

# maremma cucina



## **perché maremma**

La mia Maremma cominciò in una merenda.

Avevo sette anni e un'amica che si chiamava e si chiama ancora Walkiria. La sua mamma, la Sor Isola, era nata e aveva a lungo vissuto a Manciano dove tornava spesso per storie di cavalli e di nostalgia. Così non aveva mai perso l'abitudine a fare i ciaffagnoni. Ma questo è un nome che imparai più tardi; allora io e Walkiria le chiamavamo molto banalmente «le frittatine», antenate toscane delle ben più famose crêpes, buone da morire e giù una dietro l'altra ancora calde, piegate in quattro con una pioggia di pecorino dentro. Buonissime, e non solo nel ricordo, come ebbi a constatare quando, un po' più grandicella, fui ospite di Walkiria e della sua famiglia in una proprietà che loro avevano intorno a Manciano. Era prima della guerra e la Maremma doveva essere amara, e tanto, ma io non me ne accorsi e mi lasciai rapire da quella campagna deserta e sola, attraversata da branchi di cavalli selvaggi, dalle acque di Saturnia autentica meraviglia di questa terra, e... dai soliti ciaffagnoni al pecorino. Ma siccome ero già una «signorinetta», come si diceva all'epoca, mi fu permesso anche un bel bianco di Pitigliano che andava giù come acqua. Io ne approfittai felice e dalla gioia dei presenti a quell'iniziazione mi fu perfettamente chiaro quanto il vino fosse amato da quelle parti. E passarono gli anni. Ancora tanti. La Maremma

diventava sempre meno amara ma quando la incontrai ero amara io. E sola. Mio cugino Erik aveva dato una festa nella Piazza del Castello di Montemerano, c'erano tutti gli amici. e tutti i paesani, il vino e... i ciaffagnoni. La storia continua, pensai. La vita continua, fui costretta a pensare.

Ed è continuata, naturalmente in Maremma.

Dal 1975 ad oggi non l'ho lasciata più e non ci sono parole per ringraziarla di avermi fatto il dono più bello dopo quegli anni tristi: mi ha regalato una nuova identità e, insieme, la gioia di bere e di mangiare.

Ma, curiosa come sono, non potevo fare a meno di infilarmi nelle cucine della zona, cercando di acchiapparne i segreti, per poi ripetere gli stessi piccoli miracoli tra i fornelli di casa mia, per la felicità dei miei figli e dei miei ospiti. Ma non mi bastava ancora: sono voluta andare a cercare anche i piatti che non si fanno più, in un tentativo buffo di «archeologia culinaria», se così si può chiamare, naturalmente circoscritta alla zona del triangolo magico. Saturnia, Montemerano, Poderi di Montemerano, tutti nel comune di Manciano, ne sono i vertici e tutto quello che c'è dentro è magia fatta di natura e di gente.

Il caldo di quell'acqua benefica dentro il respiro di un verde esteso e solitario si mescola al calore della gente che conserva ancora il piacere antico e perduto di mangiare e bere insieme. E non importa se tu sei il primo che passa per strada, basta sorridere e ti trovi, senza accorgertene, nelle cantine, nelle case, nei caffè, al centro di una festa che pare inventata apposta per te.

E non è forse magia tutto questo?

## perché triangolo

Questo triangolo è più perfetto di un cerchio e non c'è bisogno di passarci gli anni dentro per accorgersene. Il primo vertice è costituito dalle Terme di Saturnia, non c'è dubbio. Calde di un'acqua che sgorga dalla terra senza mai; fermarsi in migliaia di anni e chiusa in una grande vasca dalla quale si può far correre lo sguardo, intenerito dall'ammollo, per la campagna verde e solitaria che la circonda. Recentemente ristrutturata offrono un servizio ineccepibile di cure fisiche ed estetiche che avvolgono corpi stanchi e stressati dentro carezze morbide e caste, restituendo quel beato stato di incoscienza di un mondo prenatale. Per gli amanti di sensazioni forti e maschie si consigliano, invece, le cascate del Mulino, dove l'acqua che esce dalle Terme in un fosso fumante detto Gorello, arriva a un piccolo dirupo e fa un salto di cinque o sei metri. Ed è un trionfo di massaggi benefici che, se non si sta attenti all'equilibrio, diventano botte e schiaffi che lasciano il segno, Assolutamente fantastiche per tutti nelle notti d'estate con luna piena e...

Usciti da quella autentica e intatta meraviglia, un filino rimbambiti, leggera la mente e, soprattutto lo stomaco, meglio andare a tavola, ecco dove:

1) a *Poderi di Montemerano*, alla «Locanda da Laudomia». Laudomia purtroppo non c'è più. Lei aveva fatto mangiare e bere e dormire beati i veri pio-

nieri delle Terme, contribuendo, senza saperlo, alla fama dell'intera zona del triangolo. Oggi Clara, sua nuora, gran padrona di casa, continua egregiamente la tradizione.

2) *a Montemerano*. Il primo, in ordine sempre di tempo, è l'«Oliveto», leggermente scostato dal paese; è anche un ottimo albergo. Rosanna e Franco offrono un'ottima cucina casalinga maremmana.

Poi c'è la «trattoria da Caino». Caino era Carisio e da poco non c'è più. Coraggio Angela («l'Angiolona» come la chiamava lui); Maurizio, Vanni e la tua nuora Valeria ti aiuteranno a cantare ancora tra quei fornelli da cui sono usciti veri piccoli miracoli!

3) *a Saturnia*, delizioso paese negli ultimi anni rifiorito di piccole scicchissime botteghe che rendono più «cara» la visita, c'è il ristorante «I due cippi». Michete, il proprietario, vi mette a tavola con esperienza e grande professionalità.

Un ultimo piccolo consiglio prima di lasciare la zona del triangolo: lasciatevi tentare dalle maglie di Renée! Simpaticissima anglo-maremmana ha inventato, a Montemerano, «Maremma Maglia», un negozio che è un salotto pieno di allegria e di lane coloratissime, trasformate in morbidi capolavori dalle donne più brave della zona.

E ora andiamo a cominciare...

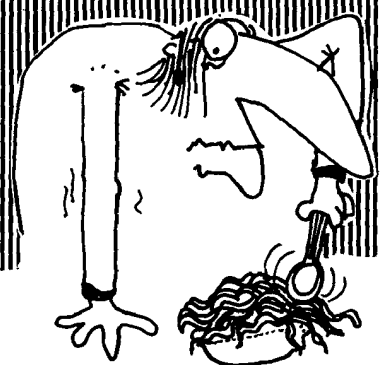
## **mettiamo i puntini sulle «i»**

Prima di passare alla descrizione delle ricette, vorrei fare due precisazioni importanti:

La prima per fare capire che in questo mio libretto ho cercato di raccogliere soltanto piatti tipici della Maremma in genere e molti nati proprio nella zona di cui parlavo sopra. Quei cibi, insomma, che si trovano solo da queste parti, volutamente omettendo tutto ciò che la cucina maremmana del «triangolo» ha in comune con quella tradizionale toscana.

La seconda precisazione è intesa a distogliere i miei lettori dal pensare che la sproporzione quantitativa tra primi piatti e secondi e tra questi e i contorni, sia dovuta a un mio personale errore di ricerca. Si tratta invece di una realtà, fortunatamente oggi meno evidente, tipica delle zone in passato meno prospere.

Si ricorda infine che le ricette sono calcolate per 4 persone.



## **si comincia**

E, un tempo, qui si finiva. Infatti, dentro questi primi piatti semplici e saporiti c'era tutto quello di cui si aveva bisogno per affrontare il resto della giornata, o almeno si faceva finta che bastasse. Se si toglie la caccia, grande sostentamento specie nel periodo in cui non era regolamentata come oggi, come dicevo poco fa, ho trovato, nella mia ricerca, molto più pane che compatico! Comunque non sarebbe male se anche in questi anni ricchi, dopo minestre così complete da costituire «piatto unico» ci si alzasse da tavola senza sentirsi defraudati in proteine e calorie.

Dettata da esigenze ben diverse che non la linea, la cucina popolare è fatta soprattutto di queste scodelle, o «piatti cupi» come li chiamiamo qui, ricolme, fumanti e solitarie, quasi sparse sulle tavole grandi e affollate di bocche da sfamare.

Da anni rivivo quel momento nei ricordi di chi, come il mio amico Enzo detto «Tascapane», allora era bimbo e non dimenticherà più quella fame che pareva non finisse mai. E invece fortunatamente è finita, ma con lei la gioventù e oggi quasi si rimpiange il profumo il sapore e il caldo di quelle zuppe avvolte in nuvole di vapore denso e grasso.

Dunque, le minestre si dividono in due categorie: quelle «a brodo» o «zuppe» e quelle «asciutte». La linea di

demarcazione più sicura è data dalle posate: cucchiali per le prime, forchette per le seconde. Chi confondesse l'uso di questi utili piccoli strumenti o ha sbagliato gli ingredienti, o è distratto e sarà penalizzato dall'impossibilità di portare alla bocca un bene del cielo, oppure è straniero o «foresto» <sup>1</sup>.

Attenzione, dunque, a non sbagliare le dosi, né a perdere la concentrazione a tavola, e se c'è uno straniero è bene che si faccia maremmano. E subito che la zuppa si ghiaccia!

Ma prima di zuppe e pastasciutte, vorrei ricordarvi che un giorno molto lontano la Maremma creò...

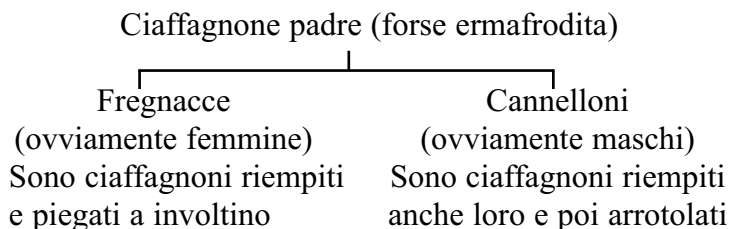
<sup>1</sup>Gli stranieri sono gli stranieri e i «foresti» sono gli italiani non maremmani.

## i Ciaffagnoni

I francesi in seguito se ne vantaronο chiamandoli crêpes, ignari che se ne erano vantate parecchio tempo avanti le donne di Manciano, tuttora giustamente fiere di questa loro specialità.

Questa è la ricetta: si sbattono bene in un recipiente 4 uova con un pizzico di sale e si comincia poi a versare poco a poco 2 etti di farina, girando piano piano e badando bene di non fare grumi. Si aggiunge quindi una tazza di acqua, sempre mescolando lentamente e si lascia poi riposare l'impasto per qualche ora. Dopodiché si prende un pezzetto di burro e si unge la padella già calda, la si rimette quindi sul fuoco e si comincia con pazienza a fare le frittatine, versando l'impasto poco alla volta cosicché, una volta cotte, risultino sottili e quasi trasparenti.

I ciaffagnoni sono una famiglia di antichissime e nobili origini; riportiamo qui sotto il loro albero genealogico, tanto per dare un po' di lustro e, se possibile, fare abbassare il capo alle crêpes:



Oltre che con il pecorino grattato, si possono riempire con:

- ricotta e spinaci nella proporzione desiderata, con aggiunta di sale e noce moscata;
- un composto avente per base la besciamella nella quale mischiare prosciutto cotto a dadini e mozzarella, carciofi o asparagi o ragù di carne o piselli.

Le fregnacce e i cannelloni, ben adagiati in pirofile larghe e basse, verranno poi passati in forno per 10 minuti e quindi serviti con una spruzzata di parmigiano sopra.



## le zuppe

### • Acquacotta

È senza dubbio il più famoso primo piatto maremmano. Oggi è una minestra ricca e saporita ma conserva il nome antico di quando era fatta di sola acqua, pane e qualche verdura. Chi lavorava in campagna si portava dietro un «pignattino» e quando veniva mezzogiorno lo riempiva ai ruscelli e lo metteva a cuocere con quello che la stagione regalava. Un capo d'aglio, un cipollotto, qualche pomodoro, un po' di sale e tanto pane a fette. Oggi è davvero un'altra cosa.

La prima che vi propongo è l'acquacotta classica e, a differenza delle altre due, si può gustare in tutta la Maremma.

La seconda fa parte di quelle mie scoperte di «archeologia culinaria» cui accennavo prima. La terza infine si fa con i funghi, meglio se si tratta di ordinali.



## Acquacotta classica

In un tegame con un bicchiere di olio d'oliva si fanno soffriggere due cipolle tagliate a fette sottili; quando sono rosolate si aggiunge: un bicchiere di vino bianco o rosso, mezzo chilo di pomodori pelati, un litro circa di acqua, le foglie e qualche gambo di un sedano di media grossezza, infine sale e peperoncino a piacere. Far cuocere il tutto per più di un'ora.

Intanto si taglia qualche fetta di pane casalingo e si mette nel fondo di ogni scodella, successivamente ricoprendo il tutto con la minestra a bollire. Si porta in tavola non prima di averla guarnita con un uovo precedentemente cotto, scusate il bisticcio, nell'acquacotta e di averla spolverata con abbondante pecorino grattato.

## Acquacotta con ricotta

In una padella mettere a rosolare in bianco, in 4 cucchiari di olio, una mezza cipolla, un cuore di sedano, un ciuffetto di prezzemolo ben tritati e 112 chilo di spinaci ben puliti e lavati.

Quando la cipolla è a metà cottura si aggiungono 2 etti di ricotta. Si fa quindi rosolare bene anche la ricotta e poi si aggiunge la salsa di pomodoro (1 cucchiaino da minestra in 4 romaioli di acqua bollente). Sale, pepe o peperoncino quanto basta.

Si abbrustolisce il pane, meglio se casereccio e posato, e si versa sopra la minestra dentro scodelle che arrivano quindi in tavola già complete, come nella ricetta precedente (senza uovo, però).

## Acquacotta con gli ordinali

È una variante che si usa fare nel periodo dei funghi e riesce meglio con questa qualità.

Si fa un'acquacotta come nella prima ricetta e dopo che si sono aggiunti i pomodori vi si fanno scivolare mezzo chilo di ordinali, quindi si porta tutto a cottura. Prima di «minestrare» (cioè versare la minestra nelle scodelle) si mettono a cuocere nel brodo stesso pochi tagliolini all'uovo.

## • Zuppa di funghi

Ci fu un anno che ci regalò un autunno incredibile di sole, acqua, ciclamini e funghi. Presi da una follia collettiva, non passava pomeriggio senza spargerci per i boschi fitti e scuri che qui sono chiamati «forteti». Gli altri trovavano chili e chili di funghi, io mazzi e mazzi di ciclamini. Ne conclusi che la mia unica speranza era che i funghi diventassero rosa...

La mia rivincita comunque arrivava sempre puntuale sottoforma di zuppe profumate e leggere. Due le versioni:

### Zuppa di funghi di Angela

Anche qui si comincia con un soffritto composto di 2 spicchi di aglio, una cipolletta, una costola di sedano, una carotina, il tutto affogato in un bicchiere di olio. Quando il soffritto è ben rosolato, si passa dal passaverdura con il disco fine, dopodiché si aggiungono i funghi, 1 chilo e di qualità diverse. Quando i funghi si sono insaporiti si aggiunge 1/2 chilo di pomodori passati. Si serve come la zuppa precedente.

### Zuppa di funghi classica

Fare un soffritto finissimo con uno spicchio d'aglio, un quarto di una piccola cipolla, diverse foglioline di nepitella, un ciuffetto di prezzemolo e un gambo di sedano.

Dopo averlo fatto ben rosolare in un bicchiere di olio di oliva, aggiungere 1 chilo di funghi (meglio se sono di qualità diverse) tagliati a pezzetti. Una volta che si siano insaporiti bene, si aggiunge un pizzico di sale, un pezzetto di peperoncino, del pomodoro passato, una patata lessa schiacciata e infine .5 o 6 ramaioli di acqua. Questa zuppa si serve adagiata, in una zuppiera, su un letto di pane casalingo posato, abbrustolito e, se piace, strusciato leggermente con l'aglio.

## • Tagliolini all'uovo in brodo

Per i tagliolini si rimanda alla ricetta della sfoglia (pag. 35).

Questo tipo di pasta, tagliata a nastri sottili, è adatta soprattutto per le minestre da «cucchiaio». Qui ve ne propongo due che mi sono sembrate davvero degne del presente «trattato».

## Con brodo di fagioli

Questo brodo di fagioli è un passato molto semplice, una variante deliziosa della minestra di fagioli, appunto, un vero best-seller della cucina toscana tradizionale.

Si fa un soffritto con una cipolla e uno spicchio d'aglio. Quando è ben rosolato si aggiungono 3 etti circa di fagioli lessati, qualche foglia di basilico, quando c'è, e 3 o 4 pomodori pelati. Quando tutto è cotto ed ha preso sapore si passa il tutto, si aggiunge 1/2 litro d'acqua e quando il passato bolle ci si buttano dentro i tagliolini fino che sono cotti.

Viene buono lo stesso anche senza passare i fagioli.

## Con le coste o cotenne

Altro brodo «leggerino», ma chi non ha problemi ne approfitti pure che è buono, buonissimo.

In una pentola si mettono 2 etti (4 fette circa) di ventre-

sca di maiale tagliuzzata a dadini e si fanno rosolare con una cipolla media tritata e uno spicchio d'aglio che poi si toglie. Quando il battuto è appassito si aggiungono 4 romaioli d'acqua più un dado di carne, a piacere, e si porta ad ebollizione. Ci si fanno quindi cuocere i tagliolini e si servono con una spolveratina di pecorino.

## • Pasta grattata e briciolelli

La pasta grattata e i briciolelli sono gli antenati della pasta da minestre. Quando sono nati, infatti, doveva essere ancora lontana l'epoca del semesanto, ditalini, farfalline e simili, già pronti e secchi e chiusi nei loro sacchetti trasparenti. D'altra parte era però necessario che le minestre di magro, cioè di verdure, fossero dense e ricche.

Onore e gloria alla massaia che li inventò!

## Pasta grattata con le fave (o piselli)

In una pentola con un litro di acqua si mettono a bollire a freddo 4 etti circa di fave, in parte sbucciate normalmente e un po' prive anche della seconda buccia. Quindi si aggiunge 1/2 cucchiaino di conserva di pomodoro, 1/2 bicchiere di olio, 1/2 cipolla a fettine, sale e pepe e si porta tutto a cottura.

Intanto si prepara la pasta così: lavorare un uovo intero con un bicchiere d'acqua e farina quanta ne prende, un pizzico di sale e farne una palla bella dura. Dopo averla fatta riposare una mezz'ora, si gratta con una grattugia sopra la spianatoia. Quando le fave sono cotte si butta nella minestra così ottenuta la pasta grattata e si cuoce.

Le fave possono essere felicemente sostituite dai piselli. Naturalmente questi, non avendo una seconda buccia, vanno solo sgranati.

## Briciolelli

Questa ricetta me l'ha descritta Libertà che tante volte l'ha provata nella sua vita. Allora: si schizza con acqua calda un mucchietto di farina che poi si passa al setaccio. Le briciole che ci rimangono dentro si cuociono nel brodo di fagioli, di ceci o di carne.

### • Pagnone

È la più povera, non c'è dubbio. La più semplice e la più antica. Per me la più cara perché legata al ricordo di Aristide, un uomo lungo, vecchio, dolce, buffo e secco da far paura. La faceva la sua mamma questa zuppa, e nel parlarne gli veniva un velo sugli occhi, poi diceva il suo moccio preferito, una risata e la nostalgia sfumava leggera in un bicchiere di vino (si fa per dire... uno!). Grazie, nonno Aristide, e facci un brindisi di lassù!

In un tegame basso con un po' di acqua, sale, aglio e peperoncino, si mettono a cuocere delle fette di pane tagliate piuttosto spesse, per cinque, sei minuti, badando bene che rimangano intere. Poi con la schiumarola si tolgono dal tegame, si mettono in un vassoio, si butta l'acqua dal tegame e vi si rimettono le fette, condite con pepe, olio di oliva e pecorino o parmigiano grattato; si lasciano restringere per un po', coperte, a fuoco lento. Quindi si adagiano di nuovo nel vassoio e si servono ben calde.

## • Zuppa di Pasqua

Il nome non mente e questa minestra si faceva sotto Pasqua parecchi anni fa. A torto scomparsa in tempi recenti dalle tavole del triangolo, vorrei proporne un rilancio su quelle e sulle vostre, e non solo nella Settimana Santa.

Ne esistono due versioni, la seconda arriva dall'Argentario e me l'ha data Primetta.

## Zuppa di Pasqua classica

Si tritano 1/2 chilo di spinaci e si fanno appassire nel burro con sale e pepe. A parte si è intanto preparato un bel brodo di gallina e lessato 4 uova. Quindi, una volta adagiate sul fondo di ogni scodella alcune fette di pane - indovinate come? - rafferme, casalinghe e tostate, ci si versa sopra il brodo, un pizzico di spinaci, un uovo sodo tritato e infine si spolverizza con parmigiano o pecorino grattato.

La gallina non si butta via ma si mangia dopo la zuppa (ammesso che siate riusciti a trovare una vera gallina ruspante).

## Zuppa di Pasqua con il pane del giovedì santo

Si cuociono 1/2 chilo di spinaci, 2 etti di pisellini, 3-4 carote in poco olio, ognuna per proprio conto. Intanto si

è già preparato il sugo di carne. Siamo a Pasqua, quindi il pane del giovedì santo è rafferma: si taglia a fettine, si mettono queste in un vassoio, si condiscono con il sugo e si contorna il tutto con le verdure già cotte e spicchi di uovo sodo.

## • Le zuppe lente

Infatti sono arrivate per ultime. Vi dò subito le ricette che siamo già in ritardo!

### Zuppa di tartaruga

Con tutti i fiumi che ci sono qui non è difficile incontrare questi innocui e dolcissimi animaletti. Quella alla tartaruga è un tipo di caccia molto diffusa presso i più famosi «padellatori» della Maremma. Abilità e destrezza non sono in fondo doti indispensabili.

Tagliare a piccoli cubetti la carne di una tartaruga e farli soffriggere nell'olio con due spicchi di aglio ed un ciuffetto di prezzemolo. Si aggiunge poi un po' di salsa di pomodoro, sale, peperoncino e si bagna ogni tanto con un litro circa di brodo di dado. Quando tutto è cotto si aggiunge ancora brodo o acqua sufficiente per farci cuocere 400 grammi di piselli. La zuppa si serve come al solito.

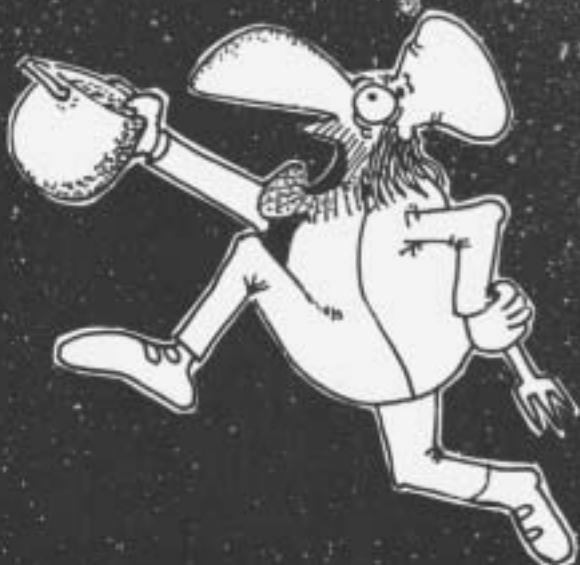
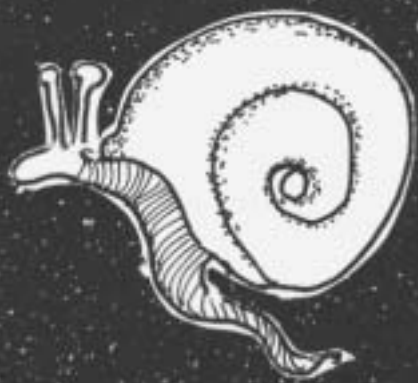
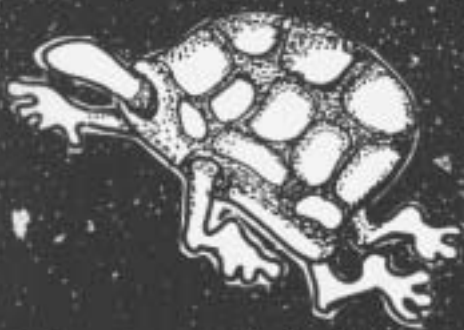
### Zuppa di lumache

Dicono che le lumache si trovano nei mesi senza la «erre» e dopo che è piovuto in abbondanza, quando escono (da dove, visto che si portano la casa dietro?) felici e contente su per gli argini lucidi e brillanti. Sono

animaletti che ispirano tenerezza e ribrezzo insieme, specie quando la cesta è piena e tentano giustamente e... lentamente di sfuggire alla loro morte.

Vecchissimo questo modo di cucinarle.

Si lessano 1 chilo di lumache purgate e ben lavate. Si fa quindi un soffritto con 1 etto di pancetta, uno spicchio di aglio, un ciuffetto di prezzemolo, il tutto ovviamente tritato per bene. Quando è appassito si aggiungono le lumache, si fanno insaporire e, dopo averle bagnate con mezzo bicchiere di vino bianco che si fa poi sfumare, si aggiungono: acqua quanto basta a coprirle tutte, due cucchiari di conserva di pomodoro, sale e peperoncino. Si lascia bollire piano piano e a questo punto non vi dico come si porta in tavola che dovrete averlo imparato bene bene.



## • Zuppa di baccalà

Il baccalà è sempre una squisitezza anche se per lungo tempo disprezzato («ce piacciono li polli l'abbacchio e le galline perché nun c'hanno spine nun son come er baccalà»<sup>1</sup> . Oggi si trova invece al centro di un clamoroso revival, non si capisce se perché si è scoperto quanto è buono a dispetto dei pregiudizi oppure perché è diventato caro quanto l'abbacchio e le galline. Ve lo propongo in un modo insolito, appetitoso e sospeso in una zuppa robusta e... giù col vino!

Si ammollano 6 etti di baccalà, della qualità migliore, per una notte intera. Al mattino si lava bene, si taglia in quattro pezzi e si mette a cuocere in 3/4 di acqua fredda con: 4/5 spicchi di aglio interi, mezzo peperoncino, un bel trito di prezzemolo e 3 cucchiaini di olio d'oliva. Assaggiare e aggiustare di sale. Quindi si porta a cottura facendolo bollire.

Si tostano infine le solite fette di pane casalingo e possibilmente posato, si preparano le scodelle ponendo in ognuna qualche fetta e un pezzo di baccalà e versando sopra il brodo ben caldo.

<sup>1</sup> Pezzo classico da cantine magistralmente eseguito dall'amico chitarrista-barbiere Ado.

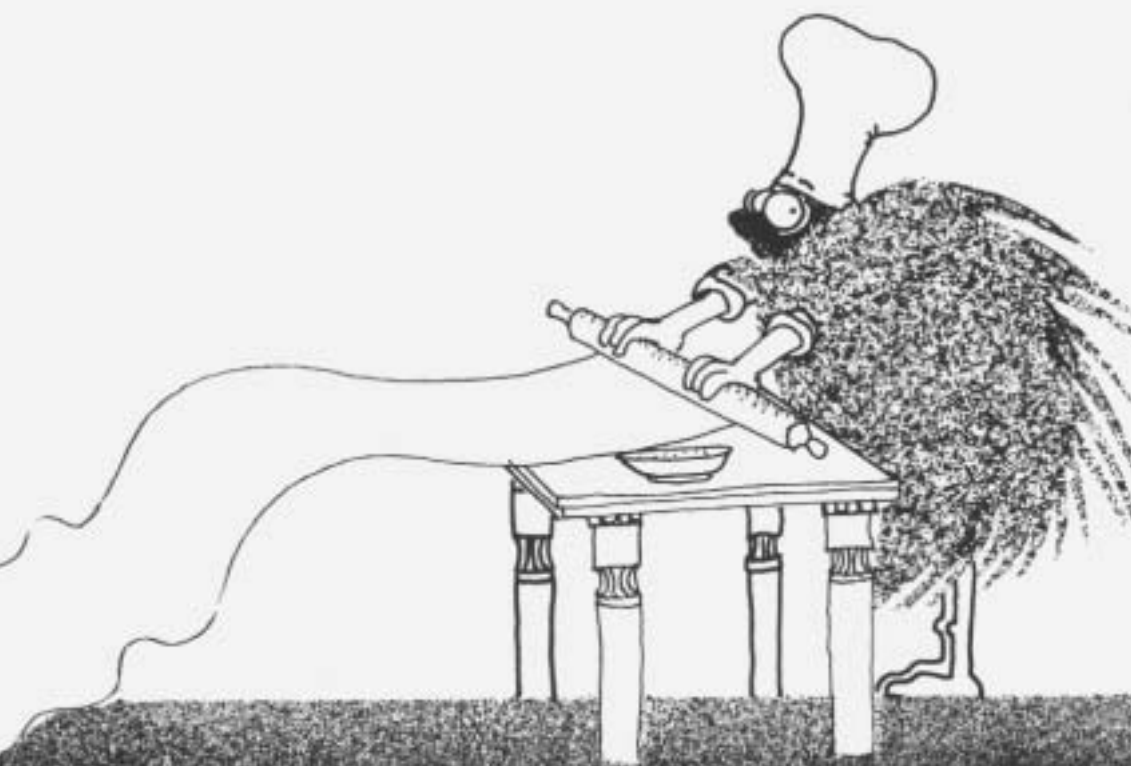
## le minestre asciutte

Prima di passare a spiegarvele una per una (e guai a voi se non le mangiate con la forchetta), vorrei ricordare che la mamma di tutte è la sfoglia, cioè l'impasto di farina, uova e acqua che si fa così:

si prepara la fontana con otto etti di farina (la fontana è un monticino con un buco in mezzo come un piccolo Vesuvio casalingo) e si comincia ad impastarla con 4 uova intere, un pizzico di sale e un cucchiaio di olio. Va lavorata bene, con forza e grazia fino a ridurla elastica e consistente. A questo punto si spiana: con il mattarello, se siete già esperte di questo strumento, o più semplicemente con la macchinetta apposita.

A dire la verità non è così complicato fare la sfoglia, e come tutta la cucina diventa un fatto di «occhio» (quel benedetto q.b., quanto basta, che mi faceva dannare nei miei primi esperimenti tra i fornelli) e di tempo. Quando poi si diventa «brave», il tempo si riduce e così può succedere che, capitando in casa di Tecla a mezzogiorno, felicemente obbligata a rimanere a pranzo, lei ti dica «fatti un bicchieretto che io faccio du' ova di sfoglia». E mezz'ora dopo si va a tavola davanti a un piatto di fettuccine che paiono nastri di seta.

Benedetta sia Mamma Sfoglia e, sulle note di una vecchia e famosa canzone da cantine, «su su prepara il sacco della farina fina...».



## • I tortelli

Comincio con i tortelli perché sono infinitamente buoni, infatti dentro ognuno di essi batte un piccolo cuore di delizia e sapori. Proprio per questa loro caratteristica non hanno, secondo me, bisogno di salse particolari, anzi, burro e salvia mi sembrano assolutamente l'ideale per esaltare il sapore del ripieno. Se comunque volete condirli, fatelo con qualche sugo leggero che non uccida quel cuoricino tenero.

### Tortelli di ricotta e spinaci

Sono i più classici e quando da queste parti si dice tortelli, si vuole intendere proprio questi. Dunque: si fa la sfoglia e si taglia a strisce abbastanza larghe da permettere di essere ripiegate su se stesse senza far fuoriuscire il ripieno, che verrà successivamente disposto a mucchietti in una metà della striscia. Questa andrà a sua volta ripiegata su se stessa, con le dita si schiaccerà tutto intorno al mucchietto in modo che le due facce della striscia si appiccichino e infine con la rotellina dentata apposta si ritaglieranno i tortelli. E dopo questa complicatissima spiegazione di un gesto assolutamente facile, ecco la ricetta dell'impasto: amalgamare bene 4 etti di ricotta con 2 etti di spinaci lessati, strizzati bene e tritati finemente insieme a sale, pepe, 2 uova intere ed una grattatina di noce moscata. I ravioli si cuociono in acqua bollente e salata e si condiscono a piacere.

## Tortelli con le patate

Tortelli di magro, direbbe l'Artusi, ma buoni lo stesso, eccome!

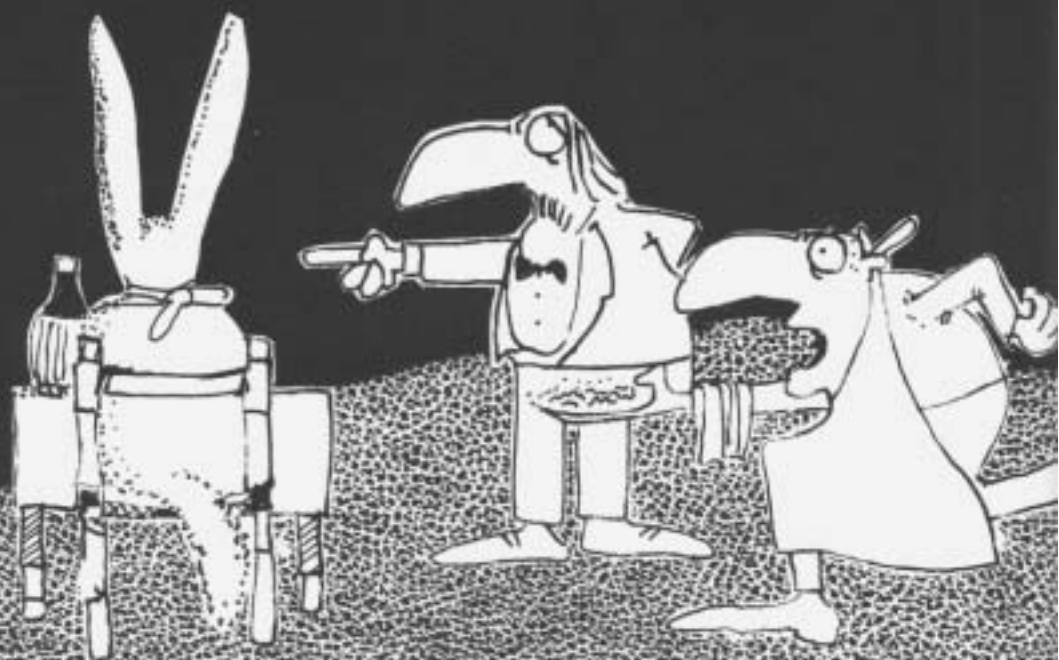
Me li ha insegnati Elisabetta, che è una gran cuoca. Infatti, ha esercitato le sue arti eccelse presso famiglie importanti che, si può stare sicuri, a tavola non si trattavano male!

Vi passo la ricetta del ripieno, che il procedimento per riempire è lo stesso di quelli precedenti. Si lessano 500 gr. di patate con la buccia e un bel pizzico di sale. Cotte che siano, si spellano, si passano allo schiacciapatate e poi si mettono in una insalatiera con 50 gr. di parmigiano o pecorino grattato, un pizzico di cannella e una grattatina di noce moscata, un uovo intero e tre cucchiari di ragù di carne. Si amalgama il tutto bene bene e si passa a riempire.

## • Pappardelle alla lepre

Le pappardelle sono delle tagliatelle un po' più larghe e si usano sempre quando si tratta di sughi di cacciagione. State bene attenti, quindi, una volta stesa la sfoglia, di tagliare dei nastri un po' più importanti: la selvaggina, anche se ridotta a sugo, rimane sempre molto fiera e permalosa.

Per il sugo si fanno soffriggere in un bicchiere abbondante di olio di oliva, un ciuffo di prezzemolo, due spicchi di aglio, qualche fogliolina di rosmarino e un po' di peperoncino. Appassito che sia il soffritto si mettono la polpa della lepre e il fegato, il tutto tagliato a pezzetti e si fa rosolare per bene. Quindi si aggiunge un bicchiere di vino rosso e lo si fa sfumare. Vi si versano, poi, due romaioli d'acqua in cui si è sciolto un cucchiaino abbondante di conserva di pomodoro. Salare e portare a cottura. Il sugo deve essere piuttosto consistente.



## • La pasta e il pangrattato

Sia gli ombrichelli che gli spaghetti comuni vengono conditi con un sughetto di pangrattato. E non è, come si potrebbe pensare, un infelice connubio di farinaceo con farinaceo, ma un modo antico e gustosissimo di mangiare la pasta.

## Ombrichelli al pangrattato

Sono i bisnonni degli spaghetti di oggi e si fanno così: si lavora 1 etto di farina con un po' d'acqua e un pizzico di sale. Si tagliano delle strisce di pasta alte meno di mezzo centimetro e si arrotolano sulla spianatoia. Per il sugo, invece, si mette a rosolare 1/2 etto di pangrattato in un bel pezzo di burro insaporito da uno spicchio d'aglio che vi abbia soffritto dolcemente e sia poi stato tolto.

Gli ombrichelli sono buoni anche conditi con le classiche salse al pomodoro, ragù, aglio olio e peperoncino.

## Spaghetti con le briciole

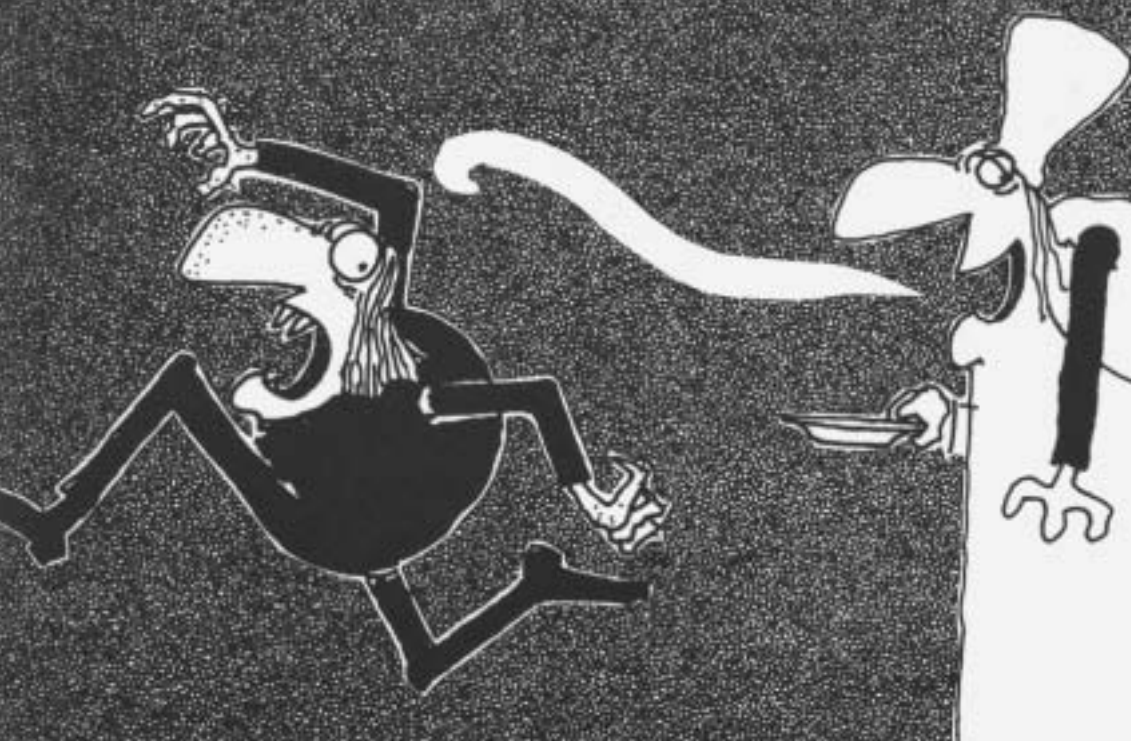
Una volta tanto si usa una pasta che non è fatta in casa, gentile concessione alle «diavolerie moderne», e si condisce così: si gratta 2 etti di pane raffermo e si rosola in abbondante olio, aglio e peperoncino. Scolati gli spaghetti al dente si fanno saltare nella padella dove si è preparato il sughetto, unito a qualche pezzetto di burro e, fiore all'occhiello, qualche pezzetto di pancetta già rosolata.

## • Tagliatelle all'agliata

Sapori semplici e freschissimi per queste tagliatelle. L'alito stanco del dopo non vi distolga, potete essere certi che ne valeva la pena.

Le tagliatelle sono i nastri di seta della sfoglia, il modo più classico di tagliarla e l'agliata si fa così:

in 4 cucchiaini di olio si fanno soffriggere 2 aglietti freschi, mezzo peperoncino, 4 etti di pelati o, meglio ancora, di pomodori freschi, sbucciati e strizzati, naturalmente fatti a pezzi. Quando le tagliatelle sono cotte, al dente, si fanno saltare in questo sugo aggiungendo all'ultimo momento un ciuffetto di prezzemolo tritato. Quasi superfluo ricordare che le tagliatelle si possono condire anche con ragù e salsa di pomodoro senza nulla togliere in bontà.



## • I nudi

E non si vergognano! Disinibiti e sfacciati vanno nel piatto teneri e pieni di sapore rendendo più leggera la coscienza di chi è costretto a stare a dieta. Sono, nè più nè meno che i cuori dei tortelli.

In questa ricetta soltanto, le dosi sono per sei persone invece che per quattro.

Dunque: si fa un impasto con 1/2 chilo di ricotta e 2 etti e mezzo circa di spinaci già lessati, strizzati e tritati. Si aggiungono 3 uova, sale, pepe, una grattatina di noce moscata e una manciata di parmigiano grattato. Si aggiunge quindi la farina nella misura sufficiente da far sì che i nudi risultino compatti ma piuttosto morbidi. La forma è quella oblunga tipica delle polpette. Per cuocerli si deve farli scivolare in un tegame a bordi bassi dove l'acqua, leggermente salata, bolle piano. Si adageranno sul fondo per poi tornare a galla. Si lasciano cuocere per qualche minuto, poi si scolano prendendone due o tre alla volta con la schiumarola. Infine si dispongono in un piatto cosparsi di burro e salvia o ragù oppure un sugo di pomodoro molto leggero.