saranno poste due teste di broccoli (anch'esse tagliuzzate, pulite per bene ed imbianchite naturalmente a parte), assieme ad un dato numero di crostini passati come di consueto al burro.

CAVOLI (*Brassica oleracea - Chou*).

Questo erbaggio da tutti conosciuto è la pianta che attraversò maggiori secoli senza punto perdere della sua antica rinomanza, e Columella scriveva parlando dei cavoli:

> « Di quella pianta il seme anco si sparge
> Che in tutto il mondo al pari e per la plebe
> Frondeggia in copia, e per li re superbi... ».

I romani attribuivano al cavolo virtù medicinali, noi non giungiamo a tanto, ma è un fatto che queste verdure, il di cui gran consumo che si verifica dappertutto, dimostra grandemente quanto venga da tutti apprezzato.

Queste piante non sono punto difficili da coltivare, si seminano in aiuole a parte, per poi, quando le piantine si trovano alte quindici centimetri circa, trapiantarle a dimora fissa in terreno ben concimato, lavorato ed in località arieggiata e soleggiata. Due sono le qualità: precoci e

tardive. Le prime si seminano in febbraio e marzo per averle nella state, le seconde in aprile e maggio e trapiantandosi in agosto si raccolgono in autunno e nel verno.

Fra i cavoli si distinguono due grandi categorie e cioè: il cavolo cappuccio o gambusi, e cavoli di Milano o verza riccia, oltre ad altre qualità che faremo conoscere in appresso.

Il cavolo quintale poi è interessantissimo — e tale lo chiamano perchè raggiunge un volume e un peso a volte straordinari. — Inutile dire che è, per la cucina, non solo eccellente, ma anche economico, perchè può servire per diversi giorni.

I cavoli cappucci (*Brassica oleracea capitata*) si seminano in febbraio, marzo ed agosto e si trapiantano un mese dopo. Questi cavoli si dividono in due serie distinte e cioè: i cappuccini a palla bianca e i cappuccini a palla rossa di cui tanto dei primi che dei secondi se ne coltivano infinite varietà che sarebbe troppo lungo enumerarle. Le principali e le più conosciute sono: il cavolo cappuccio di Schweinfurth, il più grosso finora ottenuto; quello bianco precoce di York; quello cuor di bue, il cappuccio pane di zucchero, di Pomerania, del Vesuvio, (precocissimo questo formandosi in meno di tre mesi, piede corto, palla ferma, foglie esteriori poco numerose, squisito anche a mangiarlo crudo), ed il cavolo cappuccio rosso d'Utrech. Questi cavoli servono mirabilmente per fare il *sauer-kraut* tanto utile per la cucina. Veggasi apposito articolo, sotto lettera *S - Sauer-kraut.*

Il cavolo rosso di Berlino, chiamato anche *Kraut di Berlino,* ha le fogli interne ed esterne totalmente di un bel rosso vivo. Questa varietà si coltiva e serve a tutti gli usi come gli altri cavoli-cappucci. Per la sua eccellente qualità, e per la sua tenerezza, viene consigliato di mangiarlo crudo in insalata misto alle indivie. Anche questa varietà si può conservare salata, in *sauer-kraut.*

I cavoli verze riccie, o di Milano, si seminano da marzo a maggio e si trapiantano in luglio facendoli seguire da copiose e frequenti inaffiature. In novembre si strappano da terra per inclinarli serrati gli uni agli altri e per usarne all'occorrenza.

La *verza d'Asti* detta anche Pasquirola, si presta bene alla semina autunnale in agosto e la si raccoglie in maggio.

Il cavolo di Bruxelles (*Brassica oleracea gemmifera*) è una sottospecie di quello di Milano. Vien seminato in maggio e trapiantato venti giorni dopo e cresce sino a un metro senza produr testa. Nell'autunno però alle ascelle d'ogni foglia e lungo il fusto si sviluppano le gemme come piccoli cavoli. Si consumano fritti intieri e sono delicatissimi.

Il cavolo chinese Petsai, cioè erba bianca, si presta assai per la cucina, adoperandovi le sue coste come il cardo essendo proprio delicatissimo. Si semina in agosto e dopo quindici giorni si diradano le piantine a venti centimetri fra loro. Va consumato allorquando è tenero. Per la sua precocissima vegetazione si può seminare più volte.

CAVOLI BROCCOLI (*Brassica botrytis cymosa - Broccoli*).

Per la scelta e preparazione del terreno e trapianto si seguono le norme dei cavoli.

Il broccolo, a differenza del cavolfiore, ha le foglie ondulate, molto rigide, in forza dei robusti pezioli e forti nervature mediane che le sostengono. Le varietà precoci si seminano in marzo e si consumano in agosto-settembre fin quasi al verno. Le varietà tardive seminate in luglio si utilizzano in primavera. Vi sono diverse varietà di broccoli, ma le più apprezzate sono: il *cavol broccolo* di Pasqua precocissimo; il *gigante tardivo;* quello a *cento teste* o *ramoso.* Vi è pure il verdone, quello d'Inghilterra primaticcio ed il pavonazzo. Lo si allestisce in cucina in diverse maniere e cioè in insalata, al burro, fritto con salsa, ecc. È cibo molto saporito e se ne mangia il fiore ancora immaturo. Vi è poi il *cavolo senza cesto* (*Brassica oleracea viridis acephala*) chiamato anche cavolo dei frati, ma lo si coltiva poco in Lombardia, quantunque le sue foglie si adoperano per gli usi domestici. Si dividono in cavoli a grandi foglie ed a foglie ricciute. Per la tavola, il cavolo ricciuto offre le sue foglie per fregiare i piatti di frutta producendo bell'effetto. Le altre varietà sono dimenticate.

CAVOLI CAPPUCCI ALLA CREMA.

Si sceglierà dapprima un cavolo pesante e bianco, quindi gli si leveranno le foglie esterne, tagliandolo in quarti e più a norma della sua grossezza, e mettendolo in acqua fredda per circa un'ora. Dopo di che lo si asciugherà e lo si porrà in acqua bollente lasciandovelo fintantochè si raffreddi (quindici minuti circa). Tolto il cavolo da quest'acqua lo si porrà in altra bollente coll'aggiunta di sale e pepe, ed avendo cura di tener la pentola ermeticamente chiusa. Cotto che sia lo si servirà con salsa di crema, o se vuolsi anche semplicemente con burro liquefatto siccome guarnizione ad altro piatto separato, come scaloppi di vitello, lingua lessata, pollo, ecc.

CAVOLI DI BRUXELLES AL LIMONE ED ALLA CREMA.

Si laveranno dapprima i cardini (quantità a seconda del bisogno) e si puliranno dalle foglie morte, gettandoli poi in acqua bollente coll'aggiunta solita del sale a sufficienza. Basteranno venti minuti di cottura, e dopo fatti scolare si verseranno su piatto caldo. Frattanto si farà fondere un etto di burro con due cucchiai di farina, mescolando per bene, poi un poco di brodo o acqua, tornando a mescolare sino a che bolla, aggiungendovi per ultimo un bel pizzico di pepe ed il succo di due limoni. Si versa la salsa calda sui broccoli e si serve prontamente.

Desiderando farli alla crema, non si farà che servirli con salsa di crema, oppure con burro fuso, sale e pepe.

CAVOLI DI BRUXELLES SAUTÉS.

Si prenderà quella quantità necessaria di cavoli di Bruxelles, facendoli bollire dopo la solita pulitura e lavatura. Dopo averli diligentemente asciugati, si porranno in una casseruola con mezz'etto (od un etto) di burro, in proporzione della quantità dei cavoli, facendo rosolare per bene, aggiungendovi poi uno o due cucchiai d'aceto vero di vino, un poco di prezzemolo triturato, sale e pepe. Si serviranno caldissimi in tavola.

Si possono naturalmente servire anche come guernizione alla carne, pollo, arrosto, ecc.

CAVOLO FARCITO ALL'AMERICANA.

È questo un piatto, se eseguito per bene, piacevolissimo. Si scelga un bel cavolo e lo si ponga per intero a far cuocere in una pentola d'acqua bollente. Quindici minuti bastano. Dopo di che lo si levi e se ne rinnovi la cottura in acqua bollente per mezz'ora, preparando nel frattempo il seguente composto: Si faccia bollire, in acqua fredda, un quinto, o mezzo, di riso per venti o trenta minuti; poi vi si ponga assieme un etto di salsiccia, il succo di un limone, un poco di prezzemolo trito e del pepe. Si mischi il composto per bene, si asciughi il cavolo, spremendone ben bene l'acqua, lo si apra nel mezzo, ponendovi entro un mezzo cucchiaio di ripieno, piegandovi sopra due o tre foglioline, e così facendo sino a che il cavolo sarà ripieno in tutte le sue foglie. Si avrà poi cura di comprimere il cavolo stesso con garbo per legarlo ed avvolgerlo in un pezzo di tela, ponendolo in una casseruola d'acqua salata bollente per la necessaria cottura. Ciò avvenuto, si tolga la tela e si ponga il cavolo su di un piatto che abbia fondo, versandovi poi sopra salsa di crema e ponendo in tavola prontamente.

CAVOLO FRITTO.

Si lavi e si tagliuzzi per bene un cavolo, o mezzo, ponendolo in acqua bollente salata, e facendolo cuocere per venti minuti, indi lo si asciughi. Lo si rimetterà in casseruola, aggiungendovi un etto di burro, due cucchiai d'aceto, sale e pepe, rimescolando finchè abbia a divenire ben caldo. Lo si serve prontamente assieme ad altro piatto di carne, pollo, ecc.

CAVOLO MARINO (*Crambe maritima - Chou marin*).

Questa pianta nasce spontanea sulle coste marittime del mezzodì della Francia, dell'Italia e dell'Inghilterra. Il *cavol marino* si utilizza come il cardo, imbiancandone i teneri cauli che costituiscono i pezioli o coste delle foglie.

In Inghilterra la coltivazione e la cucinazione si fanno su larga scala. Ciò dovrebbe farsi anche da noi e allora la

cucina acquisterebbe un legume fino, delicato, da rimpiazzare in certo qual modo i cavolfiori e gli asparagi, coi quali ha quasi comune la preparazione nella cucina, perchè come questi si fanno bollire nell'acqua i teneri cauli, che si sgocciolano e si condiscono con salse bianche od al burro.

CAVOLO IN SALSA PICCANTE.

Si prenderanno due o tre cavoli e si tritureranno per bene. Vi si aggiungerà una grossa cipolla pure triturata, due peperoni rossi e due verdi tagliuzzati in piccole strisce (la cipolla si può anche ommettere). Se ne metterà quindi uno strato in una terrina, aspergendolo di sale (il necessario), quindi si porrà un altro strato di cavoli ed un altro di sale, e così via via fino alla fine. Si coprirà la terrina e si lascierà in riposo per tutta una notte. Al giorno dopo si scolerà per bene in uno staccio e si premerà leggermente, tornando a rimettere nella terrina lo strato di cavoli e poi uno di semi di senape e di chiovi di garofani, e così di seguito sino a che la terrina sia piena. Si copriranno i cavoli con buon aceto, aspettando finchè coli in fondo alla terrina, versandone nuovamente sino a che il cavolo sia ben penetrato d'aceto.

Si può usarlo subito e si può tenerlo a disposizione per sei o sette giorni. Si presta per accompagnamento di pollo lessato, manzo, ecc.

CAVOLO IN STUFATO.

Si tagliuzzerà un piccolo cavolo in diversi pezzi, e lo si lascierà dapprima in acqua fredda alcun tempo, quindi lo si asciugerà, levandogli la parte dura e triturando il rimanente. Posto in una terrina, con sale a discrezione, lo si farà bollire per quindici o venti minuti e poscia, scolato, lo si porrà su di un piatto caldo versandovi sopra salsa alla crema, oppure di pomidoro, senape od anche la salsa di ramolacci.

Tanto coll'una o coll'altra delle suindicate salse si possono aggiungere carni bollite, polli, piccioni, ecc., ecc. Quella solamente fatta alla crema la si deve servire a parte.

CAVOLO PASTICCIATO o SLAW FREDDO.

Si tagliuzzerà un mezzo cavolo (od un intiero) e lo si metterà in una pentola facendolo cuocere. In altra casseruola si farà bollire un poco di aceto, ed entro vi si verseranno due uova ben bene sbattute, mezzo quinto di panna brusca ed un poco di burro. Si mescolerà questo ultimo composto e allorquando bolle vi si aggiungerà sale e pepe e lo si verserà poi sul cavolo. Si serve quando è freddo.

CAVOLO RAPA (*Brassica gongyloides - Chou rave*).

I cavoli rapa si dividono in primaticci e tardivi, e si distinguono dagli altri per il rigonfiamento sferico a guisa di pomo o di una palla che presenta il suo torso appena sopra il suolo.

È un delicato ortaggio che si consuma allo stato tenero perchè in completo sviluppo riesce assai fibroso. Si semina in marzo o aprile e il precoce fino a luglio.

Si trapianta dopo spuntate per lo meno quattro foglie alla distanza di 30 centimetri l'uno dall'altra.

Terreno, coltura e ingrassi come per i cavoli in genere. Durante i geli si coprono o si ritirano in cantina e si usano tutto l'inverno. Le varietà più apprezzate sono: il cavolo rapa bianco precoce, violetta di Vienna, primaticcio, il tardivo bianco ed il tardivo violetto. Tutte queste varietà offrono per la tavola un cibo sano e molto delicato, pari ai cavolfiori.

CAVOLO ROSSO ALLA FIAMMINGA.

Levate le foglie esterne ad un cavolo rosso, lo si taglierà a pezzi e posto in acqua bollente lo si lascierà per quindici minuti, asciugandolo poi per rimetterlo in una casseruola con un etto di burro, una cipolla tagliuzzata, una foglia di lauro, due chiovi di garofano, un poco di sale e pepe. Si farà bollire lentamente per circa mezz'ora, o più se abbisogna, avendo cura di mescolare di frequente. Giunto a buona cottura si leveranno le foglie di lauro, aggiungendovi un poco di burro e si servirà subito in tavola.

Al cavolo non si deve aggiungere nè acqua nè brodo.

CAVOLO ROSSO ALLA TEDESCA.

Si leveranno le foglie a due piccoli cavoli rossi e si tagliuzzeranno quindi a fette. Si porrà un etto di burro in una padella grande e, rosolato che sia, vi si porranno le fette dei cavoli aggiungendovi un poco di sale, tre cucchiai di aceto ed una cipolla triturata. Si coprirà la padella e la si porrà sul fuoco moderato facendo cuocere per un'ora. Si serve in tavola caldissimo.

CAVOLO RUTABAGA DI SVEZIA.

È questa una varietà nordica, più precoce e di maggior volume che non i Rutabaga fin qui coltivati. Il *cavolo rutabaga di Svezia* lo si semina in marzo-aprile in piccole aiuole, trapiantandole dopo un mese o sei settimane spaziando le piante fra loro di almeno quaranta centimetri. Due mesi dopo possono adoperarsi in cucina per i medesimi usi cui servono le rape ed i navoni. Non si devono confondere coi cavoli rapa, perchè in questi ultimi non sono le radici che l'ingrossano, ma è lo stelo che presenta in piena aria un rigonfiamento commestibile, mentre i Rutabaga producono una radice grossa tanto lunga che larga, eccellente a mangiarsi. La loro cucinatura si fa come per le rape, navoni, ecc.

CECI (*Cicer arietinum* - *Pois chiche*).

Si coltivano i ceci nel modo stesso dei piselli, in terreno piuttosto caldo e sabbioso. Si raccolgono allora che il chicco è tenero ancora se vogliono avere ceci sani e di facile cucinatura. Si mangiano in istato verde ed in istato secco; nel primo caso molti trovano che le buccie dei loro granelli sono piuttosto dure epperciò di difficile digestione; ma confezionati nel modo così detto *purée*, riescono molto buoni, ed è con essi che si fa la così detta *purée aux crabtons* cotanto stimata nella cucina francese. Da noi se ne fa poco uso, mentre nei paesi meridionali si mangiano in minestra, in zuppe coi cavoli e senza, col manzo, ecc. In Lombardia se ne fa molto consumo alli due novembre

mangiandoli con verze, sedano, carote e carne porcina, cucinato il tutto come botaggio. Le varietà più privilegiate sono: i ceci a grani bianchi grossi ed i ceci semplici. La cucinatura del cece è alquanto difficile, ma la si ottiene mettendo i ceci in bagno-maria la sera prima e facendoli cuocere molto, con acqua piovana, se possibile, e se con quella di pozzo, mettendovi della cenere.

Come usasi nel genovesato, si possono fare colla farina di ceci, mescolata ad olio, sale ed acqua, dei tortellacci, oppure una specie di pasta, chiamata panizze, che si frigge o si mette in istufato.

CECI ALLA PURÉE.

Si lascierà per una notte intera un chilo di ceci bianchi in una leggera liscivia tiepida. Il giorno dopo si faranno bollire per alcune ore in acqua e sale, quindi si lascieranno accanto al fuoco sino a che, bollendo sempre, si mostreranno teneri sotto le dita. Si passeranno poi allo staccio, e la *purée* ottenuta la si condirà con poca panna ben incorporata nella poltiglia e con un poco di cannella in polvere. La si metterà poi in una tortiera all'altezza di un dito trasverso, facendovi prendere colore mediante fuoco sotto e sopra. Naturalmente che la tortiera dev'essere prima unta con buon burro. Questa *purée* si mette in tavola spolverizzata di zucchero.

CERFOGLIO *(Scandix cerefolium - Cerfeuil).*

Si usa come la cicoria, le lattughe e tutte le insalate mangiandone le foglie, e come quelle viene coltivato. Si semina da marzo a settembre, cogliendo all'occorrenza le foglie che sono di un gusto acidulo gradevole. Il cerfoglio serve anche ad aromatizzare moltissime vivande, come ben si vedrà nello svolgimento dei processi di molte vivande e del modo di cucinare in questo breve trattato. Lo si può anche usare come guarnizione alle insalate ed ai piatti di pesce lessato per rialzarne il sapore col suo aroma.

Il *cerfoglio ricciuto,* altra qualità del surriferito comune, ha foglie molto frastagliate e di un effetto stupendo. Que-

sto viene da molti preferito per il suo odore aromatico e piacevole. Tutta la pianticella infatti ha odore aromatico e gradevole, sapore anisato che cresce col crescere della pianta e che perde allora che disecca. Nei brodi è ottimo condimento, così nelle vivande e nei legumi. I semi si adoperano per fare confetture.

CERFOGLIO IN MINESTRA.

Si prepari cucinata quella quantità di cerfoglio che si desidera entro buon *consommé*, aggiungendovi un po' di zucchero. Si facciano cuocere in ottimo burro quel numero di pezzetti di pane lucido, o nostrano, che si desidera o che sia richiesto dal numero dei commensali, ponendoli poi in apposita zuppiera, entro la quale si verserà bollente il *consommé* suindicato.

CIBREO DI LENTICCHIE.

Si faranno cuocere le lenticchie nell'acqua salata e quindi sgocciolare. Si preparerà poi una salsa rosso-bionda e la si unirà a prezzemolo e ad una o due cipolle trite. S'inumidirà con brodo. Si porranno entro le lenticchie con sale e pepe e si farà cuocere.

CICORIA o RADICCHIO (*Cichorium intybus-Chicorée sauvage*).

La cicoria è una delle migliori e più salubri insalate. Richiede nessuna cura di coltivazione, tranne che inaffiamento. Diremo due parole sulla sua coltivazione.

Si semina in tutte le stagioni dell'anno, usandone al bisogno le foglie. Da questa specie provengono le varietà: *Barba di cappuccino* ed a *grosse radici* di Bruxelles. — La *Barba di cappuccino* è la *cicoria* che si estirpa in novembre ed alla quale si levano le foglie meno il germoglio, collocando le radici fra terra o sabbia in cantina, dove vegeteranno foglie quasi bianche e si consumeranno all'occorrenza. La *cicoria a grosse radici* di Bruxelles si semina a fine marzo; si usano in autunno le foglie, poscia interrando le radici in cantina o lasciandole dove crebbero, ma coprendole con

paglia o strame, si ottiene una buona *cicoria* bianca a foglie tenere. Della cicoria si mangiano non solo le foglie, ma benanco le radici, tanto in insalata che cotte ed allestite come le radici di scorzonera. Ripetiamo che le varietà che più interessano per l'uso domestico sono: la *cicoria lunga da taglio;* quella *amara a radici* detta *barba cappuccina;* a *grosse radici* di Bruxelles; a *foglia completamente rossa* e la *Scariola* verde a grande cespo. E siccome quest'ultima si avvicina alle indivie, così mandiamo la nostra massaia alla rubrica *S* e sotto la denominazione sua propria di *Scariola.*

Diremo per ultimo che la cicoria si può mangiare tanto colle radici che colle sole foglie, e che si può farla cuocere e quindi servire per più piatti caldi, ben condita con burro, formaggio, aglio, ecc. Si può metterla anche nelle zuppe, nelle minestre, e usarla generalmente quando è scottata nell'acqua bollente come gli spinacci. È pure un rimedio depurativo e tonico. Combatte, dicesi, lo scorbuto.

CICORIA CONSERVATA.

La cicoria conservasi come l'acetosa, ma un processo buonissimo è il seguente: Dopo aver mondata per bene la cicoria, imbiancata, lavata, perfettamente asciugata e raffreddata, si porranno i successivi strati entro vasi di terra con strato di sale per ogni mano di cicoria. Quando i vasi sono pieni e la cicoria fu ben bene stivata mediante un pestello di legno, vi si stenderà sopra un ultimo strato di sale, e si lascieranno i vasi all'aria senza coprirli. Due giorni dopo, si verserà sulla cicoria un etto e mezzo di burro liquefatto od olio d'oliva, e si chiuderanno i vasi con sughero coperto di pergamena o di una vescica, assicurandola con spago.

CIPOLLA (*Allium cepa - Oignon*).

La cipolla ama il terreno leggiero, ma ben lavorato e concimato abbondantemente. Si semina alla volata in febbraio-marzo e si trapianta a scacchi in aprile, ingrassando con bovina pura o cessino in maggio. In agosto si può

consumare il bulbo o ritirarlo in luogo secco per conservarlo. Questa la coltura per le cipolle precoci. Per quelle d'inverno: si semina in agosto, si trapianta in ottobre, si concima e si sarchia frequentemente, ed in giugno sono pronte per la consumazione. Anche queste cognizioni sulla coltura sono necessarie per una buona massaia e siamo certi che saranno accolte favorevolmente. In quanto all'uso delle cipolle in cucina si sa che è molto ristretto; nullameno ricordiamo che esse rendono speciale fragranza alle pietanze, e che in quasi tutte c'entrano per una parte e nelle salse e nei condimenti e persino nelle insalate allo stato crudo. Le varietà più apprezzate in cucina sono: la *cipolla grossa* a pelle bianca; la *gigante* a pelle rossa della Rocca; la *giallo-rossiccia* di Milano; la *grossa periforme* di S. Lorenzo, perchè appunto matura a S. Lorenzo (10 agosto); la *cipolletta Merveille-blanc,* più precoce di quella della Regina, se coltivata in luogo ben soleggiato e concimato, e la *cipolletta della Regina,* che è quarantina e molto raccomandabile appunto per la sua primizia.

La *cipolla inglese a spicchi* è di una grossezza media e composta a spicchi doppiamente rivestiti, appunto come l'aglio, per modo che se ne può consumare in piccole parti, lasciando il resto nel naturale involucro a grande vantaggio delle sue proprietà aromatiche e stimolanti che serbansi inalterate. Per la cucina è quella che reca grande interesse sia per l'economia, che pel suo gusto dolcissimo. Si piantano i tuberi in marzo-aprile e si coltiva come l'aglio.

La *cipolletta di Como* è quella da preferirsi per la cucina. Bulbo piccolo quanto una nespola, ma appiattito. di pelle rosso-rame, polpa bianchissima. Varietà tardiva, ma di lunghissima conservazione e di gusto squisitissimo.

In complesso la cipolla è un efficace diuretico, oltre ad essere condimento ed alimento. Tagliata a pezzi e lasciata qualche minuto nell'acqua perde la sua acredine e riesce molto dolce.

CIPOLLE BIANCHE PICCOLE.

Si faranno lessare (un mezzo chilo); poi si metteranno in casseruola con burro (mezz'etto), un poco di farina o

con sugo di carne, e si farà lor prendere un bel colore d'oro. Vi si aggiungerà molto vino bianco (un quinto) o brodo, e si lascierà ultimare la cottura, aggiungendovi pepe e noce moscata. Si faccia concentrare il liquido e si serva prontamente.

Si pongono anche al forno, dopo averle così cotte, mettendole poi in piatto e spruzzandole con formaggio parmigiano e burro, facendole crostare. Preso il color d'oro si servono in tavola caldissime.

CIPOLLE FARCITE.

Si facciano cuocere sei grosse cipolle per un'ora, senza però pelarle. Scolate che siano si torrà loro la pelle e con un coltello affilato leverassi la parte interna. Dopo di che si disporrà per il seguente ripieno: si prenda un etto di prosciutto o lingua cotta e si triti per bene con pane grattugiato, e vi si aggiunga un poco di burro liquefatto, un cucchiaio o due di panna, un poco di sale ed un pizzico di pepe. Si mescoli il composto tanto da formare una pasta e con essa si empiscano le cipolle collocandole in una padella ed aspergendole ancora con salsa al burro, e pane grattugiato, facendole cuocere lentamente con fuoco sotto e sopra e meglio al forno. Al momento di servirle in tavola vi si verserà sopra salsa alla crema. Possono essere servite anche con pollame, arrosto, uccelli, ecc. oppure come guarnizione del *manzo alla moda.*

CIPOLLE GLACÉES.

Pelate dodici cipolle grosse e belle, si getteranno in acqua bollente per venti minuti circa. Scolate di poi si metteranno in acqua fredda per levar loro le prime due pelli, poscia l'interno e lasciandovi un buco della grandezza circa di una noce. In una padella si porrà un etto di burro e quindi le cipolle per bene disposte ed in piedi affinchè vi si possa mettere un cucchiaino di zucchero nel mezzo di ognuna lasciandole poi cuocere lentamente sino a che sieno molli e un pochino colorite. A poco a poco vi si aggiungerà del brodo eccellente lasciandolo ridurre sino alla den-

sità di un siroppo, tenendo chiusa, per tale bisogna, la padella. Aspergendo continuamente le cipolle con detto siroppo si faranno *glacées* perfettamente ed allora si serviranno come guarnizione al *roast-beef*, ai *polli ai ferri*, alle *bistecche*, ecc. Sono buonissime anche coi conigli cotti al forno.

CIPOLLE IN INSALATA.

Si peleranno e si taglieranno a fette due grossissime cipolle, gettandole poi in acqua fredda per venti minuti. Si peleranno e si tagliuzzeranno a fette pure due citriuoli e si porranno assieme alle cipolle, quindi si scoleranno e si asciugheranno con pannolino. Si disporranno per bene sopra un piatto e cioè alternando le fette di cipolle con quelle di citriuoli, e poi versandovi sopra la salsa alla francese si serviranno prontamente.

CIPOLLE IN STUFATO.

Si leverà la pelle ad un chilo di cipolle gettandole dapprima in acqua fredda e poscia in casseruola ove si copriranno di buon brodo facendole cuocere lentamente. Se le cipolle sono novelle basterà un'ora di cottura, altrimenti due. Cotte che siano, proprio allora che sono tenere e molli, si faranno scolare e si metteranno su di un piatto fondo. Si prenderà poi mezz'etto di burro e lo si farà liquefare in padella, aggiungendovi un cucchiaio di farina ed un quinto di brodo mescolando il tutto per bene finchè bolla ed aggiuntovi allora un poco di sale e pepe si verserà questa salsa sulle cipolle servendole calde in tavola.

CITRIUOLI (*Cucumis sativus - Concombre*).

Tanto il citriuolo che il melone hanno la medesima coltivazione e cioè richiedono terre ben letamate e terricciate sulle quali si dispongono le sementi distanti fra loro circa un metro. Non appena avranno vegetato quattro foglie, sopra queste si mozzerà la pianta acciò sviluppino lateralmente altri piccoli rami che porteranno poi i frutti. Si inaffino molto per ottenere bei citriuoli, i quali si rac-

colgono quando hanno appena raggiunto la metà od i due terzi del loro sviluppo, ed in questo stato si mangiano in insalata, oppure si raccolgono quando non oltrepassano la grossezza del dito pollice, ed in allora si mettono nell'aceto per conservarli. Per il primo caso si adoperano le varietà che producono i frutti grossi, e per il secondo quelle coi frutti piccoli. La semente si ottiene lasciando maturare sulla pianta i frutti meglio sviluppati e senza difetti. Molte sono le varietà dei citriuoli, ma quelle che si confanno per la cucina sono: il *citriuolo verde* lungo inglese; quello di Atene grosso; quello *lungo di Cardiff* che ha pelle liscia e polpa bianca; i *cocomerini* per mettere nell'aceto, piccolissimi e quelli di Meaux pure per aceto. Vi è poi anche il *citriuolo bianco* grosso per insalata, il *giallo precoce* ed il tondo a pelle ruggine ricamato. Il *citriuolo* o *cocomero verde* di *Thagewerben* a frutto lungo, lievemente scanellato ed appuntato all'apice, con scorza sottile e verde brillante, polpa croccante, dolce, poco acquosa con scarsi semi, è la qualità migliore che si conosca per essere conservata. Per la cucina è un tesoro, poichè anche nell'inverno la si può adoperare per guarnizioni, intingoli, ecc.

CITRIUOLI ALLA COMASCA.

Si prenderanno due citriuoli, si monderanno, si taglieranno a finissime ruotelle, mettendole nel sale ed aggiungendovi pepe e aceto aromatizzato. Si tagliuzzerà poi a fette rotonde una cipolla e la si collocherà sui citriuoli, lasciando marinare il tutto per circa quindici minuti. Al momento di servire in tavola si leverà un quarto del condimento.

CITRIUOLI ALLA CREMA.

Si prendano sei citrioli, si taglino a quarti e togliendo loro i semi si pongano in acqua fredda per trenta minuti. Si collocheranno in casseruola con acqua bollente salata, e coperta la si lascierà cuocere per trenta minuti. Cotti che siano si porranno, col mezzo di schiumatoio su piatto, facendo cuocere un poco di burro in una casseruola. Liquefatto che sia, vi si aggiungerà un buon cucchiaio di

farina, e mescolando ben bene vi si aggiungerà un quinto di latte. Si mescoli il composto finchè bollirà, e dopo avervi posto un poco di sale e pepe, si tolga la casseruola dal fuoco. Si porrà poi un altro poco di burro e si verserà la salsa sopra i citriuoli, servendoli in tavola, con riquadri di pane fritti nel burro.

CITRIUOLI ALLA PANNA.

Si tolga a quattro o cinque citriuoli la scorza e si taglino in due levando loro i semi che vi si trovano nel centro, tagliuzzandoli poi a dadi e facendoli cuocere in acqua sino a che si schiacciano fra le dita. Sgocciolati e poi spremuti in salvietta per asciugarli bene si uniranno alla seguente salsa: facciasi liquefare mezz'etto di burro in un cucchiaio di farina, aggiungendovi sale e pepe, e mescolando il composto per bene, aggiungendovi per ultimo un bicchiere di farina. Uniti i citriuoli, come si disse più sopra, si tornerà a far scaldare la massa senza però abbia a bollire.

CITRIUOLI CONSERVATI IN ACETO.

Per questa bisogna, si devono scegliere i citriuoli più piccoli e più sani. Si metterà nel fondo di un barile uno strato di citriuoli, poi uno strato di sale grosso, dello spessore almeno di un millimetro. Sopra questo si metterà un altro strato di citriuoli, poi uno di sale e così fino a tanto che i citriuoli siano finiti. Sopra si collocherà un'asse, quindi un sasso grosso per tenerli alquanto pressati.

CITRIUOLI FARCITI.

Si leverà la pelle a due citriuoli, quindi si taglieranno nel mezzo, levando loro le parti interiori. Si riempiranno con un composto cotto qualunque e poscia si legheranno insieme le due parti. Si porrà in una casseruola del lardo, vitello crudo, carote, cipolle (due ciascuna), prezzemolo, lauro (diverse foglie), timo, sale e pepe, e quindi i citriuoli coperti di lardo ed inaffiati di consommé, si farà cuocere

per cinque o sei minuti e poscia si ritirerà la casseruola facendoli sgocciolare. Al momento di servirli in tavola si copriranno con salsa spagnuola. Sono eccellenti.

CITRIUOLI IN INSALATA.

Si peleranno e si taglieranno a fette due citriuoli, gettandoli in acqua fredda per un'ora, scolandoli ed asciugandoli poi. Al momento di servirli in tavola si porranno in una insalatiera aspergendoli di sale e pepe. Si mischierà per bene l'olio e l'aceto, in parti eguali sufficienti, e si verserà sui citriuoli servendoli poi prontamente.

Il pesce dovrebbe esser sempre accompagnato da citriuoli.

CITRIUOLI IN ISTUFATO.

Si monderanno alcuni citriuoli, quindi si tagliuzzeranno in quarti, togliendo loro i semi del centro. In una padella si porrà mezz'etto di burro, una cipolla a fette, e si farà friggere sino a che sarà rosolato per bene e l'uno e l'altra, poi vi si metteranno i cocomeri agitandoli con cura fino a che diventeranno d'un color bruno chiaro, levandoli poi con schiumatoio. Al burro rimasto nella padella si aggiungerà altro burro, e si mescolerà ben bene, ed, aggiuntovi un poco di brodo, si agiterà la massa fino a che bolla, quindi si metterà un poco di sale e pepe a piacere. Si tornerà a mettere i cocomeri, che coperti, si lascieranno cuocere lentamente per venti minuti. Si prepareranno poi delle fette di pane tostate nel burro e su queste si verseranno i citriuoli. Si possono servire con polli arrosto o pesce cotto nel forno.

COMPOSTA DI LIMONI.

Si prenderà il sugo di due limoni, due rossi d'uovo, un cucchiaio di zucchero pilé finissimo, tutto questo unito alla sostanza, ossia brodino di vitello, ben sgrassato, e lo si porrà a fuoco lento curando che non accada l'ebollizione. Passate poi la sostanza per setaccio sopra il lesso, il pollo, le costolette, od altre pietanze che richieggono salse, ed avrete così ammanita una salsa saporitissima.

COMPOSTE ALL'ACETO.

Si dà il nome di composte all'aceto ad una mescolanza di legumi verdi, erbe, bulbi, ecc., scottati e messi sotto aceto, a cui si aggiungono spezie ed erbe aromatiche. I prodotti vegetali più in uso sono: i citriuoli, il cui frutto bislungo deve essere appena sviluppato: i pomidoro, peperoni, cipolline bianche, crescione, gherilli di noci fresche, giovani spighe di granone, foglie di cavoli, fondi di carciofi, bottoni di capperi, bottoni e fior di nasturzio, foglie di barbabietole, fiori di arancio, piselli e fagiuoli verdi, piccoli aranci e limoni verdi.

Il tutto condito con spicchi d'aglio, chiodi di garofani, cannella, granelli di rape, scorza di noce moscata, radici di zenzero, foglie di rosmarino, di alloro, ecc. A tutto questo miscuglio così eterogeneo, a cui le spezie e le foglie aromatiche si proporzionano secondo i gusti, si aggiunge del sale ed aceto, il primo nella proporzione del 10 % o 10 in peso del secondo, e la soluzione si versa sino a coprire tutta la massa da conservare bene ordinata e disposta nei vasi a conserva.

COPPIETTE DI PATATE.

Si prenderanno due tuorli d'uovo e si sbatteranno bene, quindi vi si aggiungerà un mezzo chilo di *purée* di patate e poi due cucchiai di panna, un poco di sugo di cipolla, prezzemolo trito, sale, pepe e noce moscata, a seconda del gusto, ed un etto circa di burro. Si mescolerà bene e si porrà il composto in una casseruola, continuando a rimestarlo a fuoco mite, sino a che il composto si staccherà dalle pareti della casseruola. Tolto dal fuoco lo si lascierà freddare e poi lo si ridurrà in tante pallottoline, che schiacciate, si immergeranno prima nelle uova e poi nel pane grattugiato, facendole cuocere in grasso d'arrosto bollente.

Le coppiette di patate servono per guarnizione di pesce tanto arrostito che allessato.

CORNETTI o FAGIUOLINI CONSERVATI.

Si monderanno dapprima i fagiuolini (cornetti) e si getteranno mano mano nell'acqua fresca. Lavati per bene si faranno sgocciolare ponendoli poi in una terrina con sale, per levar loro, agitandoli, ogni asprezza. Si disporranno poi, strato per strato, entro un vaso di vetro o di terra, ponendo alternativamente un po' di cornetti ed un po' di sale, fino a che sia pieno il recipiente in modo però che il sale abbia ad essere spalmato sulla superficie. Si lascieranno così per il solo tempo necessario a tramutare il sale in acqua. Si copriranno poi di burro liquefatto, e freddo che sia, vi si aggiungerà superiormente molto olio di oliva onde impedire il contatto dell'aria. Si abbia cura di chiudere ermeticamente il vaso e di tenerlo in luogo asciutto. Allora che si desidera di servirsene si porranno in acqua fresca per toglierne il sale e si faranno cuocere entro un recipiente di terra. Non si dimentichi di questo ultimo consiglio, perchè non si confarebbe loro un recipiente stagnato e allora andrebbero a male. I cornetti si possono anche conservare al carpione col seguente processo: Mondati per bene i cornetti, si metteranno a cuocere in acqua salata che abbia già levato il bollore. Cotti e freddati si asciugheranno con pannolino e quindi si faranno friggere con due etti di olio d'oliva, prezzemolo e salvia triturati, e poi aggiungendovi un litro e mezzo di aceto facendo bollire il tutto. Dopo di che si lascieranno freddare, e posti in un vaso di terra si copriranno col loro carpione.

Servono come condimento al manzo lessato, pollo, arrosti, ecc. Si possono anche conservare a secco col seguente mezzo: Si prenderà quella data quantità di cornetti tenerissimi che si vogliono conservare, e s'immergeranno in acqua bollente, e tosto ritirati, si faranno asciugare, mettendoli poi sopra pannolino, all'aria aperta in bell'ordine senza che uno abbia a toccare l'altro, avendo cura di non esporli al sole. Seccati che sieno si chiuderanno in sacchetti di carta e legatili con spago all'imboccatura si appenderanno in qualche angolo della cucina. Quando se ne vuol far uso, non si ha che tenerli in molle nell'acqua fresca un giorno intero. Anche i funghi si fanno seccare nel modo identico.

COSTE DI BARBABIETOLE.

Anche queste sono eccellentissime al burro, come si usano gli spinacci, asparagi, ecc. Si prenderanno però per tale bisogna le foglioline della barbabietola bianca, e si faranno cuocere a mazzi, in acqua bollente. Si possono servire anche su pane tosto, con salsa all'olandese, oppure con salsa inglese al burro.

COSTOLETTE ALLA CUCINIERA.

Tagliate da un carré di vitello le costolette grosse un dito, stiacciatele un poco e fendetele nel mezzo a guisa di portafoglio; riempite l'interno con un ripieno di carne di pollo misto con tartufi fritti, assicuratele con stuzzicadenti, cuocetele in un buon sugo e disponetele sopra ad un piatto con riso condito a dovere.

Queste costolette si possono poi servire anche con cornetti, cardi, spinacci al burro, ecc.

COTTURA PERFETTA DEI LEGUMI FARINACEI.

Talvolta i legumi farinacei hanno del ligneo e del tiglioso, e ciò, forse, lo si deve alle qualità dell'acqua in cui si fanno bollire, per i sali calcarei che contiene, oppure per la natura coriacea dei legumi stessi. Ma il rimedio a questo inconveniente è subito trovato se si avrà cura di mettere nella pentola, in cui bollono, un piccolo sacchettino di tela contenente buona cenere. Con questo ritrovato si migliorerà il sapore dei legumi e si affretterà la loro cottura.

CRESCIONE (Agretto) (*Sisymbrium nasturtium*)

detto anche *crescione acquatico* o *crescione gentile*, lo si coltiva pure negli orti, in posizione ombrosa ed in piccoli cespi che si dividono facilmente dalle piante madri, ed ivi si lasciano crescere senza tagliarli per qualche tempo, onde abbiano a moltiplicarsi. È ortaggio di sapore agro stuzzicante con cui si preparano insalate squisite unitamente alle carni arrostite e cotte. Le varietà più raccomandate per la cucina sono: il *crescione Alenois*, quello di *Fontana* assieme a quella del *crescione gentile*.

CREN BARBAFORTE o ARMORACCIO IN SALSA PICCANTE

(*Cochlearia Armoracia*).

Si prenderà quel numero di radici di cren che si reputerà necessario, si puliranno bene, si asciugheranno, e dopo averle grattugiate si porranno nella salsiera stemperandole con aceto. Può servire per lessi ed arrosti e si conserva lungo tempo.

CROQUETS DI PATATE.

Si cuoceranno le patate in acqua e sale; raffreddate che sieno, si pesteranno nel mortaio; si amalgamerà assieme qualche uovo e un trito di erbe fine; si rammollirà il composto con panna in modo d'averne una pasta densa e quindi si foggieranno delle pallottole che si friggeranno al burro, e quando hanno preso un bel colore si serviranno.

DENTE DI LEONE

(*Taraxacum dens leonis - Pissanlit*).

È pianta che alligna in qualunque terreno e si sostituisce alla cicoria. Si semina in marzo e aprile per consumarla nell'inverno e primavera susseguente, però fino a che le foglie restano tenere. In seguito, per mantenerle delicate, si coprono i cespi sotto dieci centimetri di sabbia, e si avrà così un'eccellente insalata per tutto inverno. Si raccolgono i cauli di queste piante col tagliarli proprio al punto d'inserzione fra il collo e la radice, togliendo loro le foglie fracide o non abbastanza bianche.

DENTE DI LEONE LARDEGGIATO.

Si leveranno le radici a due chilogrammi di *denti di leone* novelli, perchè fioriti non sono più commestibili. Lavate le foglie in parecchie acque fredde, si stilleranno, si asciugheranno e si tagliuzzeranno finamente mettendole in casseruola. Si sbatterà poi un uovo aggiungendovi un quinto di crema, mescolando il composto sul fuoco sino a che

abbiasi a condensare. Dopo di che vi si aggiungerà un pezzo di burro della grandezza d'una noce, due cucchiai di aceto, sale e pepe a piacere. La salsa suesposta la si verserà sui denti di leone mescolandoli sempre sul fuoco fino a che saranno teneri ed increspati. Si serviranno in tavola guerniti di piccoli pezzi di lardo fritti.

DENTE DI LEONE ALLA TEDESCA.

Si opererà per la lavatura, pulitura e quantità come si è detto per i *denti di leone lardeggiati.* Si taglieranno due etti di prosciutto in dadi e si faranno friggere per avere un bel colore bruno dorato, aggiungendovi un cucchiaio di aceto. Si sbatterà un uovo intiero, aggiungendovi due cucchiai di panna, mescolandoli subito insieme al prosciutto ed aggiungendovi il sugo di una cipolla, poi i *denti di leone,* e mescolandoli ancora sul fuoco per qualche minuto, si servono in tavola caldissimi. I *denti di leone* si mangiano anche in insalata.

DISSECCAZIONE DEGLI ERBAGGI.

In generale tutti gli erbaggi dell'orto che voglionsi conservare devono essere raccolti freschi e bene maturi. Le piante o le radici succose devono essere scottate, immergendole nell'acqua bollente per qualche minuto: quindi conviene gettarle nell'acqua fresca e farle disseccare sia col mezzo del sole sia per mezzo dei forni. Questo ultimo processo è il migliore, e si dispongono gli erbaggi su grattícce, dopo di averli tagliati a pezzetti e mondati secondo la loro specie. Dopo che l'erba è disseccata, si tiene esposta all'aria in luogo fresco e ventilato. Per servirsene al bisogno si fanno rinvenire nell'acqua fresca.

I cavoli si conservano nella sabbia, dopo puliti, e tenendoli in luogo fresco.

I citriuoli, la zucca rotonda, quella lunga, i cocomeri, si conservano, lasciandoli un giorno dopo la loro raccolta, esposti al sole, e disponendoli su tavole in una camera asciutta, in modo che non si tocchino, e che non gelino.

I poponi si dovranno levare dalla pianta prima della loro maturazione, unitamente al ramo ed alle loro foglie e so-

spenderli all'aria affinchè il ramo abbia ad alimentare il frutto per qualche tempo. Anche in mezzo alla sabbia si conservano per due o tre mesi.

ERBA CIPOLLINA (*Allium schaenoprasum - Ciboulette*).

È pianta indigena, vivace, come le cipolle. È di facile coltivazione, e le sue foglie, le quali hanno odore e sapore della cipolla, ma più delicato, si tagliano sovente per ottenerne sempre delle più tenere e nuove; esse servono per dar gusto alle vivande, che richiedono quello delle cipolle non troppo pronunciato, ed alle insalate.

ERBA DI S. PIETRO (*Tanacetum Balsamita*).

È pianta perenne che cresce spontaneamente lungo le sponde del Mediterraneo e dell'Adriatico, le cui foglie, chiamate in molti luoghi *erba di S. Pietro*, servono in piccola dose per aromatizzare le insalate di lattughe, oppure si triturano con altre erbe per far delle frittate o delle zuppe di erbe al sugo.

ERBE FINI PICCIONATE.

Si metterà in una casseruola un etto di burro, assieme ad un pugillo di farina, sale, pepe pesto, funghi, cipollette, prezzemolo, pomidoro, mezzo spicco d'aglio, il tutto tagliato ben fino, mezza foglia di lauro, timo e basilico in polvere assieme a uno o due piccioni, fatti dapprima scottare, e tagliati sopra la schiena per appianarli alquanto. Si lascierà cuocere il tutto per mezz'ora, aggiungendovi, poscia, mezzo bicchiere di vino bianco ed altrettanto brodo. Si leverà il grassume e si servirà a poca salsa con piselli o con asparagi.

ERBE LEGATE CON RISO.

Si farà cuocere il riso in brodo d'erbe colorate, facendo sì che il brodo sia piuttosto denso e ponendovi un poco di fecola di patate, disfatta con brodo freddo. La si getterà nel riso bollente e la si farà cuocere dieci minuti,

quindi scodellata, e poste sopra il riso le erbe legate come quelle indicate per la *zuppa d'erbe legate* si verserà in zuppiera e si servirà caldissimo.

ERBE VITELLATE.

Si prenderà del prezzemolo, due cipolline e quattro o cinque funghi, e si triturerà il tutto finamente facendolo passare al burro ed aggiungendovi un poco di sale, pepe e noce moscata. Si prenderà un pezzo di vitello (a piacere) e lo si porrà nella casseruola ove già venne sciolto il composto suindicato facendolo cuocere a fuoco lento. Si digrasserà, aggiungendovi per ultimo due cucchiai di salsa a piacere.

FAGIUOLI COMUNI (*Phaseolus vulgaris - Haricot commun*).

Considerando i fagiuoli sotto l'aspetto del loro modo di vegetazione e del loro sviluppo, come relativamente ai diversi modi con cui si possono adoperare riguardo all'economia domestica, si devono certo dividere in due grandi serie, cioè l'una dei fagiuoli nani e l'altra degli arrampicanti. Ognuna di queste due serie può suddividersi in due distinti gruppi, cioè: 1.° i fagiuoli mangiatutto, e sono quelli che si mangiano unitamente ai baccelli in istato verde (cornetti); 2.° quelli i di cui baccelli sono muniti nella parte interna di una pellicola o membrana dura, che li rende impropri a mangiarsi in istato verde.

Per mezzo della coltivazione forzata e della protratta dei fagiuolini nani, si può ottenere per ben otto mesi dell'anno uno dei più delicati legumi da servirsi sulle nostre tavole.

L'uso dei fagiuoli è talmente esteso e conosciuto, che crediamo inutile estenderci, in questo trattato, sovra questo argomento per dimostrare l'utilità e l'importanza di questo legume, il quale, mentre in istato verde figura degnamente come verdura sulle tavole, giunto alla sua perfetta maturanza rende i più grandi servigi nelle cucine di tutte le classi per molti mesi.

Ben oltre trecento sono le varietà dei fagiuoli che si coltivano in Europa; ma noi accenneremo, alla nostra mas-

saia e cuciniera, le specie più perfezionate siccome quelle che possono in ogni caso soddisfare ai principali bisogni.

Fagiuoli rampicanti. Aquila (grano oblungo, bianco, con macchia nera); bianchi, piatti; mascarello (tondo, a due colori); Soisson (bianco, grossissimo, piatto); Spagna bianchi (grossissimi); Spagna colorati (grossissimi); varesotto (oblungo, a più colori); ciliegia del Giappone (che raggiunge due metri di altezza, grano turgido di un brillante color ciliegia, squisitissimi); uova di trota (uno dei più squisiti e produttivi che si conoscano, tondo, bianchissimo, a buccia tenera, e non più grosso di un grano di veccia).

Fagiuolo Valsesia, alquanto produttivo e con una pasta delicata e squisitissima. Un fusto solo porta fino ottanta baccelli.

Fagiuoli rampicanti (Cornetti, fagiuolini da mangiarsi verdi). Borlotti bianchi, tondi; borlotti grigi, tondi, ed intestino ovale, bianco.

Fagiuoli nani per cornetti. Borlotti neri; re dei verdi (si conservano verdi vividi internamente anche dopo cotti); butirro bianco, tondo; butirro nero, oblungo. I butirro hanno baccello di color giallo-paglierino simile al burro, carnosi e delicatissimi. Varietà assai produttiva.

Fagiuolo cento per uno. Il più nano e il più produttivo di tutte le varietà. È indicatissimo per la grande coltura, si presta benissimo ad essere coltivato anche fra le viti.

Fagiuoli nani. Dell'occhio (adatto per la grande coltura); il flageolet rognone di gallo; il flageolet meraviglia di Francia (esternamente ed internamente di un verde spiccato che si mantiene tale anche dopo cucinato, pregio questo che lo rende ricercato per le guarnizioni di vivande e per le conserve); il quarantino bianco, oblungo; quello butirro della China tondo, giallo-paglierino; il fagiuolo ibrido Spotti, che ha le medesime virtù del cento per uno, ma è di color caffè.

Fagiuolo di Lima perfezionato. È questa la più importante novità da orto del secolo nostro, ed è la più rimarchevole fra le varietà di fagiuoli a tutt'oggi conosciute sia per squisitezza che per produttività.

Da questa breve esposizione la nostra massaia può comprendere benissimo quanto importante sia il fagiuolo nella cucina, poichè accompagna il riso e fa l'allegria del minestrone; serve d'ornamento alle salsiccie, ai piatti d'umido, in insalata, e si mette sotto aceto siccome i citriuoli: insomma, i fagiuoli sono i migliori legumi tanto più se liberati dalla buccia e passati allo staccio. Vuolsi che la prima a cucinare i fagiuoli freschi, senza scorza e coll'aggiunta di aglio, aceto e sedano, sia stata Clorinda da Ello, bresciana. Approfittiamo dunque di questo legume nutriente per il gran tributo della cucina e sappiamoli conservare. Per questa bisogna basterà levar loro il filo, scottarli nell'acqua bollente con poco sale, quindi levarli e metterli in quella fredda, facendoli asciugare alla stufa o all'aria, ma all'ombra, conservandoli poi all'asciutto. Per quest'uso ricordiamo che i cornetti devono essere teneri. Per farli rinverdire si mettono nell'acqua tiepida e si mettono a fuoco nell'acqua fredda.

Per ultimo accenneremo che i fagiuoli si possono conservare secchi col semplice processo del sole, il che costa pochissimo.

FAGIUOLI (Cornetti) ALLO ZABAJONE ACIDO.

Si getterà un chilo di cornetti nell'acqua salata dopo aver loro levato il filo, e puliti a dovere. Cotti che siano si lascieranno sgocciolare in un apposito crivello, quindi si disporranno sopra un piatto bislungo.

A parte, sul fornello, a fuoco mite, si porrà una casseruola contenente due tuorli d'uovo, due cucchiai di zucchero, due di aceto e due di acqua, avendo però cura di non lasciar levare il bollore. Formato così una specie di zabajone, lo si verserà sui cornetti al momento di servirli.

FAGIUOLI IN CROQUETS.

Si prenderà quella data quantità di fagiuoli che si reputerà necessaria, e si faranno bollire nello stesso modo di quelli che si adoperano per far polenta (vedi fagiuoli in polenta). Cotti che siano si passeranno per staccio aggiun-

gendovi un cucchiaio d'aceto, un altro di melissa, sale, pepe e un etto circa di burro fresco. Si mischierà tutto il composto e cotto che sia lo si lascierà raffreddare. Dopo di che si faranno delle pallottoline e dopo averle immerse nell'uovo si copriranno di pane grattugiato finissimo e si faranno friggere con burro freschissimo. Si servono caldissime in tavola.

FAGIUOLI ALLA FIORENTINA.

Facciansi cuocere a metà cottura, o poco più, una data quantità di fagiuoli entro acqua salata e si passino, colati, in una casseruola per farli confinare nel burro già rosolato per bene. Poscia gli si levi il burro e vi si unisca la salsa seguente: Facciasi dileguare del burro (un etto) e dopo avergli levata diligentemente la schiuma vi si unisca della farina, quanta sia la consistenza del burro, e mischiatala bene, si rimetterà la casseruola al fuoco, ponendovi entro un poco di brodo semplice di burro, e così di mano in mano si sciolga fino a che siasi raggiunta la consistenza d'una salsa, lasciando bollire per qualche tempo ancora. Si passerà poi a sgrassare detta salsa e a passarla per staccio ritornandola poi al fuoco dimenandola continuamente col mestolo affinchè non abbia ad attaccarsi al fondo. Questa è la salsa che si deve servire allorchè si devono mettere in tavola i fagiuoli aggiungendovi però due rossi d'uovo, il sugo di mezzo limone, ed un poco di prezzemolo ben trito.

FAGIUOLI DI LIMA ALLA CREMA.

Si faccia bollire in acqua bollente quella data quantità di fagiuoli che si crede necessaria, aggiungendovi un po' di sale. Cotti che siano per bene, si asciugheranno per poi condirli con sale, pepe e burro in quantità sufficiente. Poco dopo si aggiunga un cucchiaio di farina, e poscia un quinto di panna facendo bollire. Una bollita sola basta. Si levino dal fuoco e si servino in tavola caldissimi.

Facciamo osservare che tutte le qualità di fagiuoli si prestano tanto per fare in polenta, che in croquets, ecc.

FAGIUOLI DI LIMA NANI ALLA SALSA.

È un sorprendente fagiuolo, candido, carnoso, e che dà un prodotto quadruplo delle migliori varietà nane nostrali ed una quantità interessante nell'economia domestica. Si prenderanno i fagiuoli giovani (mezzo litro) e si metteranno in acqua bollente lasciandoli cuocere per mezz'ora. Scolati e asciugati, si farà sciogliere del burro in una padella unendovi due cucchiai di farina, un quinto di latte e mischiando il tutto finchè bolla, aggiungendovi poi sale, pepe ed il succo di una cipolla. Per completare questa salsa si aggiungerà due rossi d'uovo sbattuti, ciò fatto la si verserà sui fagiuoli servendoli caldi in tavola.

FAGIUOLI À LA MAITRE D'HOTEL.

Si prendano dei fagiuoli verdi e si gettino nell'acqua bollente, aggiungendovi a metà cottura un pizzico di sale, ed un pezzetto di burro. Si levino e si facciano sgocciolare ponendoli però subito ancor caldi in una casseruola con burro misto a prezzemolo trito, solito pizzico di sale e pepe e succo di limone. Si faranno saltare e si serviranno su piatto caldo.

Qualora i fagiuoli fossero secchi, si terrà invece il seguente processo: si facciano bollire nell'acqua lungo tempo gettandoli in essa quando è ancor fredda. Così devesi operare anche per i fagiuoli che servir devono per la minestra, sopprimendo l'acqua in cui bollirono.

FAGIUOLI ALLA ROMANA.

Si prenda la quantità necessaria di fagiuoli e dopo averli posti nella pentola, salati e cotti, si lascieranno sgocciolare. Frattanto si taglieranno sottilmente tre cipolle, mettendole in un tegame e facendo prender loro il color d'oro, mettendovi poi i fagiuoli con pepe, noce moscata, acciughe passate e brodo Si faccia soffriggere il tutto insieme e quando si sarà prosciugato per bene l'umido, vi si spremerà sopra un limone servendo in tavola prontamente.

FAGIUOLI ALLA SALSA BRUNA.

Si prenderà un litro di fagiuoli e si porranno in una casseruola d'acqua bollente, facendoli cuocere lentamente per circa mezz'ora, con salatura a piacere. Cotti che siano, si farà rosolare un etto di burro in una padella, aggiungendovi poi due o tre cucchiai di farina e tornando a far cuocere il tutto per bene. Vi si aggiungerà tanto brodo che basti, mescolando il composto ed aggiungendovi una mezza cipolletta triturata con un pizzico di sale e pepe. Fatti asciugare i fagiuoli, si aggiungeranno alla salsa, facendo ancora bollire il tutto per altri dieci minuti, e servendoli poi caldi in tavola con manzo lessato o vitello, oppure pollo arrosto, ecc.

LA FAGIUOLINA (*Dolicos - Dolique*).

Appartiene alla famiglia dei fagiuoli, ma è pianta più delicata dei fagiuoli stessi, e la si coltiva di preferenza nei paesi meridionali, ove si ottiene con abbondanza ragguardevole dei prodotti malgrado la piccolezza dei suoi granelli. Questa pianta domanda ad un dipresso la stessa coltivazione dei fagiuoli, ad eccezione che la fagiuolina essendo più delicata richiede maggior calore e si semina più tardi dei fagiuoli, cioè dopo la quindicina di maggio od in giugno. Le principali varietà sono: la fagiuolina dell'occhio (*Dolicos unguiculatus*); la fagiuolina lunghissima (*Dolicos sesquipedalis*) e la fagiuolina Lablat. Tutte queste qualità sono ottime per la cucina.

FAGIUOLI BIANCHI ALLA SAUTÉS.

Si farà cuocere in acqua bollente quella quantità di fagiuoli bianchi che occorre, dopo di che si porranno in una padella, ove poco prima si sarà fatto stemperare mezz'etto circa di burro, mezza cipollina e poco prezzemolo ambo triturati. Si lascieranno cuocere otto o dieci minuti, quindi si aspergeranno di sale, pepe e succo di limone, e si serviranno in tavola caldissimi.

FAGIUOLI BIANCHI SGRANATI.

Dopo averli lessati, si metteranno in un soffritto di cipolla con prosciutto già cotto, e si bagneranno con brodo o sugo di carne, aggiungendovi un po' di salvia. Si farà loro prendere il sapore e si serviranno caldissimi. Si possono cuocere ben anche, dopo lessati, nel modo stesso dei piselli in istufato.

FAGIUOLI CON MONTONE.

Si metterà in una terrina una cipolla spaccata, quindi una carota e due sedani a fette, sale, pepe, un litro di vino bianco ed una coscia di montone. Si lascierà il composto suddetto in infusione tutta mattina e tre ore prima di pranzo si verserà il tutto in casseruola con entro un etto di lardo ben tritato. Si coprirà la casseruola e si farà stufare per tre ore a fuoco moderato. Nel frattempo si faranno cuocere tre etti di fagiuoli bianchi in tre litri d'acqua con sale; si lascieranno sgocciolare e si getteranno in altra casseruola versandovi sopra il sugo del montone passato allo staccio, ove subbolliti che siano lentamente per circa quindici minuti, si porrà mezz'etto di burro, e si ritirerà tosto dal fuoco la casseruola mescolando il tutto per bene. Sopra i fagiuoli si porrà il montone, riscaldando se lo si crederà necessario.

FAGIUOLI COTTI AL FORNO.

Si prenderà un litro di fagiuoli bianchi e si lascieranno in acqua fredda per diverse ore. Sgocciolati poi per bene si porranno, assieme a mezz'etto di lardo e ad un altro mezz'etto di prosciutto, in casseruola, facendo cuocere lentamente aggiungendovi acqua o brodo, un pizzico di sale, mezzo cucchiaino di senape. Versando il composto sui fagiuoli, si coprirà la casseruola e si farà cuocere nel forno a fuoco lento, aggiungendovi del brodo od acqua mano mano che essa evapora dal recipiente.

FAGIUOLI IN POLENTA.

Tanto coi fagiuoli secchi, che coi verdi, si può fare una *polenta* saporitissima. Si prenderà un litro di piccoli fagiuoli

bianchi e si lascieranno in acqua tiepida per tutta una notte (I verdi si porrano in acqua al mattino). Dopo averli asciugati e posti in acqua fredda si faranno bollire a fuoco mite per circa un'ora, poi si asciugheranno e si rimetteranno in acqua bollente per un'altra ora circa. Dopo di che si faranno passare per staccio ponendoli in casseruola coll'aggiunta di mezz'etto di burro (od etto secondo la quantità dei fagiuoli), un pizzico di sale e pepe, rimestando il tutto nel modo stesso che usasi per fare la polenta di granoturco. Dieci minuti di cottura però bastano. Si serve calda prontamente.

FAGIUOLI SALTATI ALLA MILANESE.

È un piatto gustosissimo questo, tanto più durante la stagione che si possono avere i fagiuoli verdi. Se tali si getteranno nell'acqua bollente. Giunti a metà cottura vi si aggiungerà del sale e un piccolo pezzo di burro, e lasciati bollire ancora per qualche minuto, si leveranno dall'acqua per lasciarli sgocciolare, ponendoli ancor caldi in una casseruola unitamente ad un poco di prezzemolo trito, sale, pepe, sugo di un limone e a venticinque o trenta grammi di burro. Si faranno saltare e si serviranno su di un piatto caldo.

Qualora poi i fagiuoli fossero secchi, si faranno prima bollire nell'acqua per un'ora o due, secondo il bisogno, gettandoli però in essa allorquando è fredda.

Lo stesso sistema si terrà per i fagiuoli che si useranno per la minestra. Però in questo caso l'acqua nella quale bollirono deve essere gettata via, quindi si faranno cuocere a parte e non già nella pentola destinata per la minestra.

FAGIUOLI VERDI ALL'INSALATA.

Si farà dapprima cuocere una data quantità di fagiuoli verdi nell'acqua e sale, dopo di che si faranno sgocciolare e freddare. Si serviranno con salsa d'olio, aceto, pepe e sale.

FAGIUOLINI AL BURRO.

Si prenderà un chilo di fagiuolini e si leveranno loro le estremità e le parti fibrose ai due lati, tagliuzzandoli poi

nel mezzo da misurare circa due centimetri a due e mezzo. Si porranno nell'acqua fresca per venti o trenta minuti e dopo averli asciugati si getteranno in una casseruola d'acqua bollente con sale a discrezione ed un poco di burro, lasciandoli cuocere per mezz'ora o più lentamente, a seconda della qualità dei fagiuolini stessi. Estratti dall'acqua si disporranno sopra un piatto aggiungendovi burro, sale e pepe. Si servono caldi.

FAGIUOLINI CON CREMA.

Si prepareranno i fagiuolini nel solito modo, e cioè col tagliar loro le estremità e col levare i fili ai due lati. Quindi si porranno in una casseruola d'acqua bollente, aggiungendovi mezz'etto di prosciutto e facendo bollire lentamente per circa un'ora. Dopo di che si asciugheranno levando il prosciutto rimasto, e rimettendoli in casseruola, coll'aggiunta di venticinque grammi di burro, un quinto di panna ed il solito pizzico di sale e pepe.

FAGIUOLINI (Cornetti) CON SALSA ALLA CREMA.

Si prenderà mezzo chilo od un chilo (a seconda del bisogno) di fagiuolini (cornetti) e si faranno perbollire a mezza cottura, purchè siano teneri. Si provvederà un poco di panna, un uovo, formaggio grattugiato, drogheria, e si farà un amalgama aggiungendovi sugo di limone ed un poco di aceto bianco eccellente, quindi si verserà il composto nella casseruola dove prima si sarà ultimata la cottura dei fagiuolini col burro. Uniti che siano si leveranno dal fuoco e si serviranno caldi.

Anche triffolati sono eccellenti.

FAGIUOLINI (Cornetti) TRIFFOLATI ALLA GENOVESE.

Si faccia cuocere in acqua bollente un chilo di cornetti (fagiuoli nani) fino a due terzi di cottura, e dopo la solita colatura nello staccio si lascino asciugare per bene. Si porranno poi in una casseruola con olio, poco aglio e prezzemolo trito assieme, non senza aver salato prima a

proporzione. Confinati che siano a fuoco lento, presa la bontà, e ultimata la cottura col rivolgerli sovente si serviranno caldissimi assieme al lesso, pollo, arrosti, ecc.

Nello stesso modo si può ottenere un buon triffolato di spinaci o di altre verdure.

FAVA (*Vicia faba - Fève de marais*).

Le fave si seminano in febbraio-marzo e in autunno, seguendo per la coltura le norme stesse per i fagiuoli, ma non appena spuntati i frutti, converrà smozzare l'estremità della pianta per ottenere maggior prodotto. È necessario, come si disse per i ceci, per aver fave dolci e tenere da consumare, di non attendere che esse abbiano raggiunto la loro completa maturità. Le estremità tenere delle fave smozzate si allestiscono al grasso ed al magro e riescono un cibo delicato e sano. I baccelli si mangiano appena giunti ad un terzo della loro grossezza, nella stessa guisa che si mangiano i fagiuoli per cornetti. Raggiunto che abbiano però il loro intero sviluppo, si mangiano invece i semi sgusciati, togliendo loro la buccia, o pelle, perchè piuttosto dura e di difficile digestione. Le più apprezzate in cucina sono: la *fava olandese precoce,* alquanto produttiva e di un sapore eccellente; la *fava Breventana,* la *marzuola,* la *quarantina,* quella di *Siviglia,* precocissima, larga, piatta, la *fava acqua dolce,* la *Julienne verde* e la *nana di Beek,* verde, precocissima, ricercatissima come primizia e di un sapore gratissimo. La fava si usa in minestra ed è bene levarle la pellicola.

FAVE ALLA GIARDINIERA.

Si acquisti un litro (o mezzo) di fave (a seconda del bisogno) e si lascino nell'acqua lungamente; se le fave sono secche, si lascino in acqua tutta una notte. Levate ed asciugate, si faranno bollire a fuoco lento in una casseruola entro acqua fredda, coll'aggiunta di un etto di prosciutto, di una cipolla e di due carote, il tutto tagliuzzato a fettine. Cotte che siano, si faranno asciugare e si disporranno su di un piatto, ove si sarà disposto del burro (mezz'etto o

un etto, a seconda della quantità delle fave), sale e pepe, servendole in tavola prontamente. Si avrà cura di togliere le carote e la cipolla; il prosciutto lo si potrà lasciare, disponendolo anzi sul piatto stesso a modo di guarnizione.

FAVE IN ZUPPA.

Si farà bollire una data quantità di fave (mezzo litro) in tre litri di brodo. Il fuoco dev'essere moderatissimo. Giunte a metà cottura, si seguirà il seguente processo: Si porranno in casseruola qualche cucchiaio d'olio con alcune foglie di salvia trita, un poco di prezzemolo pur esso trito e due acciughe stemperate. Preso che abbia il color d'oro tale composto, lo si verserà sulle fave bollenti, si ultimerà la cottura e si servirà la zuppa caldissima.

FAVE TENERE.

Si fanno cuocere nello stesso modo dei piselli con soffritto di aglio o cipolle, prosciutto, burro, erbe odorose, farina, e bagnandole con brodo se voglionsi fare in stufato, aggiungendovi in quest'ultimo caso un poco di vino dolce e zucchero (mezzo quinto del primo e tre cucchiai del secondo).

FECOLE E PASTE ALIMENTARI.

I vermicelli, i maccheroni e tutte le altre paste sono di un uso generale in tutte le cucine e si possono provvedere anche su vasta scala, conservandole in cassette chiuse ed al riparo dall'umidità.

Tra le fecole, la *patata* è quella che viene adoperata più di ogni altra, perchè leggiera e nutritiva assai, e serve ad ammanire eccellenti vivande. Anche nella preparazione di alcuni generi di pasticceria le patate hanno la loro parte importante.

FINOCCHIO (*Anethum foeniculum - Fenouil*).

In Italia l'uso dei finocchi è estesissimo, e si mangiano non solo crudi in istato verde, ma altresì imbiancati nella stessa guisa dei cardi e dei sedani, la quale operazione si

può fare nella primavera, per quelli trapiantati in ottobre e novembre, e fino nell'autunno per quelli che vengono seminati dal febbraio successivamente. La semina viene effettuata in marzo, trapiantando a venti centimetri di distanza le pianticelle in terreno profondamente lavorato e in abbondanza concimato. Raggiunta una discreta grossezza si rincalzano rivestendo di terra la base delle piante per imbianchirle. Si conservano in inverno ben interrate. Le varietà ottime per la cucina e quindi per la tavola sono: il *finocchio grossissimo di Napoli* e quello *dolce di Firenze,* oltre alla qualità che si coltiva da noi. I semi del finocchio da noi chiamati *erba bona,* sono droga di cucina e di pasticceria. Questi semi si devono adoperare per dar sapore alle carni porcine che si mettono allo spiedo, ai pesci fritti, alle salse e si aggiungono alle castagne durante la loro bollitura per far loro acquistare un sapore graditissimo. Servono ben anco alla preparazione dell'acquavite.

Il finocchio è stimolante e tonico.

FLANO.

Disfate un etto di fecola di patate e un altro di zucchero in un litro di latte e un etto di burro. Si faccia bollire il tutto mescolando più volte, e freddo che sia, si aggiungeranno sei rossi d'uovo, dei marroncini di marzapane pesti e disfatti, ed altre paste a seconda del proprio gusto, tre chiari d'uovo ridotti a fiocca e mettendo tutto in una tortiera spalmata di burro e polverizzata con pane grattugiato. La si porrà, coperta, su cenere calda, e quando sia ben rappresa la si rovescierà e si servirà caldissima.

FLANO DI PATATE ALLA FRANCESE.

Facciansi bollire diverse patate (mezzo chilo e più), e pulite dalla pellicola e tagliate a fette, si porranno in casseruola con un etto di burro fresco ed un bicchiere di panna o latte fresco. Si faranno cuocere fino a che siansi disfatti, dimenandoli bene con un mestolo, e passandoli in seguito per staccio. Ciò fatto si uniranno sei rossi d'uovo, ed il chiaro di quattro sbattuti alla fiocca con settantacinque

grammi di zucchero in polvere fioretto, ed impannata una forma qualunque che possa contenere il composto che sorpassi però per metà il contenuto, ivi lo si verserà e lo si farà cuocere al testo con calore usuale per circa mezz'ora. Si potrà servirlo in tavola unitamente alla salsa detta basciamela,

FLANO DI SEDANI.

Si prenderanno tre o quattro piante di sedano e dopo averle pulite e fatte cuocere in acqua, si spremeranno e si triturerano per bene. Si farà poi friggere, in venti grammi di burro, un cucchiaio di farina facendovi incorporare il sedano in unione a mezzo litro circa di latte. Si condensi il tutto; poscia si tolga la casseruola dal fuoco e raffredata che sia la sostanza vi si aggiungeranno sei rossi d'uovo e drogheria, passandola, come al solito, in uno stampo (bonetto) di piacevole forma e facendola cuocere lentamente nel modo stesso di tutti gli altri flani.

Si potrà servire questo flano coperto di zabajone oppure con salsa fatta alla panna.

FLANO DI VERDURE DIVERSE.

Il flano lo si può fare benissimo con spinaci, erbette, cardoni, patate, ecc., bolliti nel modo solito in acqua. Poscia si spremeranno e si tagliuzzeranno finamente colla mezzaluna, ponendoli in casseruola a terminare la cottura in ottimo sugo o buon brodo (un chilo di verdura basta). Allora che le verdure sono cotte vi si unirà della panna o latte, mescolando bene colla mestola e lasciando freddare poi la sostanza. Vi si aggiungeranno quattro uovi, del buon formaggio grattugiato (venticinque grammi), drogheria ed il bianco sbattuto alla fiocca. Ciò fatto si porrà il composto in un bonetto unto di burro e impannato perfettamente, facendo cuocere al testo con fuoco mitissimo sotto e sopra.

FOCACCIA DI PATATE.

Si faranno le operazioni stesse delle patate in frittelle, avvertendo che invece del sale e del pepe, vi si porrà

molto zucchero, un poco di essenza di vaniglia o corteccia di limone, fiore d'arancio e tre o quattro albumi d'uovo, non tanto densi, e mescolandoli alla pasta. Si spalmerà uno stampo di burro, aspergendolo di pane grattugiato, ponendovi poi il composto e facendo cuocere con fuoco sotto e sopra per circa mezz'ora. Cotta al forno la focaccia riesce meglio.

FOGLIE DI RAPE CONDITE ED IN INSALATA.

Si prenderanno delle famiglie di rape e fatte lavare in acqua fredda, si getteranno poi in acqua bollente già disposta in una pentola, aggiungendovi un pizzico di sale e lasciando bollire per venti minuti circa. Dopo di che si faranno scolare, mettendole in un piatto fondo guarnito con fette d'uova sode e servendole nel modo stesso degli spinaci.

In primavera si possono adoperare le giovani foglie per fare buona insalata, da condirsi con salsa alla francese.

FRITTATA D'ERBAGGI.

Si possono comporre le frittate con ogni specie di erbaggi cuocendole o con burro, o con lardo, strutto. Liquefatta che sia la sostanza adoperata in una padella, si metterà in essa l'erba qualunque, che vuolsi far cuocere. Quindi sbattute le uova si forma la frittata. I composti di frittata di tartufi, funghi, prugnoli, ostriche, telline, si fanno prima cuocere in salsa a piacere e poi con essi si pongono in padella e si fa la frittata. In altra maniera si fa la frittata, e cioè quando sotto è ben rappresa vi si mette sopra l'intingolo fatto e si piega a mezzo la frittata, oppure si forma un'altra frittata simile cotta da una parte sola e la si volta sull'altra parte non cotta. Queste frittate si possono servire con una salsa a piacere, anche con quella di *framboise.*

FRITTATA CON PISELLI.

Si faccia bollire una data quantità di piselli sgusciati (un chilo) in acqua salata per quindici minuti, quindi si facciano scolare avendo la cura però di tenerli caldi frattanto che si prepara la frittata.

Si sbatteranno quattro uova per bene, aggiungendovi quattro cucchiai d'acqua calda, venti centigrammi di burro, ed un poco di sugo di cipolla (tre o quattro goccie). Si porrà in una padella un etto di burro e rosolato per bene, vi si pongano le uova. Si agiti sopra fuoco vivo, fino a che le uova siansi rapprese, poi si alzerà un lato della padella in modo che la parte liquida passi al disotto spolverizzandola con sale e pepe. Si metteranno due cucchiai di piselli cotti in mezzo la frittata e voltando una metà della frittata sull'altra, la si porrà sopra un piatto caldissimo. Si condirà poi il rimanente dei piselli aggiungendovi un cucchiaio di salsa di burro, quindi si verseranno intorno alla frittata servendola prontamente. È questa un'ottima *entrée* per pranzo o piatto per cena e per colazione.

FRITTATA DI PATATE.

Si prenderanno tre cucchiajate di fecola di patate, cinque rossi d'uovo e tre uovi interi, zucchero in quantità sufficiente e venticinque grammi d'acqua di fior d'arancio. Si frulli bene il tutto ed aggiungetevi poi un poco di latte; mettete alquanto burro (due etti) in una padella, e quando sia bene liquefatto, ungendo tutta la superficie della padella stessa, vi si getterà una piccola ramajolata di detta pasta, facendola scorrere per tutta la padella. Cotta che sia la si rovescierà sopra un piatto e la si spolverizzerà con zucchero, continuando così fino a che siavi pasta, ponendo queste frittate una sopra l'altra e servendole calde o fredde secondo il gusto.

FRITTELLE DI PASTINACA.

Si prendano quattro pastinache grossissime e si facciano bollire sino a che si faranno tenere. Cotte che siano si scoleranno e si faranno passare per staccio, aggiungendovi un poco di farina, un uovo ben sbattuto, un poco di sale e pepe. Si mescolerà bene e si formeranno delle piccole frittelle rotonde. Frattanto si porranno alcuni cucchiai di grasso d'arrosto in una padella e liquefatto che sia, si faranno colorire le frittelle da ambo le parti. Si scoleranno su carta asciugante e si serviranno con *manzo lessato, roast-beef*, ecc.

FRITTELLE DI PATATE.

Si faranno lessare otto o dieci patate grossissime e belle, e fredde che siano si tagliuzzeranno a dadi. In una terrina si farà liquefare un etto di burro, con sufficiente farina, mezzo litro di panna o latte, un poco di sale e pepe. Dopo aver mischiato il tutto per bene, finchè bolla, vi si porranno le patate e poi del pane grattugiato ed alcuni pezzetti di burro qua e là riponendo la casseruola a fuoco piuttosto vivo finchè il composto abbia ottenuto un bel colore dorato. Si servirà nella terrina stessa.

FRITTELLE DI SPINACI.

Si prenderà un chilo di spinaci lessati, si spremeranno e si trincieranno, ponendoli in una casseruola con un etto di burro, maggiorana trita, spezie, zucchero e raschiatura di limone. Si farà incorporare il tutto sul fuoco, ponendovi un bicchiere di latte facendolo cuocere, quindi due uova sbattute. Allorquando la massa si sarà assodata e raffreddata, si formeranno tante frittelle della forma che più piace, involgendole nella pasta apposita (vedi pasta per le fritture) e facendole poi friggere.

FRITTO ALLA VESTALE.

È questa un'eccellente frittura e facilmente composta. Si prendano delle rotelle sottili di mollica di pane (se francese, meglio), s'inzuppino nella panna e vi si sparga sopra mezz'etto di zucchero, un poco di cannella e la scorza verde di un limone tritata minutamente. Le rotelle così inzuppate e spolverizzate si avvolgeranno nell'uovo sbattuto, quindi nel pane trito, e si faranno friggere in olio e burro. Questo fritto dev'essere servito caldissimo e spolverizzato di zucchero finissimo.

FRITTO DI VERDURA.

Se avete degli avanzi di verdura, spinaci, cavolfiori, ecc., si possono utilizzare facendone un buon fritto nel modo seguente: Si ponga nella casseruola la verdura che si

ha disponibile, aggiungendovi una cipollina tagliuzzata e mezz'etto di burro e si mescoli il tutto per bene fino a che la verdura abbia potuto prendere il sapore degli ingredienti aggiunti. Dopo la si levi e la si triti finamente con mezzaluna, aggiungendovi un uovo, venticinque grammi di formaggio grattugiato ed un pizzico di drogheria (Ecco il caso di adoperare la spezie da noi indicata. Si osservi l'articolo sotto la sua rubrica speciale *S*). Formate che si siano colla stessa pasta delle piccole pallottole, s'imboraggieranno o s'infarineranno, facendole poscia friggere a fuoco piuttosto vivo.

Questo fritto si serve caldissimo con prezzemolo arrostito.

FRITTURA DI PATATE ALLA PROVENZALE.

Si schiacceranno sei grosse patate cotte e pelate, unendovi mezz'etto di zucchero in polvere, una presa di cannella, un etto di burro, tre tuorli d'uova e un poco di cedrato a pezzetti. Qualora la pasta non avesse a riescire omogenea, la si passerà allo staccio prima di aggiungervi il cedro, poi la si dividerà in tante frittelle che, infarinate, si faranno friggere. Si servono in tavola caldissime.

FRITTURA DI PATATE ALLA SAVOJARDA.

Si facciano cuocere nell'acqua semplice diverse patate, quindi si tolga loro la pellicola e si pestino per bene nel mortaio, unendovi mezz'etto di zucchero, un poco di cannella, mezz'etto di burro fresco, tre tuorli d'uova con un poco di cedrato tritato fino, incorporando il tutto e formando delle pallottoline grosse come una noce. Queste pallottoline si infarineranno e si faranno poi friggere nel burro (settantacinque grammi) antecedentemente cotto. La si servirà calda.

FRITTURA DI PATATE ALLA SEMPLICITÀ.

Si faranno cuocere e si peleranno otto patate grosse e belle, quindi si pesteranno nel mortaio assieme a due cucchiai di prezzemolo trito, sale e cannella in polvere. Al-

lorquando la pasta avrà preso una certa consistenza, la si dividerà in tante frittelle che si faranno friggere nel burro, voltandole e rivoltandole fino a che avranno preso un bel colore dorato scuro. Questo piatto può servire di guarnizione alle carni lessate. Qualora si volesse un piatto più sostanzioso, non si fa che aggiungere quattro uova intere e mezz'etto di burro al pastume.

FRITTURA DI POLENTA.

Si faccia mezzo chilo di polenta (con farina gialla) entro un litro, e più se abbisogna, di latte con un pizzico di sale. La si lascierà freddare, poi la si dividerà con un filo in fette della grossezza di un dito, e, coll'orlo di un bicchiere si facciano tante rotelle, si bagnino poi in uovi sbattuti e, avvoltolate nel pane grattugiato, si mettano in padella entro la quale vi sarà un etto e mezzo o due di burro per la bisogna della friggitura. Alla polenta si può benissimo aggiungere della cannella, dello zucchero, formaggio e burro. Anche i famosi frittelli di polenta si ottengono perfetti col mettere fra una rotella e l'altra di polenta una fetta simile di formaggio giovane (detto *battelmatti*) avvolgendo tre rotelle unite nell'uovo e pane, come sopra abbiamo indicato.

FUNGHI (*Agaricus - Champignons*).

I funghi prataiuoli nascono nei prati ridotti a pascolo, e generalmente sul limitare dei boschi, ma possono ben coltivarsi mediante coltura forzata, cosa del resto facilissima. Il segreto sta nel farla in ambienti a temperatura costante non inferiore a otto gradi nè superiore ai trenta. I luoghi ottimi per tale coltivazione sono le cantine o le grotte. Nei paesi del nostro mezzogiorno basta coltivarli in località a tramontana e nelle notti dei mesi freddi coprirli con pagliate. Il letto su cui si pone il seme o micelio deve essere composto di sterco cavallino con poca paglia, e collocato a ridosso di un muro o preparato a piramide tronca. Sopra si stende il bianco di fungo che si compri-

merà bene e si ricoprirà infine di buona terra inaffiandolo al bisogno. Due mesi dopo si raccoglieranno i funghi.

Tanto i funghi prataiuoli che artificiali si cucinano nello stesso modo. Una buona norma nella cucinazione dei funghi è la seguente: si taglieranno a fette i funghi due ore prima di farli cuocere, e si collocheranno in un recipiente con entro tre cucchiai di aceto forte, sopra un litro d'acqua; poscia estrarli, lavarli nell'acqua bollente, ed in seguito farli cuocere senza timore. È vero che questa preparazione riguardo i funghi dei boschi riesce un poco a detrimento del profumo e sapore, ma coll'aggiunta di poche erbe odorose, timo, salvia, ecc., si ottiene la sicurezza della vita.

FUNGHI ALLA CASALINGA.

Si monderà un chilo di bei funghi e quindi si getteranno nell'acqua fresca. Frattanto si farà fondere in una casseruola un etto di burro con due o tre cucchiai d'olio di oliva finissimo, aggiungendovi un'acciuga trita e spappolata, quindi un poco di prezzemolo pesto ed una o due foglie di menta triturata. Si rimesti il tutto e vi si pongano i funghi, che si saranno però prima asciugati con pannolino, quindi salati, si lascieranno cuocere lentamente. Si servono sulle fette di pane fritte nel burro spremendovi sopra mezzo limone.

FUNGHI ALLA FRANCESE.

Dopo aver puliti i funghi (un chilo), lavati, fatti sgocciolare e tagliati in due si marineranno nell'olio, sale e pepe per un'ora. Si preparerà una padella ben pulita ed entro vi si porrà del buon olio d'oliva in proporzione, quindi i funghi fino a che siano cotti, aggiungendovi del prezzemolo ben trito. Facciansi friggere il burro, i soliti crostini, e al momento di mettere in tavola si versino sopra i funghi che si saranno tenuti caldi.

FUNGHI COCCHI RIPIENI (*Agarico delizioso*).

Si sa che le cappelle dei funghi cocchi sono larghissime e quindi si prestano ad essere farcite (ripiene). Mondate

che siano si devono salare lasciandole così in riposo per qualche ora, mentre si stempreranno nell'olio di oliva due o tre alici con aglio tritato, prezzemolo, sale, un pochino di pepe ed il gambo dei funghi stessi, formando una specie di pasta servibile ad empire le cappelle sopraindicate. Dopo di che si porranno in tortiera spalmata con burro od olio d'oliva e si faranno cuocere col testo. I funghi sopraccennati sono poi gli Agarici deliziosi, i quali si preparano anche come vivanda per la tavola in tutte quante le maniere, siccome nello stesso modo si preparano i Prugnoli ed i Cesarei.

Essi sono funghi deliziosissimi e delicatissimi, e con essi si possono fare squisiti manicaretti coll'aggiunta di fegatini di pollo, di cervella e simili cose. Si mangiano però comunemente appena raccolti, rosolati sulla bragia, od arrostiti sulla graticola col solito condimento di olio, sale e pepe, oppure si cuociono al tegame fatti a sottili fetterelle.

GIRELLI o FONDI CARCIOFI.

Si fanno cuocere in tutti i modi siccome il *sedano trippato* ed altri processi per il sedano stesso. Si fanno anche ripieni come le *cipolle farcite* (Vedi questo processo).

GNOCCHI D'ERBE.

Si prenda una buona quantità di biete, e si levino loro le grosse coste, lavandole poi e facendole bollire in acqua, e cotte che siano gettandole in altra acqua fresca. Si spremeranno e si trincieranno finamente, ponendole poi in un tegame assieme a quattro uova fresche, un etto di formaggio trito, un etto di ricotta o latte coagulato, un poco di noce moscata grattugiata e sale. La pasta deve riuscire come quella dei ripieni. Dopo di che si spargerà della farina sopra una tavola ben pulita e a piccole proporzioni vi si porrà il suddetto composto rigirandolo in modo da formare un bastone della grossezza di un dito. Si taglierà questo a pezzetti e infarinatili si rotonderanno. Ultimati tutti si getteranno in una pentola di brodo bollente

poco alla volta, e quando ritorneranno a galla, si leveranno prontamente con schiumarola. Scolati per bene, si condiranno suolo per suolo con burro o sugo colorato, formaggio, cannella in polvere ed un pochino di noce moscata. Si osservi di farli cuocere sempre a fuoco vivo.

GNOCCHI DI PATATE.

Si faranno bollire per pochi minuti otto o dieci patate. Levate e tolta loro la pellicola, si porranno in casseruola con un quinto di latte, e si farà loro terminare al fornello la cottura in modo che abbiano a disfarsi completamente. A questo punto si leveranno e si pesteranno bene nel mortaio aggiungendovi venticinque grammi di formaggio grattugiato, cinque o sei piccoli cucchiai di farina ed anche più, sale a proporzione, tre uova interi, e fatto per tal modo un impasto, come se si trattasse di fare i tortelli, lo si passerà alla farina formando tanti piccoli rotoli, i quali si immergeranno in acqua salata bollente già predisposta in una casseruola piuttosto grande. Dopo cinque o sei minuti di bollitura, si leveranno colla schiumarola i gnocchetti sopra descritti, e si collocheranno sul piatto informaggiandoli di mano in mano, colandovi sopra sufficiente burro rosolato con uno spicchio d'aglio maccato. Si servono caldi.

GNOCCHI DI RISO.

Si farà cuocere in buon brodo tre etti di riso, quindi lo si leverà e lo si farà scolare incorporandovi quattro uova intere e del pane grattugiato. Si formerà con tali ingredienti una pasta dura, tanto che si formeranno delle pallottole grosse poco meno di una noce gettandole nel brodo stesso ove è bollito il riso, che rimesso al fuoco avrà principiata la sua ribollitura.

Per la cottura bastano pochi minuti, e quindi si avrà cura di mettere tali gnocchetti su di un piatto, aspergendoli di burro fritto e spolverizzandoli con buon formaggio grattugiato.

GOMBO DEL BRASILE

Questa pianta ci viene dall'America meridionale ed è anche chiamata *Okra*. È alta un metro, ed ha frutti piramidali di quindici a venti centimetri di lunghezza, sottili, appuntati, non sorpassanti il diametro di tre a quattro metri. I frutti ancor giovani del gombo sono graditissimi e servono per minestre, tagliuzzandoli a fettine, zuppe ed anche salse. Si coltiva il gombo precisamente come i fagiuoli e per conseguenza lo si cucina come quelli.

GOMBO DEL BRASILE o OCRA AL BOLLITO.

Si prenderà un chilo di ocra novella, e lavatala per bene in acqua fredda la si metterà in una terrina con mezzo litro d'acqua salata. Coperto il recipiente si lasci bollire adagio per trenta minuti, aggiungendovi poi mezz'etto di burro, un cucchiaio di aceto e un poco di pepe. L'ocra si serve come guarnizione al pollo arrosto, selvatici, ecc.

GOMBO o OCRA AL POMIDORO.

Si prenderà un chilo di ocra; la si laverà e tagliuzzerà a fette sottili. Si faranno scottare e pelare mezzo chilo di pomidoro facendoli a pezzetti. Si faccia liquefare mezzo etto di burro, ponendovi un poco di sale ed entro vi si versino l'ocra ed i pomidoro lasciandoli bollire per mezz'ora. Si serviranno caldissimi coll'aggiunta di una noce di burro.

GOMBO o OCRA AL RISO.

Si prenderà un chilo di ocra, e dopo averla per bene lavata, la si taglierà a fette. Si prenderà un etto di prosciutto e lo si taglierà a dadi, facendolo friggere sino a che abbia preso un bel color bruno. Si peleranno tre grossi pomidoro e, tagliuzzati, si metteranno in una terrina assieme all'ocra, prosciutto, mezzo litro di brodo, una cipolla tagliata a fette ed un peperone rosso. Si coprirà la terrina e si farà bollire il tutto per una buona mezz'ora. Frattanto che tale composto cuoce, si farà bollire il riso (un quinto)

Cotta che sia l'ocra, si porrà il riso, uso piramide, nel centro di un piatto, spruzzandolo con sale e spezie e sopra versandovi adagio adagio un poco di composto dell'ocra ed il restante all'ingiro del riso. È un piatto questo che può essere servito solo od anche con pollo, manzo, vitello lessati, ecc.

GOMBO o OCRA IN UMIDO.

Si taglierà a fette mezzo chilo di ocra novella. Si tagliuzzerà una grossa cipolla assieme a sei pomidoro grossi e si porrà il tutto in una casseruola, aggiungendovi mezz'etto di burro, un poco di sale e pepe e mezzo bicchiere di acqua. Si farà cuocere il composto sino a che sarà tenero e lo si servirà con pollame, carne, vitello, ecc.

IGNAME (*Discorea batatas - Igname de la Chine*).

Questa pianta produce ogni due anni eccellenti tuberi pari alle patate, e di una lunghezza straordinaria e cioè di circa un metro, col diametro di quattro a sei centimetri e col peso di un chilo l'uno. È originaria dalla China. I tuberi una volta cotti nell'acqua, si pelano e si allestiscono nel modo stesso delle patate; oppure si tagliano a fette e si fanno friggere nell'olio o nel burro. In questo modo somministrano non solamente un cibo sano, di facilissima digestione e di un gusto gradevolissimo, ma ben anco un legume atto a corroborare carni lessate, arrostite, ecc.

INDIVIA (*Cichorium endivia - Indive*).

Le indivie si seminano da febbraio a luglio, e successivamente tutti i mesi se si vuole raccoglierle durante quasi tutto l'anno. Raggiunte che abbiano il loro sviluppo massimo, si legano per farle imbianchire. Le indivie imbianchite sono un cibo sano e leggero; si mangiano crude in insalata e cotte con altre erbe nelle zuppe, ovvero pulite, si fanno cuocere nell'acqua con sale, quindi si estraggono e si spremono fortemente colle mani per toglier loro possibilmente tutta l'acqua: ridotte così a guisa di pallottole,

si triturano minutamente e si fanno cuocere di nuovo entro una casseruola con burro, farina e sugo di carne per servirle in tavola colle carni; oppure condite con burro, farina e fior di latte, e rese di una certa consistenza con tuorli d'uova. Si metteranno in tavola separate.

Le migliori qualità d'indivie sono: la *riccia d'estate*, quella *d'inverno*, e la *bianca da taglio*.

A queste qualità si possono aggiungere due o tre altre varietà a foglie grandi poco o niente frastagliate, delle quali i francesi fanno una divisione a parte, chiamandole *scarole*, come per esempio la *scarola bianca*, a foglie di lattuga e quella rotonda d'Olanda, le quali sono coltivate nello stesso modo delle altre indivie, ed hanno in cucina lo stesso uso. Anche l'indivia la si fa cuocere a modo degli spinaci, ecc.

INSALATA ALLA CARDINALE.

Lavate ed asciugate per bene due radici di lattuga ed un mazzo di crescione, si taglieranno a striscie due belle e grosse barbabietole rosse cotte, più una dozzina di ravanelli rossi, e sei uova sode triturate finamente. Si disporranno in una insalatiera delle foglie di lattuga, mescolando per bene crescione, ramolacci, barbabietole, uova e un citriuolo tagliato a fette, aggiungendovi un quinto di salsa *mayonnaise* alla cardinale, che si ottiene aggiungendovi del succo di barbabietola. Si verserà il tutto nell'insalatiera e si servirà.

INSALATA ALL'ITALIANA.

Si taglierà a fette una carota e una rapa, e si getteranno in brodo bollente facendole cuocere. Frattanto si disporranno due belle patate cotte e lasciate freddare, ed una barbabietola, anch'esse tagliuzzate a listelli piccoli. Quindi vi si mischieranno, cotte che siano, la carota e la rapa e versandovi sopra a tutto il composto un poco di cipolla o di porro triturato, e coprendolo con salsa francese. Si guarnisce per ultimo con crescione.

INSALATA ALLA MACEDONE.

Si prenda una barbabietola bollita, un poco di fagiuolini bolliti, mezz'etto di punte d'asparagi cotti, una piccola cipolla, due cucchiai di piselli cotti, una carota bollita ed una radice di sedano e si tagli il tutto in pezzi, mischiandoli assieme perfettamente. Si metterà tale composto in una insalatiera, e lo si coprirà con *mayonnaise*. Si serva in tavola, aggiungendovi il succo di un limone.

I legumi conservati in bottiglie o in scatole, messi in commercio, sono ottimi per fare questa insalata.

INSALATA ALLA SVEDESE.

Si laverà, si monderà e si farà macerare in acqua fredda per un'ora uno sgombro piuttosto grosso, indi lo si coprirà con acqua bollente, facendo continuare la cottura per venti minuti. Dopo di che lo si asciugherà e lo si tagliuzzerà a dadi assieme a del *roastbeef* (circa mezzo chilo). Si taglino a dadi due patate bollite, quindi a parte si mescoli assieme un cucchiaio di capperi, un poco di citriuoletti triti, una cipolla e prezzemolo triti, dieci olive senza il nocciuolo e due uova sode ben triturate. Ciò fatto, vi si unisca lo sgombro, la carne e le patate, mescolando per bene e versando sopra tale composto un quinto di salsa francese ben condita con sale e pepe. Si ponga questa eccellente insalata in una insalatiera, ponendovi, al momento di servirla, una o due dozzine di ostriche crude.

INSALATA D'ARAGOSTE.

Cotte le aragoste e raffreddate, si leverà loro la carne che si mischierà con foglie di lattuga e con salsa di *mayonnaise*. Nello stesso modo si serve il salmone conservato.

INSALATA EGIZIANA.

Si laveranno le parti ricciute di due piante d'indivia, e dopo averle asciugate con pannolino si disporranno su un piatto, aspergendole con olio d'oliva a sufficienza e con

poca cipolla triturata. Si mescolerà assieme un cucchiaio di miele, od in mancanza di questo, un cucchiaio di zucchero ed uno di aceto, sale e pepe bianco a discrezione, versando questo composto sull'indivia al momento di mettere in tavola.

INSALATA DI ASPARAGI.

Si metterà sopra un piatto un mazzo di asparagi bolliti e sopra si verserà la salsa francese al momento di servire in tavola.

INSALATA DI BARBABIETOLE.

Si prenderanno due o tre grosse barbabietole cotte, secondo il bisogno, e si taglieranno a fette o a dadi. Indi si metteranno nel mezzo di una insalatiera, versandovi sopra un quinto circa di salsa tartara. Si servirà questa insalata guarnita di prezzemolo.

INSALATA DI CARCIOFI.

Facciansi bollire dei carciofi tenerissimi, quindi si lascino freddare. Al momento di servirli, si porrà in ciascun carciofo una goccia di succo di cipolla, poscia si metteranno sopra foglie di lattuga e si serviranno con salsa alla *mayonnaise*.

INSALATA DI CAVOLFIORI.

Facciasi cuocere un cavolfiore di media grossezza, gettandolo poi in acqua fredda, rompendone i fiori allora che sarà perfettamente freddo. Lo si metterà poi su tovagliolo asciutto, ed in seguito in una insalatiera, coprendolo con *mayonnaise* e mettendovi del prezzemolo, cipollette triturate, sale e pepe.

INSALATA DI CAVOLI.

Si triturerà il centro d'un cavolo ben bianco, mettendolo in una insalatiera. Lo si coprirà di buona *mayonnaise* e si servirà.

INSALATA DI CITRIUOLI E POMIDORO.

Si peleranno e si tagliuzzeranno a fette due citriuoli, asciugandoli poi con un pannolino. Si peleranno pure e si tagliuzzeranno a fette due grossi pomidoro rossi. Si coprirà il fondo di un piatto di foglie di lattughe e sopra vi si porranno le fette di citriuolo e di pomidoro alternate sul piatto. Questa insalata si servirà con salsa alla francese a parte.

INSALATA DI FAGIUOLINI.

Si monderà mezzo chilo di fagiuolini e si faranno bollire finchè saranno divenuti teneri. Quindi si scoleranno e si getteranno in acqua fredda a raffreddare. Si asciugheranno in seguito con pannolino e si tagliuzzeranno per il lungo in quattro pezzi. Si metteranno in una insalatiera versandovi sopra salsa francese al momento di metterla in tavola.

INSALATA DI GRANCHI DI MARE.

Si faranno bollire i granchi di mare (una dozzina o due secondo il bisogno della tavola) in acqua salata per circa mezz'ora, e raffreddati si leverà loro la carne. Si puliranno e si taglieranno a pezzetti due radici di sedano, mischiandole poi colla carne dei granchi e mettendoli in una insalatiera guarnita di foglie di lattuga e servendo con salsa di *mayonnaise*. Per eleganza, sarà meglio disporre i sedani e la carne di granchio nei gusci dei granchi stessi. Questi si metteranno ad uno ad uno sul piatto con un letto di foglie di lattughe e servendo colla salsa di *mayonnaise*.

INSALATA DI LATTUGA.

Si sceglieranno le foglie centrali e medie delle lattughe, e se non è necessario non si laveranno. Qualora si dovesse farlo, pongasi attenzione di non rompere o separare le foglie dalla radice. Si metteranno in un cestino di ferro per immergerle in acqua fredda, scuotendole poi ed asciugandole perfettamente con pannolino. Si disporranno poi in

una insalatiera e si serviranno con salsa alla francese a parte.

Le insalate di indivia, acetosa, crescione, erba S. Maria, nasturzio e foglie di rape si possono preparare nello stesso modo.

INSALATA DI POMIDORO E MAYONNAISE.

Si peleranno sei bei pomidoro ponendoli in ghiaccio. Frattanto che si raffreddano si farà la salsa *mayonnaise*, circa mezzo litro. Al momento di servire si taglieranno i pomidoro in mezzo e si disporranno in tante foglie di lattughe, dapprima stese su apposito piatto. Vi si versi poi sopra la *mayonnaise* e la si servi.

INSALATA DI POMIDORO E SEDANO.

Si peleranno sei bei pomidoro grossi, togliendo loro le estremità ed i semi senza romperli. Si taglierà in piccoli pezzi la parte bianca di due sedani ed aggiuntavi la salsa francese con prezzemolo trito si riempiranno i pomidoro disponendoli sopra foglie di lattughe al momento di servire l'insalata in tavola.

Si può benissimo sostituire il crescione al sedano.

INSALATA DI SEDANI.

Si taglieranno i gambi dei sedani a pezzetti e vi si aggiungerà per ogni mezzo chilo di essi un quinto di *mayonnaise*, spolverizzando poi di sale e pepe, mischiando il tutto colla salsa e versando su piatto freddo. Si servirà colla guarnizione delle cime dei sedani al momento di mangiarla.

INSALATA DI SCORZONERA.

Si faccia cuocere quella quantità di scorzonera, che credesi necessaria, in molta acqua per farle perdere l'amaro, quindi se ne levi il midollo e poi tagliuzzata a pezzetti e condita con buon olio d'oliva, aceto, sale, pepe e poco zucchero, si comporrà un'eccellente insalata. Si avrà cura però di prepararla molto prima del pranzo (due o tre ore

prima), e dopo aver fatto sgocciolare tutto il liquido che si sarà raccolto al fondo, vi si aggiungerà l'olio mescolando per bene.

È questo un sistema che merita di essere preferito al comune, poichè tutte le insalate erbacee, meno le cucinate, come sarebbero la cicoria, l'indivia, la lattuga, ecc., acquisterebbero grandemente in sapore ed in pregio.

INSALATA D'UOVA.

Si faccia bollire per otto o dieci minuti al più mezza dozzina d'uova, e cotte che siano, si gettino in acqua fredda per poi levarne il guscio. Si taglieranno quindi a fette e si disporranno su foglie di lattuga in modo che l'estremità di ogni fetta si sovrapponga a quella dell'altra. Facciasi una salsa francese, aggiungendovi un cucchiaio di prezzemolo trito ed una cipolletta pure triturata, e la si versi poi sull'insalata, guarnendola con foglie di prezzemolo. Si serve al momento.

INSALATA ALLA TEDESCA.

Si metterà in acqua bollente mezzo chilo di *Sauerkraut* per cinque minuti. Lo si farà poi scolare e lo si laverà per bene in acqua fredda. Si taglierà a striscie un cavolo rosso e lo si mischierà col *Sauerkraut.* Si prenda una grossa cipolla e la si tagli a pezzetti, unendovi un cucchiaio di cerfoglio trito e un cucchiaio di *crin.* Poi si prenderà dell'indivia e la si porrà in una insalatiera, versandovi nel centro il composto suddetto, coprendo il tutto con salsa francese al momento di mettere in tavola.

INSALATA PER L'ESTATE.

Si peleranno e si taglieranno a fette due grossi citriuoli, una radice di sedano ed un mazzo di ravanelli rossi. Si faranno poi cuocere sei carciofi, e dopo averli mondati e tagliuzzati si uniranno al composto citato, mettendolo in una insalatiera ed aspergendolo di cerfoglio trito e di salsa francese. Quest'ultima la si aggiunge al momento di mettere in tavola.

INSALATE.

Non si può garantire l'epoca giusta che le insalate occuparono un posto distinto sulle mense, ma è un fatto che i Greci, sin dai tempi più remoti, adoperavano le *lattughe* sia come guarnizione di pietanze solide tanto sole che frammiste a legumi, sia come in insalata. I Romani li imitarono e le loro tavole non ne erano mai sprovviste. Così l'*acetosa* e la *cicoria* servono quali guarnizione, frammiste ed in insalata. Il *sedano* è ottimo in insalata unito anche ad altre erbe, ed i *cardi* pure si mangiano crudi in salsa vellutata, bianca o spagnuola. Le *patate* offrono un'insalata gustosissima e sanissima, e miste alle *barbabietole* ed alle *cipolle* cotte offrono una leccornia molto squisita. Anche i *cornetti* (fagiuolini verdi) ed i fagiuoli detti *borlotti* con un poco di cipolletta cruda offrono un piatto squisito, un'ottima guarnizione al lesso ed anche all'arrosto. Per conservare la freschezza ed il sapore dei legumi per insalate, si devono gettare in acqua fredda, asciugarli poi con un tovagliolo e tenerli in luogo fresco sino a che venga il bisogno di servirsene.

INTINGOLO D'OLIVE.

Si prenderanno trenta bellissime olive e si taglieranno attorno al nocciolo in modo che tutta la polpa resti attaccata assieme. Si porranno grado grado nell'acqua, si sgocciolerannno per bene e si metteranno in una buona salsa di sugo colato di vitello in umido.

INTINGOLO DI FUNGHI.

Si metteranno alquanti funghi mondati in una casseruola con un etto di burro, o mezz'etto, a seconda della quantità dei funghi, quindi un mazzetto di prezzemolo e due o tre cipollette. Si passeranno al fuoco ponendovi un poco di farina, poi un bicchiere di brodo, mezzo bicchiere di vino bianco ed altrettanto di sugo colato, facendo cuocere il tutto per un'ora. Si digrasserà e vi si aggiungerà un poco di sugo colato, oppure un poco di farina tornando a far cuocere coll'aggiunta di sale e pepe a discrezione. Si serve caldissimo.

ISSOPO (*Hyssopus officinalis*).

È una pianta che assomiglia al timo, e che in cucina si adopera per somministrare alle carni cotte in stufato, ed a quelle crude che si essicano, come lingue, coppe (capocollo), un gratissimo sapore. — Volendo aromatizzare dell'aceto, si può far uso benissimo dell'issopo.

LATTUGA (*Lactuga sativa - Laitue*).

Non vi ha legume come le lattughe per essere di facile vegetazione e rapidissime. Si possono trapiantare fra gli altri ortaggi lenti a raggiungere la maturazione come i carciofi, i cardi, le cipolle, l'aglio, i cavoli, ecc. Le lattughe amano il terreno fresco e ben concimato, perciò se la frescura non sarà naturale la si deve procacciare con frequenti inaffiature. Le lattughe per l'estate si seminano dopo la metà d'aprile; per l'inverno verso la metà d'agosto. Esse sono buone, rinfrescative e saporitissime, tanto che le vediamo sulla tavola del ricco signore, come del più umile borghese. Questa eccellente verdura la si condisce come le indivie. Le principali varietà che si possono coltivare e mettere a disposizione della cucina sono: le *lattughe da taglio*, che si seminano in più riprese di quindici in quindici giorni, da febbraio a settembre, e si falciano le foglioline al bisogno; il *lattughino* a foglie tenerissime; le *lattughe a cappuccio*, le quali hanno al centro una palla o testa quasi come piccoli cavoli, attorniata da larghe foglie. Le precoci si seminano in febbraio e marzo. Quelle d'estate da febbraio a giugno, e quelle d'inverno a settembre e riparandole con foglie durante il gelo; la *lattuga di primavera* precocissima; quella di *primavera lenta a far semente;* quella d'*estate grossa* tenera, e quella a *testa dura* di Napoli. Vi sono poi le *lattughe d'autunno* le *Bœuf;* quella d'*inverno Passione;* la *bionda gigante*, che è una delle migliori lattughe d'estate che finora abbiasi in commercio. Il suo fogliame è dentellato, ondulato, di color biondo quasi dorato, di cespo grossissimo, alto, largo e duro. Essa resiste ai calori estivi senza andare in semente, ha foglie sostenute consistenti ed ottime a mangiarsi.

Lattuga romana. Questa qualità di lattuga è diversa dalle altre, per la sua grande testa a foglie ovali e dalle coste pronunciate; ma la cottura vuol essere identica per le lattughe in genere. Si semina da febbraio a giugno per consumare dal maggio innanzi, o si semina in autunno per ottenerla in inverno. In questo caso si raccoglieranno intorno al cespo con un legaccio le foglie perchè si imbianchino le interne. In insalata questa lattuga è più che eccellente.

Vi è poi la *lattuga romana d'inverno,* la *romana di Potenza,* e la *romana reale.* Riepilogando possiamo dire che le lattughe sono utilissime nella cucina, poichè si mettono tanto nelle zuppe che negli intingoli diversi.

LENTI (*Ervum lena, cicer lens*).

Si seminano in marzo in linee, e la coltura si fa identica a quella dei fagiuoli. Alla lente confà meglio il terreno friabile che il saturo di sostanza vegetale. In questo dà molte foglie e pochi baccelli. Le varietà più coltivate e migliori per la cucina sono: quelle *quarantine* rosse e bianche e le *piatte* larghe. Le lenti si mangiano in minestra, come i fagiuoli, e si mettono cotte negli umidi. Sono buonissime per guarnitura dei salami cotti, principalmente quello di fegato, detto anche mortadella. Se ne fa anche *purée* di sapore deliziosissimo.

La famosa *revalenta arabica* è fabbricata colla farina di lenti.

LENTI ALLA PROVENZALE.

Si prenderà mezzo litro di lenti e si lascieranno per una notte in acqua fredda, facendole quindi sgocciolare. Si faranno bollire in acqua calda rapidamente, poi lentamente per circa un'ora, strizzandole in seguito e coprendole di nuovo con altra acqua bollente, e continuando la cuocitura sino a che abbiano a cedere alla pressione delle dita. Cotte, si passeranno allo staccio. Quindi si porranno in una casseruola due cucchiai di burro (mezz'etto), un poco di sugo di cipolla, pepe e sale, rimescolando sul fuoco tutto il composto per quindici minuti e servendole caldissime. Si possono anche aggiungere due cucchiai di crema.

LENTI AL RISO.

Si cuoceranno le lenti nel modo stesso che venne indicato per quelle alla *provenzale*. Si prenderà un quinto di riso e lo si porrà a cuocere in una pentola d'acqua bollente. Cotto che sia lo si colerà per staccio e lo si lascierà accanto al fuoco dieci o quindici minuti per asciugare. Ogni grano deve essere bianco e non attaccato l'uno all'altro. Si porrà in una padella mezz'etto di burro e, liquefatto che sia, vi si aggiungerà una cipolla tagliuzzata sottilmente, e rosolata, si aggiungeranno le lenti e il riso, mescolando sopra il fuoco per quindici minuti coll'aggiunta di sale e pepe. Si serviranno caldissimi.

LENTI IN ISTUFATO.

Messa a fuoco una pentola contenente una proporzionata quantità d'acqua, immergendovi le lenti (mezzo litro) poco prima che abbia a sollevarsi l'ebollizione, si abbia cura allorquando cominciano a bollire, di levare con schiumarola quelle che vengono a galla, e così grado grado fino a che tutte sieno tolte: le poche che restano al fondo si faranno scolare nello staccio. Dopo aver stemperate nella casseruola due alici con olio, burro e cipolletta finamente tritata e di averle rosolate per bene vi si faranno tostar dentro le lenti, aggiungendovi poi del sugo o brodo lasciando terminare la loro cottura. Si serviranno calde.

LENTI IN ZUPPA.

Si porrà in una pentola dell'acqua, e appena che questa leva il bollore, vi si getterà entro un quarto di litro di lenti secche mondate per bene. Si avrà cura di togliere dalla pentola quelle che vengono a galla e di lasciar cuocere le altre, fino a che si schiaccino sotto le dita, ponendole poi a sgocciolare in uno staccio. Si preparerà frattanto in una casseruola dell'olio fino con prezzemolo e foglie di salvia e qualche acciuga, il tutto tritato alla mezzaluna. Rosolato il composto per bene vi si aggiungeranno le lenti, rimestandole e bagnandole con olio, la-

sciando cuocere a fuoco lento, avendo però cura di agitare la massa di tanto in tanto. Alcuni minuti dopo si verserà brodo e lenti in zuppiera, nella quale si saranno disposte già delle fette di pane tostate con burro.

LENTICCHIE ALLA BORGHESE.

Si facciano cuocere solitamente come i piselli ed i fagiuoli, e se vogliansi mettere in stufato si terrà lo stesso processo dei piselli in stufato. Facendole alla borghese si metteranno in un soffritto di cipolla già cotto, aggiungendovi molta farina ed un cucchiaio di zucchero, bagnandole con brodo o sugo. Si legherà la salsa con rossi d'uovo, un quinto di latte ed un poco di cannella in polvere.

LENTICCHIE ALLA PURÉE e ZUPPA DI PURÉE.

Si farà cuocere un litro di lenticchie nel modo stesso che abbiamo indicato per la minestra alla *purée* di fagiuoli rossi, aggiungendovi due carote, due cipollette e un poco di pepe. Passate che siano allo staccio e ben spremute, da formare così la nuova *purée,* si tornerà a farle bollire chiarificandole con brodo e digrassandole. Al momento di servire si verserà sui crostini passati al burro. Il processo sopra descritto serve per una buona zuppa di lenticchie alla *purée.* Desiderando poi fare una vera *purée* di lenti si terrà il seguente processo: si faranno cuocere le lenti con buon lardo imbianchito, avanzi di carni, carote, cipolle e chiovi di garofano, aggiungendovi del brodo. Cotti che siano tutti i legumi si faranno passare per staccio ben bene, quindi si metterà la *purée* in casseruola aggiungendovi due bicchieri di salsa spagnuola. Ricordiamo che quest'ultima salsa la si ottiene mettendo in casseruola su fuoco vivo un litro circa di vino bianco, un cucchiaio di gelatina, un poco di vitello, e di prosciutto, qualche pezzo di selvaggiume, due o tre carote, una cipollina tagliuzzata e chiovi di garofani a piacere. Si farà ridurre la parte liquida, aggiungendovi del sugo perfetto, timo, lauro, funghi, prezzemolo, cipolletta. Si farà bollire il tutto a fuoco lento per tre ore ponendovi un poco di sale. La salsa è fatta.

LESSI D'ERBE.

Cavoli d'ogni specie, cicorie, ossia radicchio romano, barbabietole tenere con radica o foglie, talli di rape tenerine con le loro foglie, fagiuolini, zucchette, spinaci e carciofi, asparagi, carote, cardoni, radiche di Genova, pastinache, ogni specie d'insalate, tutti infine questi erbaggi sono soggetti a diversi gradi di cottura, per ben conoscere la quale si suole comprimerli colle dita. Vi sono alcuni erbaggi che hanno bisogno di essere gettati in acqua fresca dopo cotti, poi spremuti bene ed anche trinciati, come le radici, i talli, gli spinaci, le bietole. Gli erbaggi che non hanno d'uopo di essere gettati nell'acqua fresca e poi molto scolati sono i cardoni, i sedani ed i carciofi. Quelli che devono essere un poco spremuti a cespo per cespo sono i cavoli e l'insalate. Per le carote e le radicchie di Genova, bisogna toglier loro l'anima. I fagiuolini, le zucchette e gli asparagi non hanno altro bisogno che di essere bene scolati. Conditi con olio, sale, pepe e succo di limone sono buonissimi, oppure coll'aceto secondo i gusti. Questi erbaggi si possono pur condire con burro o strutto e spruzzare con parmigiano trito e sale. Sotto i cavoli stanno molto bene i crostini di pane arrostiti, fregati con aglio ed inzuppati appena nell'acqua, ove gli stessi cavoli sono stati cotti.

LESSO DI LEGUMI SECCHI.

I fagiuoli bianchi, e coll'occhio, i piselli, le lenti ed i ceci, sono i soli legumi che si possono mangiar lessati. Hanno però bisogno di molta cottura e particolarmente i ceci, per il sicuro buon esito dei quali, dopo averli posti in acqua per ventiquattro ore, si mettino ad acqua bollente assieme ad un poco di cenere involta in pannolino legato, oppure ad una goccia d'olio di tartaro, affatto innocuo alla salute. Dopo cotta qualunque civaia, si scola e si serve in un piatto con olio, pepe, sale e sugo di limone, ad eccezione dei fagiuoli dell'occhio che si condiscono con aceto in luogo di limone. Si possono anche servire i legumi con crostini fini di pane arrostito, fregando loro sopra un poco d'aglio o cipolla allorchè sono caldi; quindi mettendoli sul piatto, o versando loro sopra le civaie cotte o condite.

LUFFA DI YOKOHAMA.

La si semina in aprile e, come ogni altra cocurbitacea, in posizione ben soleggiata e in terreno assai concimato, con abbondanti inaffiature. La luffa è rampicante, e quindi si deve affidarla a sostegno. I frutti cominciano ad apparire in luglio, ed a mezzo sviluppo, e cioè grossi come i citriuoli da conservarsi in aceto; sono commestibilissimi. Si fanno dapprima scottare in acqua bollente e si friggono con burro, come zucchette. Sono eccellenti. A maturanza completa nell'interno del frutto appare una matassa di fibre arruffate coriacee, ma morbide, che sbucciata e pulita dai semi, serve specialmente da spugna ed altri usi domestici.

LUPPOLO (*Humulus lupulus*).

Il luppolo è una pianta bellissima anche spontanea, i di cui giovani getti si adoperano, come gli asparagi, tanto in minestra che conditi. Sono teneri e di sapore squisito. È verdura ottima per la cucina nel mese di maggio quando appunto se ne difetta.

Il fiore del luppolo serve quale ingrediente principale della birra.

MAIS ZUCCHERINO o FRUMENTONE ZUCCHERINO.

Naturalmente che questo grano differisce dall'altro, coltivato come cereale. I chicchi del zuccherino sono aggrinziti, piatti, diafani, teneri e ricchi di zucchero tanto da sembrare un manipolato da pasticciere piuttostochè un prodotto naturale. Si coltiva come tutti i granoturchi e lo si raccoglie allora che è allo stato molle e lattiginoso.

La sua pannocchia, o spiga, è eccellente cotta nell'acqua e servita col lesso, oppure i soli chicchi come i fagiuoli, sia al burro che in insalata. Anche le piccole pannocchie, prima che abbiano raggiunta la fioritura sono buonissime, se messe in aceto, appunto come i cocomerini. Il processo di cucina è identico.

MARMELLATA DI CAROTE.

Si prenderanno tre chili di carote novelle e si faranno bollire dopo averle naturalmente lavate. Asciugate e pelate si passeranno per staccio, mettendole in una terrina con mezzo chilo di zucchero, mezzo litro d'acqua, ed un poco di scorza di limone, corteccia d'aranci grattugiata, un piccolo pezzo di radice di zenzero e due foglie di lauro. Si farà bollire lentamente il composto finchè si raddensi, e poscia la si servirà.

MARMELLATA DI POMIDORO.

Si sceglierà una data quantità di pomidoro grossi e belli e si faranno scottare in acqua bollente pelandoli poi dopo e pestandoli. Per ogni chilo di pomidoro vi si porrà un mezzo chilo di zucchero, il succo e la scorza di un limone ed un piccolo zenzero tagliuzzato a fette sottili. Si porrà il tutto in una pentola e si farà cuocere lentamente sino a che si conoscerà che i pomidoro saranno teneri, senza però perdere della loro forma. Si metteranno in vasi e si lascieranno raffreddare. Conservansi benissimo.

I pomidoro gialli si possono conservare coll'identico processo.

MALFATTI.

È questo un piattino delicato e preferito dal sesso gentile, e... siamo franchi, anche dal sesso forte. Lo si compone colla verdura nel modo seguente: lessati, spremuti e fatti in seguito cuocere in ristretto spinaci, erbette e cardoni, si triteranno bene, quindi si prenderà della panna o latte fresco, sale, due uovi e venticinque grammi di formaggio grattugiato, impastando il tutto colla verdura. Si faranno poi dei piccoli rotoli, che si avrà cura di infarinarli per farli cuocere in acqua salata bollente. Si accomoderanno in bella simetria sul tondo spruzzandoli di formaggio eccellente e versandovi sopra, al momento di servirli in tavola, del burro fritto.

MELANZANA

(*Solanum Melongena - Aubergine o Mélongène*)

detta anche *Petonciana* si semina in primavera in terreno ben lavorato e assai concimato esposto al sole. Si trapiantano le piantine dell'altezza di quindici centimetri ponendole a cinquanta centimetri distanti fra loro. Le inaffiature si devono fare di frequente ed i frutti si raccoglieranno non troppo maturi affinchè non abbiano a diventare amari e la polpa fracida. Vari sono i modi coi quali si allestiscono nelle nostre cucine. Si possono mangiare farciti (ripieni) dividendoli per metà ed estraendo loro un poco di quella parte molle attorno ai semi e gettandoli nell'acqua bollente per mezz'ora circa. Dopo di che si faranno sgocciolare, estraendo ancora dalla corteccia una parte della polpa, che si triturerà con funghi, erbe fine, prosciutto, e si farà friggere questa pasta entro un tegame con sale e burro fresco (un etto). Questo serve per riempire le buccie, le quali cotte per tre quarti d'ora al forno si servono calde.

Le melanzane si possono anche friggere, come le zucchette, ma in questo caso è necessario scegliere quelle che trovansi a due terzi del loro sviluppo. Le varietà che più si raccomandano per la cucina sono: la *violetta precoce;* la *nera di Pekino;* quella della *China bianchissima;* quella *uova vegetali* e la *variegata* della Guadalupa. La melanzana bianca della China la si deve preferire allorquando trattasi di far fritture.

Le melanzane si possono benissimo conservare per l'inverno pelandole e facendole bollire in acqua per due minuti e poscia seccare al forno.

In quanto al miglior mezzo di friggerle si tenga il solito processo e cioè tagliuzzarle a fette, trifolarle con burro ed aglio, imboraggiarle coll'ova e farina e quindi friggerle. Si mangiano anche in insalata e crude, asperse d'olio e pepe. Cotte si possono conservare nell'aceto siccome i cocomeri.

MELANZANA AL BURRO.

Si peleranno quelle melanzane che voglionsi adoperare, e affettate si getteranno nell'acqua bollente salata. Venti minuti bastano. Si stilleranno poi, e si triturerano finamente aggiungendovi mezz'etto di burro, un poco di sale, un pizzico di pepe e ponendo il tutto in una casseruola mescolando fino a che si alzerà la bollitura. Si servono sopra piatto caldo.

MELANZANE FARCITE ALLA MILANESE.

Si opereranno le melanzane nel modo stesso di quelle al forno. Il ripieno però si comporrà nel modo seguente: si faccia triturare la carne bianca di un pollo cotto, vi si aggiunga pane grattugiato a sufficienza, mezz'etto di burro liquefatto e pepe. Si porrà questo composto nel centro della melanzana, spargendovi sopra del pane grattugiato. Si tagliuzzeranno a fette una cipolla ed una carota e si porranno in fondo di una tegghia con una foglia di lauro, quattro chiovi di garofani e un pezzetto di macis. Si porrà sopra la melanzana, aggiungendovi un litro di brodo e facendo cuocere a fuoco moderato per un'ora. Mancando il brodo, se ne aggiungerà fino a che abbiasi ottenuta la perfetta cottura. Si servono poi in tavola colla salsa spagnuola.

MELANZANE FARCITE AL FORNO.

Si laveranno per bene quelle melanzane che voglionsi adoperare, quindi si metteranno in una pentola d'acqua bollente, lasciandole cuocere per circa mezz'ora. Dopo di che si leveranno, si taglieranno in due e se ne scaverà fuori con cura la parte molle. Facciasi attenzione di non rompere la pelle e di lasciar loro uno spessore sufficiente che possa assicurare la forma stessa. La parte molle della melanzana che si è levata si triturerà finamente e la si porrà insieme a del pane grattugiato, mezz'etto di burro, sale, pepe e noce moscata a discrezione. Si mescolerà il tutto per bene, e si riempiranno le pelli, aspergendole poi con

pane trito e ponendole nel forno per pochi minuti a colorire. Si può anche farle cuocere su fornello con fuoco moderato sotto e sopra.

MELANZANE PASTICCIATE.

Si taglieranno a fette le melanzane che voglionsi adoperare e si aspergeranno con sale e pepe. Si preparerà poi una pastina come quella dei cetriuoli, immergendovi le melanzane e friggendole nel modo solito con strutto o burro.

MELANZANA (o Uovo vegetale) IN FRITTURA.

Si tagliuzzerà una melanzana a fette e si immergeranno in un uovo leggermente sbattuto con un cucchiaio d'acqua calda, quindi nel pane grattugiato. Si porranno tre cucchiai di strutto nella padella facendoli friggere ed entro ponendovi le fette della melanzana. Rosolate che siano da una parte, si faranno friggere dall'altra, avvertendo di non accumularle assieme, ma solamente poche fette per volta. Consumato che sia il grasso, è mestieri aggiungerne dell'altro, aspettando però che lo strutto sia caldo prima di mettervi melanzane. Le fette si faranno stillare prima di metterle in tavola, avendo però la precauzione che siano caldissime.

MIELE DI POMIDORO.

Si sceglieranno dei pomidoro gialli maturi e si passeranno in una casseruola tagliuzzati, aggiungendovi per ogni chilo la corteccia di un limone grattugiata. Si facciano bollire lentamente per circa trenta minuti, quindi si scolino e si spremino per mezzo di staccio. Il liquore ottenuto si misurerà e lo si rimetterà poi nella pentola, aggiungendovi per ogni litro di liquore un chilo di zucchero granulato e quattro cucchiai di succo di limone. Si faccia bollire il composto per venti o trenta minuti sino a che si formerà uno sciroppo denso come gelatina. Si può quindi metterlo in bottiglie turandole ermeticamente.

MINESTRA ALLA PURÉE DI FAGIUOLI ROSSI.

Si farà cuocere in brodo eccellente un litro di fagiuoli rossi, aggiungendovi due carote, due cipolline ed un poco di pepe. Giunti che siano i legumi ad una debita cottura, si passeranno e si spremeranno allo staccio, chiarificando quindi con ottimo brodo, o *consommée*, e versandoli sopra i crostini ben tostati al burro.

MINESTRA DI CASTAGNE (Marroni).

Preparato un buon consommé e levata la pelle ad una quarantina o cinquantina di marroni, si facciano bollire alquanto in acqua salata. Si leverà poi la seconda pelle e si farà scaldare i marroni nel burro, consommé e un poco di zucchero. La cuocitura durerà due ore. Il composto si verserà nella zuppiera entro la quale verranno disposti gli appositi crostini. Vi si aggiungerà poi il consommé, nel quale vi saranno poste delle cipolle tagliuzzate a dadi e passate al burro con un poco di prezzemolo.

MINESTRA D'ERBE.

Si tagli a dadi il rosso di una carota, due navoni e due radici di sedano, facendole dorare in un poco di burro su fuoco dolce. Si sgocciolerà e si riporrà detta verdura nel consommé aggiungendovi due porri, il cui bianco lo si avrà dapprima tagliato in quadretti, un poco di cerfoglio, acetosa, lattuga e un poco di zucchero. Prima di versare questo composto sui crostini, si avrà cura di farli friggere.

Il consommé non è altro che un brodo ristretto e concentrato a fuoco moderato. Quantunque ciò sia a cognizione della nostra massaia e di tutti i cucinieri, tuttavolta lo ricordiamo per meglio completare la serie dei nostri articoli. Un buon consommé lo si ottiene ponendo in pentola un pollo, un volatile qualunque, mezzo garretto di vitello, ecc., e facendo cuocere a fuoco lento, dapprima con il coperchio chiuso, poscia schiumando e lasciando bollire finchè il brodo sia ben ridotto. L'aggiunta poi di ottime verdure favorisce sempre più il sapore del consommé.

MINESTRA DI LOVERTISE (Luppoli selvatici).

Si taglieranno le lovertise a piccoli pezzi fino al tenero. Si laveranno e si farà dar loro una ebollizione di due o tre minuti nell'acqua pura, quindi si premeranno e si farà loro prendere la bontà del burro già in antecedenza liquefatto perfettamente e cioè da raggiungere un bel color d'oro (cinquanta grammi di burro bastano). Poi si lascieranno confinare salandole e bagnandole con buon brodo di grasso o di magro, e terminando così la cottura, si bagnerà la zuppa con pane tosto.

Le lovertise si possono anche *maritare* (detto veramente culinario invece di *unire*) all'atto della cottura con due uova e venticinque grammi di formaggio sbattuto assieme.

Come tutte le altre minestre si servono calde.

MOSTARDA DOLCE PICCANTE.

Si prenderà alquanto mosto di vino concentrato al fuoco e vi si unirà la mostarda forte (Vedi mostarda forte piccante) formandone una densa farinata che si servirà in salsiera.

MOSTARDA FORTE PICCANTE.

Si prenda alquanta senape in polvere e la si faccia liquefare nel brodo od in acqua calda, formandone una specie di farinata che si servirà in salsiera o si condiranno le salse.

NASTURZIO INDIANO (*Tropaeolum - Capucine*).

Lo si semina in primavera in luogo ben esposto, entro un terreno dissodato, sminuzzato ed ingrassato per bene. I rami di questa pianta si devono munire di rami come i fagiuoli essendo molto lunghi, deboli e molli. Questo nasturzio, detto anche cappuccino, lo si adopera, fiorito, quale ornamento alle insalate ed in bottoni non del tutto sbucciati, unitamente ai semi ancora teneri si possono mettere nell'aceto precisamente col processo stesso con cui tiensi per i capperi.

NASTURZIO TUBEROSO

(*Tropaeolum tuberosum - Capucine tuberouse*).

È pianta alimentare che si coltiva nello stesso modo delle patate e cioè mediante piccoli tuberi seminati in primavera, ramificandoli affinchè abbiano ad arrampicarsi. Ai primi geli si estraggono i tuberi facendoli poi asciugare, e si conservano entro la sabbia in luogo temperato. Il processo della cucinazione è identico a quello delle patate.

NAVONI ALLA MOSTARDA.

Dopo aver lessato quel dato numero di navoni che si crede bastante, si taglieranno a fette e si terminerà di farli cuocere in un soffritto di cipolla già cotta. Al momento di servirli vi si aggiungerà della mostarda forte piccante, (fatta con mosto di vino concentrato al fuoco e senape). Si possono servire ben anco, dopo cotti, spolverizzati di zucchero e di sugo di mostarda.

NAVONI ALLA PURÉE.

Si taglieranno diversi navoni a fette, e si faranno bollire in acqua calda salata, ponendoli in una casseruola con un etto di burro (o mezz'etto secondo la quantità dei navoni) e brodo a sufficienza per coprirli. Cotti che siano si passeranno per lo staccio ed il sugo che si ricava lo si porrà in una casseruola conservandolo caldo ed aggiungendovi prima un poco di zucchero, poi un cucchiaio di salsa vellutata, ed in mancanza di questa, due tuorli d'uovo e alcuni pezzetti di burro fresco. Questa *purée* la si serve benissimo come guarnizione sotto costolette di castrato, arrosto di vitello, pollo arrosto, ecc.

NAVONI VERGINI.

Si taglieranno in forma di spicchi d'aglio o di pera e si faranno bollire in acqua calda per toglier loro ogni asprezza. Si passeranno al burro, spruzzandoli, con un cucchiaio di farina, e bagnandoli con brodo. Quando sieno cotti, si incorporerà loro un intriso di tuorlo d'uovo diluito in buon fiore di latte, aggiungendovi alcuni pezzetti di burro fresco

che si stempererà a poco a poco ed aggiungendovi un pizzico di zucchero. Piuttosto che aspergere di farina i navoni, si serviranno con salsa vellutata. Si approntano ben anco, e nel modo stesso, colla senape, aggiungendovene un cucchiaio al momento di metterli in tavola.

OLIVE CONDITE.

Per conservare le olive si deve anzitutto aver la precauzione di scegliere le più belle, grosse e carnose e che non abbiano raggiunta la completa maturità. Primieramente si terranno per ventiquattro ore in una forte liscivia, oppure in ranno dei tintori, per togliere loro l'asprezza del sapore. Secondariamente si porranno in un vaso ove si metterà anche la liscivia od il ranno tanto per coprirle, procurando che le olive stesse non abbiano a venire a galla. Il giorno dopo si colerà tutto il ranno o la liscivia sostituendovi acqua fresca, che si cambierà successivamente più volte sino a che le olive siano ben pulite. Infine si farà bollire una sufficiente quantità d'acqua con sale a discrezione, pepe in grani e chiovi di garofani, e poste di nuovo le olive all'asciutto, vi si verserà sopra la soluzione suindicata, lasciandole raffreddare e ponendole poi in appositi vasi. Le olive si conservano a lungo con questo processo.

ORZO DI GERMANIA.

Si porrà una data quantità d'orzo a macerare nell'acqua fredda la sera prima di servirsene. Il giorno dopo lo si metterà a cuocere in buon brodo — dopo averlo fatto sgocciolare — finchè siasi gonfiato per bene. Il brodo sul principio non deve sorpassare di tanto l'orzo, e quindi lo deve coprire appena, salvo dopo aggiungergliene a poco a poco. Ciò fatto lo si passerà a traverso tela forte e rada (o staccio), spremendo forte, servendosi del brodo che esce, alquanto denso, per formare una crema ottima a mangiarsi con pane arrostito.

PATATE (*Solanum tuberosum*).

Questa radice tuberosa, originaria dell'America meridionale e delle Indie, delicatissima, offre il suo frutto dall'ago-

sto al settembre, dietro piantagione de' suoi tuberi nel mese di marzo. Si può dire che questo tubero sia l'amico del povero e del ricco perchè somministra un cibo sano, nutriente sia mangiandolo solo, lessato, cotto sotto la cenere, che in tutti gli altri modi condito colle vivande. — La cucina tedesca è quella che fa più uso delle patate sia in minestra, che in tutti gli intingoli, e inoltre se ne trae birra, carta, ecc. Coltivata nei paesi meridionali può rendere dei veri servigi, per cui si dovrebbe anche colà estenderne maggiormente la coltivazione. Le varietà delle patate che danno migliori prodotti e più conosciute sono: la patata rossa, quella bianca, la rossa lunga e la gialla lunga. Ma fra quelle che offrono maggior reddito è, prima di tutte le qualità, la *gigante di Paulsen* della Germania (Blauen Riesen), che tocca l'apice della perfettibilità ed un reddito miracoloso, incredibile, di 845 quintali per ettaro. Ora si comprenderà di leggieri, perchè in Germania si produca per un miliardo e cento milioni di lire in patate, ed in Francia per 700 milioni e come in questi paesi la patata abbia il quarto posto fra le colture, e come sianvi colà i contadini meglio nutriti e senza pellagra, e come vi fioriscano le industrie dell'alcool, della fecola, dell'allevamento del bestiame, e vi si sviluppi sempre più l'esportazione. Da noi, in Italia, non si toccano i 30 milioni di lire ed abbiamo contadini poveri, macilenti ed esausti per la pellagra. Ma ora colle varietà recentemente introdotte non si dovrebbe aver più miseria nè malanni, se venissero coltivate. Basti dire che la varietà *Paulsen* si presta in ogni qualità di terreno. La sua carne, cotta che sia, diventa gialla, è di gusto eccellente e di polpa finissima. L'esperienza dimostrò che mettendo tuberi intieri, il prodotto è maggiore e la pianta non va così facilmente soggetta alla cancrena al piede. Per il piantamento di essa si seguono le norme comuni, e cioè per l'Alta Italia lo si farà entro l'aprile facendo dei solchi lontani fra loro 60 centimetri e in essi, a 50 centimetri uno dall'altro, mettansi i tuberi intieri. Altra virtù della *gigante di Paulsen* è la resistenza alla *Phylophora infestans*, il terribile flagello che da anni mena strage fra le patate, e che si combatte col 3 per cento di solfato di rame in miscela col 3 per cento di calce viva.

La *Patata imperator* ha anch'essa il suo merito perchè nei nostri terreni offre 500 quintali per ettaro e per la cucina un cibo squisito. Ha buccia gialla e ruvida, ma carne soda, ricca di fecula, squisita, che non si rompe nemmeno colla più agitata bollitura. Patata eccellente per frittura. Le varietà estere recentemente introdotte e che anch'esse si raccomandano per la loro bontà, sono: Vanguard, North Pole, The Thorburn, Juue Eating, Royale precoce, Belle de Fontenay e Beauté d'Elbron, varietà tutte che maturano in luglio; le altre varietà che maturano in agosto sono: Gloria, Mont Blanc, Dredrongh, Geante sans Pareille, Reine des Polders, Geante bleue, Flour ball Blanc, Magnum bonum.

Le nostre varietà che molto si raccomandano e per la semina e per la cucina, sono: la *patata gialla grossa*, varietà a tubero oblungo grosso, a polpa gialla; la *patata rosa*, antica varietà, polpa rossa e farinosa; *patata Monti del Lario*, buonissima varietà, forse la migliore delle italiane, tubero grosso, pelle rugosa, polpa farinosa ed eccellente per tavola, di grandissimo prodotto. La *patata quarantina* o *Gloria milanese*, varietà precocissima, e che viene adoperata anch'essa per la cucina perchè oltre a fornire un piatto gustosissimo, lo si ottiene a prezzo mite. Ha polpa bianca, squisita, molto delicata.

Tutte queste varietà di patate possedono un gusto dolcigno e delicato, tanto che si possono cucinare in diverse maniere. Cotte al forno od al vapore sono eccellenti.

Le patate dolci poi sono meno umidacee e più zuccherine delle altre.

Si possono conservare anche per vari anni scottandole semplicemente, cioè immergendole per qualche minuto nell'acqua ben calda, avendo però cura che non abbiano a screpolarsi. Scottate per tal modo e bene asciugate, si conservano a lungo senza punto germinare o divenire diacciate, non perdendo mai la loro particolarità farinacea.

PATATE ALLA BORGHESE.

Si farà cuocere in acqua quella quantità di patate che si desidera, quindi si ritireranno e si lascieranno asciugare coprendole bene. Poscia si monderanno e si taglieranno

a fette, ponendole poi in casseruola assieme a molto burro (un etto), prezzemolo trito, sale e pepe. Si farà cuocere il tutto a fuoco mite, aggiungendovi al momento di metterle in tavola, il succo di due limoni.

PATATE ALLA CAMPAGNUOLA.

Si prenda un chilo di patate e si facciano lessare. Pelate e tagliuzzate, si faranno tostare in padella con un pezzo di burro (un etto) facendole saltare di tanto in tanto con sale e un poco di noce moscata, unendovi poi la salsa alla basciamela e servendole in tavola caldissime.

PATATE ALLA CREMA.

Si faranno cuocere diverse patate nell'acqua, quindi si taglieranno a pezzi; si metterà poi in casseruola del burro (un etto), farina, sale, pepe, prezzemolo, cipolla trita e noce moscata. Si mischierà il tutto per bene, quindi vi si aggiungerà un bicchiere di crema. Si farà cuocere a fuoco lento, rimescolando bene sino a che si sarà effettuata la bollitura, ed allora vi si uniranno le patate.

Posta al fuoco la casseruola per alcuni minuti, si porteranno in tavola caldissime.

PATATE ALLA GRAN DUCHESSA.

Si prenderà un mezzo chilo di *purée* di patate ed entro vi si aggiungerà un poco di burro (mezz'etto), sale a discrezione, ed un cucchiaio di zucchero in polvere, formando con tali ingredienti una pasta leggera, alla quale si uniranno due uova ben sbattute. Colla pasta suindicata si formeranno dei dolci ovali, che coperti di burro liquefatto si collocheranno poi, sopra una carta unta di burro, nel forno affinchè abbiano a cuocere per bene. Si servono con fricassea di pollo o di coniglio.

PATATE ALLA LIONESE.

Si taglieranno due patate grosse allessate e fredde. Si farà liquefare mezz'etto di burro in una padella, aggiun-

gendovi una cipolla in fette, mescolandola finchè siasi rosolata per bene. Vi si porranno allora le patate, facendole cuocere lentamente e, colorate che siano pur esse, si aspergeranno di sale. Sopra piatto caldo si metterà del prezzemolo trito, quindi le patate, e si serviranno prontamente in tavola.

PATATE ALLA MAITRE D'HOTEL.

Si faranno lessare quattro grosse patate, quindi si taglieranno a dadi. Si metteranno in casseruola aggiungendovi un poco di brodo (mezzo litro circa), si faranno cuocere lentamente per quindici minuti circa, aspergendole di sale e pepe, e ponendole poi sopra piatto caldo.

Si preparerà frattanto in padella mezz'etto di burro, un poco di prezzemolo trito ed il succo d'un limone, e lique fatto il tutto per bene, si verserà questa salsa sopra le patate servendole prontamente.

Possono anche servire di guarnizione al pesce fritto.

PATATE ALL'OLANDESE.

Si peleranno sei grosse patate fatte prima lessare e poi freddate, quindi si tagliuzzeranno a dadi, o meglio a forma sferica, gettandole in acqua bollente per cinque minuti. Scolate si porranno in una casseruola, aggiungendovi mezz'etto di burro, e collocandole a fuoco lento (a forno moderato meglio) scuotendole di tempo in tempo fino a che le patate abbiano assorbito completamente il burro e sieno divenute tenerissime. Si serviranno su piatto caldo e con salsa all'olandese come guarnizione al pesce fritto.

PATATE ALLA PANNA.

Si prenderà un chilogramma di patate e si faranno cuocere nel solito modo e cioè in acqua salata, quindi si taglieranno a fette intere.

Frattanto in una casseruola si sarà fatto fondere un etto burro con un cucchiaio di farina bianca, aggiungendovi, pochi minuti dopo, due bicchieri di panna fresca con sale, pepe, raschiatura di noce moscata e prezzemolo trito. Ap-

pena si vedrà che la panna principia a sollevarsi, e cioè a dare i primi bollori, vi si porranno subito le patate, facendole cuocere e saltellare di tanto in tanto. Questo piatto è squisitissimo, e lo si serve caldo in tavola.

PATATE ALLA PARIGINA.

Si passeranno allo staccio quattro o cinque patate mezzane cotte in acqua e pelate, poi si porranno sul fornello in casseruola con un quinto di panna o latte fresco, un etto di zucchero, un poco di cannella, mezzo cucchiaio di fior di farina con un poco di scorza di limone tritata e quattro tuorli d'uova, unendovi dopo le patate con altri sei tuorli d'uova coi rispettivi albumi ben bene sbattuti. Si spalmerà poi una forma di latta piuttosto alta e vi si verserà il composto, mettendolo a cuocere al forno piuttosto caldo. Lo si zuccchererà e lo si servirà prontamente affinchè non abbia a perdere la gonfiezza che ha preso nel cuocere, ed appunto quando la superficie avrà preso il bel color d'oro.

PATATE AL LARDO.

Si faranno friggere dei piccoli pezzi di lardo, e preso che abbiano il colore vi si aggiungerà un mezzo cucchiaio di farina che si lascierà parimenti tostare sotto continuo mescolamento. Si unirà sale, pepe, prezzemolo, mezza foglia di lauro, e si bagnerà il tutto con acqua o con brodo. Trascorsi cinque minuti di bollitura vi si metteranno le patate crude e tagliuzzate a fette. A perfetta cottura si torrà la pianticella di prezzemolo ed il lauro, sgrassando il brodo e servendo prontamente.

PATATE AL VAPORE.

Si laverà per bene un chilo di patate e quindi si metteranno in una caldaia a vapore oppure in un colatoio sopra una pentola d'acqua bollente. Coprite e fatele cuocere per una quarantina di minuti, quindi si peleranno e si serviranno in un piatto scoperto.

PATATE ARROSTITE.

Si sceglieranno un chilo circa di patate giovani, le più rotonde che sia possibile e tutte dello stesso volume. Si porranno in una casseruola con mezz'etto di burro e sale in proporzione, dopo di che si coprirà ermeticamente la casseruola e la si porrà a fuoco mite, mescendoli di frequente. Dopo tre quarti d'ora si troveranno le patate coperte d'una crosta brunastra e nel mezzo bianchissimi ed alquanto teneri.

PATATE ALL'UMIDO COTTE NEL FORNO.

Si adopereranno cinque o sei grosse patate, lessate dapprima e poi raffreddate, per tagliarle a dadi. Si metteranno in una padella con mezz'etto di burro e della panna in modo di coprirle appena e facendole cuocere a fuoco vivo finchè abbiano a diventare ben colorite. Così preparate si servano in tavola.

PATATE IN CASSERUOLA.

Si prenderà un mezzo chilo di patate in purée e vi si aggiungeranno quattro tuorli d'uova, un quinto di panna, ed un mezz'etto di burro. Si porrà il tutto entro una casseruola e messa a fuoco fino a che sia caldo, mescolando poi il composto sino al punto di ottenere una pasta leggerissima, aggiungendovi sale e pepe a seconda del gusto. Si verserà quindi la pasta su piatto formando un cerchio, e cotta che sia, e cioè di color bruno dorato, si riempirà il cerchio con pollo, coniglio, vitello in fricassea, ecc., tagliuzzati, e si servirà prontamente.

PATATE CROQUETTES.

Si prenderà un mezzo chilo o più a seconda del bisogno, di purée di patate aggiungendovi due tuorli d'uova sbattuti perfettamente, quindi un poco di sugo di cipolla, una noce moscata, prezzemolo trito, due cucchiai grandi di panna, un poco di sale, un pizzico di cannella e mezz'ettogramma di burro, formando con tutti questi ingredienti, un

composto che si avrà cura di porre in una casseruola mettendolo a fuoco moderato, finchè si distacchi completamente dai lati della casseruola stessa. Levatolo dal fuoco e lasciatolo raffreddare si formeranno tanti piccoli pezzetti, dopo di che si sbatterà un uovo aggiungendovi un poco d'acqua calda. Si immergeranno i pezzetti del composto, avvolgendoli nel pane grattugiato e facendoli friggere nel grasso bollente. Si servono caldi con prezzemolo pure fritto.

PATATE COTTE CON CARNE.

Si laveranno e si peleranno delle patate della medesima grossezza, ed un'ora prima che la carne sia cotta collocatele attorno e spruzzatele con sale e spezie a piacere. Si servono caldissime.

PATATE DOLCI ABBRONZATE.

Fate bollire le patate in quantità che abbisogna ed asciugate nel forno, si leverà loro la pelle e si taglieranno per metà, quindi si porrà in una padella d'arrosto tre cucchiai circa di sugo, aggiungendovi pepe e zucchero, e liquefatto che sia, vi si verseranno le patate lasciandole cuocere per bene d'ambo le parti. Si servono caldissime.

PATATE DOLCI ALLA MERIDIONALE.

Bollite, asciugate e pelate che siano sei grosse patate, si schiacceranno aggiungendovi mezz'etto di burro ed un poco di sale; si mescolerà il tutto e si formeranno poi dei piccoli bastoncini che, inzuppati nelle uova e pane grattugiato, si faranno cuocere nel grasso bollente, quindi si possono servire con carne, pollo, selvaggina, ecc.

PATATE DOLCI FRITTE.

Lavate e pulite per bene delle patate di eguale grossezza, si metteranno in una tegghia e a forno caldo si faranno cuocere senza però toglier loro la pelle nè forarle colla forchetta. Si serviranno prontamente appena tolte dal forno altrimenti perderebbero la loro delicatezza.

PATATE DOLCI IN PANE.

Prendasi mezzo litro di acqua calda e la si versi in una scodella, unendovi mezz'etto circa di burro, un poco di lievito, un chilogrammo di farina e dopo aver mescolato bene il composto lo si lascierà in una camera calda per tutta una notte. Nel susseguente mattino si farà cuocere al forno quattro o cinque patate dolci e toltone il contenuto con un cucchiaio lo si metterà nella pasta, dopo averlo però passato per lo staccio. Si mescolerà ben bene il composto, quindi vi si aggiungerà un uovo e dopo aver nuovamente mescolato, si stenderà la pasta e la si taglierà a forma di biscotti. In una padella grande, unta con burro, si porranno detti biscotti e diventati leggieri si faranno cuocere a forno ardente per circa mezz'ora. A metà cottura però si spalmeranno con pennello bagnato nell'albume d'uova sbattuto con due cucchiai di acqua, lasciando quindi continuare la completa cottura.

PATATE FECULATE
ovvero Amido o Fecula di patate.

Prendansi delle patate di ottima qualità; si lavino per bene raschiandoli poi sulla grattugia facendo in modo che la raschiatura abbia a cadere in un vaso pieno d'acqua, ma non colmo. Si agiterà questa raschiatura nell'acqua stessa, quindi la si lascierà posare affinchè l'amido abbia a deporsi al fondo ed alzarsi le parti inutili, queste si leveranno ed all'amido rimasto sul fondo, si verserà nuovamente acqua continuando ad agitarla per qualche tempo, lasciando di nuovo posare la massa affinchè l'amido abbia a ricadere al fondo, gettando via, con precauzione, l'acqua torbida. Quindi, se il bisogno lo richiede, si ripeterà l'operazione, dopo di che si farà essicare l'amido su fogli di carta asciugante, facendolo poi passare allo staccio e rinchiudendolo in terrine chiuse e in luogo asciutto. Questa farina assai bianca e leggiera è nutritiva alquanto e serve per pappine, tortelli, biscottini, ecc., nonchè a dar la salda alla biancheria pari a qualunque amido fatto con buon frumento.

PATATE FRITTE ALLA FRANCESE.

Si porranno in acqua fredda sei belle patate grosse ben pelate, quindi si taglieranno, con apposito arnese, in forma di pallottole, e si metteranno in acqua bollente, lasciandole cuocere per circa sei minuti, poi scolate si metteranno in una padella poche per volta, ove assieme a del buon grasso d'arrosto si faranno friggere fino a che avranno preso un bel colore dorato. Cotte che siano le patate si lasceranno colare quindi si spruzzeranno di sale. Servono benissimo per guarnizione al pesce, all'arrosto, al lesso, ecc.

PATATE IN FRITTATA.

Questa frittata la si ottiene col seguente processo: Si tritureranno finamente due patate lessate e freddate, quindi si spolverizzeranno con sale e pepe, si porrà in una padella mezz'etto di burro, e liquefatto perfettamente che sia vi si porranno le patate, distendendole in modo da formare una pasta dello spessore di un centimetro. Si porrà la padella al fuoco moderato e si farà cuocere lentamente, senza però mescolare, per circa un quarto d'ora. Cotta da una parte si avrà cura di rivoltarla dall'altra, come farebbesi colle altre frittate, e si avrà ottenuta così una frittata buonissima.

PATATE IN FRITTURA.

Tutte le patate sono buone per questo uso, ma potendo avere la *patata gigante* di *Paulsen* sarebbe proprio il caso poichè la si presta benissimo. Cotte che siano le patate, in quantità che abbisogna, si pesteranno in un mortaio con due cucchiai di prezzemolo trito, sale e cannella in polvere. Allorquando si vedrà che la pasta sia ben legata e lucente, la si dividerà in tante frittelle le quali si porranno in burro fresco fritto, voltandole e rivoltandole fino a che abbian preso un bel colore dorato. Si serviranno in tavola caldissime.

PATATE IN INSALATA ALLA FRANCESE.

Si farà cuocere quella quantità di patate che si desidera nell'acqua; si puliranno dalla pelle e si taglieranno a fette lasciandole raffreddare. Prendansi poi delle uova sode, a seconda del bisogno, e si taglino a fette unitamente ad un etto di tonno marinato pur questo bene sminuzzato. Si porrà nell'insalatiera uno strato di tonno, uno di patate ed uno d'uova, e così si continuerà fino all'esaurimento delle sostanze. Poscia si coprirà lo strato superiore di cerfoglio trito e si condirà il composto con olio d'oliva eccellente, aceto, sale e pepe. La quantità delle patate, delle uova e del tonno variano naturalmente a seconda del numero dei commensali.

PATATE IN RAGOUT.

Prendansi sei belle patate e si tagliuzzino a dadi, mettendole in acqua bollente assieme a sei porri pure tagliati a fette. Facciansi bollire per dieci minuti, quindi si colino. In altro recipiente si farà cuocere mezzo mazzo circa di asparagi e colati si uniranno alle patate ed ai porri mescolando il tutto assieme. In una casseruola si porrà frattanto mezz'etto di burro, mezzo litro di latte, un cucchiaio di cerfoglio trito, sale e pepe, mescolando il tutto con somma cura sul fuoco, fino a che si sarà riscaldato, versando il composto sulle patate e facendo bollire tutto assieme. Si serviranno caldissime.

PATATE IN STUFATO.

Si tagliuzzeranno a dadi una diecina di belle patate, e dopo averle lasciate nell'acqua fredda per una quindicina di minuti si sgocciioleranno e quindi si metteranno a fuoco in acqua bollente lasciandole cuocere dieci minuti circa. Asciugate con pannolino si porranno in una casseruola aspergendole con farina bianca, mezzo litro di latte e mezz'etto di burro. Si copriranno e si lascieranno cuocere lentamente per circa dieci o quindici minuti, e dopo averle salate e spruzzate di pepe si serviranno su piatto caldissime.

PATATE LARDEGGIATE.

Anzitutto si faranno friggere alcuni pezzetti di lardo bianco fresco. Rosolati che siano vi si aggiungerà mezzo cucchiaio di farina che si farà tostare rimescolando continuamente. Vi si aggiungerà quindi un poco di pepe e di sale, una pianticella di prezzemolo, mezza foglia di lauro e si bagnerà il tutto con acqua e brodo. Cinque minuti di bollitura bastano, dopo di che vi si metteranno dentro le patate crude e tagliuzzate a fette. Cotte che siano si toglierà loro la pianticella di prezzemolo e la foglia di lauro, quindi si passerà a disgrassare. Si servono in tavola caldissime.

PATATE LESSATE.

Si metteranno nell'acqua e si faranno bollire, sbucciandole poi a fette, e sopra versandovi per condimento dell'olio, pepe, sale ed agro di limone. Per cuocerle bene e perchè restino più saporite, si metteranno a bollire in un vaso metà del quale sia pieno d'acqua, e dalla metà in su con rete di latta e di fil di ferro si terranno sospese al di sopra dell'umido, dopo di che si chiuderà la pentola e si lascieranno cuocere con quel vapore.

PATATE IN PASTICCIO.

Si faranno cuocere nell'acqua alcune patate (un chilo o più a seconda della bisogna), passandole per lo staccio dopo di averle pelate.

Si porrà a fornello una casseruola contenente un quinto circa di panna o latte fresco unitamente ad un etto di zucchero, un poco di cannella, mezzo cucchiaio di fior di farina, un poco di scorza di limone, quattro o cinque rossi d'uovo, mescolando il tutto per bene unendovi poi le patate con altri sei rossi d'uovo ed il loro albume ben sbattuto. Si spalmerà uno stampo col burro ed entro vi si verserà il composto facendolo cuocere al forno a fuoco temperato oppure al fornello con fuoco sotto e sopra sino a che la pasta siasi ben levata ed abbia fatto la sua crosta.

Al momento di servire il pasticcio in tavola lo si spruzzerà di eccellente rhum.

PATATE RIPIENE.

Facciansi cuocere sei grosse patate al forno, poi si taglino in due e si scavino lasciandovi però una superficie abbastanza sostenuta colla pelle, affinchè non abbiano a perdere la loro forma e rimanere, ben inteso, intere. La parte tolta alle patate la si porrà in scodella, ove vi si aggiungerà mezz'etto circa di burro, un quinto di latte caldo, sale e pepe, mescolando il tutto per bene sino a che il composto siasi alleggerito, aggiungendovi allora, e mescolando sempre, l'albume di due uovi sbattuti per bene. La forma della patata verrà allora riempita col composto suindicato, avendo cura di avvolgerlo prima nei tuorli d'uovo. Si possono far cuocere a fornello con fuoco sotto e sopra, ma meglio è al forno affinchè abbiano a prendere un bel colore dorato.

PATATE SANTÉ.

Si taglieranno a dadi delle patate allessate fredde e vi si aggiungerà per ogni patata un cucchiaio di burro. Si farà fondere il burro in una padella, ponendovi in bell'ordine le patate poche per volta, in modo però che non abbiano a sovrapporsi l'una all'altra. Si mescoleranno con cura in modo di ridurle ad un bel colore dorato, dopo di che si spolverizzeranno con sale e pepe e poste sopra piatto caldo si serviranno prontamente in tavola.

PATATE SOUFFLÉ o PODDINGO DI PATATE.

Si prepareranno dodici grosse patate, impastandole poi a fuoco con un etto di burro, due bicchieri di panna, un pizzico di sale ed un cucchiaio di farina. Si passerà il tutto allo staccio con un etto di zucchero in polvere, un poco di cannella, quattro tuorli d'uovo e quattro albumi sbattuti in fiocca. Incorporato per bene il composto, lo si verserà in uno stampo unto di burro e ben pannato, facendolo cuocere per tre quarti d'ora fino a color d'oro Miglior cottura la si ottiene al forno, ma caso mai la si praticasse al fornello non si deve dimenticare di mettere fuoco sotto e sopra.

PASTA PER LE FRITTURE.

Si prenderanno due pugni di farina, un cucchiaio d'olio, mezzo bicchiere di vino bianco e un po' di sale. Si spremerà bene il tutto affinchè non vi restino grumi. Si può questa pasta farla ancora più semplicemente con sola farina, acqua e sale, riducendola alla consistenza d'una giusta farinata.

PASTICCIO DI PATATE DOLCI.

Dopo aver fatte bollire alcune patate grosse (otto o dieci), pelate e schiacciate, vi si aggiungerà mezzo litro di latte, tre uovi ben sbattuti, un quarto di chilo di zucchero in polvere, un poco di vaniglia, cannella e zenzero a piacimento. Si mescolerà per bene, e tale composto lo si verserà in apposito stampo unto e foderato già di pasta leggiera, facendo cuocere a fuoco moderato sotto e sopra per circa mezz'ora.

La superficie del pasticcio verrà chiusa colla pasta stessa posta nel bonetto od anche con frutta cotte.

PASTINACA (*Panais*).

Questa pianta, per quanto riguarda la semina e preparazione del terreno, è analoga a quella delle *carote*, solo che le pianticelle si diradano distandole quindici o venti centimetri fra loro. Dalla fine di ottobre in avanti si possono consumare le pastinache. Generalmente vengono lessate per aromatizzare il brodo, ma si possono ben anco far friggere. Le migliori qualità sono: *quella lunga grossa* e la *pastinaca a trottola precocissima*, di gusto zuccherino e aromatico superlativo.

La radice della pastinaca la si usa anche in minestra, siccome accomodate col burro od insalata. Esse sono molto nutritive; così le foglie che offrono una pietanza buona ed aromatica.

La radice della pastinaca poi, tagliuzzata a pezzetti la si unisce a vari legumi e verdure diseccate per uso di zuppe, che in Francia chiamano *julienne*.

Si può fare benissimo una marmellata eccellente ad uso *scarpazza*, spruzzandola di zucchero.

PASTINACA ALLA CREMA.

Se le pastinache sono novelle e tenere si raschieranno e si getteranno subito in acqua fredda per impedire che abbiano a scolorire; se sono vecchie si devono invece pelare e tagliare in quattro per il lungo. Si porranno poi in una casseruola d'acqua bollente lasciandole bollire sino a che siansi intenerite. Si lascieranno cuocere per tre quarti d'ora, se novelle, un'ora ed anche una e un quarto se vecchie. Cotte che siano si faranno scolare e si porranno poi su di un piatto caldo colle teste tutte dalla stessa parte, coprendole poi con salsa alla crema o salsa inglese, e si serviranno con manzo, pesci, ecc.

PASTINACA FRITTA.

Si faranno bollire le pastinache nel modo stesso di quelle *alla crema*. Cotte che sieno, si faranno scolare e si condiranno con sale e pepe, avvolgendole prima nel burro, poi nella farina ed in seguito spolverizzandole collo zucchero. Si porranno due o tre cucchiai di grasso in una padella e liquefatto che sia vi si porranno le pastinache, facendole friggere finchè sieno rosolate da una parte e dall'altra. Si serviranno calde assieme al manzo lessato, pollo, ecc.

PASTINACHE AL FORNO.

Si prendano sei pastinache grosse e belle, e dopo averle lavate, raschiate e tagliate in due, si metteranno in una casseruola coprendole d'acqua bollente e lasciando cuocere per un'ora. Cotte e scolate si porranno su piatto caldo. Frattanto in una padella si farà liquefare mezz'etto di burro con alcuni cucchiai di farina, mescolando la sostanza senza però lasciarvi prendere colore. Si aggiunga un quinto di acqua buona — anche quella dove bollirono le pastinache — e rimestando si faccia bollire per cinque minuti, ponendovi un poco di sale e pepe. Questo composto lo si

versi poi sulle pastinache, spolverizzandole di pane grattugiato e di formaggio. Ciò fatto si faccian ricuocere per quindici minuti con fuoco moderato sotto e sopra, oppure al forno.

PEPERONE (*Capsicum annuum - Poivre d'Espagne*).

Si usa seminarli in febbraio-marzo, e si trapiantano quando hanno raggiunta l'altezza di quindici centimetri, in terreno profondamente lavorato e ben soleggiato. Si inaffiano e si zappano all'occorrenza. Le bacche dei peperoni si usano in diversi modi, e si mangiano in istato verde, condite semplicemente con olio, sale e talvolta con aceto. Si conservano pure verdi e mature nell'aceto, per mangiarli più tardi con olio e sale. Certe qualità più piccanti si adoperano per farle disseccare, se ne estraggono le sementi, e si pestano per ridurle in polvere, costituendo il così detto pepe di Caienna, che lo si usa moltissimo nelle salse piccanti. Del peperone annuo se ne coltivano molte varietà, di cui le principali e le più usate sono: il *peperone lungo comune*, il *grosso quadrato dolce*, quello a *mazzi del Giappone*, (peperone quasi semi-nano e che si carica di frutti scarlatti che lo si usa anche con gran effetto nei giardini per bordura di aiuole), il peperone *ciliegia*, piccolo, rotondo come ciliegia; il peperone *pomidoro*, di forma simile al pomidoro; il peperone *Astigiano*, nano, precoce, che si copre di frutti dall'estate fino ai geli, e si chiama anche quarantino. I suoi frutti sono di una dolcezza squisita.

Vi è poi il peperone *proboscide* il cui frutto ricorda la proboscide dell'elefante e misura fino a trenta centimetri, di color rosso scarlatto e molto carnoso. Il suo sapore è squisito.

PEPERONI FARCITI.

Per ottenere i peperoni farciti si devono scegliere quelli di Spagna dolci, e per ogni uno usare un quinto di pollo cotto triturato, altrettanta quantità di pane grattugiato, un po' di sale, pepe, prezzemolo tritato e mezz'etto di burro.

Si taglierà l'estremità del peperone e levatigli i semi, si

porranno in una casseruola d'acqua bollente, coprendoli e ponendoli vicino al fuoco per quindici minuti. Si mescoleranno poi tutti gli ingredienti assieme, ad eccezione del burro, che lo si farà liquefare e versare sopra alle sostanze suindicate dopo aver mescolato il tutto per bene. Scolati i peperoni, si empiranno col ripieno, aspergendoli con pane grattugiato. In una terrina si porranno qua e là dei pezzetti di burro, e collocativi i peperoni si faranno cuocere a fuoco moderato sotto e sopra, o meglio nel forno, per quindici minuti. Si servono con arrosto, polli arrosto, ecc.

PEVERATA (*Poivrade*).

Si faccia liquefare primieramente con mezz'etto di burro sino a che avrà preso un bel color roseo assieme ad una cipolla trita, chiodi di garofani, lauro, timo, prezzemolo, due carote, e il tutto trito per bene. Vi si aggiungerà un poco di farina, un bicchiere di vino bianco, uno d'acqua ed uno di aceto aromatizzato. Si farà bollire il tutto per mezz'ora e si servirà.

PISELLI (*Pisum sativum - Pois, petit-pois*).

I piselli preferiscono un terreno magro piuttostochè concimato e sovratutto del buon letame. Fra le verdure, essi occupano un posto assai importante nell'orto, e quindi è necessario prodigar loro tutte le cure per ottenere buoni prodotti durante la buona stagione, e cioè dal marzo o maggio e sino ad autunno inoltrato. La semina viene eseguita in ottobre o in novembre sopra aiuole in costa esposte al mezzodì e ben difese, onde avere i primi frutti in primavera. Si seminano anche in febbraio e marzo, ed in maggio e giugno in luoghi un po' più freschi, affinchè la fecondazione non abbia ad essere guastata. I piselli si dividono in due varietà e cioè: *quelli da sgusciare,* e quelli *mangiatutto* dette *taccole.* Fra i legumi essi sono dei più graziosi, digeribili, saporiti e nutrienti. I freschi e teneri sono più digeribili che i secchi, ma questi si lasciano macerare nell'acqua. Allorquando sono teneri si mangiano anche crudi.

La cucinazione dei piselli si fa in diverse maniere: nelle minestre, colle carni, nei manicaretti, ecc.

I piselli si fanno seccare nel modo stesso dei fagiuoli e degli altri legumi. Ricordiamo che si possono conservare benissimo allo stato verde ponendoli nell'acqua e nell'aceto, lavandoli però in acqua fresca prima di adoperarli nelle vivande. Innumerevoli sono le qualità di piselli che si coltivano in diversi luoghi, ma le più apprezzate per la coltivazione e per la cucinatura sono: il *pisello brianzolo*, molto produttivo e relativamente precoce; il *pisello Guglielmo I*, d'origine inglese, che produce abbondantemente e presenta frutto bellissimo, oltre al vantaggio che può essere conservato nell'invernata; il *pisello telefono* a grandi baccelli, e di un frutto grosso, quadrato e splendido per il suo bianco perla; il *pisello Principe Alberto*, precoce e bianco tondo; l'*Express*, tondo verde; il *Carastacus*, squisitissimo e ricercato per mercati inglesi; quello di *S. Caterina*, bianco ed alto un metro; il *pisello Sciabola*, a baccelli pieni, veramente produttivo; il *pieno paniere*; il tondo bianco detto *Victoria;* il campione d'Inghilterra, il *Roi des Moelles*, e il *Principe di Galles*, crespo bianco, e questi, tutti rampicanti.

I PISELLI NANI sono: quello d'*Olanda* bianco tondo; il *Gontier*, o quarantino precoce; l'*Inglese*, bianco eccellente; l'*Imperiale* verde; il *Bijou* di *Mac Lean*, crespo verde e la *meraviglia d'America*.

I PISELLI MANGIATUTTO o *taccole* sono: il *S. Desiderato*, che è il migliore per eccellenza e produttività, a baccelli larghi tre centimetri e lunghi dodici a quindici centimetri; il *Corno d'Ariete*, molto produttivo; il *nano goulus*, pure assai produttivo; e finalmente la *taccola gigante* squisita al sommo.

PISELLI ALLA BORGHESE.

Si faranno cuocere i piselli sgranati in un soffritto di cipolla, prosciutto, burro, erbe odorose ed un poco di farina, bagnandoli poi con buon brodo. Cotti che siano vi si aggiungerà del latte e zucchero e si legheranno con rossi di uovo. Si servono caldi.

PISELLI AL BUON GUSTO.

Si farà cuocere nel burro una cipolla tagliata in croce finchè sarà rosolata e poi la si leverà. Nel burro stesso si rimesterà un pizzico di farina bianca, e, tostata che sia, vi si aggiungeranno i piselli verdi già sboglientati, salandoli e spruzzandoli di spezie. Appena che i piselli avranno assorbito l'unto, vi si verserà dentro tanto brodo che basti per terminare la cottura.

PISELLI AL BURRO.

Si porrà in casseruola quella data quantità di piselli che si crederà opportuno, unendovi circa un etto di burro e mescolandovi assieme dell'acqua fredda. Ciò fatto la si ponga a fuoco ardente, aggiungendovi acqua bollente, sale, pepe, ed un poco di zucchero e moltissimo prezzemolo. Si ridurrà, quindi si ritirerà dal fuoco, aggiungendovi un poco di burro.

PISELLI AL CONSOMMÉ.

Facciasi cuocere nel solito brodo, *consommé*, un litro e mezzo di piselli grossi e freschi, più due carote imbianchite e tagliuzzate a quadretti con un poco di zucchero. Si lascierà bollire il composto per circa un'ora ed al momento di mettere in tavola lo si verserà sugli appositi crostini fritti dapprima in eccellente burro.

PISELLI ALLA CREMA.

Si porrà mezzo litro di piselli in una pentola d'acqua bollente salata, facciansi cuocere per quindici minuti e poi colare. Si porrà mezz'etto di burro in una casseruola, un cucchiaio di farina ed in seguito un quinto di latte, mescolando il tutto sino a che bolle, aggiungendovi un poco di sale e pepe e per ultimo i piselli. Si terranno a bagno maria per quindici minuti, quindi si serviranno per guarnizione alle animelle di vitello, ai piccioni cotti al forno, ecc.

PISELLI ALLA CAMPAGNOLA.

Si faccia una buona palpata bianca (come si usa con quella rossa) aggiungendovi un cucchiaio o due di farina per rendere densa la sostanza, unendovi i piselli sbiancati. Si salino e vi si aggiunga un poco di drogheria facendo loro penetrare l'unto, dopo di che vi si metta sugo o brodo in proporzione e tanto che abbia ad asciugare questi del tutto in fine di cottura. Questo legume può servire benissimo per formare guarnizione ad una mortadella, salsiccia, piccione, pollo, ecc.

Ricordiamo che tanto la palpata bianca quanto la rossa servono per grasso e magro diversificandone il brodo.

PISELLI ALL' INGLESE.

Si faranno cuocere i piselli nell'acqua con sale, facendoli poi sgocciolare. Prima di servirsene si verseranno i piselli sopra fette di burro fresco. È questo un processo semplice, ma per chi piace, i piselli hanno un gusto tutto loro proprio.

PISELLI ALLO ZUCCHERO.

Si prendano tre ettogrammi di piselli e si pongano in una casseruola con mezz'etto di burro, un bicchiere d'acqua e un'oncia di zucchero, oltre ad una presa di sale.

La cottura dev' essere fatta a fuoco ardente e per quindici minuti. Teneri che siano si leveranno dal fuoco e vi si uniranno quattro tuorli d'uova ben sbattuti con mezzo bicchiere di panna. Si rimetteranno al fuoco, avendo però cura di mescolare continuamente onde non lasciarli bollire. Una volta unito il composto si serve caldissimo.

PISELLI DOLCI NEL GUSCIO.

Si acquisterà un chilo di baccelli giovani e teneri, e si porranno in una pentola d'acqua bollente unendovi un poco di sale e facendo cuocere per circa trenta minuti. Si porranno, cotti che siano, in un piatto riscaldato e sopra vi si verserà la crema servendo prontamente. Sono buonissimi anche col solo burro, sale e pepe.

PISELLI ALLO STUFATO.

Si prendano alquanti piselli teneri e sbucciati, si mettano in casseruola con soffritto d'aglio, prosciutto, mezz'etto di burro, ed erbe odorose, conservandoli caldi sino a che siano cotti. Si possono legare anche con tuorli d'uova.

PODDINGO DI CAROTE.

Si faranno cuocere in acqua salata tre o quattro etti di belle carote, quindi si passeranno allo staccio. Si porrà a friggere in una casseruola mezz'etto di burro, vi si verserà la purée di carote. Cinque minuti dopo vi si aggiungerà un bicchiere di vino bianco, due cucchiai di zucchero, due amaretti frantumati, un mostaccino pesto, la raschiatura di un limone, due mandorle amare peste e tre tuorli d'uova. Si mescolerà per bene il tutto lasciando coagulare ad un mite grado di calore, e freddata la massa vi si uniranno quattro albumi d'uova ben bene sbattuti, versandola poi in uno stampo spalmato di burro e facendo cuocere tutto il composto a bagnomaria per circa trenta minuti con sopra un coperchio bene cosparso di brace.

PODDINGO NON DOLCE DI PISELLI.

Si prenderanno otto etti di piselli, sbucciandoli. In una casseruola si farà liquefare mezz'etto di burro, e rosolato per bene vi si verseranno i piselli, salati e mescolati per due o tre minuti, bagnandoli in seguito con brodo eccellente (buono è pur quello di rane) unitamente ad un poco di cannella e spezie. Allorchè toccati cedono alla pressione delle dita si passeranno allo staccio. In altra casseruola si faccia friggere mezz'etto di burro, poscia vi si metterà la *purée* di piselli, mescolandovi un cucchiaio di farina e poco dopo, mescolando sempre, un bicchiere e mezzo di panna, due amaretti polverizzati e tre tuorli d'uova. Si torrà dal fuoco il composto e lasciato freddare, vi si incorporeranno leggermente i tre albumi d'uova ben sbattuti. Quindi spalmato uno stampo con burro, vi si verserà il composto facendolo cuocere a bagnomaria con fuoco anche al disopra.

PODDINGO DI ZUCCHE ALLA CREMA.

Si prenderà della zucca gialla, la così detta barucca, la si farà a fette facendola cuocere per bene. Vi si aggiungerà poi mezzo quinto di latte, sale a discrezione, e si faranno passare le dette sostanze allo staccio. Il liquido ottenuto lo si porrà in una casseruola, unitamente a due cucchiai di zucchero, un tuorlo d'uova, quattro amaretti frantumati, oppure mezz'etto di mandorle dolci peste, con tre albumi d'uova ben sbattuti. Si spalmerà uno stampo e vi si verserà la sostanza sopra indicata facendo cuocere a fuoco dolce sotto e sopra. Si porrà in tavola al disopra di un *cavol-latte* ottenuto con due tuorli d'uova, un bicchiere di latte, raschiatura di limone e zucchero per raddolcirlo.

POLENTA ALLA SALVIA.

Si prenderà quel tanto di farina gialla che basti per fare una polenta, e frattanto ch'essa cuoce, si porrà a fuoco ardente in una casseruola mezz'etto di olio d'oliva finissimo, una cipolla spaccata in croce, della salvia trita con prezzemolo e con due o tre acciughe, quindi mezz'etto di funghi secchi già stati ammolliti nell'acqua tiepida e passati, come la salvia ed il prezzemolo, alla mezzaluna. Appena che l'olio avrà principiato a prendere colore, lo si verserà sulla polenta mescolandola sempre fino a cottura completa, tagliandola poi a fette ed infarinandole per bene per poi farle cuocere nell'olio stesso, che si sarà fatto tostare prima con dell'altra salvia triturata. Si serve caldissimo.

POLENTA DOLCE.

In un litro e mezzo di latte con sale, si metterà a bollire tanta farina gialla quanta che basti per fare una polenta non troppo dura. Giunta a metà cottura, la si toglierà dal fuoco e vi si aggiungeranno sei tuorli d'uova sbattuti con un pizzico di cannella, quattro cucchiai di zucchero in polvere, due etti di burro fresco ed una dozzina di amaretti polverizzati. Si farà un impasto per bene, quindi posto

in uno stampo spalmato di burro, lo si farà cuocere a fuoco moderato sotto e sopra, sino a che la superficie avrà preso un bel color d'oro.

POLENTA IN FRITTURA (Mais fritto)

Si preparerà una polenta di farina gialla (*mais*) fatta nel latte con sale, e lasciata freddare la si farà a fette della grossezza d'un dito, indi con apposito ferro, oppure coll'orlo di un bicchiere, si formeranno tante rotelle, che si immergeranno nell'uovo sbattuto, quindi nel pane grattugiato, poi si porranno a friggere nel burro. Si può benissimo aggiungere alla polenta una presa di cannella in polvere, un poco di zucchero, del formaggio trito ed un poco di burro.

Così fritte le rotelle si servono ben calde.

POLENTA LARDELLATA.

Si metterà in padella un etto di burro e lo si farà friggere unendovi delle sottili e piccole fette di lardo, un etto circa, qualche poco di ginepro, quattro o cinque foglie di salvia ed un fegato di pollo tritato finamente, oppure mezz'etto di salsiccia fresca ridotta in pasta dopo averle tolta la pellicola. Si faccia friggere il tutto a fuoco ardente, salando debitamente, quindi lo si verserà nel buco di una polenta che si avrà approntata caldissima. Sembrerà di mangiare polenta ed uccelli.

POLENTINA INGLESE DI PISELLI SECCHI.

Si taglieranno a fette due cipolle ed un gambo di sedano si metteranno in una padella con mezz'etto di burro mescolando fino a che siano rosolati bene; quindi si metteranno in una pentola assieme a due litri d'acqua, sei porri, mezz'etto di pane grattugiato, mezzo chilo di piselli, facendo cuocere il tutto lentamente per circa un'ora, schiumando appena bollano. Cotto che sia il composto lo si farà passare per lo staccio, riponendolo nella pentola e condensato che sia si servirà caldissimo.

POMODORO (*Solanumlycopersicum*) (*tomate, pomme d'amour*).

I pomidoro sono di facilissima coltivazione; richiedono una terra sostanziosa e permeabile, ma non soverchiamente leggiera. Si seminano in luogo riparato ma soleggiato, verso l'aprile e si trapiantano in terreno preparato ad intervalli di cinquanta centimetri, su filari distanti fra loro un metro. A ogni pianta si lascieranno due soli steli e questi si legheranno a piccole spalliere oppure a rami secchi. Coi pomidoro si fanno salse utilissime per tutta l'invernata. Si prendono a tale scopo i pomidoro maturi, si tagliano per metà e si premono fortemente colle mani per estrar loro tutta quella maggiore quantità d'acqua possibile. Ridotti i frutti come una pasta si mettono in una caldaia al fuoco condizionandoli con sale, ed unendovi qualche carota tagliuzzata per bene. Si prepara frattanto in una casseruola una quantità proporzionata di burro fritto con cipolle che si versa parimenti nella pentola. Appena che la massa avrà bollito per tre quarti d'ora, si toglierà dal fuoco e si farà passare alla stamigna.

Mondata in tal modo la pasta dei pomidoro tanto dalle buccie che dalle sementi, si ritornerà a mettere al fuoco e si farà cuocere lentamente fino alla consistenza di una polentina molle, avendo però cura di mescolarla continuamente affinchè non abbia ad attaccarsi al fondo della pentola. Appena che la si vede ben condensata, la si ritirerà dal fuoco distendendola in apposite tavolette quadrate con al disotto un foglietto di carta greggia ed esponendola al sole, ritirandola però di notte e durante il cattivo tempo. Due o tre giorni dopo la si volta e la si preme con un rullo di legno tornito, e ciò per espellere ogni particella d'acqua, ricollocando le tavolette al sole per altri due o tre giorni, dopo di che si formeranno dei rotoli che incartati ed unti esternamente con un poco d'olio, si conservano a lungo.

Si può anche prendere la salsa dei pomidoro mondata dopo la prima bollitura e versarla entro bottiglie, turandole ben bene e rimettendole a bollire a bagnomaria, fa-

cendole così conservare il bel colore primitivo e lo stesso sapore dei frutti freschi.

Le principali varietà utili per la cucina e coltivazione sono: il *pomodoro rosso grosso;* il *rosso molto grosso precocissimo;* il *pomodoro mela rossa* senza coste; il *rosso Laye;* il *pomodoro ciliegia,* piccolo come ciliegia; il *giallo-rosso;* quello *Re Umberto;* il *pomodoro pesco;* perfettissimo e somigliante alle pesche, e finalmente il *pomodoro Mikado,* a grande fogliame e a frutti voluminosi. Il Mikado è preferibile assai e riesce anche nei luoghi freddi. Diremo per ultimo che il pomodoro lo si conserva — se abbastanza maturo e non ammaccato — in un'olla versandovi sopra dell'acqua salata nella proporzione di novanta grammi di sale ogni litro di acqua. Il vaso lo si deve coprire con pannolino finissimo.

POMIDORO ALLA GRATICOLA.

Si taglieranno alcuni pomidoro nel mezzo senza punto pelarli e si collocheranno sopra una graticola, spolverizzandoli di sale e pepe, e facendoli cuocere a fuoco moderato fino a che si saranno rammolliti. Cotti che siano si disporranno su d'un piatto riscaldato versandovi sopra salsa bianca e servendoli con fette di pane tostato e croccante.

POMIDORO AL RISO.

Si prenderanno sei pomidoro, si spremeranno, si metteranno in casseruola con mezz'etto di burro. Si faranno cuocere ben bene, facendo poi passare allo staccio la salsa, aggiungendovi poi del consommé e facendo cuocere ancora fino a che la sostanza siasi ridotta ad un quarto. Frattanto si farà cuocere il riso in altro consommé e quando sarà cotto vi si aggiungeranno i pomidoro surriferiti. Dopo alcuni minuti di confinatura si serviranno in tavola.

POMIDORO CON RIPIENO.

Si scelgano dodici pomidoro grossi e lisci, si tagli loro le estremità levando inoltre i semi. Si metterà in una pa-

della un etto di pane raffermo grattugiato, un poco di cipolla triturata, sale, un pizzico di pepe e mezz'etto di burro liquefatto. Si riempiranno i pomidoro col suindicato composto e si collocheranno in apposita tegghia facendoli cuocere a fuoco ardente per circa mezz'ora. Levati con cura si disporranno sopra un piatto caldo e si serviranno prontamente.

POMIDORO CON RIPIENO DI SEDANO.

Facciasi scottare in acqua dei piccoli pomidoro rotondi, quindi si levi loro la pelle e si taglino le fette delle estremità, facendo uscire i semi; si collochino poi sopra del ghiaccio per farli raffreddare, quindi tagliuzzata in piccoli pezzi la parte interna di un sedano si bagneranno con salsa francese. Si riempiranno poi i pomidoro, riponendoli ognuno sopra una foglia di lattuga fresca e servendoli conditi come ogni altra insalata e cioè olio, sale, pepe, aceto, ecc.

POMIDORO FARCITI.

Si metterà uno strato di pomidoro in fondo ad una tortiera, quindi uno di pane grattugiato, aspergendoli di sale e pepe, indi un altro strato di pomidoro, uno di pane e così via via sino a che la tortiera è piena, avvertendo che l'ultimo strato dev'essere di pane. Sopra vi si porranno alcuni pezzetti di burro e si farà cuocere a fuoco mite in un forno per mezz'ora, oppure sopra fornello con fuoco sotto e sopra. Si serviranno nella stessa tortiera.

POMIDORO CONDITI ALL'INDIANA.

Si prenda un quinto o mezzo quinto di riso, secondo il numero dei commensali, lo si lavi parecchie volte. Si prenda pure un chilo di pomidoro cotti, oppure conserva di pomidoro, si metta sale e spezie a discrezione. Si porrà uno strato di pomidoro nel fondo d'una tortiera, poi uno strato di riso crudo, quindi un altro di pomidoro, e così di seguito, facendo però rimanere per ultimo uno strato di po-

midoro. Si aspergerà con pane grattugiato, e si collocheranno alcuni pezzi di burro sparsi, facendo cuocere a fuoco moderato per oltre mezz'ora. Si serviranno nella tortiera stessa, aggiungendovi uno strato di gombo. I pomidoro così conditi possono servire come guarnizione al pollo arrosto, beccaccine, ecc.

POMIDORO FRITTI.

Si taglieranno in due sei bellissimi pomidoro maturi, ponendoli poi in una tegghia colla pelle rivolta all'ingiù. Si unisca un etto di burro, si spolverizzi il tutto con sale e pepe, e si mettano al forno per circa dieci minuti, quindi si porranno al fuoco e si faranno friggere lentamente senza però voltarli. Cotti che siano si metteranno colle debite precauzioni sopra un piatto riscaldato. Si rimetterà la tegghia sul fuoco ardente e si rimesti sino a che il burro avrà preso un bel color bruno, aggiungendovi allora due cucchiai di farina, e mescolando sino a che siansi uniti, aggiungendovi mezzo litro di latte e rimestando sino a bollitura, unendovi sale e pepe. Questa salsa la si verserà sui pomidoro e si serviranno caldi.

POMIDORO IN ACETO.

Si sceglieranno dei piccoli pomidoro rossi o gialli, forandoli con uno spillo. Si metteranno in vasi di cristallo o di terra, aggiungendovi dei semi di senape o di mostarda e poi coprendoli con aceto freddo. Due settimane dopo si possono usare, avendo però la precauzione di tenerli ben chiusi.

POMIDORO IN CONCHIGLIA.

Tagliati in due senza pelarli quel numero di pomidoro che si desiderano, si porranno in una tegghia con relativi pezzetti di burro, e spolverizzati di sale e pepe. Si metterà la tegghia nel forno, od a fornello con fuoco sotto e sopra, facendo cuocere lentamente per circa un'ora sino a che siano perfettamente teneri. Frattanto si prepareranno

dei dadi di pane tosto, e su ognuno di essi si porrà un mezzo pomidoro. Attorno vi si verserà la salsa di crema e si servirà caldissimo.

POMIDORO IN CONSERVA.

Si prenderà quanti pomidoro voglionsi utilizzare e si faranno bollire in pajuolo senza acqua. Cotti che siano si passeranno per colatoio di latta. Frattanto si metterà sul fuoco in una tegghia, o casseruola, il liquido ottenuto facendolo condensare simile ad una farinata. La si verserà poi su piatti o su forme e la si farà asciugare al sole sino a che si sarà bene indurita. Si faranno poi dei panetti, che si involgeranno in carta unta coll'olio e poi si rinchiuderanno in vasi bene chiusi; per servirsene si adopererà brodo caldo per disfarla. Qualora si desiderasse una salsa aromatica, si potrà aggiungervi, quando è passata dal colatoio, tutte quelle droghe che sono di piacimento purchè siano polverizzate.

POMIDORO IN GHIACCIO.

Si passeranno nell'acqua bollente e poi si peleranno dei piccoli pomidoro, quindi si metteranno sul ghiaccio. A suo tempo si servono intieri con salsa francese a parte.

POMIDORO IN UMIDO.

Si verserà dell'acqua bollente sopra una dozzina di pomidoro belli, grossi, e con un coltello si leverà loro la pellicola e le due estremità, tagliuzzandoli poi a pezzi. Si metteranno in una casseruola e si faranno cuocere lentamente per trenta minuti circa, aggiungendovi un cucchiaio di burro, un pizzico di zucchero, il sugo di una cipolla ed un poco di sale e pepe. Si farà cuocere per venti minuti facendo acquistare al composto la voluta densità. Si servono caldi.

POMIDORO VERDI.

Si aprono per metà. Si tolgono loro con diligenza i semi, si cuociono con un soffritto d'aglio, un poco di nepitella, e si legano con rossi d'uovo.

POMIDORO VERDI CONSERVATI.

Si laveranno dei pomidoro verdi, quindi si copriranno con acqua bollente e si metteranno a parte per venti minuti, passando poi ad asciugarli e a tagliuzzarli a fette. Si tagliuzzeranno poi sei limoni sugosi, levandovi i semi, e si metteranno in una casseruola assieme ai pomidoro, ed un chilo di zucchero granulato, un cucchiaio di zenzero grattugiato ed un bicchiere d'acqua per impedire che abbia a bruciare tutto il composto. Si coprirà la casseruola e la si farà cuocere lentamente per oltre un'ora, avendo cura di schiumare per bene. Si lascierà raffreddare e dopo un'altra semplice bollitura si metteranno in vasi per conservarli, avendo la precauzione di chiuderli ermeticamente.

PORCELLANA (*Portulaca oleracea - Porcelaine*)

La porcellana, quando trovasi in istato tenero, e prima della formazione di quelle tante capsule ripiene di sementi, è buonissima a mangiarsi in insalata, aggiungendovi un poco d'*erba cipollina*, oppure *aglio*. La si cucina pure lessata in acqua salata e poscia la si condisce con sugo di *pomidoro* o con quello di altre verdure.

PORRO (*Allium porrum - poireau*).

La seminagione del porro la si effettua in febbraio e marzo od in giugno e luglio, spargendo il seme su tutta la superficie dell'aiuola, ovvero a file. La consumazione principia da novembre ad aprile. Si può seminare anche in marzo per raccogliere dal giugno in avanti. I porri così detti lunghi, sono le varietà più delicate. Si possono cucinare per le zuppe al grasso ed al magro; si prestano ad essere mangiati crudi conditi con olio e sale, e si fanno pure accomodati con burro e formaggio. È una verdura eccellente. Il *porro gigante d'inverno* è la varietà più bella che esista. Vi è poi il *porro grosso corto d'estate*, e quello d'*Ayton Castle*, il più stimato sui mercati inglesi per la sua bontà e per la sua grossezza.

PORRI IN UMIDO.

Si prenderà quel numero di porri che si reputa conveniente per la quantità delle persone che si hanno a servire, e quindi mondati e lavati si getteranno in una pentola d'acqua bollente salata e lasciandoli cuocere per trenta minuti. Si faranno poi sgocciolare e si collocheranno in un piatto riscaldato colle cime dei porri tutti volti da una parte. Frattanto in una casseruola si metterà mezz'etto di burro, e liquefatto che sia, un poco di farina, mescolando ed aggiungendo per ultimo un bicchiere di latte. Si continuerà a mescolare sino a che bolla, aggiungendovi un poco di sale ed un pizzico di pepe. Questo composto lo si verserà sopra i porri che si serviranno prontamente.

PREZZEMOLO (*Apium petroselinum - persil*).

Si semina il prezzemolo a spaglio da febbraio a tutto agosto in terra ben concimata. Le varietà più apprezzate sono: la *comune*, la *Napoli gigante* a foglie di sedano, ed il *nano riccio*. L'aroma particolare di cui sono dotate le foglie del prezzemolo lo rendono addatto per molti usi nelle nostre cucine. Le varietà colle radici grosse e carnose si mangiano fritte o cotte semplicemente nell'acqua e condite con burro, con olio ed aceto, ecc. Le qualità colle foglie sostenute da grossi pezioli s'imbiancano e si mangiano come i sedani.

PREZZEMOLO ALL'ACETO.

Si sceglierà del prezzemolo fresco e ricciuto; lo si laverà in acqua salata; lo si asciugherà per bene e finalmente lo si porrà in una terrina con poco aceto freddo, aggiungendovi un poco di ramolaccio grattugiato. Questa salsa si adopera fresca per guarnizione ad uova sode, a carne fredda, ecc.

PURÉE D'ACETOSA.

Si prenderà una quantità di acetosa con del cerfoglio, qualche cesto di lattuga e della bietola. Si porrà il tutto in una casseruola con un etto di burro, qualche scalogno,

e del prezzemolo, e disfatta quasi l'acetosa, la si bagnerà con buon brodo, passandolo per colatoio, aggiungendovi del sugo, tre rossi d'uovo e ponendola sul fuoco affinchè abbia ad unirsi come crema, avendo precauzione però di non lasciarla bollire altrimenti l'uovo si incresperebbe.

PURÉE DI CIPOLLA.

Si prenderà una data quantità di cipolle e dopo di averle sbucciate e tagliuzzate, si metteranno al fuoco con burro (mezz'etto) facendo prendere un bel colore, aggiungendovi poi un poco di sale, droghe a piacimento, bagnando con buon brodo o sugo, tre rossi d'uovo assodato, e del pane fritto nel burro. Si farà condensare, poi lo si passerà per colatoio di latta pressando con un mestolo di legno ed aggiungendovi del brodo di sostanza, e servendosi per i bisogni, allora che la purée sia ridotta alla densità di una crema.

PURÉE DI FUNGHI.

Puliti i funghi, ben preparati e finamente tagliati, si metteranno nell'acqua fredda col succo di un limone. Si toglieranno poco dopo e si asciugheranno. Frattanto si porrà mezz'etto di burro in una casseruola, ed entro si collocheranno i funghi col succo di un altro limone. Si farà cuocere a fuoco moderato, aggiungendovi due bicchieri di salsa spagnuola ridotta ad altrettanto consommé, sale e pepe. Si mescolerà il tutto e poscia si schiaccierà con un mestolo, formando così un'ottima purée.

PURÉE DI LENTICCHIE ALL'ARROSTO O COL LESSO.

Si prenderanno delle lenticchie (quella quantità che si desidera) e si porranno nell'acqua, ponendovi sopra un pezzo di vitello, pollo od orecchie di vitello, ecc. Vi si aggiungano carote, cipolline, garofani, lauro, sale e pepe. Si ponga la casseruola al fuoco; cotto che sia il vitello, o pollo, ecc., lo si porrà nel brodo caldo. Poscia si passeranno le lenti alla stamigna, aggiungendovi brodo eccellente e riponendo sul fuoco facendo ridurre, come usasi comune-

mente. Si lascierà sgocciolare il pezzo di carne destinato ad esse posto nel consommé e si servirà caldissimo. Per l'arrosto e cioè per il vitello arrosto, pollo, anitra, ecc., il processo è il seguente: si metterà in casseruola del lardo (un etto) e sopra vi si collocherà il pezzo di carne da far arrostire unendovi poi altro lardo, degli avanzi di carne cotta, o pollame, carote, due cipolle tagliuzzate, alcuni chiodi di garofano, lauro, timo, prezzemolo e brodo perfetto. Si lascierà cuocere per un'ora, e prima di mettere in tavola si farà sgocciolare la sostanza arrostita ponendola sopra la purée di lenticchie caldissima.

PURÉE DI PATATE.

Si prenderà un chilogr. di patate e si peleranno per bene, quindi tagliuzzate in quattro si getteranno nell'acqua fresca affinchè abbiano a conservare la loro bianchezza. Poscia si porranno a bollire lentamente in una casseruola coperta con due quinti di latte ed un poco di sale. Cotti e posti a sgocciolare, si passeranno per staccio formando una *purée*, rimestandola in altra casseruola con mezz'etto di burro, mezzo bicchiere di panna ed un cucchiaio o due di zucchero in polvere. Ridotto che sia il composto pastoso, ma non tanto molle, lo si metterà a fuoco un istante e quindi lo si servirà assieme a *costolette, beefsteaks, manzo arrosto, uccelli arrostiti,* ecc.

PURÉE DI PISELLI.

Si prendano dei piselli secchi e si facciano cuocere nell'acqua, passandoli poi per colatoio di latta con mestolo di legno e bagnandoli con brodo. Si disporrà poi una casseruola con entro mezz'etto di burro, cipolla tritata, ed erbe odorose, facendo prendere un bel colore d'oro. Entro vi si metteranno i piselli, e si farà bollire il tutto sino a che sia divenuto denso come una farinata, ponendovi poi un poco di noce moscata.

PURÉE DI PISELLI SECCHI.

Si porrà un litro e mezzo di piselli secchi in una pentola con sale, burro ed acqua fredda, aggiungendovi del pro-

sciutto magro. Si farà cuocere il tutto per due ore, ritirando prima il prosciutto e passando per staccio la *purée*, vi si aggiungerà del *consommé*, preparato secondo le regole, dello zucchero e del burro levando la pentola dal fuoco. Si verserà a poco a poco nella zuppiera nella quale si saranno posti degli spinacci, cotti a parte, e piccole croste di pane passate al burro.

PURÉE DI RAPE.

Si prenderà una quantità di rape, e dopo averle mondate e lessate si metteranno in acqua fresca per toglier loro il sapore acuto e poi in casseruola con burro (un etto o mezzo a seconda della quantità delle rape), una fetta di prosciutto magro ed alcune cipolle trinciate, facendo prendere un bel colore e bagnando spesso con brodo buono. Ciò fatto si passerà il tutto per colatoio, forzandolo con mestolo di legno, e bagnando spesso con buon brodo. Questo liquido lo si unirà a del buon sugo e del pomidoro stacciato, facendo restringere a giusta densità.

PURÉE DI RAPE SEMPLICE.

Lavate, pelate e tagliate in quattro una dozzina di belle rape assai grosse, e si gettino in una pentola d'acqua bollente, facendole cuocere sino a che siano divenute veramente tenere. Cotte che siano, si scoleranno mediante staccio, spremendone fuori tutta l'acqua. Pestate per bene, vi si aggiunga un poco di zucchero, sale a discrezione ed un pizzico di pepe. Si servirà caldissima siccome guarnizione al lesso, ai polli arrosto, ecc.

RABARBARO (*Rheum undulatum - Rhubarbf*).

Le foglie ed i pezioli del rabarbaro sono utilissimi nella cucina potendosi preparare i così detti *pies* inglesi. Si prenderanno i pezioli delle foglie ben sviluppate, ma tenere, e si laveranno e peleranno come si usa comunemente colla bieta (coste). Ciò fatto si taglieranno detti pezioli minutamente (due centimetri circa), e si collocheranno a strati in

un tegame di terra che resista al calore del forno; ad ogni strato vi si verserà sopra un cucchiaio di zucchero polverizzato, quindi un pizzico di sale, un poco di corteccia di limone grattugiata ed un poco di cannella e noce moscata. Ripieno il tegame, si prepara un foglio di pasta di timballo, ricoprendo con esso il tegame, avendo cura di attaccarlo bene agli orli e ponendolo poi a cuocere in un forno ordinario per la durata di mezz'ora.

Il *pies*, o torta, può essere servita in tavola e distribuita a cucchiai assieme ad una pasta, aggiungendovi ben anco separatamente un po' di panna fredda e di zucchero.

Coi pezioli di rabarbaro si fanno le marmellate, lo sciroppo, la gelatina ed il candito di rabarbaro. Anche la parte verde delle foglie la si utilizza preparandola nel modo stesso degli spinaci o dell'acetosa. La miglior qualità del rabarbaro è l'officinale.

RAMERINO (*Rosmarinus officinalis - Romarin*).

Pianta che si propaga facilmente ed è tanto utile per la cucina. La si può piantare anche in un vaso e ritirare nell'inverno in un angolo della cucina, sempre così alla mano del cuciniere. Col suo aroma serve a rialzare il gusto a moltissime vivande, e segnatamente alle carni arrostite, come i polli, le anitre, i capponi, il vitello arrosto, ecc.

RAMOLACCIO o RAVANELLO

(*Raphanus sativus - Raifort - Radis*).

I ramolacci si coltivano per l'estate, l'autunno e l'inverno, e si seminano dal mese di maggio fino a settembre, collocando gli estivi in luoghi freschi ed irrigabili, e gli ultimi ad esposizioni migliori. Il ramolaccio ha gusto acre, piccante, e lo si mangia crudo con sale, olio, pepe assieme la carne. L'uso dei ramolacci e dei ravanelli è troppo conosciuto perchè se ne faccia menzione, diremo solo che tempo addietro si mangiavano anche cotti ed erano più digeribili. Le varietà ottime per la tavola sono: il *ravanello tondo rosa* quarantino precocissimo; il *quarantino* « primo fra i primi » ravanello precoce, con polpa candida, soda,

squisito; il *ravanello rosa* a punta bianca; lo *scarlatto precoce;* il *violetto precoce;* il *giallo d'estate* molto piccante; il *ramolaccio bianco* precoce, il *nero d'estate* e quello *nero di inverno.*

RAPA (*Brassica napus - Râpes*).

Nei mesi di luglio, agosto e settembre, dopo il raccolto dei piselli, dei cavoli primaticci e delle patate, si seminano le rape senz'altro ingrasso; si diradano se riescono troppo fitte, si sarchiano e si inaffiano abbondantemente se la stagione corre troppo asciutta. Si adoperano nella cucina come i cavoli, quindi giunte ad un certo sviluppo, si recidono presso il collo della pianta, e colle dita si spogliano della parte fogliacea verde e delle coste se ne fanno mazzetti da tagliuzzare finamente per servirsene tanto per zuppe che a condirsi come i cavoli. Le rape maggiormente coltivate ed utili alla cucina sono: la *quarantina di Pavia,* quella *bianca a colletto violetto* e la *gialla globosa.*

Sfettata nella minestra è eccellente, ma porge alla cucina un piatto saporitissimo se si condiscono le rape al burro con formaggio e spezie. Si fanno anche in salsa bianca, in insalata e fritte. Col montone e coll'anitra sono squisitissime.

RAPE ALLA CREMA.

Si peleranno sei rape fresche e belle e si tagliuzzeranno a dadi. Quindi si porranno in una casseruola d'acqua bollente facendole bollire per trenta minuti. Si scoleranno e si metteranno in un piatto riscaldato. Vi si verserà sopra un quinto di salsa di crema e si serviranno caldissime.

RAPE E CAVOLI - RAPE RIPIENE.

Si leverà la pelle alle rape e si vuoteranno come una scatola, facendole bianchire in acqua bollente. Sgocciolate si triterà finamente del fegato con un pizzico di prezzemolo, basilico o maggiorana, timo, cipolletta e mollica di pane inzuppata nel brodo, agitando il tutto per bene con mestolo, ponendovi poi un rosso d'uovo con un poco di sale e drogheria. Formato così un buon composto si em-

piranno le rape e si faranno cuocere in casseruola con buon sugo o brodo avendo la precauzione però che non sorpassi il ripieno. Sopra le rape ripiene vi si porrà del pane grattugiato ed a fuoco lento si terminerà la cottura. Una volta accomodate sul piatto le rape si rimetterà sul fuoco la casseruola contenente il poco umido (o sugo) rimasto, aggiungendovi un poco di burro spruzzandolo con farina e facendo bollire il tutto per due minuti circa. Giunto il momento di mettere in tavola si aggiungeranno prontamente due rossi d'uovi al liquido (o salsa) sopra indicato, sbattuti dapprima, s' intende, con un poco di sugo estratto da due limoni.

Si verserà la salsa sulle rape e si serviranno calde. Il numero delle rape può naturalmente variare a seconda del numero delle persone che pranzano; così il peso del fegato.

Questo processo lo si può applicare nella stessa forma e misura ai cavoli rape.

RAPE CON PATATE.

Formata la purée di rape, come si è descritto a pag. 135, vi si aggiunga una quantità eguale di purée di patate calda e, fatto un miscuglio, si serva caldissimo.

RAPE CROSTATE CON FORMAGGIO.

Si pulisca quella data quantità di rape e si lessino con molto sale. Cotte che siano si pongano nell'acqua fresca, lasciandovele per mezz'ora, tagliuzzandole poi a fette sottili. Quindi si prenderà un piatto e vi si porrà dapprima un poco di formaggio (parmigiano) grattugiato con cannella in polvere, poi un suolo di rape, quindi un altro colle suddette droghe, aggiungendovi un poco di burro o strutto, e così di seguito finchè si abbiano rape. Ciò fatto si guarnirà il piatto con crostini di pane involti nell'uovo e si servirà caldo in tavola.

RAPE FRITTE COLOR D'ORO.

Pelate e tagliuzzate a fette orizzontali sei rape belle e grosse. Facciansi bollire per venti minuti e si scolino per setaccio. In una padella si metteranno due cucchiai di

grasso d'arrosto o burro, e caldo che sia si spolverizzeranno le rape con zucchero, ponendole nel grasso, voltandole con cura fino a che le fette assumeranno un bel colore bruno. Si serviranno come guarnizione alle anitre, oche, polli arrosto, ecc.

RAPE IN BROCCOLI E TALLI DI RAPE.

Si lesserà quel numero di rape che si credono di adoperare mettendole poi in acqua fresca, spremendo assai e trinciandole. Quindi si faranno cuocere in padella con olio, aglio, finocchio, sale e pepe. Si servono ben calde e si aggiunge, se piace, un poco di aceto od il sugo di un limone.

RAPE RIPIENE ALLA PARIGINA.

Si prenderanno dei capi di rape, si monderanno e si faranno lessare, dopo di che si vuoteranno con diligenza affinchè non abbiano a rompersi riempiendole con un ripieno a piacere. Si metteranno poi in una casseruola con brodo, sugo di carne, pomidoro triturato, ed un poco di burro. Si faranno cuocere con fuoco lento sotto e sopra, polverizzando con pane grattugiato, quando siano ben cotti, togliendo i capi dalla casseruola e ponendoli su piatto. Si legherà poi la salsa ove sono stati cotti con due rossi d'uovo e formaggio grattato, versandola poi sulle rape e servendo in tavola prontamente.

RAPUNZOLO (*Campanula Rapunculus - Raiponce*).

È radice erbacea, bianca, carnosa e tenera. È squisita ed offre alla cucina una varietà delicata nel genere insalate. La si può anche far cuocere ad uso spinaci, ed anche friggere con burro.

RAVANELLI ALLA SALSA CREMA.

Pelati e tagliuzzati a fette i ravanelli, si getteranno in acqua bollente e si faranno bollire per venti minuti. Si metteranno poi su piatto riscaldato coprendoli con salsa di crema e servendoli caldissimi.

Per questa bisogna si prenderanno i ravanelli d'inverno.

REOBARBARO IN TORTA E SEMPLICEMENTE COTTO.

Lavato che sia il reobarbaro, lo si taglierà a pezzetti, lasciandovi però la pelle. Un chilo di reobarbaro assieme a quattro etti di zucchero granulato basta per formare un piatto squisito. Liquefatto lentamente lo zucchero, senza porvi acqua, nè mescolare, è l'unico condimento che s'addice al reobarbaro. Colle gambe di reobarbaro, non pelate, messe in una tortiera con pasta, si ottiene una buona torta. Si taglieranno a fette sottili le gambe stesse e si riempirà la tortiera, ponendovi anche dello zucchero in polvere. La torta si coprirà colla pasta, facendovi un buco nel mezzo per lasciarvi passare il vapore. Si farà cuocere a fuoco vivo per circa un'ora.

RIPIENO DI NOCI.

Si sgusceranno una ventina di noci secche e si pesteranno i gherigli nel mortaio, aggiungendovi a poco a poco un mezzo bicchiere di panna, mollica di pane, un etto di burro, sale, spezie e tre tuorli d'uova, oltre a due mostaccini ed un poco di zucchero in polvere. Si faccia cogli ingredienti sopra esposti una specie d'impasto e si rimpinzi con esso un bel pollo, facendolo cuocere nel brodo. Qualora non si voglia un ripieno dolce, allora in luogo dei mostaccini e zucchero si sostituirà del formaggio trito.

ROTOLI DI LENTI.

Si faccia cuocere il riso e le lenti nel modo stesso delle *lenti al riso*, e nella medesima quantità. Si mescolino assieme. Si rimestino poi con un etto di prosciutto, la carne di un pollo triturata, un poco di semi di coriandoli, sale e pepe. Si faranno scottare in acqua calda delle belle foglie grandi di cavolo e poi si asciugheranno. (Dette foglie saranno 8, 10, 12, a seconda della quantità dei rotoli che voglionsi fare). Si porranno due cucchiaiate di farcito in ogni foglia e, rotolate, si legheranno con filo, disponendole in una larga casseruola. Si copriranno con buon brodo, e vi si aggiungerà una foglia di lauro, una cipolla affettata

e un pezzetto di macis. Coperta la casseruola si lascierà cuocere lentamente per tre quarti d'ora e poscia si leveranno con cura, togliendo loro il filo, e disponendoli su piatto caldo. Si faccia prontamente liquefare mezz'etto di burro, incorporandovi un poco di farina, poi un quinto di brodo agitando continuamente finchè il composto siasi condensato per bene. Vi si aggiunga sale e pepe, e levatolo dal fuoco vi si aggiungerà un tuorlo d'uovo sbattuto e un cucchiaio di aceto perfetto. Si versi questa salsa sui rotoli e si serva prontamente.

ROCA o ROCOLA.

La si usa frammista alle altre insalate specialmente alle lattughe. È molto digestiva. La si semina dal marzo a tutto luglio tagliuzzando le tenere foglie siccome le lattughe e coltivandola nel modo stesso.

RUTA (*Brassica eruca - Rue*).

È questa una specie di cavolo che si semina in primavera, le di cui foglie si cucinano in insalata. Per mezzo di seminagioni successive si possono ottenere continuamente delle foglie tenere, molto apprezzate per il loro profumo particolare, il quale s'avvicina un poco all'arancio.

SALSA PER BROCCOLI.

Facciansi cuocere i broccoli in acqua come al solito, lasciandoli sgocciolare. Frattanto si mischierà con un pezzo di burro appena dileguato un cucchiaio di farina con un bicchier d'acqua, poco sale, ponendo la casseruola al fornello e mischiando finchè bolle. Perduto che abbia il gusto di farina bollendo si leghi con due rossi d'uovi, una spremuta di mezzo limone, un pizzico di prezzemolo trito e poscia si versi la salsa sui broccoli che si avrà avuto cura di tenere anch'essi caldi.

Ricordiamo che questa salsa eccellente può essere servita nello stesso modo tanto per i polli lessati che per la punta di petto.

SALSA DI CAPPERI ALLA GENOVESE.

Anzitutto si deve osservare che i capperi acquistati (30 grammi circa) abbiano ad essere perfetti. Quindi si tenga il seguente processo: si prenda un poco di olio d'oliva finissimo, un poco di burro e un'alice e si stemperi assieme ai capperi, con un pizzico di prezzemolo e un pochino di aceto, ponendo il tutto a riscaldare al fuoco. La salsa è fatta, e si potrà benissimo correggerla, per chi ama il dolce e il brusco, con un poco di zucchero pilé finissimo.

Un'altra buona salsa di capperi la si ottiene mediante il seguente processo: si sminuzzi una cipolla con mezz'etto di capperi e 25 grammi di alici; si faccia tostare il tutto in casseruola con un poco di burro, poscia vi si unisca un poco di sugo o buon brodo, un pochino d'aceto e un pizzichino d'erbe aromatiche. Si facciano lor dare due bolli e la salsa è fatta perfettamente. È eccellente per il sotto servizio a polli, capponi, lessi, ecc., cotti in ristretto.

SALSA CON CAPPERI ALLA MILANESE.

Si ponga al fuoco una casseruola con entro un etto di burro, un cucchiaio di farina, sale e pepe e mescolando il tutto per bene. Si avrà cura di far scaldare perfettamente la salsa ma di non lasciarla bollire, aggiungendovi al momento di servirla in tavola un poco di aceto e un mezzo etto di capperi.

SALSA DI CAROTE.

Tra le tante salse anche quella composta colle carote è eccellente. Il processo è semplice; si facciano passare allo staccio le carote cotte e vi si unisca a piacere aceto e zucchero.

SALSA DI CIPOLLINE.

Si tagliuzzerà un dato numero di cipolline tanto che possa coprire un cucchiaio da tavola e si pongano in una casseruola unitamente ad una uguale quantità di aceto e un poco di pepe, facendo ristringere il tutto a secco, mescolandovi poi succo alla spagnuola e brodo. Si avverte che questa salsa dev'essere chiara.

SALSA DI CITRIUOLI.

Si levi la pelle a due citriuoli grossi e maturi, e poscia anche i semi. Si passerà la polpa per staccio, ed il sugo che si raccoglie lo si metterà in una marmitta di terra, aggiungendovi un quarto di cucchiaio di pepe rosso, un quinto d'aceto, un poco di sale, e circa mezz'etto di ramolaccio grattugiato. Questa salsa è adatta specialmente da mangiare assieme al manzo, al vitello, al pollo lessati, ecc. Si può benissimo conservarla imbottigliandola perfettamente.

SALSE DIVERSE.

Siccome nella cucinazione dei legumi avviene sovente di unire ad essi qualche salsa, come abbiamo appunto parlato nell'articolo « *Lenticchie alla purée e zuppa di purée* » così riuniremo assieme tutte le principali salse che si adoperano in cucina per meglio ricordarle al nostro cuciniere o massaia.

Vi è la *salsa tedesca*. Questa la si compone nel modo stesso della spagnuola (Vedi articolo *Lenticchie alla purée, ecc.* sopra indicato); differisce soltanto nell'unione di un poco di farine e nella chiarificazione che deve farsi della salsa stessa mediante brodo bianco o sugo bianco.

La *salsa genovese* la si ottiene con quattro quinti od un litro di eccellente vino Bordeaux in una casseruola assieme ad una cipolletta, prezzemolo, aglio, lauro, timo e buccia di funghi, il tutto triturato per bene. Si farà ridurre questo composto ad un quarto, quindi vi si porrà un bicchiere di salsa spagnuola ed un poco di succo di pesce. Si mescolerà per bene tutta la massa riducendola e passandola poi per istamigna ed aggiungendo del burro e del burro di acciughe (Questo lo si compone con otto acciughe ben pulite e lavate, pestandole e passandole prima per stamigna, poscia ripestandole con burro).

La *salsa ginevrina* non è che un composto di citriuoli triti (4), capperi (25 grammi), uva secca di Corinto (25 gr.), un poco di pimento, noce moscata, pepe, prezzemolo, cipolline trite, un poco di zucchero, otto cucchiai di aceto

aromatizzato ed un poco di gelatina. Tutte queste sostanze vengono poi inumidite con un quarto di bicchiere di salsa spagnuola ed un poco di brodo di vitello.

Quella *olandese* la si compone con un poco di pepe grosso, aceto aromatizzato nella salsa vellutata ridotta, e tenuta al caldo. Al momento di servirsene, vi si aggiungerà un poco di burro fresco. Allora che il burro sarà fuso, vi si stempererà dentro un poco di verde di spinaci.

La *salsa indiana* la si compone con buon burro (un etto) due gocce di pimento ed un poco di zafferano in polvere. Si porrà al fuoco finchè il burro principierà a friggere aggiungendovi allora due cucchiai di salsa tedesca. Si ridurrà il più possibile la sostanza, la si digrasserà e la si terrà al caldo e al momento di servirla vi si porrà un pochino di burro.

La *salsa italiana* è un composto di prezzemolo, cipolline e funghi triti per bene, due bicchieri di vino bianco, ed un etto di burro. Si farà bollire la massa e ridurre considerevolmente, aggiungendovi due bicchieri di salsa vellutata ed uno di consommé. Si tornerà a far bollire il tutto in casseruola a fuoco lento, e dopo aver schiumato, digrassato, ridotta la sostanza in ristretto la si ritirerà dal fuoco.

Quella *francese* la si compone con sei cipolline tagliuzzate sottilmente e fatte bollire nel burro (un etto). Si prenderà poi un bicchiere di salsa tedesca e la si verserà colla prima sostanza mischiando per bene e facendola ridurre aggiungendovi poi serpentaria trita e imbianchita, noce moscata, un pezzo di burro e buona gelatina.

La *salsa vellutata* non è che la salsa spagnuola ridotta per metà. La *salsa bruna* la si compone con un chilogrammo di carne di bue, uno di vitello, avanzi di pollame, se ve ne sono, due o tre carote, cipolle ed un cucchiaio di brodo. Si faranno cuocere dette sostanze a fuoco ardente per ridurle e ciò fatto si farà continuare lentamente la cottura perchè abbiano a prendere il color bruno. A questo punto vi si metterà del brodo, prezzemolo, cipolline, lauro, garofani e si avrà cura di schiumare e di lasciar cuocere il tutto per circa tre ore. Si passerà poi la

sostanza allo staccio aggiungendovi un rosso d'uova e facendo bollire di nuovo a fuoco mite per circa tre quarti d'ora. Si passerà poi la massa alla stamigna.

La *salsa piccante* la si ottiene con un etto circa di burro, pane grattugiato, due cipolline trite, pepe, sale ed un cucchiaio d'olio d'oliva, il tutto posto in una casseruola. Si avrà cura di mescolare per bene prima e di aggiungere un cucchiaio di brodo e due citriuoli triti. L'ebollizione dev'essere rapida.

La *salsa bianca* non è altro che un composto di burro e farina. Mezz'etto di burro fresco (o più a seconda del bisogno) ed un poco di farina messi in una casseruola formano, mescolati bene, la sostanza che a fuoco dolce, con sale, pepe e aceto compone la salsa bianca. Si avrà cura però di non lasciare bollire e di mescolare sempre.

La *salsa bianca di capperi* la si effettua come la bianca; diversifica però solamente al momento di servirla perchè allora vi si aggiungerà mezz'etto (od un etto a seconda del bisogno) di capperi mescolando continuamente.

Una buona salsa che si adopera sovente in tutte le tavole è la così detta di *senape*. Si prenderà un bicchiere di mostarda, mescolandovi assieme un poco di salsa verde, cipolline trite, otto cucchiai di olio d'oliva, aceto, sale e pepe grosso. Si mescolerà il tutto legandolo con due tuorli di uovo.

La *salsa alla giardiniera* la si ottiene col far cuocere varie specie di legumi ed erbaggi che si porranno in casseruola assieme a della salsa spagnuola ridotta, con zucchero, gelatina e burro. Si mischierà il tutto per bene.

La *salsa fredda* è un composto di burro (mezz'etto) con prezzemolo, salsa verde, due cipolline trite, sale, pepe e succo di limone. Si incorporerà per bene tale composto e la salsa è fatta.

Buona è pure la *salsa alla marinaia*. Si prenderà dapprima della salsa spagnuola in unione a del brodo di pesce, e brodo di vitello, facendo bollire il tutto in ristretto. Si ritirerà poi dal fuoco e si digrasserà e schiumerà il composto. Ridotto che sia lo si passerà alla stamigna e si terminerà la cottura coll'aggiunta di un poco di burro (25 grammi).

Per ottenere poi quella *Bechamel* si adoperano nove cucchiai di salsa vellutata e quattro di consommé. Si farà cuocere a fuoco ardente. Quindi si farà ridurre un litro e mezzo di crema alla sua metà, si mescolerà il tutto e si farà bollire a fuoco vivo per un'ora circa.

Una poi delle buone salse è quella chiamata *Robert.* Il processo è il seguente: si pongono in casseruola sei cipolle tritate con burro; si faccia bollire sino a che siano cotte, aggiungendovi poi un cucchiaio di farina. Si mescoli bene il tutto, vi si aggiunga brodo e la salsa è fatta.

Indicheremo poi la *salsa di tartufi* siccome una delle prelibate. Si faranno a pezzetti quattro tartufi, facendoli rinvenire nel burro ed aggiungendovi poi un bicchiere e mezzo di salsa vellutata ed un poco di consommé. Si faccia cuocere il tutto per circa 15 minuti e si disgrassi.

Per ultimo, per quanto conosciuta, daremo la salsa al burro e al burro nero. La prima si effettua con diversi cucchiai di farina sciolta nell'acqua e coll'aggiunta di sale, pepe, noce moscata. Si porrà a cuocere, in casseruola, per quindici minuti mescolando per bene, poscia si ritirerà dal fuoco aggiungendovi burro a varie riprese e continuando a rimestare. Per ultimo vi si aggiungerà due o tre cucchiai di aceto facendo passare la salsa per stamigna e tenendola al caldo per poterla servire.

La seconda è composta con mezz' etto di burro indorato, infarinato e cotto in padella. Vi si aggiungerà un poco di aceto, e lasciato cuocere alquanto, si verserà, mettendovi un altro poco di aceto in padella, il quale sarà subito mescolato alla salsa appena che sarà caldo.

SALSA DI ERBA BRUSCA.

Si farà bollire alcune volte quest'erba, poi la si passerà per setaccio mettendola in casseruola unitamente ad un pezzo di burro fresco a proporzione. Si lascierà cuocere lentamente non trascurando però di mischiare la sostanza, unendovi in seguito un poco di buon brodo e lasciando confinare al fuoco coll'aggiunta di un poco di sale.

Anche quest'erba offre una salsa eccellente da servire tanto per vitello in umido come per altro piatto di speciale aggradimento.

SALSE DI MARASCHE.

Tolto l'osso ad un chilo di marasche, si faranno bollire con vino, zucchero e cannella. Ridotte così al giulebbo, si passeranno allo staccio e rimessele al fuoco si lascieranno cuocere sino a densità voluta.

SALSA DI FUNGHI.

Mondati e puliti dei piccoli funghi detti *ferè*, si porranno in acqua bollente per alcuni minuti, quindi si faranno colare, facendo, frattanto, stemperare a fuoco nell'olio d'oliva un'alice unendovi qualche pezzo di gambo di finocchio, due cipollette intere, qualche ramo di timo, maggiorana, basilico e un poco di sale. Frattanto che le suddette sostanze cuoceranno — particolarmente le cipolline — si accomodino i funghi in un vaso e vi si versi sopra la salsa summentovata, servendola prontamente. Volendo dare a detto composto un sapore piccante si può benissimo aggiungere pepe garofolato, facendo prendere ai funghi prima la bontà col composto rimettendoli al fuoco, e messi nel vaso vi si porrà sopra una spremuta di limone.

SALSA ALLA GENOVESE CON POLLO FREDDO.

In una casseruola si facciano stemperare in olio d'ulive, sei acciughe diliscate e peste, e un pizzico di farina. Si mescoli a dovere, quindi si bagni il tutto con aceto prima che la farina abbia avuto tempo di rosolare, poichè la salsa deve rimaner bianca. La si lascierà bollire per un quarto d'ora e quindi vi si aggiungeranno due biscottini frantumati, un pezzo di cannella, sale e un poco di timo. Si passerà tutto il composto allo staccio collocandovi dentro il pollo già allessato. Si servirà a freddo aggiungendovi capperi e code di gamberi.

SALSA AL LIMONE IMPROVVISATA.

Prendasi il sugo di due limoni, un cucchiaio d'olio d'oliva ed uno di zucchero pilé finissimo e si stemperi per bene e la salsa è improvvisata. Qualora la si volesse fare cuocere, per averla calda, allora si deve far stemperare nell' olio un' alice al fuoco mite.

SALSA DI MARASCHE COLLE UOVA INDURITE.

Prendete mezzo chilo di belle marasche, mondatele per bene, toglietevi l'osso (*gandollino*) e fatele bollire con vino, zucchero pilé finissimo e cannella, aggiungendovi, dopo giuleppate e passate per setaccio nel rimetterle al fuoco per condensarle, un poco d'aceto.

Questa salsa è eccellente anche per il servizio delle uova dure.

SALSA MAYONNAISE.

Si sbatteranno per bene due tuorli d'uova, versandovi a goccie, e mescolando sempre, un cucchiaio d'olio fino d'uliva. Al momento di servire la salsa vi si unirà qualche stilla di sugo di limone, sale, pepe, oppure sostituire il limone con aceto, mescolando sempre affinchè non riesca nè troppo agra, nè troppo liquida. Avvertesi che le uova si devono aumentare in ragione della salsa che si vuole ottenere. Qualora questa non avesse a riuscire omogenea, cioè in giusta densità, è necessario ricominciarla in altro recipiente, oppure mettere il recipiente della prima su ghiaccio pesto con sale, sbattendo ancora per ottenere la miscela. Molti adoperano un tuorlo d'uovo fresco e l'altro cotto duro, per avere in poco tempo densa la salsa. Questa, posta in un recipiente ben chiuso e in luogo fresco, si conserva qualche giorno.

SALSA MAYONNESE PICCANTE.

Si legheranno due tuorli d'uova con sugo di limone e sale aggiungendovi poi molto olio poco per volta ed agitando sempre. La salsa non tarderà a legarsi ed allora di tanto in tanto vi si porrà dell'aceto aromatico o aceto naturale. Questa salsa può servire per i pesci, per i volatili e per gli erbaggi lessati.

SALSA OLANDESE.

Si porranno in una casseruola due etti di burro, un cucchiaio di farina, due tuorli d'uova, sale, pepe ed un poco di noce moscata. Si faccia assimilare il tutto assieme e vi

si aggiunga poi un pochino d'acqua e il succo di un limone, ponendo quindi a bagno-maria. Si mescoli continuamente e si faccia in modo che abbia a condensare per bene. Se lo fosse troppo vi si aggiungerà un poco di acqua. Ultimata l'operazione vi si incorporerà un poco di burro, senza però rimetterla al fuoco. Le salse così completate rimangono alquanto delicate.

SALSA DI PEPERONI.

Si prenderà un peperone rosso ed uno verde e si taglieranno per bene; quindi si taglierà un cavolo duro e con questo due cucchiai di senape, uno di pepe, uno di chiodi di garofano, e per ultimo i peperoni triturati con un poco di sale. Si mescolerà il tutto per bene e lo si porrà in un vaso, coprendo il composto suddetto con aceto freddo e lasciandovelo per tutta una notte prima di usarlo. Questa salsa però non può durare che due o tre giorni, ma meglio è consumarla appena fatta.

SALSA DI PINOCCHI.

Si pesterà nel mortaio un etto di pinocchi, spruzzandoli d'acqua affinchè non facciano olio, e posti dopo in una terrina vi si aggiungerà mezz'etto di zucchero, una presa di cannella e un mezzo quinto di panna, incorporando il tutto per bene e facendolo passare allo staccio. Qualora la si desiderasse piccante non si ha che prendere un etto di pinocchi con una mollica di pane inzuppata nell'aceto e spremuta, un tuorlo d'uovo cotto e due acciughe pestando il tutto diligentemente. La si passerà poi allo staccio e vi si incorporerà olio, sale e pepe. La prima salsa serve per condire le uova affogate, polli a lesso, arrosti, ecc.; la seconda invece serve per verdure.

SALSA POMIDORO PER PASTA. PIATTI IN UMIDO E FRITTATE.

Facciasi anzitutto friggere in una casseruola un sedano, una carota a fette, del prezzemolo trito, una foglia di lauro e grammi 70 di burro. Vi si aggiungerà poi un chilogramma circa di pomidoro tagliuzzati finamente e si con-

diranno con sale e pepe. Si lascerà bollire la salsa sino a che sia densa, e quindi la si passerà allo staccio allungandola con brodo eccellente.

SALSA DI POMI D'ORO PER MINESTRA.

Si faccia anzitutto prendere il color d'oro ad una cipolletta in venti grammi di burro fresco aggiungendovi un poco di farina. Vi si pongano poi dodici pomi d'oro sceltissimi tagliati in croce e si facciano cuocere sino a che siansi completamente disfatti. Si passino allo staccio, si rimettano sul fuoco aggiungendovi brodo o sugo, ed una volta raggiunta la condensazione servirete questa salsa per la minestra unita al brodo di magro.

SALSA SPAGNUOLA.

Si porrà in una casseruola un etto di burro, e liquefatto vi si aggiungeranno cinque cucchiai da tavola di farina, mescolando per bene, fino ad ottenere un colore chiaroscuro. Se necessita versarvi brodo, si darà un colore più carico al rosso, che si lascierà prima alquanto raffreddare, poscia si rifarà il succo quasi bollente stemperando il rosso come si usa comunemente. La precauzione ora indicata, di lasciare cioè alquanto raffreddare il rosso e di avere il succo quasi bollente non è indifferente, poichè con tale mezzo, la salsa riuscirà meglio stemperata e non farà grumi, il che avverrebbe di certo se si versasse immediatamente il sugo freddo sul rosso, tuttavia caldo. La salsa deve essere chiara bastantemente affinchè si possa togliere il grasso con facilità. Si collocherà la casseruola sull'angolo del fornello per circa un'ora, quindi vi si leverà la schiuma e il grasso. Chiarificata per bene la si porrà sopra fuoco ardente per restringerla, e con cucchiaio di legno si attingerà la salsa lasciandola cadere in modo che abbia a toccare il fondo della casseruola senza attaccarvisi o sorpassare gli orli del recipiente, continuando così fino a che sia giunta alla riduzione conveniente di salsa solida, ma non troppo densa. Dopo di che la si passerà per stamigna sino a che siasi freddata per metà, ponendovi poi sopra qualche pezzetto di burro, per impedire così che si formi una pellicola sulla salsa una volta completamente raffreddata.

SALSA DI SENAPE.

Si metterà mezz'etto di senape in un vaso di terra con un poco di sale e bagnata con mezzo quinto di vino bianco, immergendovi poi un ferro rovente sciogliendo collo stesso la senape col vino. Si turerà per bene il vaso e lo si porrà nella credenza per servirsene alla bisogna.

SALSA SOUBISE.

Pelate e tagliuzzate tre grosse cipolle, ponendole in casseruola con mezz'etto di burro e lasciandole cuocere lentamente per tre quarti d'ora circa. Colorite che siano le cipolle e ridotte allo stato tenero, vi si aggiungerà un poco di farina, mescolando e passando poi per staccio, aggiungendo un quinto di brodo ed uno di crema, rimescolando il tutto fino a che bolla. Vi si aggiunga per ultimo un poco di sale, pepe e noce moscata e si serva prontamente.

SALSA VELLUTATA.

Si preparerà in una casseruola due etti di burro fresco, e liquefatto che sia vi si aggiungeranno quattro o cinque cucchiai da tavola di farina, mescolando assieme sopra una fiamma lenta. Vi si aggiungerà poi una cipolletta affettata minutamente onde impedire che il miscuglio sopra indicato diventi bruno, poichè più è bianco più è bello. Vi si verserà poi sopra del brodo, aggiungendovi un mazzetto di erbe aromatiche cioè: prezzemolo, timo e lauro legati con filo, una cipolletta ed un poco di noce moscata grattugiata. Se vi hanno ritagli di vitello o resti di volatile, si possono adoperare con vantaggio, facendoli trasudare senza che si attacchino al recipiente, versandovi sopra il brodo ed aggiungendovi carote, cipolle, il mazzetto d'erbe, e approntata così la salsa vellutata con questo brodo assimilato al *consommé* si lascierà cuocere per quindici minuti all'angolo del fornello, e, per finirla, la si passerà per lo staccio senza punto comprimerla, tenendo lo stesso processo in ultimo della salsa spagnuola. Questa è eccellente per tutti quegli antipasti che diconsi in bianco.

SALSA PER VERDURE.

Mettasi a fuoco in una casseruola un poco di burro, di olio d'oliva, di vitello e di prosciutto, un paio di chiovi di garofano e quindi lo si bagni con buon brodo in proporzione, lasciando cuocere il tutto per qualche minuto. Si passi tale sostanza allo staccio legandola con uno o due tuorli d'uova a seconda della quantità che si vuol farne. Eccellente servendola calda. Questa salsa può essere versata sugli spinaci, sui cardi, sui porri, ecc.

Un'altra eccellente salsa per verdure la si ottiene col seguente processo: Facciasi tostare in una casseruola un poco di burro, prosciutto, poche cipolle e carote tagliuzzate finamente con un poco di prezzemolo, uno spicchio d'aglio schiacciato e qualche foglia di basilico, quindi si bagnino tutte le sostanze con un bicchiere di vino estero (bordeaux, ecc.) facendo confinare a fuoco forte, aggiungendovi poi una o due fettine di vitello, un peperone tolto dall'aceto e tritato. Si torni a lasciar confinare questa salsa per un poco, indi sgrassata e passata per lo staccio la si servirà sopra quelle verdure che più piacciono, ad esempio sulle barbe di becco, spinaci, cardi, ecc.

Un'altra salsa ottima per verdura è la seguente: Si ponga in una casseruola un pezzo di burro, due cipollette, una carota ed un pezzetto di cannella, e si lasci confinare il tutto per alcun poco unendovi un piccolo cucchiaio di farina. Vi si porrà poi circa un quinto di latte, e si farà bollire la massa per mezz'ora circa, mescolando sempre. Si faccia passare questa sostanza per lo staccio e si serva sopra qualunque verdura.

In questa salsa si possono ben anche confinare i maccheroni che devono servire per i pasticci caldi.

SALVIA (*Salvia officinalis - Sauge*).

La salvia si moltiplica per mezzo di seminagioni o facendo delle talee nei mesi di aprile e maggio in luoghi ombrosi ed umidi. Le sue foglie possiedono un aroma particolare e gradevole, ed è perciò che la si utilizza grandemente in moltissime vivande. La salvia cruda mescolata

con cipolla in insalata eccita l'appetito, massime posta sopra le alici. Gli uccelli ed i pesci si devono rivestire di salvia. Polverizzata e stemperata con aceto, mista a zucchero in polvere ed aglio, offre una salsa gradevole. I ceci prendono sapore della salvia, e le frittelle fatte colla farina di castagne sono ottime.

Si può ottenere un ottimo marinato per il pesce colla salvia unendola nella cottura, ad aceto, olio, zafferano ed un poco di zucchero. La salvia, ad eccezione dei lessi, s'addice in tutte le vivande.

La specie *sclarea* la si deve adoperare per dare il sapore moscato agresto ai gelati e ad alcuni vini.

SAMBUCO (*Sambucus nigra - Sureau*).

I frutti di questa pianta, a bacche verdi in principio, poi nere a maturanza, si possono preparare con zucchero e droghe. I fiori si possono far friggere somministrando essi un odore soavissimo, chiamati anche *panigada*. Possono servire al cuciniere per aromatizzare leccornie, oppure per dare al vino un sapore di moscatello, particolarmente al bianco ed all'aceto.

SANTOREGGIA (*Satureja hortensis - Sarriette*).

La santoreggia, chiamata ben anche « Erba acciuga » cresce in tutti gli orti con somma facilità ed offre per al cucina un aroma veramente particolare. È appunto per il condimento delle lenticchie e delle fave che la si adopera somministrando loro un aroma squisitissimo.

SAUER-KRAUT o CAVOLI SALATI (*Crauti - Choucrout*).

I crauti si apparecchiano con qualunque specie di cavoli cappucci, ma si devono però preferire quelli bianchi. Il processo è il seguente: dopo aver tagliuzzato in sottilissime strisce tutti i cavoli che si vogliono adoperare, si porrà nel fondo di un gran vaso di terra o di un piccolo barile aperto da una parte, uno strato di sale, poi uno di cappucci di quindici centimetri di spessore, comprimendo mediante pestello di legno, fino a che si riducono quasi a

metà altezza. Dopo si spalmerà un secondo strato di sale, quindi un altro di cappucci, comprimendoli come sopra abbiamo indicato, e così continuando sino a che il vaso o barile sia colmo a qualche centimetro dall'orlo, avendo però cura di mescolare ad ogni strato di cappuccio un poco di pepe in grani, semi di cardi, oppure ginepro. Si ricordi che l'ultimo strato dev'essere solamente di sale, collocandovi sopra alcune foglie fresche intere, quindi il coperchio del barile (od un'assicella rotonda, se in vaso di terra) e sopra alcune grosse pietre affinchè abbiano ad impedire ai cappucci di sollevarsi durante la fermentazione. Allorquando questa principia, si forma un'acqua verdastra e fetida che sornuota, e che necessita gettar via ogni quattro o cinque giorni nei primi momenti, sostituendola poi con una quantità di salamoja, in modo che i cappucci ne sieno sempre coperti per qualche centimetro. È necessario che i cappucci abbiano ad essere conservati in luogo dove non penetri il gelo, e si usino per cibo dopo due mesi circa.

Ricordiamo che il barile non lo si deve mai lasciare scoperto allorchè se ne estrae una data quantità per adoperarla ponendovi ben anco i soliti pesi. Tolti dal barile si devono lavare successivamente nell'acqua fresca a più riprese, poi passarli in acqua bollente, per toglier loro la salagione. Il modo di cucinatura è di condirli con grasso d'arrosto o con lardo, salsiccie, ecc., umettandoli con brodo o acqua calda. Si faranno cuocere a fuoco lento per sei ore circa.

I cappucci salati sono un alimento sano e gradevole.

SCHIAREA (*Salvia sclarea sauge*).

È pianta dimenticata. La si adopera in cucina per dar profumo all'aceto. I confetturieri invece l'adoperano per profumare gelati e confetti.

SCALOPPI D'ASPARAGI.

Si farà bollire un mazzo di asparagi in acqua salata per circa quindici o venti minuti, quindi si porranno in casse-

ruola. Si faranno cuocere sei uova sode e si triturerano ponendovene un poco sopra uno strato d'asparagi e così continuando sino a che si lascierà per ultimo un piano di asparagi. Si porrà in una padella un etto di burro facendo liquefare per bene aggiungendovi poi due cucchiai di farina e mezzo litro di latte, mescolando per bene fino a che si alzi il bollore, non senza aggiungere sale e pepe. Questa salsa la si verserà lentamente sugli asparagi, assieme a dell' ottimo formaggio trito e a molti pezzettini di pane. Si farà cuocere il tutto per mezz' ora, e si servirà poscia in tavola caldissimo.

SCALOPPINE DI CAVOLI.

Si faccia bollire per venti minuti un mezzo cavolo, salandolo a piacimento. Lo si faccia colare su di uno staccio. Frattanto si metterà in una padella mezz' etto di burro, e liquefatto che sia vi si aggiungeranno due cucchiai di farina e mezzo litro di latte, rimestolando il tutto per bene finchè bolle. Si prepareranno anche quattro uova sode triturate e si aggiungeranno al burro e alla farina assieme ad un poco di sale e pepe. Si metterà poi il cavolo in una padella, versandovi sopra la salsa ed aspergendolo con pane grattugiato. Si faccia quindi cuocere al forno a fuoco vivo per quindici minuti, oppure con fuoco sotto e sopra.

Si possono anche aspergere i cavoli con cacio parmigiano grattugiato o con altro cacio.

SCARPAZZA o TORTA DI SPINACI.

Si farà cuocere un chilo di spinaci nel modo solito, e dopo una buona colatura si spremeranno e si triturerano minutamente unendoli in casseruola a del burro fritto, drogheria e sale, fino a che abbiano asciugata tutta la parte liquida. Ciò fatto si leverà la casseruola dal fuoco e vi si aggiungerà del pane grattugiato infuso nella panna o nel latte, due uovi, buon formaggio con altra panna a proporzione, quindi si spalmerà una tortiera con burro fresco spolverizzandola con pane grattugiato ed entro vi si porrà

la pasta surriferita che si avrà cura di farla cuocere al forno od allesso aggiungendovi anche, se lo si crede, uva di Spagna, pinocchi, cedrato a pezzetti e mostaccino pesto. È questa la scarpazza tanto prediletta dalle signore. Collo stesso processo si possono fare scarpazze coi cardi, colle coste, e con qualunque altra verdura.

SCALOGNO (*Allium ascalonicum - Ail*).

È una specie d'aglio il quale produce un ammasso di piccoli bulbi ovali riuniti in un involucro comune. È preferibile l'aglio scologno per il suo odore meno penetrante dell'aglio ordinario.

SCORZONERA (*Scorzonera hyspanica - Scorzonèra, salsifis*).

La scorzonera si semina in marzo in terreno profondamente lavorato e ben concimato. I teneri getti si consumano nell'autunno, e nell'inverno le radici. Per ottenere radici più sviluppate è necessario lasciarle nel terreno un altro anno, e cioè nel loro massimo sviluppo. Essendo le radici della scorzonera di colore nerastro, così si devono raschiare prima di adoperarle, ponendole mano mano nell'acqua fresca affinchè non abbiano ad annerire. Si fanno in seguito bollire nell'acqua per poi mangiarle in insalata oppure allestirle col burro ad uso della Barba di becco bianca. Le qualità più apprezzate sono: la *bianca* e quella d'*Islanda* a radici colossali e squisitissima.

SCORZONERA FRITTA.

Si raschieranno e si faranno bollire dodici piante di scorzonera e cotte che siano si scoleranno aspergendole poi con sale, pepe, zucchero e farina. Si porranno due cucchiai di grasso d'arrosto in una padella, e cotto che sia vi si porranno le scorzonere. Si volteranno con cura affinchè abbiano ad assumere un bel colore bruno da tutte le parti e si serviranno con prosciutto cotto nel forno o bollito.

SCORZONERA IN INSALATA.

Pulita e bollita la scorzonera in moltissima acqua, affinchè perda l'amaro, si leverà il frutto centrale, e tagliatala a pezzi la si condirà con olio, aceto, sale, pepe e zucchero. Questa insalata la si deve preparare due o tre ore prima del pranzo, e al momento soltanto di metterla in tavola si lascierà sgocciolare tutto il liquido che sarà rimasto al fondo, aggiungendovi invece olio d'oliva finissimo. Mischiata bene si serve.

SEDANO (*Apium graveolens - Cèleri*).

Il sedano si semina in marzo in terreno ben lavorato ed esposto, e nell'aprile si trasportano a dimora in filari distanti venti centimetri fra loro. Sviluppato si avrà cura di riunire le foglie con un legaccio rincalzando le piante oltre la metà della loro altezza per imbianchirle. Otto giorni dopo i sedani sono atti alla cucinazione, e si adoperano in tutti i modi, incominciando dallo stato verde fino alla semente.

Le varietà più utili per la tavola sono: *quello bianco pieno;* quello d'*America;* di *Edimburgo,* a *coste violette* ed il *bianco corto precoce,* il *pieno bianco* ed il *White Plume Pascal.* Quest'ultimo è di un sapore tanto delicato e così perfetto da interessare qualunque buongustaio od amatore dei sedani crudi in insalata. È questa la varietà che devesi provvedere per antipasto tanto è tenera, bianca e saporitissima. Vi è poi quella d'*Edimburgo,* a coste rosse; quello *pieno* da tagliarsi; quello *pieno bianco* d'America, a coste larghissime, ed a *coste violette.* Anche il bianco corto precoce è buonissimo.

SEDANO FRITTO.

Si leveranno le foglie verdi a diverse piante di sedano e si tagliuzzerà il gambo in diversi pezzi lunghi alcuni centimetri. Dopo averli puliti si metteranno in acqua bollente per quindici minuti, quindi si asciugheranno con pannolino. Si sbatterà un uovo e vi si aggiungerà un cucchiaio di brodo o acqua calda, un poco di sale e di pepe

ed entro vi si immergerà il sedano, rivolgendolo poi dopo nel pane grattugiato e facendolo friggere nel burro od anche nel grasso. Il sedano cucinato in questo modo serve benissimo come condimento al pollame ed alla selvaggina.

SEDANO FALSITO ALLA MARSIGLIESE.

Si prenderà una dozzina di piante di sedano e tolte loro le foglie verdi si puliranno e si taglieranno a pezzetti facendoli poi imbianchire nell'acqua salata e colati per bene. Frattanto si avrà cura di fare un composto di tettina cotta, grassa, un poco di cipolla con fegato di polli o di vitello o cervella e prezzemolo, sostanze tutte tritate colla mezzaluna e coll'aggiunta in seguito di un uovo e formaggio trito. Con questo, divise le foglie e tolto il germoglio di mezzo, si empiranno le piante facendo tanti rotoli col sumentovato composto affinchè sia più facile l'adattarvi attorno le foglie che si legheranno con filo alla loro estremità. Poi, rosolato per bene il burro in una tortiera vi si collocherà il sedano infarinato dapprima facendogli prendere il color d'oro all'ingiro e volgendolo e rivolgendolo più volte affinchè termini la sua cottura, non senza aggiungervi del brodo sgrassato o dell'ottimo sugo.

Ultimata la cottura si serve nel brodo caldo.

SEDANI FRITTI ALLA MILANESE.

Si prenderanno dodici piante di sedano belle e si taglieranno alla stessa lunghezza per poi farle imbianchire per circa mezz'ora con sale. Frattanto si preparerà una salsa bianca-rosso aggiungendovi ottimo brodo ed in essa vi si verseranno i sedani. Si farà cuocere, sgocciolare e quindi si copriranno i sedani di pasta fatta con fior di farina e si porranno a friggere a fuoco vivo. Si servono caldi.

SEDANI LESSATI ALLA FRANCESE.

Lavati e tagliuzzati nel modo solito alcuni sedani, si faranno cuocere in acqua bollente salata per circa venti minuti. Dopo di che si asciugheranno o si metteranno a

scolare nello staccio. Quindi in una padella si porrà mezz' etto di burro, mescolandolo ad un pizzico di farina, unendovi poi un poco di brodo buono mescolando sempre finchè bolle. Vi si aggiungerà poi un pizzico di sale, del pepe, un poco di succo di cipolla ed il sedano. Si coprirà la padella, si farà bollire il tutto a fuoco moderato per dieci minuti. Si metterà in tavola ben caldo.

SEDANI IN MINESTRA.

Si facciano imbianchire sei gambe di sedani i più belli che si possano trovare. Dopo il solito sgocciolamento si porranno a cuocere nel consommé, unitamente ad un dato numero di cipolle e carote che poi si ritireranno. Si sgocciolerano in seguito i sedani e si tagliuzzeranno a quadretti versandoli col consommé bollente in una zuppiera in cui si saranno disposti i soliti crostini cotti al burro ed un poco di cerfoglio.

SEDANO AL POMIDORO.

Levate le parti verdi a sei sedani e puliti i rispettivi gambi, si laveranno nell'acqua fredda, si getteranno in una pentola d'acqua bollente, con un poco di sale, e lasciando continuare l'ebollizione per circa venti minuti. Asciugati e posti su di un piatto colle radici tutte volte da una parte, vi si verserà sopra mezzo litro di salsa di pomidoro, quindi si servirà prontamente.

SEDANO RAPA.

È una varietà dell'altro sedano, ad eccezione che ha rigonfia la radice come rapa la quale è molto commestibile. La semina, la coltura e la cucinazione è identica alla varietà comune. Non s'imbianca, ma si mangia la radice cruda in insalata oppure cotta in frittura. Il sedano rapa d'Erfurt, precocissimo, è la qualità superlativa.

SEDANI AL SUGO.

Si prepareranno dei gambi di sedani togliendo loro le prime foglie perchè più dure, e si taglieranno tutti di eguale lunghezza, spaccandoli in quattro e mettendoli a cuocere

nell'acqua sino a che sieno teneri al tatto. Frattanto che si porranno a sgocciolare in uno staccio, si metterà mezz'etto di burro in una casseruola con un pizzico di farina e quando questa sarà rosolata, si uniranno i sedani, bagnandoli poi con brodo, sale e pepe grosso. Cotti che siano si disporranno asciutti sopra un tondo e si legherà la salsa con sugo di stufato o simile, versandola poi sopra i sedani. Si servono prontamente.

SEDANI TRIPPATI.

Si prenderanno le coste di sedano in quella quantità che si reputa necessaria, e le più bianche e tenere si taglieranno a pezzi e si faranno scottare; quindi si faranno friggere in unione ad una cipolla e burro, già antecedentemente cotti in casseruola, avendo la precauzione di bagnarli con brodo. Prima di servirli in tavola vi si aggiungerà mezz'etto di burro con formaggio grattugiato ed un poco di cannella. Si possono ben anche, dopo cotti nel soffritto, servire con una salsa piccante oppure spremendovi sopra un poco di limone.

SENAPE (*Sinapis - Sénevé, moutarde*).

La senape nera (*sinapis nigra*) ha semi piccoli, ma è la più saporita e la più usata. Polverizzati tali semi servono a preparare coll'acqua, coll'aceto, collo zucchero, col brodo, col mosto, o misti con altre droghe la famosa *salsa di senape,* detta anche *mostarda,* tanto in uso in tutte le tavole. I giovani getti della senape si possono fare in insalata. (Veggasi salsa di senape).

SOFFRITTO D'AGLIO.

Si mette alquanto olio con aglio trinciato sottilmente al fuoco; si fa bollire leggermente, finchè l'aglio non prenda un poco il color d'oro, in guisa però che non bruci. Di poi si aggiunge conserva di pomidoro disfatta con acqua e pepe.

Questo soffritto si adopera moltissimo per salse da magro e specialmente per il pesce.

Si può aggiungere, secondo il gusto, un poco di salvia o rosmarino.

SOFFRITTO DI CIPOLLE.

Si mette alquanta cipolla trinciata ben fina in una casseruola con burro ed erba odorose, come sedano, prezzemolo, carote, pepe, ecc. Si bagna con acqua e brodo e vi si aggiungano droghe in polvere e spezie, come cannella, garofani, noce moscada, ecc., a piacere. Quando la cipolla è cotta, si fa prosciugare tutto l'umido e si fa prendere un poco di colore in modo però che non bruci. Questo soffritto è ottimo per tutte le salse.

Se deve servire per salsa colorata, allora si aggiunga un poco di sugo di pomidoro.

Se per una salsa legata, un pizzico di farina.

Si può ancora unire alla cipolla qualche scalogno secondo il gusto.

Se la salsa a cui serve deve essere molto saporita, si unisce alla cipolla una fetta di prosciutto, che si toglie però al momento di servire il soffritto.

SORTÙ DI RISO

con piselli freschi, fave fresche o zucchettine.

Si faranno cuocere i piselli, le fave, o le zucchettine in una casseruola, con burro, erbe odorose e cipolla. Allorquando sono cotti vi si porrà un poco di burro e sugo, e quando bolle il riso, del brodo a poco alla volta fino a che sia giunto ad una perfetta cottura senza conservare il liquido. Si condisce il riso con nuovo sugo, formaggio trito, cannella polverizzata, versando il tutto nella zuppiera e servendo prontamente.

SPINACE (*Spinacia oleracea - Epinard*).

Si semina da marzo a maggio per averlo nell'aprile al giugno, in terreno grasso e lavorato e tenuto sempre fresco con inaffiature. Si ripigliano le semine dall'agosto al settembre e si avranno così spinaci dal verno sino a primavera. Lo spinace somministra un cibo sano ed adatto alla pluralità dei gusti, sia che lo si confezioni solo, sia

colle carni. I cuochi scelgano sempre per la loro cucina gli spinaci a foglie grandi e grosse.

Le varietà sono: il *comune;* quello a *foglie di lattuga;* il *mostruoso a foglie grandissime compatte;* il *pigro* a far semente, varietà questa pregevole, perchè anche nei mesi caldi non è facile andare in semente.

Lo *spinacio chinese* offre colle sue foglie un piatto saporitissimo, e si cucinano come tutti gli altri spinaci. Anche lo *spinacio della Nuova Zelanda* detto anche *Tetragonia* lo si cucina nel modo stesso.

Lo spinacio lo si può cucinare tanto asciutto che nell'acqua, e lo si può adoperare anche in minestra, in frittura e marinato. Le torte ed i *purée* di spinaci sono eccellenti. Si adoperano anche per maritare frittate e lumache.

SPINACI AL BURRO.

Si prenderà un chilo di spinaci facendoli imbianchire dapprima e poscia triturare. Si porranno in casseruola con burro fresco (in proporzione alla quantità degli spinaci che si cucinano), aggiungendovi sale e pepe. Si farà poi un miscuglio, aggiungendovi farina (due o tre cucchiai) e poi mezzo quinto od un quinto di latte, sempre a seconda del bisogno, e si abbia cura di rimestare ancora. Anche questi spinaci si servono caldissimi con crostini.

SPINACI PER LE DAME.

Si preparerà mondato un chilo di spinaci; gli si leveranno le coste, si imbianchiranno nell'acqua bollente, che è quanto dire lasciarli cuocere per metà, si spremeranno e si tritureranno finamente colla mezzaluna; quindi in una casseruola si farà liquefare un etto e mezzo di burro ed altrettanto di grassa tritata, ponendovi dopo gli spinaci unitamente a del cedrato, drogheria, sale ed un poco di formaggio grattugiato. Manipolati per bene, vi si uniranno sei rossi d'uovo, stendendo questa pasta sopra un tondo e lasciandola raffreddare. La si taglierà a quadretti e imboraggiata la si farà cuocere nel burro cotto. Questi bocconcini prelibati si servono caldi.

SPINACI ALLA NAPOLETANA.

Si prenda un chilo di spinaci, e dopo averli puliti ed imbianchiti in acqua semplice, si tritino colla mezzaluna, e fatto prendere il color d'oro ad una cipolla tagliuzzata nel burro (un etto), vi si uniscano e si lascino confinare per qualche poco, unendovi un cucchiaio di farina con una certa quantità di latte e lasciando cuocere il tutto a fuoco mite, aggiungendovi sale ed un poco di drogheria.

Cotti che sieno e al momento di servirli vi si unirà un pezzetto di burro mischiandolo per bene. Si servono in tavola caldissimi.

SPINACI ALLA VENEZIANA.

Mondato che sia mezzo chilo di spinaci ed imbianchiti nell'acqua bollente, si spremeranno bene e si passeranno sotto la mezzaluna tritandoli più che sia fattibile. Si faranno poi confinare con venticinque grammi di grassa ed altrettanto di burro unendovi un poco di cedrato tagliuzzato finamente, legando il composto con due rossi d'uovo, stendendolo poi sopra un coperchio per lasciarlo raffreddare. Si taglierà poi la pasta a quadretti e, impanatala colla cervella, si farà cuocere al burro bollente. Si servirà caldo.

SPINACI ALL'OLIO.

Si prenderà un chilo di spinaci e si faranno bollire, spremendoli poi in seguito, e tagliuzzandoli in quarti distendendoli sopra pannolino, spolverizzandoli con sale, pepe e noce moscata. Vi si unisca dell'uva passa o sultana, e pinocchi. Frattanto si triturerà del prezzemolo assieme a tre acciughe pulite, e si getterà questo tritume in una casseruola entro la quale si sarà posto un bicchiere d'olio, facendo tostare la massa per poi aggiungervi gli spinaci, mescolando per bene e facendoli cuocere a fuoco lento. Si possono servire da soli ed anche con fette di pane tosto.

Nel modo stesso, meno i pinocchi e l'uva, si possono confezionare le zucche dure e le patate.

SPINACI ALLA PANNA.

Si farà cuocere nell'acqua un chilo di spinaci, quindi si spremeranno per bene e si triturerano colla mezzaluna passandoli poi allo staccio. Si porrà in una casseruola un etto di burro, un pizzico di farina e si lascierà cuocere per alcuni minuti, gettandovi poi gli spinaci condendoli con sale e pepe. Si mescoleranno per cinque minuti bagnandoli dopo con due bicchieri di panna eccellente. Assorbita la panna dagli spinaci vi si incorporerà una noce di burro, e si verserà poi il composto sopra fette di pane fritte con burro.

È nello stesso modo che si può preparare un'eccellente *purée* di piselli, di taccole (piselli mangiatutto), e di cornetti (fagiuolini verdi).

SPINACI AL SUCCO.

Si farà imbianchire un chilo di spinaci nell'acqua salata, quindi si taglieranno e si porranno al fuoco in una casseruola con sale, pepe e noce moscada. Si mescolerà la massa e vi si aggiungerà del burro fresco, mescolando di nuovo e versandovi poi due bicchieri di succo. Si ripeterà la mescolanza facendo ridurre a fuoco lento. Ben caldi gli spinaci si serviranno con crostini.

SPEZIE (*Espèce*).

Abbiamo detto più volte che per la composizione degli intingoli si devono aggiungere le spezie affinchè abbiano ad essere saporiti. C'è il modo di preparare dette spezie ad uso di cucina e noi lo indichiamo. Prendete quindici grammi di chiodi di garofani; mezzo etto di noce moscata; quindici grammi di pepe bianco; mezz'etto cannella della regina; sette grammi foglie di lauro secche; quindici grammi di basilico; e quindici grammi di timo. Pestate per bene tutte queste sostanze poscia passatele allo staccio di seta e si chiuda la parte polverizzata in iscatola ben chiusa affinchè le droghe non abbiano a perdere la loro fragranza. Queste sono le vere spezie che deve tenere in cucina la buona massaia e l'ottimo cuciniere, perchè danno agli intingoli un sapore gustosissimo.

SPIGO (detto anche Lavanda)

(*Lavandula spica, lavande, lavage*).

È una pianta perenne che si coltiva per seme e col dividere i cespi alla primavera e nel mese di marzo, od in autunno nel mese di settembre. È di sapore gratissimo e tramanda un profumo ottimo per la biancheria. Nella cucina non ha importanza ma serve per un olio volatile e per eccellente acqua detta di lavanda.

SPILANTO (*Sphilanthus oleracea*).

È pianta da noi poco usata. Tuttavia le sue foglie raccolte tenere si possono frammischiare all'insalata, somministrando esse un gusto assai piccante e molto gradito.

SPONGIOLA.

È questo un fungo delicatissimo (*Phallus esculentes*) e mangereccio. Allo stato di freschezza hanno poca fragranza, ma quando sono disseccate assumono un aromatico profumo assai delizioso. Si cucinano alla semplice nel modo seguente: si facciano cuocere con burro, sale ed un mestolino di brodo conducendoli alla voluta cottura, e servendole in tavola come guarnizione alle costolette in umido, o fritte alla milanese, o ad altri piatti di carne, come: biftek, ragou, rostbif, ecc. Si possono anche mescolare col risotto, quando però si abbia osservata l'avvertenza, nel cucinare questi funghi alla semplice, di ridurli a piccoli pezzetti.

SPONGIOLE AL TEGAME CON UOVA.

Cucinate le spongiole alla semplice si triturerannno bene; giunte che siano alla cottura voluta, si aggiungerà ancora nel tegame una sufficiente quantità di burro; liquefatto che sia vi si romperanno quel numero di uova che si desidera. Si saleranno a dovere, e quando l'albume sarà rappreso, si serviranno calde nello stesso tegame. Si usano poi bene anco alla *stuffarola* ed allora si devono cucinare nel modo seguente: si porranno le spongiole in apposito tegame con

coperchio, dopo averle lavate e pulite, unendovi un pezzo di burro, sale, qualche goccia di sugo di limone e mezzo bicchiere di vino di Marsala. Si coprirà l'interno del tegame con carta bianca ben unta di burro, in modo che la carta rimanga tutta dentro. Sovrapponendovi il suo coperchio, si avrà cura di far cuocere lentamente per mezz'ora con fuoco sopra e sotto, esplorando e mescolando qualche volta perchè non abbiano ad abbruciare. Ricordiamo che il punto della voluta cottura è quando sia prosciugato tutto il vino. Si servono caldi.

SUGO DI BARBABIETOLE AL MANZO BRASATO.

Si prenderanno tre barbabietole crude e si taglieranno a pezzi ponendole in un recipiente di terra, in luogo caldo, e con poca acqua. Si lascierà che subiscano la naturale fermentazione, il che avviene in sei o sette giorni. Allorquando soprannuota la schiuma è segno che la fermentazione è ultimata, e allora si getteranno le barbabietole e si porrà nel sugo fermentato, che esse hanno lasciato, un bel pezzo di manzo magro, salandolo a discrezione. Lo si farà cuocere quattro ore nella brace. È un piatto molto lungo a prepararsi, ma è altrettanto gustoso.

SUGO DI CIPOLLE CON MANZO.

Si taglieranno a fette quattro grosse cipolle, e si formerà un suolo alto due dita, sul fondo di una casseruola; poi, lardellato un pezzo di manzo, insteccato di chiodi di garofani, e salato a piacimento lo si porrà sullo strato di cipolle, senza acqua nè altro. Si porrà la casseruola su brace di carbone minuta, e la si chiuderà ermeticamente sovrapponendovi sul coperchio qualche peso, lasciando che la cottura si compia per bene in sei o sette ore. In questo caso il sugo della cipolla è ottimo perchè non fu abbrustolita.

SUGO DI POMIDORO.

Si prenderanno dei pomidoro e si taglieranno per metà, mettendoli in una pentola a bollire sino a che siano disfatti. Si passeranno poi per colatoio di latta con forza

mediante mestolo di legno, ed al liquido ottenuto vi si aggiungerà del buon brodo di sostanza, e qualche droga pestata. Si ponga il sugo sul fuoco e lo si faccia condensare alla densità stessa di una farinata. È ottimo per qualunque minestra. In mancanza di sugo si adopera la conserva disfatta con brodo.

Se vuolsi avere più semplice si potrà adoperarlo tale quale esce dal colatoio; ma in tal modo conserva un poco troppo l'acido, ed è mestieri allora farlo concentrare acciocchè perda alquanto di acidità.

TARTUFI AL FORMAGGIO DOLCE.

Si metteranno in disparte due etti di tartufi ben mondati ed affettati col taglieretto. Si farà friggere da sè un etto di burro con un cucchiaio o due di olio d'oliva, gettandovi i tartufi assieme ad un etto di formaggio *battelmatt* tagliuzzato a fettine sottili. Dopo di che si mescolerà per bene il tutto, sopra fuoco discretamente vivo per dieci minuti circa, aggiungendovi sale e pepe a discrezione, servendolo prontamente.

TORTA ALL'ITALIANA.

Si farà cuocere e glassare in buon consumato una zinna di vitello; raffreddata, la si pesterà con un poco di prosciutto fino, unitamente ad una noce di polpa di vitello spoglia dai nervi e dalla grassa, attenendosi per le regole alle seguenti proporzioni: tre ettogrammi di zinna in uno di giambone per sei etti di polpa di vitello. Si pesterà il tutto con un poco di sale, pepe, noce moscata, due tuorli d'uovo, un cucchiaio di sugo e si passerà allo staccio, irrorandolo con vino Madera e con un etto di tartufi neri tagliati a dadolini. Si spalmerà uno stampo liscio e lo si riempirà col composto, ponendolo a bagnomaria, e servendolo dopo averlo fatto ricuocere al forno.

TORTA ALLA MILANESE.

Si triteranno due ettogrammi di mandorle dolci dapprima sboglientate e pelate, quindi si mischieranno in un ettogramma di farina bianca, egual quantità di farina gialla

finissima e due etti di butirro, aggiungendovi un poco di panna e la raschiatura di un limone. Si amalgamerà il tutto con diligenza e si distenderà il composto alto non più di un dito in una tortiera unta di burro, e si farà cuocere a fuoco lento.

TORTA DI CAROTE.

Si può ottenere una buonissima torta col seguente processo: si faranno cuocere in acqua otto o dieci carote con sufficiente sale, quindi si passeranno allo staccio asciugandole perfettamente in una casseruola ed aggiungendo poi della fecola, fior d'arancio confettato, zucchero, due uova (uno per intero e l'altro il solo rosso) ed un etto di burro. Si prenda una forma e vi si versi il composto lasciando cuocere perfettamente. Si serve in tavola collo zabaglione.

TORTA DI CIPOLLE.

Si prenderanno dodici bellissime cipolle grosse e si faranno bollire per un'ora, e dopo averle scolate si taglieranno a fette. Se ne metterà uno strato nel fondo di una tortiera aspergendola di pane grattugiato, poi uno di formaggio con qualche pezzetto di burro, e così si continuerà sino a che la tortiera sarà piena, lasciando per ultimo uno strato di pane grattugiato. Sopra vi si porranno alcuni pezzetti di burro e vi si verserà circa mezzo quinto di crema, spolverizzando poi con sale e pepe e facendo cuocere a fuoco lento sotto e sopra per circa un'ora. Se si può farla cuocere al forno è meglio.

TORTA DI PATATE ALLA PANNA.

Si facciano lessare sei grosse patate, e fredde che siano si sminuzzino finamente, ponendole in una terrina con mezzo litro, o più, di panna, un poco di sale, un pizzico di pepe, noce moscata ed un etto di burro. Si scuoterà il tutto fino a che — mediante fuoco vivo — abbiano ad essere ben calde e si servano prontamente.

TORTA DI ZUCCA.

Si prenderà una bella zucca e la si tagliuzzerà a pezzi mettendola in una casseruola con pochissima acqua, quanto basta per non lasciarla bruciare. Si coprirà e la si farà cuocere a fuoco mite per mezz'ora sino a che la zucca sia tenera e l'acqua evaporata completamente. Si passerà poi la zucca per staccio aggiungendovi, ancor calda, mezz'etto di burro. Freddata che sia la zucca vi si aggiungerà sale a discrezione, mezzo litro di latte, un poco di macis in polvere, qualche chiodo di garofani e zenzero in polvere. Si mescolerà bene il tutto aggiungendovi poco dopo due cucchiai di zucchero e quattr'uova sbattuti, mescolandoli alla massa e lasciandola poi riposare per mezz'ora. Frattanto si spalmerà una tortiera con buona pasta ed entro vi si porrà la sostanza sopra indicata facendo cuocere a fuoco vivo sino a che si sarà rosolata bene. Il disopra della torta dev'essere chiuso da pasta. Se si desidera aggiungervi liquori si scelga il cognac. Questa torta è fatta con mezzo chilo soltanto di zucca. Per maggior quantità si devono aumentare in proporzione tutte le altre sostanze.

TOPINAMBUR (*Helianthus tuberosus*).

Questa pianta vivacissima, detta anche *girasole tuberoso*, (da non confondersi col girasole dei giardini) lo si raccoglie nel novembre tagliando i fusti, e siccome i tuberi sopportano anche i più forti geli, così si estraggono dalla terra di mano in mano che occorre il bisogno. Era maggiormente coltivata prima dell' introduzione della patata, ma ciò è male perchè essa può dare al coltivatore dei prodotti assai rilevanti e alla cucina pure un frutto domestico gustosissimo. I tuberi del *Topinambur* abbondano di fecola, si possono mangiar crudi, conditi con olio e sale ad uso dei ravanelli, ma più generalmente si mangiano cotti, ed il loro gusto si avvicina a quello dei carciofi. Può anche essere destinato alla distillazione dell'alcool e a somministrare una materia tessile atta a far cordoni molto forti.

TORTELLI DI PATATE.

Si prenderà un chilo di purée di patate e lo si porrà in una casseruola assieme a due tuorli d'uova, tre cucchiai di panna ed un etto circa di burro, rimestando il tutto continuamente sul fuoco sino a che le patate si saranno fatte calde e leggiere. Si leveranno poi dal fuoco e vi si aggiungerà — mescolando sempre — il chiaro delle uova sbattuto per bene. Ciò fatto si porranno con cura le patate in una padella spalmata di burro, e si farà cuocere vivamente finchè diverranno rosolati. Se si può al forno, meglio, altrimenti con fuoco sopra e sotto.

TORTELLI DI PATATE ALLA ROMANA.

In un bicchiere di latte si avrà cura di stemperare un ettogrammo di fecola di patata assieme ad uno di fior di farina bianca. Vi si aggiunga poi una presa di sale ed un bel pezzetto di burro. Incorporata per bene la massa su fuoco moderato, la si lascierà freddare unendovi poi cinque tuorli d'uovi, ma uno per volta. Fatta così la pasta atta per i tortelli la si farà in tante piccole pallottole, gettandole nell'olio o nello strutto, a piacere.

VALERIANA (*Valeriana olitaria - Valeriane*).

Si semina da agosto a ottobre in buon terreno e si possono utilizzare, per coltivarla, gli spazi fra gli altri ortaggi sotterrandone ben poco il seme. È un'insalata delicatissima, specialmente la qualità *a foglie tonde* ed *a cuore pieno.* Merita di essere coltivata su vasta scala perchè offre quasi tutto l'anno delle buone insalate.

VERZE ALLA CAPPUCCINA.

Si devono far cuocere le verze in molt'acqua bollente, prima di condirle, poi si spremeranno e si terranno da parte. Naturalmente che le verze si dovranno tagliuzzare.

Frattanto in una casseruola si faranno friggere tre acciughe diliscate e trite finamente con un poco di olio d'o-

liva, burro e prezzemolo trito. Appena che vedesi aver l'unto preso un bel colore rosolato, vi si uniranno le verze lasciandole cuocere lentamente con sale e pepe.

VERZE IN CONCIA.

Certamente che tanto la nostra massaia, quanto il nostro cuciniere, sanno che le verze amano il lardo, ma trattando noi la cucinatura dei legumi non possiamo dispensarci dal ricordarlo. Si è che le verze amano il lardo e questi ama l'aglio ed il prezzemolo. Quindi facendo cuocere le verze con buon lardo vi si aggiungerà al pesto, anche un poco di aglio e di prezzemolo trito. Nella concia delle verze si può anche mettere delle piccole liste di panzetta di lardo venata.

VERZE FARCITE (RIPIENE).

Facciasi bollire in una pentola dell'acqua salata, ed al momento dell'ebollizione vi si metta una verza già mondata e bianca, levandola però appena che si avrà raggiunta la mezza cottura.

Su di un panno bianco si distenderanno e si allargheranno le foglie avendo la precauzione di non romperle, e togliendo loro il così detto *scirolo* di mezzo si mettano a colare sopra una tavola. Frattanto si darà mano ad un impasto fatto con carne cotta di manzo o pollo, qualche triffola, pignoli triti con uva passa, poco sale, uno o due uovi per unirlo. Fatto che sia detto ripieno lo si porrà nel mezzo di ciascuna foglia coprendo l'impasto colle foglie stesse e legandole poscia con un filo affinchè non abbiano a sciogliersi. La forma di queste polpettine può essere a piacere.

Si porrà poi in una casseruola un poco di burro (30 grammi circa) e tosto che avrà rosolato si porranno le verze ripiene, previa dapprima una buona infarinata, aggiungendovi un poco di brodo per terminare la cottura.

Si servono così, oppure anche con zabaglione caldo.

Se vogliosi fare le verze farcite di magro, non si ha che

sostituire del pesce cotto disfatto alla carne, unendovi rane, code di gamberi, rossi d'uovi duri cogli altri ingredienti, ed invece del brodo vi si porrà quello di pesce.

VERMICELLI AI PISELLI.

Si prenda del buon consommé ed entro vi si pongano: due carote, due navoni, due patate e sedani. Si faccia cuocere per cinque ore, dopo di che si schiarisca e si faccia passare detta sostanza per una salvietta. Ciò fatto vi si uniranno i vermicelli imbianchiti e sgocciolati assieme ad una data quantità di piselli già preventivamente cotti nel burro.

VERZATA.

La verzata può essere ammanita in tavola tanto nei giorni di grasso che di magro, e per quanto semplice essa sia nella cucinazione tuttavia è necessario prestarle la massima attenzione se vuolsi riesca per bene. Anche nella verzata si distingue un bravo cuciniere. Quindi le verze (cavoli) che si devono adoperare per tale bisogna si puliranno prima dalle foglie inutili e vi si taglieranno le parti grosse, poi si laveranno in più acque e si porranno in una casseruola unitamente a due o tre spicchi d'aglio ben triturati, prezzemolo, un pizzico di erba buona (finocchio) e settantacinque grammi di burro fresco. Si faccia cuocere il tutto a fuoco lento e quando si vedrà che il composto va a prendere un bel colore vi si aggiungerà brodo naturale (se vuolsi fare verzate di grasso) e brodo di pesce (se vuolsi servire in giorno di magro), oppure anche acqua pura debitamente salata, lasciando continuare l'ebollizione sino a cottura completa. Poco prima di levare la casseruola dal fuoco vi si porranno venticinque grammi di formaggio fino grattugiato, si mescolerà per bene la sostanza e mentre si lascierà bollire per un minuto o due si prepareranno arrostite alcune fette di pane che si avrà cura di pestarle e metterle poi nella marmitta versandovi sopra le verze col brodo. Questa verzata la si serve calda, tanto più che essa fa parte dei pranzi invernali.

Ricordiamo che bastano tre verze e due etti di pane.

ZUCCA (*Cucurbita - Courge*).

Le zucche richiedono un'esposizione molto calda ed una terra soffice, ben dissodata ed ingrassata con letame. Si seminano in aprile, e raccolte allo stato di perfetta maturanza si conservano lungamente nello inverno, purchè collocate in un ambiente caldo. Le zucche sono piante economiche e rendono alla cucina, e quindi all'uomo, importanti servigi.

La *Zucca mastodontica*, rossa a tracce verdognole, raggiunge proporzioni colossali ed offre un frutto saporitissimo, ottimo per minestre, per flani, per esser condita, ecc.

La *Zucca grossissima* d'Etamps, la *gialla* grossa di Parigi, la *marina*, quella d'America (miscuglio), di *Spagna* buonissima e colossale, la *grigia* di Boulogne, la *coccuzze* di Napoli sono varietà utili ed apprezzate nella cucina.

La *Zucca bianca* a cespo produce piccole zucchette che si cucinano in istato verde.

Colla zucca si può preparare un gustoso e variato pranzo od almeno un principale coefficente. Si fa cuocere la zucca nel brodo, nell'acqua e nel burro, oppure anche nel latte, rilevandone il sapore con erbuccie, ova, spezie e zuccaro.

Le polpe delle zucche ed i lor fiori si possono cucinare fritte, ripiene, condite, triffolate, in fricassée, in stufato ed anche in polpette.

Si fanno con esse torte, pasticci e perfino salami. Il sugo delle zucche fermentato può fornire un ottimo aceto.

La zucca ha pure la sua parte importante nel *dessert*, poichè confettata con miele ed aromi si ottiene un'ottima mostarda e confetture. Il *dessert* lo si può anche abbellire con piccole zucchettine foggiate ad uso pera, pomi od aranci. Coi semi di zucca si ottengono gustose vivande.

Ciò che è certo si è che la zucca si può chiamare la regina della cucina e delle verdure.

ZUCCA COTTA AL FORNO.

Si prenda una zucca e la si tagli in due e poi in quattro, levandone i semi, ma lasciandovi la corteccia. La si ponga

in una tegghia colla corteccia in giù e la si faccia cuocere a fuoco lento in forno fino a che riuscirà tenera. Cotta che sia, si porrà la zucca sopra un piatto e la si bagnerà con burro liquefatto (mezz'etto) servendola poi in tavola caldissima.

ZUCCHE IN FRITTURA.

Si leverà dapprima la pelle al collo di una zucca gialla, quindi la si tagliuzzerà in diversi pezzi grossi come un dito, e si faranno cuocere lentamente nel latte, aggiungendovi un pizzico di sale. Allora che la zucca avrà imbevuto tutto il latte, si asciugheranno i pezzetti, avvolgendoli nel tuorlo d'uovo sbattuto, quindi nel pane grattugiato, facendoli per ultimo friggere lestamente nel burro. Si serviranno in tavola caldissimi e spolverizzati collo zucchero.

Si faccia attenzione che i pezzetti di zucca non abbiano a disfarsi.

ZUCCHE MARINATE.

Si torrà alle zucche la pellicola verde, quindi si tagliuzzeranno in fili sottili per tutta la lunghezza salandole in seguito ed aspergendole con noce moscata. (Per questa bigna si adopereranno le zucche piccole). Ciò fatto e trascorsi trenta minuti circa si spremeranno in un pannolino affinchè non vi rimanga acqua, quindi si involgeranno nella pastina seguente: si porrà in casseruola un etto di burro fresco e lo si farà sciogliere, aggiungendovi fior di farina e bagnando detta pasta con latte accompagnandolo con sale ed un poco di raschiatura di limone. La si ritirerà poi dal fuoco e vi si incorporerà tre tuorli d'uova e tre chiara alla fiocca facendo sì che la pasta abbia a riescire liquida anzichè no. In essa vi si porranno poi i fili della zucca e si faranno poscia friggere con burro o meglio ancora con olio d'oliva bollente.

Si serviranno in tavola caldissimi e spruzzati di zucchero.

ZUCCHE ALLA PARMIGIANA.

Si pulirà e si tagliuzzerà a quadretti una zucca, facendola poi lessare con sale, indi scolandola. Si prenderà una casseruola, vi si porrà mezz'etto di burro, quindi la zucca con sale e spezie e si farà soffriggere rivolgendo i pezzetti della zucca stessa sotto sopra per farli incorporare. Si porranno poi sopra un piatto e si condiranno con formaggio parmigiano e burro, ponendoli al fornello con fuoco sotto e sopra, e preso che abbiano un bel colore si servono prontamente.

ZUCCHE SECCATE PER TORTE.

Si prenderanno delle zucche e si faranno a fette sottilissime, quindi si spremeranno e si faranno seccare al sole o in un forno a fuoco moderato. Quando se ne deve usare — nell'inverno — si metteranno in acqua per una notte, facendole poi cuocere il giorno dopo nell' acqua stessa fino a che diventeranno tenere. Si adoperano poi nel modo stesso delle zucche fresche.

ZUCCHETTE.

Si seminano anch'esse in aprile, come e nel modo stesso dei meloni. Fra le varietà che offrono interesse per la cucina vi è la *bianca liscia* eccellente e di facile consumo; quella dal *collo torto* che è alquanto precoce; la *zuccherina* del Brasile e delle *Missioni*. Quest'ultima è produttiva alquanto e gustosissima. La si deve preferire nelle preparazioni culinarie. La *nana* di Milano è la migliore per la squisitezza e per la abbondanza dei frutti. La *zucchetta* poi chiamata *gioiello dell'orto*, dalla scorza giallo oro lucente, delicatissima e farinosa è quella che viene preferita in tutte le cucine perchè si può, per la sua piccolezza, consumarla allo stato fresco. Per ottenere un'ottima cucinatura — specialmente se farcita — la si deve scegliere acerba, perchè più tenera. Colle piccole zucchette lessate o cotte alla brage, o colle cime delle piante bollite nell'acqua si ammanisce dell' ottima insalata che si condisce coll'olio degli stessi semi della zucca.

ZUCCHETTE IN AGRO DOLCE.

Si prenderà quel numero di zucchette necessario al numero dei commensali e si taglieranno in tanti dadi dopo averle lessate e pulite dalla loro pellicola verde raschiandola colla lama del coltello, quindi si metteranno a friggere in un etto di burro con un pochino di farina. Consumandosi l'umidità si avrà cura di aggiungervi dell'acqua, e alla fine cottura un poco d'aceto, spolverizzando con zucchero. Si serve caldo, ed è un piatto squisitissimo.

ZUCCHETTE FARCITE.

Si prenderanno delle zucchette e si faranno bollire per quindici minuti in acqua salata; indi si vuoteranno internamente.

Si faccia poi il seguente ripieno: prendasi una mollica di pane inzuppata nel latte e la si sprema; aggiungansi due rossi d'uova sode, 60 grammi di formaggio grattugiato, cinque mandorle alle quali avrete tolta la pelle mediante acqua calda, due chiovi di garofano, due rossi d'uova sbattute, sale e spezie; si mischi e si triti il tutto. Facciasi quindi rinvenire nel burro, aggiungendo succo o salsa bionda, sulla quale servirete.

ZUCCHETTE RIPIENE.

Si leverà dapprima la pellicola a sei zucchette e quindi si divideranno per il lungo in due metà facendole bollire in acqua salata per circa quindici minuti. Si leverà poi la sostanza più molle con un cucchiaio, e spremuta bene la si triterà colla mezzaluna. In una casseruola a parte si farà friggere mezz'etto di burro con una piccola cipolla, tagliata in croce, quindi, gettata via la cipolla, vi si metterà la polpa delle zucchette, ed asciutta che sia, vi si aggiungerà, mescolando, un poco di farina, bagnandola con panna o latte. Si farà bollire il tutto per circa trenta minuti, togliendo dal fuoco la casseruola ed incorporandovi una metà di un *mascarpone* (ricotta), una presa di cannella ed una di sale, quattro mandorle amare peste, due biscottini spolverizzati, tre tuorli d'uova, e poi, più tardi, anche

tre chiara sbattute alla fiocca. Si metteranno le zucchette in una tegghia unta di burro, un pizzico di sale, si riempiranno tutte col composto suindicato, spolverizzando ancora con biscottini frantumati, e facendole cuocere al forno.

ZUCCHETTE RIPIENE ALLA MILANESE.

Raschiate le zucchette si fenderanno in due per il lungo, facendole poscia perbollire in acqua pura con sale sino però a mezza cottura. Per fare il pieno (farcirle) si prenderà del midollo con poco aglio e cipollette con prezzemolo tritate assieme minutamente. Ciò fatto si formerà una palpata rossa mettendo del burro a friggere, cipollette trite fino a che abbia preso il color d'oro ponendo il tutto a cuocere, mescolando continuamente, aggiungendovi formaggio grattugiato, un uovo, panna, mostaccino, drogheria e sale. Con questa sostanza perfettamente impastata si empieranno le zucchette facendole cuocere in seguito al testo od al forno.

ZUCCHETTE CON SALSA DI TARTUFI.

Lessate le zucchette a metà, si porranno in casseruola con salsa di tartufi, facendo incorporare per bene. Si servono in tavola con simmetria.

Nello stesso modo si fanno quelle cotte al fornello. Dopo averle lavate, pulite, fatte cuocere a metà e scolate, si passeranno per lo staccio, e si porrà, il composto ottenuto, in casseruola, con un poco di sale, un etto di burro, buon formaggio, cannella in polvere ed un poco di frutto candito. Si farà cuocere, aggiungendovi poi sei uova sbattute, e quando tutto si è bene incorporato e ristretto si porranno su piatto unto di burro; dopo si sbatteranno due uova, e con essi si indorerà e si polverizzerà con pane grattugiato, zucchero e cannella. Si porrà sul fornello con fuoco sopra, ed una volta formata la crosta si servirà in tavola prontamente.

ZUCCHETTE ALLA SALSA BIANCA.

Si acquisteranno le zucchette necessarie per il numero dei commensali e si faranno perbollire, dopo averle pulite,

per metà nell'acqua salata facendo loro dei tagli in traverso che abbiano però ad arrivare o a sorpassare poco più la metà delle zucchette stesse, in modo però che non abbiano a rompersi nel terminare la cottura.

Cotte per tal modo si lascieranno colare sopra un panno, e frattanto si farà dileguare del burro (mezz'etto) in una tortiera in unione ad un poco di farina, alla quale si farà prendere un bel colore d'oro; in seguito vi si collocheranno le zucchette avendo la precauzione di farle rimanere col taglio in alto, salandole ancora un poco e spruzzandole di drogheria. Cotte che siano da una parte si capovolgeranno con diligenza dall'altra ripetendo la stessa aggiunta di sale e di spezie, e terminata che sia la cottura vi si unirà un poco di brodo o sugo e si porranno delicatamente sul piatto, affinchè rimangano sempre intiere, versandovi poi sopra il brodino che trovasi nella tortiera e servendole caldissime.

Se poi invece del brodo si desiderasse versarvi sopra della salsa bianca, le zucchette acquisterebbero pregio maggiore.

ZUPPA ALL'AMERICANA detta anche POT-AU-FEU.

Si prenderanno due carote e si porranno in una casseruola assieme ad un chilo o due di manzo, coprendo e questo e quelle con acqua bollente e facendo cuocere per due ore levandovi naturalmente la schiuma allora che principia a bollire. Dopo di che vi si metterà uno spicco d'aglio tagliuzzato, una cipolla, una foglia di lauro, due sedani pelati e tagliuzzati anch' essi a pezzetti. Si farà bollire ancora un poco aggiungendovi, se piace, mezz'etto di vermicelli. Cotti questi (in pochi minuti) si condirà con sale e pepe, mettendo poi la carne nel mezzo di un piatto e versandovi intorno i legumi. Si serve in tavola caldissima.

ZUPPA DI ASPARAGI.

Si prenderà un mazzo di asparagi e lo si metterà in una casseruola d'acqua salata facendo bollire per circa mezz'ora. Levatili si taglieranno loro le punte e si metteranno in

una zuppiera. Si farà bollire un litro di latte; e gli asparagi rimasti si faranno passare per staccio, mischiandovi poi assieme tre cucchiai di farina ed uno di burro e versando la salsa suddetta nel latte mescolando fino a che si addensa. Dopo di che si aggiungeranno gli asparagi passati per lo staccio e levando dal fuoco tutto il composto vi si metterà un poco di sale e pepe versandolo sulle punte degli asparagi già poste in zuppiera.

ZUPPA ALLA BORGHESE.

Si porrà in una casseruola mezzo chilo di grossi piselli con un etto di lardo bianco, tagliato a piccoli dadi. Si lascierà friggere il tutto per dieci minuti a fuoco vivo, quindi vi si aggiungeranno tre litri di brodo con una cipolla intera un poco brucicchiata sulle brace. Facciasi bollire il tutto fino a che i piselli sieno teneri, e, tolti questi dal brodo, si spremeranno attraverso una stamigna nel brodo stesso in cui furono cotti. In altra casseruola si preparerà un quinto di panna o latte e poco sale, mettendola a fuoco con mezz'etto di burro e, quando il latte o la panna bolle, allora vi si getterà a poco a poco un etto di farina bianca, mescolando fortemente, tanto da formare una pasta un poco densa, che, lasciata freddare, la si allungherà incorporandovi due uova intere. Allorchè sarà giunto il momento di servire la zuppa, si toglierà dal brodo la cipolla, e rimettendo a bollire la zuppa, vi si colerà dentro la pasta attraverso la mestola forata, oppure per mezzo di una schiumarola, premendo su di essa un cucchiaio di legno. Dieci minuti dopo la si servirà caldissima.

ZUPPA DI CAROTE COMPOSTE.

Si facciano friggere per un'ora a fuoco lento, in una casseruola, otto o dieci carote in fette sottili con una cipollina intera, due sedani tagliuzzati, un etto e mezzo di fagiuoli bianchi e freschi, un etto di burro e sale e pepe. Si mescolerà il tutto di tanto in tanto e dopo l'ora surriferita vi si aggiungerà ottimo brodo (un litro e mezzo circa), lasciando continuare la cottura per un'altra ora e

mezza e passando poi il tutto per staccio. Ottenuta così un'eccellente purée, la si allungherà con altri tre litri di brodo, unendovi quindici grammi di zucchero e facendo bollire per un'altra mezz'ora, versandola sulle fette di pane e servendola prontamente.

ZUPPA DI CARCIOFI.

Si prendano tre grossi carciofi e si facciano bollire in acqua bollente per una quarantina di minuti, levandoli poi dal fuoco per tagliuzzarli a pezzi e passarli per staccio, dopo averli naturalmente asciugati. In una pentola si porrà un litro di latte a bollire e vi si uniranno i carciofi, mischiandovi assieme mezz'etto di burro, tre cucchiai di farina e mescolando il tutto fino a che il latte si raddensa. Vi si aggiungerà sale e pepe tornando a far cuocere per dieci minuti e ponendo in tavola la zuppa con pallottoline di carne di pollo galleggianti in essa.

Per tali pallottoline si prenderanno quattro cucchiai di carne di pollo cruda e triturata, aggiungendovi pane grattugiato assieme al chiaro d'un uovo, sale e pepe. Dette pallottoline si metteranno nella pentola d'acqua bollente mano mano che si formeranno. Facciasi bollire per dieci minuti e levatele con schiumarola, si metteranno poi nella zuppa.

ZUPPA DI CASTAGNE E LATTE.

Si leverà il guscio duro alle castagne ordinarie e si metteranno a bollire per un minuto nell' acqua, potendo così toglier loro la pellicola che le riveste.

Si metteranno in una pentola e la si chiuderà esattamente, versandovi tant'acqua che soprannuoti alle castagne, unendovi dell'erba buona (finocchio), legata in un pannolino. Una volta cotte le castagne, e consumata tutta l'acqua, le si bagneranno con un bicchiere di vino, consumato il quale si verseranno in una zuppiera entro la quale vi si sarà disposto un litro di latte freddo o caldo.

ZUPPA DI CAVOLI.

Si faranno imbianchire per circa mezz'ora due cavoli belli, ai quali si sarà tolto tutto il fogliame verdastro. Poscia che si saranno raffreddati, mediante la solita sgocciolatura, si porranno in una casseruola contenente un pezzo di vitello coperto di lardo fresco, due o tre carote, tagliuzzate, ed una cipolla pur essa tritata finamente. Vi si metta del brodo e facciasi bollire per due ore, finchè riscontrato che i cavoli siansi inteneriti si leveranno dal fuoco e si verseranno sul pane tostato o no, a piacere.

ZUPPA DI CILIEGIE.

Tolto il gambo e l'osso ad un chilo di ciliegie fresche si pesteranno nel mortaio e si porranno in casseruola con poca acqua, una bottiglia di vino bianco, tre etti di zucchero in polvere, dodici coriandoli interi, una scorza verde di limone, ed una mollica di pane bianco. Si lascierà cuocere il tutto per mezz'ora, quindi lo si passerà allo staccio, lo si riscalderà ancora senza però farlo bollire e lo si verserà sulle fette di pane già abbrustolite con burro.

ZUPPA DI CIPOLLE.

Prendansi tre grosse cipolle e si pelino, quindi si taglino a fette. Si ponga mezz'etto di burro in una padella e caldo che sia vi si aggiungano le cipolle. Si facciano cuocere e, prossime che siano a rosolare, si levino dal fuoco immediatamente ponendole in un altro recipiente ove già vi si saranno messi due litri di brodo facendo bollire lentamente per mezz'ora e aggiungendovi un poco di sale e pepe.

Si passerà poi tutto il composto per staccio e si servirà caldissimo.

ZUPPA ALLA GIARDINIERA.

Si taglieranno in tanti fili tre carote, tre rape, due piante di sedano e si getteranno a bollire per poco in molt'acqua. Frattanto si farà rosolare nell'olio una cipolla spac-

cata in quattro, quindi, gettata via la cipolla, si unirà all'olio le verdure sopra indicate ben spremute. Fritte che sieno, si bagneranno con sugo d'olio, e si lascierà cuocere lentamente, salandole, qualora trovisi la convenienza. Si servirà in tavola con fette di pane tostate al burro e caldissima.

ZUPPA D'INDIVIA.

Si prendano otto ettogrammi di indivia, e la si privi delle coste, lavandola per bene e facendola cuocere in acqua debitamente salata. Dopo di che la si spremerà e la si triturerà colla mezzaluna. Frattanto si farà friggere mezza cipollina e un pochino di burro, lasciando rosolare la prima e gettandola via raggiunto che abbia il color d'oro. Si condirà col burro suddetto l'indivia mescolandola a fuoco sino a che apparirà ben asciutta. A questo punto vi si spargeranno sopra due cucchiai di farina bianca, un bicchiere di panna ed uno di latte, mescolando il composto perfettamente e lasciando continuare la cottura fino a che sarà sparito il sapore della farina. Si salerà e quindi vi si porrà del formaggio trito, una presa di cannella in polvere, e freddato che sia il composto lo si legherà con tre uova intere, versandolo in una padella unta di burro e polverizzata di pane grattugiato, facendola poi cuocere con fuoco sotto e sopra. Si taglierà questa specie di torta a pezzetti e la si getterà nella zuppiera bagnandola con brodo bollente.

ZUPPA DI LATTUGA.

Questa zuppa è ottima in autunno e la si ottiene aggiungendovi un miscuglio di verdura da rendere il sapore più gradito. Si porrà nel consommé bollente la parte bianca di quattro patate, le foglie gialle di due sedani e quelle di una lattuga trite. Vi si aggiungerà mezzo litro di piselli, due grandi cucchiai di farina stemperata bene nel brodo freddo, e legato il consommé, si farà bollire per un'ora e mezza. Si verserà nella zuppiera guarnita di crostini.

ZUPPA DI LENTI.

Si prenderà mezzo litro di lenti, e si lascieranno in acqua tutta notte, sgocciolandole nel susseguente mattino. Dopo averle lavate di nuovo si porranno in una pentola con due litri di brodo e si faranno sobbollire per un' ora e mezza. Si porrà mezz'etto di burro in una padella facendolo liquefare ed unendovi poi una cipolla tagliuzzata a fette, un poco di prezzemolo trito, timo ed una foglia di lauro. Si faccia friggere questo composto e poi lo si unisca alle lenti facendo cuocere per un'altra mezz'ora. Si farà passare il tutto per uno staccio, e rimettendolo nella pentola si farà bollire con condimento di sale e pepe servendolo a tempo su fette di pane abbrustolite.

ZUPPA DI LENTI ALL'OLIO.

Si faccia stemperare in un poco d'olio d'oliva un'alice e dopo vi si metta una cipolletta tritata minutamente, facendo rosolare. Si aggiungeranno poi le lenti (un quinto di litro) state dapprima in acqua fresca per alcune ore ed asciugate. Dapprima si agiteranno un poco, e poscia si uniranno al sugo per terminare la cottura ponendovi un poco di acqua o brodo (o brodo di rane se si cucina di magro), passando poi per lo staccio. Dopo si faranno tostare delle fette di pane e poste in marmitta si bagneranno.

Inutile dire che la si deve servir calda.

ZUPPA DI ORZO.

Si faccia scottare dell'orzo, circa mezzo chilo, e dopo averlo fatto scolare lo si porrà in mezzo litro d'acqua, assieme ad una cipolla, prezzemolo, e due o tre piccoli ossi di manzo. Facciasi bollire lentamente per due ore, quindi lo si metta in una pentola assieme ad un litro di latte, alla cipolla già cotta e vi si aggiunga sale e pepe. Dopo di che si sbatteranno leggermente due tuorli d'uovo e posti in una zuppiera vi si verserà sopra lentamente la zuppa, mescolando sempre.

ZUPPA ALLA MOSCHETTIERA.

Si metterà in una pentola un chilo di manzo, mezzo litro di piselli ed un litro di acqua e si farà cuocere il tutto a fuoco lento per circa due ore. Dopo di che si leverà la carne e la si metterà in una casseruola spruzzandola bene di sale e pepe e facendola rosolare a fuoco piuttosto vivo. Pronta che sia la si metterà sopra un piatto versandovi intorno il composto che si troverà nella pentola.

ZUPPA DI PALESTINA.

Si raschieranno e si tagliuzzeranno a fette sei grossi topinambour mettendoli subito in acqua fredda. In una casseruola si farà bollire dell'acqua ed entro vi si porranno i topinambour facendoli bollire per un'ora, e poi passandoli per staccio. Si farà scaldare un litro di latte e, mischiati i peri di terra assieme al burro (mezz'etto), la farina (tre cucchiai) si versi il composto suddetto nel latte mescolando continuamente sino a che si raddensi. Si aggiunga un poco di sale e pepe e si metta in tavola con fette di pane tostato.

ZUPPA DI PATATE.

Si farà cuocere nell'acqua circa mezzo chilo di patate, e passati allo staccio si porranno in una casseruola con un etto di burro fresco, un poco di sale ed una tazza di latte (circa due quinti). Si farà bollire il composto al fornello fino a che si sarà formata come una specie di pasta piuttosto dura legata con sei rossi d'uova ed un bel pizzico di formaggio. Levata detta pasta dalla casseruola la si porrà nella siringa, curando di far bollire il brodo e frattanto che si farà uscire la pasta dall' apposito foro, si avrà cura di tagliarla a pezzetti facendoli cuocere per sei o sette minuti. Si porranno quindi tali vermicelli nella marmitta e spolverizzati di buon formaggio si serviranno caldi. Naturalmente che la quantità del burro, del latte, delle patate, delle uova si dovrà aumentare in proporzione del numero delle persone che si devono servire.

ZUPPA DI PATATE ALLA PROVINCIALE.

Si faccia cuocere un chilo di patate, quindi si facciano passare al setaccio dopo averli puliti per bene. Si collochino in una casseruola con un etto di burro fresco, un pizzico di sale e mezzo bicchiere di panna o latte fresco e si faccia bollire il tutto al fornello con fuoco semi lento. Liquefatta che sia la massa perfettamente da formare una specie di polentina, vi si aggiungano sei rossi d'uovi affinchè la pasta abbia a prendere maggiore consistenza. Si formeranno poi tanti pezzetti ad uso piccoli dadi, e gettati nel brodo o sugo bollente, si lascieranno cuocere per cinque minuti. Avendo una siringa sarà meglio ed allora si porrà la pasta nella stessa, e mentre essa esce dal foro della siringa la si tagli a piccoli pezzetti (ad uso tortelli) e la si lasci cadere nel brodo bollente. Si versi la zuppa in marmitta spolverizzandola d'ottimo formaggio di grana e la si serva caldissima.

ZUPPA DI PATATE ALLA ROMANA.

Facciansi bollire quattro grosse patate in un litro d'acqua fredda e giunte a metà cottura, si getterà via l'acqua e si copriranno le patate con mezzo litro d'acqua bollente. Dopo di che vi si unirà: una foglia di lauro, un pezzetto di cipolla, prezzemolo trito ed una pianta di sedano, facendo bollire il tutto a fuoco mite sino a che le patate siano cotte. Si farà poi scaldare in una pentola un litro di latte e vi si aggiungerà mezz'etto di burro e due cucchiai di farina mescolando il composto sino a che siasi per bene condensato. Cotte che siano le patate si faranno passare per staccio aggiungendovi a poco a poco il latte condensato, rimettendo il tutto nella pentola e servendo in tavola quando è ben caldo.

ZUPPA DI PISELLI.

Si sgusceranno due chili di piselli e si metteranno in una pentola, coprendoli d'acqua fredda e facendoli bollire per una ventina di minuti. Si leverà una tazza di piselli e gli

altri si faranno passare per staccio. Si rimetteranno i piselli schiacciati nella pentola aggiungendovi un litro di latte e l'altra tazza di piselli interi tolti dapprima, mescolandovi assieme un etto di burro con due cucchiai di farina, e mescolando sempre fino a che la zuppa siasi fatta densa. Vi si aggiungerà una presa di sale e cannella e si servirà caldissima.

ZUPPA DI PURÉE DI LEGUMI.

Si prenderanno due patate ed una cipolla e si taglieranno a pezzetti. In una padella si porrà mezz' etto di burro e la cipolla e si farà friggere fino che è colorata, unendo il suddetto composto alle patate che si saranno poste in una pentola assieme a due cucchiai di riso, una carota raschiata ed affettata, ed un litro d'acqua. Si faccia cuocere il tutto per un'ora finchè i legumi saranno diventati teneri, passandoli poi per staccio e rimettendoli nella pentola. Si faccia rammollire mezz'etto di fecola di mais con un poco di latte freddo e vi si unisca la purée mettendovi poi due quinti di latte. Si mescoli il composto finchè bolle; si condisca con sale e pepe e si serva in tavola coi soliti pezzetti di pane tostati.

ZUPPA DI RAPE.

Facciasi bollire per un poco delle rape (dieci o dodici, secondo il bisogno) tagliuzzate a filetti. Si facciano colare e si prepari frattanto una cipolletta tritata e tostata in settantacinque grammi di burro fresco unendovi poi le suddette rape per una confinatura a fuoco mitissimo versandovi entro un poco di brodo o sugo di magro (se è cucina di magro). Si faccia tostare del pane a fette nel burro e posto in marmitta vi si vuoteranno sopra le rape assieme a venticinque grammi di buon formaggio grattugiato.

ZUPPA DI SPINACI detta anche alla Modenese.

Prendasi un chilo di spinaci e cotti che siano nel modo solito, si triturino e si gettino in una casseruola in cui

siavi già un etto di burro liquefatto. Si porranno a fuoco rimestandoli per bene, e dopo averli salati a sufficienza, si ritireranno per unirvi due uova intere, un poco di formaggio trito, ed un pochettino di noce moscata. Questa purée la si verserà nel brodo bollente, e toltala poi dal fuoco, la si coprirà con testo caldo affinchè le uova, coagulandosi, abbiano a solidificare la purée in una specie di crosta verde e molle. Si farà tostare il pane nel modo consueto e quindi vi si getterà sopra il composto servendo in tavola caldissimo.

ZUPPA DI ZUCCA.

Si prenderà alquanta zucca bianca, la si pulirà e la si tagliuzzerà formandone tanti piccoli dadi. Si metteranno questi in una casseruola con un etto di burro, e si farà soffriggere a fuoco mite finchè abbiano preso un bel colore d'oro. Si trincierà una cipolla finamente con prezzemolo, basilico, sedano, timo ed un poco d'aglio e si porrà il tutto nella zucca, mescolando bene ed aggiungendo due chiodi di garofani, acqua a sufficienza, burro od olio, oppure l'uno e l'altro uniti. Si lascierà bollire il tutto per lo spazio di un'ora, quindi lo si passerà sopra fettucce di pane arrostite, o fritte nel butirro od anche nell'olio. La si serve caldissima.

R. STABILIMENTO AGRARIO-BOTANICO

Fratelli Ingegnoli

Fondato nel 1817, il più vasto ed antico d'Italia

già della Società per azioni BURDIN MAGGIORE e C. (sede di Milano)

MILANO - Corso Loreto 45 - MILANO

PREMIATI CON MEDAGLIE D'ORO E D'ARGENTO

a tutte le Esposizioni alle quali si sono presentati

ULTIME ONORIFICENZE OTTENUTE:

Esposizioni universali di Anversa 1894 e Lione 1894, MEMBRO DEL GIURY.
Gran Diploma d'Onore di Primo Grado all'Esposizione di Londra 1888
Esposizione di Budapest 1888 — Esposizione di Barcellona 1888
Gran Medaglia d'Argento all'Esposizione di Floricoltura in Milano 1890
Primo Premio all'Esposizione Internazionale di Orticoltura a Buenos-Ayres 1890
Medaglia d'Oro Pavia 1890 — Palermo 1892
Medaglia d'Argento Philippopoli 1892 - Genova 1892 - Chicago 1893 - Milano 1894

SEMENTI DA ORTO.

Cassetta contenente una collezione di sementi d'ortaggi e legumi.

25 Cartocci delle migliori qualità di sementi da orto assortiti in maniera da produrre civaie e legumi durante tutta l'annata e bastanti per una famiglia di **4** o **5** persone . . L. **6**

Questi cartocci portano su una parte del sacchetto la figura a colori dell'ortaggio relativo al seme che contengono e sull'altra le norme per la coltivazione.

SEMENTI DA ORTO.

NB. - *La minima quantità di Sementi da Orto che forniamo viene da noi designata sotto il nome di un* **cartoccio**, *anticipatamente preparato e che quindi non può venir modificato. Un* **cartoccio** *racchiude quella quantità di semente a seconda del maggiore o minor uso domestico e che solitamente se ne fa.*

		al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
1	Alchechengi giallo grosso	— 50	— —
2	Anguria cremonese	— 30	1 —
3	» di Romagna	— 30	1 —
4	» precoce Seikon	1 —	— —
5	» di Valdinievole	1 —	— —
6	» d'inverno	1 —	— —
7	» d'America in miscuglio	— 50	3 —
8	» gemma bianca	1 —	— —
9	Arachide o nocciuolo di terra	— —	— 25
10	» del Minnesota	— —	— 50
11	Arroche o Bella dama	30 —	1 —
12	Asparagi di Milano	— —	— 50
13	» primaticci d'Argenteuil	— —	1 —
14	» d'Ulma	— —	— 50
15	» di Bassano	— —	1 —
16	» colossale Connover	— —	2 —
	Per chi desidera radici, quelle di:		
	Milano *al cento* 4 —	— —	— —
	D'Argenteuil » 5 —	— —	— —
	D'Ulma » 4 —	— —	— —
	Di Bassano » 5 —	— —	— —
	Di Connover » 5 —	— —	— —
	Verde di Borgogna » 20 —	— —	— —
17	Acetosa	— 20	— 70
18	Aglio comune *al chilo* 2 70	— —	— —
19	» scalogno » 4 —	— —	— —
20	Basilico fino verde	— 20	— —
21	» foglie di lattuga	— 20	— —
22	Barbabietola gialla zuccherina	— 30	1 50
23	» Vittoria a foglie rosse	— 50	1 50
24	» rossa lunga grossa	— 30	1 50

		al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
25	Barbabietola tonda rossa precocissima . . .	— 30	1 50
26	Bieta o costa bionda	— 25	1 —
27	» a cardo rosso	— 25	1 —
28	Borraggine	— 25	— —
29	Camomilla romana	— 50	— —
30	Capperi	— 50	— —
31	Carvi o Kummel	— 20	— 75
32	Carciofo grosso d'Italia	1 —	— —
33	» violetto di Provenza	1 —	— —
34	» senza spine di Venezia	1 —	— —
	» Maramaldo . . 10 *piantine* 4 —	— —	— —
	» a palla di Roma 10 » 3 —	— —	— —
35	Cardo a coste spinose	— 75	3 —
36	» senza spine grosso	— 75	3 —
37	» di Spagna precoce	— 75	3 —
38	Carota rossa quarantina	— 30	1 —
39	» rossa di Francia	— 30	1 —
40	» rossa mezza lunga a punta	— 30	1 —
41	» » » senza cuore	— 30	1 —
42	» » » Nantese	— 30	1 —
43	» » lunga	— 30	1 —
44	» bianca dei Vosgi	— 30	1 —
45	» rossa pallida	— 30	1 —
46	» gialla lunga	— 30	1 —
47	» bianca lunga . . . per il bestiame	— —	— 80
48	» » a colletto verde »	— —	— 80
49	Cavolo Cappuccio Schweinfurth	— 90	3 —
50	» » bianco precoce di York .	— 50	2 50
51	» » Cuor di bue	— 50	2 50
52	» » pane di zucchero	— 50	2 50
53	» » di Pomerania	— 50	2 50
54	» » del Vesuvio	— 70	2 50
55	» » rosso d'Utrech	— 50	2 —
56	» » quintale	— 90	3 —
57	Cavolo verza quarantina d'Asti	— 90	3 —
58	» » d'autunno	— 60	2 —
59	» » tardiva di Milano	— 60	2 —
60	» di Bruxelles a germogli	— 60	2 —

		al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
61	Cavolo di Bruxelles invincibile	— 60	2 —
62	» a foglia senza testa o nero	— 50	2 —
63	» Kraut di Berlino	— 50	— —
64	» broccolo di Pasqua	1 —	10 —
65	» » gigante tardivo	1 50	15 —
66	» » a cento teste o rampolli	— 50	1 50
67	» Chinese (Pe-tsai)	— 50	2 —
68	Cavolfiore grosso precocissimo	1 —	10 —
69	» dell'Imperatore, bianco	1 —	10 —
70	» Castelsardo grossissimo	2 —	— —
71	» d'inverno	1 —	10 —
72	» d'Erfurt precoce rustico	2 —	15 —
73	» gigante di Napoli	— 50	2 —
74	» Plainpalais	1 —	— —
75	Cavolo rapa bianco precoce	— 90	3 —
76	» navone	— 30	1 —
77	» rutabaga	— 50	— —
78	Ceci bianchi *al chilo* 1 50	— —	— 20
79	Cerfoglio comune	— 30	1 —
80	Cicoria lunga da taglio	— 30	1 50
81	» barba di Cappuccino	— 50	1 50
82	» grossa a radici Bruxelles	— 50	1 50
83	» a foglie rosse	— 70	2 35
84	» a grumolo (scircœu)	— 30	1 50
85	Cipolla grossa a pelle bianca	— 30	1 —
86	» gigante della Rocca	— 30	1 —
87	» rossa grossa di Milano	— 60	2 —
88	» periforme di S. Lorenzo	— 60	2 —
89	Cipolletta Merveille Blanc	— 60	2 —
90	» della Regina	— 60	2 —
91	» di Como	— 40	1 50
92	Citriolo lungo verde inglese	— 60	2 —
93	» d'Atene grosso	— 60	2 —
94	» verde lungo di Cardiff	1 —	— —
95	Cocomerini per aceto	— 90	3 —
96	» di Meaux per aceto	1 —	3 —
97	Citriolo bianco grosso per insalata	— 50	1 50
98	» verde di Thagewerben	1 —	— —

			al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
99	Citriolo giallo precoce		— 50	1 50
100	» tondo a pelle ruggine		— 60	2 —
101	» *rampicante* Giapponese		1 —	— —
102	Crescione Alenois		— 30	1 —
103	» di Fontana		1 —	— —
104	Dente di Leone o Tarasacco		— 60	2 —
105	Fagiolo Aquila	*al chilo*	— 80	— — — 20
106	» bianchi piatti	»	— 80	— — — 20
107	» Mascarello *arrampic.*	»	— 80	— — — 20
108	» Soisson b. gr.	»	3 —	— — — 50
109	» Spagna bian.	»	1 20	— — — 20
110	» » color g.	»	1 20	— — — 20
111	» Varesotto	»	— 80	— — — 20
112	» Cilieg. Giapp.	»	1 50	— — — 30
113	» uova di trota	»	3 —	— — — 50
114	Fagioli borlotti neri rotondi	»	1 —	— — — 20
115	» » gr. t. *arr. corn.*	»	1 —	— — — 20
116	» Intestino ovale	»	3 —	— — — 40
117	» borlotti occhio nero	»	1 50	— — — 20
118	» Re dei verdi	»	4 —	— — — 50
119	» Butirro b. *nani corn.*	»	3 —	— — — 40
120	» » nero	»	3 —	— — — 40
121	» Valsesia	»	2 50	— — — 30
122	» *arrampic.* di Lima	»	— —	— — 1 —
123	» *nano* cento per uno	»	1 50	— — — 20
124	» » di Lima	»	— —	— — 1 —
125	Fagiolo » dell'Occhio	»	1 —	— — — 20
126	» Flageolet rogn. di gallo	»	1 —	— — — 30
127	» » Mer. Francia	»	3 50	— — — 50
128	» » di Lione	»	2 —	— — — 30
129	» Salmone del Messico	»	2 —	— — — 30
130	» quarantino b. oblungo	»	1 —	— — — 20
131	» » g. Feltrino	»	1 —	— — — 20
132	» » but. Chin.	»	1 —	— — — 20
133	» » s. g. p. for.	»	2 60	— — — 35
134	» hybrido Spotti	»	2 —	— — — 30
135	Fava Olandese	»	4 —	— — — 50
136	» Breventana	»	1 —	— — — 20

			al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
137	Fava Marzuola . . . . . *al chilo*	1 —	— —	— 20
138	» quarantina . . . . »	1 —	— —	— 20
139	» di Siviglia precoce . »	2 —	— —	— 30
140	» acquadolce . . . . »	2 —	— —	— 30
141	» Julienne verde . . . »	2 —	— —	— 30
142	» *nana* di Beck . . . »	3 —	— —	— 40
143	Finocchio grossissimo di Napoli		— 40	1 50
144	» dolce di Firenze		— 40	1 50
145	Gombo del Brasile		— 50	— —
146	Indivia riccia d'estate		— 40	1 50
147	» » d'inverno		— 40	1 50
148	» bianca da taglio		— 40	1 50
149	Lattughino tenerissimo		— 60	2 —
150	» a foglie riccie		— 90	3 —
151	Lattuga di primavera precoce		— 60	2 —
152	» » lenta a far sementi		— 60	2 —
153	» d'estate grossa tenera		— 60	2 —
154	» » di Napoli testa dura . . .		— 40	1 50
155	» d'autunno le Beuf		— 60	2 —
156	» d'inverno Passione		— 60	2 50
157	» bionda gigante		— 75	3 —
158	» romana bionda tenera		— 60	2 —
159	» » d'inverno		— 60	2 —
160	» » di Potenza		— 60	2 —
161	» » Reale		— 60	2 —
162	Lenti quar. rosse e bianche *al chilo*	1 —	— —	— 20
163	» piatte larghe . . . . »	1 —	— —	— 20
164	Lavanda aromatica		— 30	— —
165	Melanzana violetta precoce		— 50	1 50
166	» di Pekino nera		— 75	5 —
167	» della China bianchissima . . .		— 75	5 —
168	» uova vegetale		— 75	5 —
169	» varietà in miscuglio		— 50	2 —
170	Melone Caravaggio		— 40	1 20
171	» Ananas d'America		1 —	8 —
172	» grosso d'Honfleur		1 —	8 —
173	» zuccherino grosso		1 20	10 —
174	» » d'inverno		1 —	8 —

			al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
175	Melone	Cantaloup Prescot	1 —	8 —
176	»	Moscato degli Stati Uniti	1 —	8 —
177	»	Moscatello *rampicante*	1 —	8 —
178	»	Bomba d'oro	1 —	8 —
179	»	di Malta d'inverno	— 50	3 —
180	»	Conca d'oro	1 —	8 —
181	»	Mandarino	2 —	— —
182	»	in miscuglio	1 —	— —
	Collezione di 12 varietà per sole Lire 6 —			
183	Maggiorana		— 30	— —
184	Melissa officinalis		— 30	— —
185	Menta		— 60	— —
186	Nasturzio		— 20	— —
187	Navone bianco tenero		— 35	1 —
188	Pastinaca lunga grossa		— 30	1 50
189	»	a trottola precocissima	1 —	— —
190	Peperone lungo comune		— 60	2 —
191	»	grosso quadrato dolce	— 60	2 —
192	»	a mazzi del Giappone	— 50	— —
193	»	ciliegia piccolo tondo	1 —	— —
194	»	pomodoro	1 —	— —
195	»	miscuglio in varietà	— 70	2 25
196	»	di Cajenne per aceto	— 70	2 50
197	»	Cardinale	1 —	— —
198	»	Astigiano *nano* precoce	1 —	— —
199	»	proboscide	1 —	— —
200	Piselllo brianzolo	*al chilo*	2 —	— — — 25
201	»	Guglielmo I	» — —	— — — 50
202	»	Telefono	» 3 —	— — — 50
203	»	Principe Alberto	» 2 —	— — — 25
204	»	Express	» 2 —	— — — 25
205	»	Carastacus *arramp.*	» 2 —	— — — 25
206	»	S. Caterina »	» 2 —	— — — 25
207	»	Sciabola »	» 2 —	— — — 25
208	»	Pieno il pan. »	» 2 —	— — — 25
209	»	Vittoria »	» 1 50	— — — 25
210	»	Camp. Ingh. »	» 2 —	— — — 25
211	»	Roi de Moëlles »	» 2 —	— — — 25

					al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
212	Pisello Principe di Galles	*al chilo*	2	—	— —	— 25
213	Piselli d'Olanda	»	1	50	— —	— 25
214	» Gontier quarantino	»	2	—	— —	— 25
215	» Inglese bianco . . .	»	2	—	— —	— 25
216	» Imper. verde *nano*	»	2	—	— —	— 25
217	» Bijou Mac Lean »	»	2	—	— —	— 25
218	» Mer. d'America »	»	3	—	— —	— 40
219	» Quantità e qualità	»	5	—	— —	— 60
220	» taccola S. Desiderato	»	3	50	— —	— 60
221	» » Corno d'Ariete	»	3	50	— —	— 60
222	» » Goulus . .	»	3	50	— —	— —
223	» » gigante . .	»	3	50	— —	— 60
224	Pomodoro Cristof. C. Col.				1 —	— —
225	» rosso grosso				— 25	— 60
226	» » precociss. .	*al chilo*	10	—	— 50	1 80
227	» Mela rossa senza coste				1 25	5 —
228	» Laye				1 25	6 —
229	» Ciliegia				— 50	2 50
230	» giallo grosso				1 25	5 —
231	» Presidente Garfield				1 25	5 —
232	» Re Umberto				— 50	3 —
233	» in miscuglio				— 50	3 —
234	» pesco				— 50	— —
235	» Mikado				1 —	— —
236	Porro gigante d'inverno				— 60	3 —
237	» grosso corto d'estate				— 60	2 —
238	» gigante di Palermo				1 —	— —
239	Prezzemolo comune				— 20	— 50
240	» di Napoli gigante				— 25	— 60
241	» *nano* riccio				— 25	— 60
242	Rabarbaro officinale				— 50	— —
243	Ravanello tondo rosa prec.	*al chilo*	5	—	— 30	— 60
244	» Primo fra i primi	»	6	—	— 40	— 70
245	» rosa a punta bianca	»	6	—	— 30	— 55
246	» scarlatto precoce	»	6	—	— 30	— 55
247	» violetto precoce .	»	6	—	— 30	— 60
248	» giallo d'estate .	»	6	—	— 30	— 60
249	Ramolaccio bianco precoce	»	6	—	— 30	— 60

		al Cart. L.	C.	all'Ett. L.	C.
250	Ramolaccio nero d'estate	—	30	—	60
251	» » d'inverno	—	30	—	60
252	Rapa quarantina di Pavia	—	30	—	80
253	» bianca colletto violetto	—	30	—	80
254	Raperunzolo	—	30	—	—
255	Roca, rocola o ricola	—	50	—	—
256	Ruta (erba ruta)	—	25	—	—
257	Salvia officinale	—	50	—	—
258	Santoreggia erba acciuga	—	50	—	—
259	Scorzonera	—	80	2	25
260	Scorzobianca	—	80	2	25
261	» d'Islanda	1	—	—	—
262	Sedano pieno bianco	—	40	2	50
263	» White Plume	1	—	—	—
264	» d'Edimburgo rosso	—	40	3	—
265	» pieno da taglio	—	40	3	—
266	» pieno bianco d'America	—	60	5	—
267	» a coste violette	—	40	3	—
268	» bianco corto precoce	—	40	3	—
269	» gigante d'oro	2	—	—	—
270	Sedano rapa d'Erfurt	—	30	3	—
271	Senape bruna	—	—	—	20
272	Spinacio comune *al chilo*	3	—	—	20 — 50
273	» a foglie di lattuga »	3	—	—	20 — 50
274	» mostruoso	—	20	—	50
275	» pigro a far sementi	—	50	—	90
276	» Nuova Zelanda	—	30	—	80
277	Timo	—	30	—	—
278	Valeriana (songin sarzot.)	—	50	3	—
279	» a cuore pieno	—	50	3	—
280	Vermi, scorpioni, lumache	—	50	—	—
281	Zucca mastodontica	1	—	—	—
282	» grossa d'Etampes	—	60	2	—
283	» gialla grossa di Parigi	—	60	2	—
284	» marina	—	30	1	—
285	» d'America	—	30	1	—
286	» di Spagna	—	60	1	50
287	» grigia di Boulogne	—	75	—	—

		al Cart. L. C.	all'Ett. L. C.
288	Zucca coccuzza di Napoli	— 30	1 —
289	» in miscuglio	— 30	1 —
290	Zucchetta bianca liscia	— 60	1 50
291	» collo torto gialla	— 60	1 50
292	» zuccherina del Brasile	— 60	1 50
293	» delle Missioni	1 —	— —
294	» in miscuglio	— 60	1 50
295	» *nana* di Milano	— 50	— —
296	» Perla delle zucchette	1 —	— —

PATATA IMPERATOR

(*Richter's Imperator*).

Davanti all'immenso successo della *Paulsen*, non si dimentichi però la *Richter's Imperator*. — Questa ha il merito maggiore della doppia conferma di una riuscita infallibile nei nostri climi e terreni anche meno fertili dove può sempre dare 500 quintali per ettaro. Ha buccia gialla e ruvida, mentre è di carne soda, ricca di fecula squisita, che non si rompe nemmeno nella più agitata bollitura. A noi, confessiamo, rincresce il dover far così caldi elogi a questa varietà perchè ci attenua l'entusiamo o la curiosità dei clienti per la *Gigante di Paulsen:* ma è pur sempre la verità e nell'interesse dell'agricoltura bisogna pur dirla.

100 chili L. 25. - 10 chili L. 3. — Un pacco postale L. 2.50.

Varietà nostrane raccomandate.

Patata gialla grossa, varietà a tubero oblungo grosso, polpa gialla.
Cento chili L. 15 - *Dieci chili* L. 2 - *Un chilo* Cent. 50.

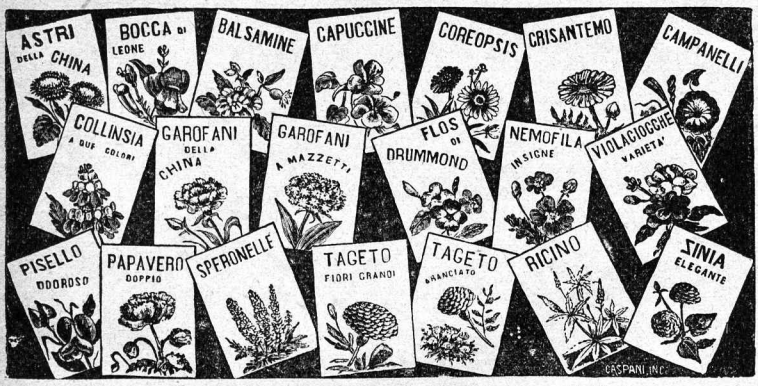
Patata rosa, antica varietà, polpa rossa e farinosa.
Cento chili L. 20 - *Dieci chili* L. 2. 50 - *Un chilo* Cent. 50.

Patata Monti del Lario. Buonissima varietà, forse la migliore delle italiane, tubero grosso, pelle rugosa, polpa farinosa ed eccellente per tavola, di grandissimo prodotto.
Cento chili L. 25 - *Dieci chili* L. 3 - *Un chilo* Cent. 50.

Patata Quarantina « Gloria Milanese. » Varietà precocissima. Venne adottata da qualche intelligente ortolano e portata sul mercato, ottenne buoni prezzi. Polpa bianca, squisita, molto delicata.
Cento chili L. 25 - *Dieci chili* L. 3 - *Un chilo* Cent. 50.

PERO DI TERRA O TOPINAMBOUR

Cento chilogr. L. **25** - Dieci chilogr. L. **3.50** - Un chilogr. Cent. **60.**



Cassetta contenente 20 qualità di sementi di fiori

scelte fra le più belle per ornamento di giardini e per coltivazione in vaso. I venti cartocci componenti questa cassetta portano ciascuno il disegno a colori del fiore che il seme produrrà, oltre ad una descrizione dettagliata per la coltivazione. Le qualità dei fiori non si possono variare nè modificare.

Franca di tutte le spese nel Regno L. **3,50.**

SEMENTI DI FIORI in cartocci.

Ogni cartoccio porta il disegno a colori del fiore che deve produrre ed una sommaria descrizione. — L'elenco che offriamo è una specialità che ha incontrato un vero successo in tutti i paesi.

Ogni cartoccio Cent. **25** - Nell'ordinazione basta citare il numero d'ordine.

1 **Ageratum mexicanum.**
2 **Adonis aestivalis.**
3 **Agrostemma coeli rosea.**
4 **Alyssum Benthami.**
5 **Amaranthus tricolor.**
6 **Acquilegia vulgaris.**
7 **Balsamina** (Impatiens).
8 **Bella di notte** (Mirabilis).
9 **Calliopsis** (miscuglio).
10 **Campanula a grandi fiori.**
11 **Canna in miscuglio.**
12 **Cappuccina o nasturzio** (arrampicante).
13 **Cappuccina o nasturzio** (nano).
14 **Celosia pyramidalis plum.**
15 **Centaurea Cyanus.**
16 **Crisantemo annuale.**
17 **Clarkia** (miscuglio).
18 **Cobœa scandens.**
19 **Collinsia variata.**
20 **Convolvulus tricolor.**
21 **Cresta di gallo.**
22 **Cinoglosso variato.**
23 **Dahlia semplice.**
24 **Delphinum formosum.**
25 **Garofano a mazzetti.**
26 » **Chinese.**
27 **Digitalis Gloxiniaflorus.**
28 **Eschscholtzia variata.**
29 **Gaillardia grandiflora.**
30 **Gillia tricolor.**
31 **Viole quarantine.**
32 **Godetia Lady Albemarle.**
33 **Gomphrena globosa.**
34 **Helyanthus nanus.**
35 **Hibiscus** (miscuglio).
36 **Helychrisum** (miscuglio).

37 **Lino a grandi fiori.**
38 **Lobelia erynus.**
39 **Lupino** (miscuglio).
40 **Lichnis hybrida.**
41 **Mimulus a grandi fiori.**
42 **Anthirrhinum** (bocche di leone).
43 **Myosotis alpestris.**
44 **Nemophyla** (miscuglio).
45 **Nicotiana affinis.**
46 **Tagetes nana.**
47 **Papavero doppio.**
48 **Perilla Nankinense.**
49 **Petunia semplice.**
50 **Phlox Drommundi.**
51 **Pisello odoroso.**
52 **Potentilla semplice.**
53 **Portulacca semplice.**
54 **Regina Margherita piram.**
55 **Ricino variato.**
56 **Althea o Malvone.**
57 **Salpiglossis variate.**
58 **Saponaria multiflora.**
59 **Scabiosa doppia.**
60 **Senecio** (miscuglio).
61 **Silene** (miscuglio).
62 **Thlaspis o Iberis.**
63 **Verbena hybrida.**
64 **Vinca rosea.**
65 **Zinnia doppia.**

Collezioni di sementi di fiori composte di varietà della medesima specie.
Ciascuna collezione è formata di **6** varietà in **6** distinti colori.

1 **Astri della China** o Reg. Margh. Piramid. Victoria L. 2 —
2 **Astri della China** o Regine Margherite a fiore ad aghi » 2 —
3 **Astri della China** o Reg. Margh. a cespuglio, nani » 2 —
4 **Alcee** o Malvoni (Rose tremiere) . . . . . » 2 —
5 **Amaranto.** Creste di Gallo (Celosia cristata) . . . . » 1 50
6 **Balsamina.** Begli uomini a fiori di Camelia . . . . » 2 —
7 **Bella di notte** (Meraviglie) . . . . . » 1 50
8 **Bocca di Leone** (Antirrino) . . . . . » 2 —
9 **Calceolaria** ibrida Tigrina . . . . . » 3 —
10 **Cineraria** ibrida . . . . . » 3 —
11 **Convolvulus** tricolore belle di giorno . . . . . » 1 50
12 **Garofani della China** . . . . . » 1 50
13 **Ipomœa volubilis** (Campanelle) . . . . . » 1 50
14 **Mysotis** (Non ti scordar di me) . . . . . » 2 —
15 **Mimulus** a grandi fiori . . . . . » 2 —
16 **Papaveri** a grandi fiori stradoppi . . . . . » 1 50
17 **Petunia** a grandi fiori . . . . . » 2 —
18 **Phox Drummondi** . . . . . » 2 —
19 **Pisello odoroso** (Pois de senteur) . . . . . » 1 50
20 **Portulaca** . . . . . » 2 —
21 **Primula chinensis** a fiori frangiati . . . . . » 3 —
22 **Salpiglossis** variabilis . . . . . » 1 50
23 **Scabiosa** a fiore pieno . . . . . » 1 50
24 **Senecio** elegans . . . . . » 1 50
25 **Tropœolum Lobbianum** (Nasturzio arramp.) . . » 1 50
26 **Tropœolum nanum** (Nasturzio a cespuglio) . . . . » 1 50
27 **Violaciocche quarantine** a grandi fiori . . . . . » 2 —
28 » » a foglie lisce . . . . . » 2 —
29 » » **rifiorenti** . . . . . » 1 50
30 » » precoci d'autunno . . . . . » 1 50
31 **Viole del Corno** (Speronelle e Delphinium) . . . . » 2 —
32 **Verbena** a grandi corimbi . . . . . » 2 —
33 **Zinnia** elegante . . . . . » 1 50
34 **Piante arrampicanti** diverse . . . . . » 1 50
35 **Zucchette arrampicanti ornamentali** . . . . . » 1 50
36 **Semprevivi** a fiori che si conservano essicati . . . » 2 —

Queste **36** collezioni, che rappresentano **216** varietà di fiori, L. **50.**