



Mazzetto di insalata e pistacchi

Alice nel nuovo Paese delle Meraviglie

TESTO di ALESSANDRA PIUBELLO
FOTO di FRANCESCA BRAMBILLA e SERENA SERRANI

Alice

*“Ma io non voglio andare fra i matti”, osservò Alice.
“Be’, non hai altra scelta”, disse il Gatto “Qui siamo tutti matti. Io sono matto. Tu sei matta”. “Come lo sai che sono matta?” disse Alice.
“Per forza”, disse il Gatto: “altrimenti non saresti venuta qui”.*

Alice nel Paese delle Meraviglie, Cap. VI

Mi chiamo come quell’audace bambina descritta da Carroll, che segue il Bianconiglio nella sua tana scoprendo mondi incantati. *Attraverso lo specchio e quel che Alice vi trovò*: con il titolo del secondo libro, Lewis mi ricorda la mia immagine riflessa. Luminosa, occhi vivaci, con uno splendente dorso argentato, mi vedo snella e scattante: un’acciuga. Nasco il primo giorno di primavera del 2007, simbolico auspicio per il mio futuro. Sangue pugliese e campano nelle vene, cresco all’ombra della Madonnina. Credo che mamma Viviana e mamma Sandra mi abbiano battezzata con questo nome perché prediligono il pesce azzurro. Gli va prestata cura, è delicato e va mangiato fresco, ma è comunque semplice, umile, quotidiano. Viene considerato povero, ma è ricco di sapore. Vanno oltre le consuetudini stabilite e i pregiudizi, loro, perché scelgono la Bellezza, la Bontà e il Gusto.

Sono figlia dell’amore: le mie mamme mi concepiscono dopo anni di sacrifici, finalmente pronte e mature al grande passo di dare nuova vita. Il mio mondo è onirico, generato per accogliere. Caratterialmente sono curiosa e avventurosa, per questo mi trasferisco: da Porta Romana a Piazza XXV Aprile, dove un tempo esisteva un celebre Teatro, lo Smeraldo.

Un posto speciale, avrò molto più spazio e opportunità per esprimermi al meglio!

Viviana Varese

Alice rise: “È inutile che ci provi” disse; “non si può credere a una cosa impossibile”.

“Oserei dire che non ti sei allenata molto”, ribatté la Regina.

“Quando ero giovane, mi esercitavo sempre mezz’ora al giorno.

A volte riuscivo a credere anche a sei cose impossibili prima di colazione”.

Alice nel Paese delle Meraviglie, Cap. V

Il vivido sole di Maiori nello sguardo antico. Sorriso autentico, quasi da adolescente, di rara dolcezza d’animo. Ma la stretta di mano rivela tutta la forza e la determinazione di questa salernitana figlia d’arte. La sua è un’intensa storia da autodidatta, arricchita da stage e master in famosi ristoranti italiani ed esteri (fra gli altri, L’Albereta di Gualtiero Marchesi a Erbusco, El Celler de Can Roca a Girona, Relae di Christian Puglisi a Copenhagen, ma anche - Viviana è talentuosa pasticciera, *Universo docet* - master in pasticceria con Paco Francisco Torreblanca, Leonardo di Carlo, Maurizio Santin).

I genitori hanno una trattoria sulla Costiera Amalfitana, entrambi cucinano, ma è il padre il creativo ai fornelli e il ricercatore delle eccellenze territoriali. Viviana gira le pizze, ha sette anni, è attratta dal fuoco del forno a legna, dall’alchimia che crea, gioca con la cenere. Vive il focolare della cucina tradizionale in ogni gesto della madre, lo respira, lo osserva, lo fa proprio, ripetendolo. Dà rifugio a tutti i profumi, i colori e i sapori dell’infanzia, nei continui assaggi delle prelibatezze mediterranee, creandosi una biblioteca della memoria alla quale attinge tuttora. La famiglia, l’anno dopo il terremoto in Irpinia nell’80, decide di andarsene al Nord.

Viviana continua ad accumulare esperienza, fino a quando, apre a 23 anni il suo locale, Il Girasole, nel Lodigiano. Instancabile lavoratrice, conia il suo motto, le tre F: Forza, Fatica, Fare veloce (ma bene). E se la capostipite delle Chef (e non solo), la grande Nadia Santini afferma che un vero cuoco si dimostra quando è anche in grado di cucinare per trecento persone, ebbene, la nostra giovane accoglie giornalmente sotto la sua insegna duecento ospiti. I numeri ci sono, ma non le bastano, perché nel sole del fiore di Van Gogh scatta l’incanto definitivo: si innamora perdutamente della cucina, vive per la cucina, studia per la cucina, viaggia per la cucina. Diventa una vera missione dell’esistenza che non la abbandonerà mai più. Una vocazione fatta di dedizione e passione infinita.

Cerca il cambiamento. E avviene la più importante svolta: incontra Sandra Ciciriello, la donna del mare. Viene alla luce Alice, che diventa il ristorante di pesce a Milano. In pochi anni se ne accorgono tutti i critici gastronomici e nel 2011 arriva la rossa stella. “Cucinare per me è un atto sacro, un gesto d’amore totale”, racconta Viviana nel suo

giardino di casa, ai piedi l’adorante bulldog Carlotta, “ma è anche una magia che mi fa tornare bambina. Le mie ricette prendono forma, a volte scintillando improvvisamente per un insondabile processo creativo, in primis dalla mia esperienza e dal mio vissuto”. Viviana, attraverso Alice, proprio come nella fiaba metafora del passaggio all’essere adulti, cresce con accurate interiorizzazioni, si evolve sperimentando, affinando sempre più istinto e tecnica e raggiungendo così una propria identità ben definita. Una firma ben riconoscibile. Nei suoi piatti troviamo l’essenzialità, la suprema valorizzazione delle eccellenti materie prime e l’eleganza del gusto. Tanta leggerezza e fantasia, bandito il cerebralismo fine a se stesso. Preparazioni culinarie comprensibili, di facile lettura gustativa, rassicuranti nei loro equilibri studiati per il benessere del commensale. Una colorata tavolozza di esperienze gustative che esprimono una ritmica peculiare, delicatezza negli accostamenti pur innovativi, rispetto della stagionalità, calibrate rielaborazioni di grandi classici mediterranei.

A Viviana piace il cinema, alcuni piatti storici sono per esempio Carpaccio e fantasia, ripreso da *Pane, amore e fantasia*, la pizza frita Omaggio a Sofia, da *L’Oro di Napoli*, o Travolta da un insolito panino, citazione dal film di Lina Wertmüller: un trancio di ombrina cotta in un impasto di acqua, sale, timo, uova, tè nero affumicato e cenere di potature di limone. Un piatto materico, dedicato al limone in tutte le sue parti: albero, foglia, buccia e polpa. “Perché il limone della Costiera Amalfitana”, spiega Viviana, “è il frutto che più mi appartiene. E qui vi sono le potature ridotte in cenere a regalare un senso di barbecue, le foglie a vestire l’ombrina, le zeste a dar la nota agrumata e l’insalata di finocchietti a sposare la polpa a pezzettini. E a corredare il tutto arrivano pure la patata cotta in una patatiera artigianale e un panino di farina di grano arso, scrigno del pesce”.

Ma il suo film si girerà nelle cucine del suo nuovo ristorante meneghino a Eataly. Non si è ancora trasferita in Piazza XXV Aprile (sembra che i lavori terminino entro il 2013) eppure tutto è pensato e studiato nei dettagli: i tavoli senza tovaglie, realizzati con i legni delle briccole di Venezia (pali di quercia sostituiti nella laguna a causa di usura o rottura) per un’atmosfera naturale e minimale; tovaglioli dipinti a mano per enfatizzare la sensorialità del tatto. Le cucine, disegnate da Viviana, non dovrebbero avere vetro di separazione, niente filtri o barriere trasparenti, per permettere ai suoni di liberarsi nella sala nella loro autenticità. Un tavolo sarà dedicato “agli amici”, una decina di posti riservati a chi viene da solo o in compagnia ma vuole condividere il proprio pasto con altre persone, anche sconosciute, all’insegna della convivialità e dello scambio, sollecitato anche dal passaggio dei vassoi, com’era un tempo, in un clima familiare e rilassato.

Ristorante Alice

Piazza XXV Aprile, 10

20121 Milano

Italia

Tel: +39 02 546 2930

www.aliceristorante.it



Sandra Ciciriello e Viviana Varese

Sandra Ciciriello

“Allora dovresti dire quello a cui credi”, riprese la Lepre Marzolina. “È quello che faccio”, rispose subito Alice; “almeno credo a quello che dico, che poi è la stessa cosa”. “Non è affatto la stessa cosa! disse il Cappellaio. “Scusa, è come se tu dicessi che vedo quello che mangio è la stessa cosa di mangio quello che vedo!”.

Alice nel Paese delle Meraviglie, Cap. VII

Il colpo di fulmine arriva a diciannove anni, il primo giorno di lavoro al mercato del pesce di Milano. Vede il banco ricco di colori, di forme diverse, gli abitanti del mare ancora in movimento, con tutte quelle scaglie vivide che riflettono la luce. Se ne innamora, ha trovato il mestiere della sua vita. Son passati quasi trent'anni e l'emozione vibra ancora nella sua voce. *Nomen omen*: sandra o lucioperca, è un tipo di pesce e anche il cicerello, simile al lanceolato, dalle squame argentee. Fare snorkling, una delle sue passioni, le è quasi impossibile: l'eccitazione di veder tutti quei pesci le fa mancare l'aria, tanto che deve tornare in fretta in superficie.

Sandra, l'immane cappello, occhi in dinamismo perenne sotto gli occhiali bianchi, è un personaggio al mercato meneghino: l'incedere sicuro a fendere le acque, i saluti che si rincorrono cristallini sotto le luci al neon di un giorno iniziato alle quattro del mattino. La conoscono tutti (ma se mostrate loro le fotografie di qualche chef stellato milanese vi diranno che qui non li vedono più da anni), sanno che non sbaglia mai a scegliere gli esemplari migliori. È istruttivo accompagnarla a fare la spesa, vedere come si aggira guardando fra le bancarelle, pronta a pigliare il suo pesce (a proposito, sono anni che non dorme, o più precisamente, che non dorme più di tre ore per notte): lo osserva e poi lo tocca, con estrema naturalezza e dimestichezza.

Donna di grande carattere, non per niente l'hanno soprannominata la “Magnani del mercato”, alle spalle ha una vita unica, che va raccontata. La narro per quadri, istantanee di una passione di estremo sacrificio e dedizione. Ma anche vignette spiritose e spassose, perché Sandra è donna ironica e divertente: mai passerebbe inosservata la sua vis comica! Partiamo dall'inizio: l'incontro con il vino. A cinque anni, bimba già tuttofare, riesce a procurarsi un fiasco di vino. Le son sempre piaciute le cose fatte bene e non si tira mai indietro. Coma etilico. Fino ai 27 non riuscirà più ad avvicinarsi a un goccio di vino. Sandra che, figlia di commercianti di frutta e verdura, a sette anni siede fra le angurie con un megafono in mano, mentre accompagna il padre nel suo giro ambulante. Dai 15 ai 18 anni lavora al mercato ortofrutticolo sviluppando competenza anche in quel campo (provate un po' a tallonarla in bicicletta mentre sguscia veloce tra i banchi...), non a caso da Alice si usano fino a un centinaio di erbe.

A 19 anni l'amore. Grazie al suo primo maestro, Felice, il più importante commerciante all'ingrosso del mercato milanese, che all'inizio in quanto donna non l'avrebbe mai voluta al suo fianco, apprende velocemente i segreti del mestiere. Dimostra di essere capace, di non avere paura del lavoro duro e di avere l'occhio giusto: si guadagna il rispetto. Poi cambia e va a lavorare con uno dei più grandi produttori di gamberi al mondo dal quale apprende le tecniche di salatura, pesca e affumicatura. Il nuovo titolare la manda a girare i più importanti mercati di pesce all'ingrosso in Italia per individuare i fornitori migliori per la piazza meneghina. Manfredonia, Trieste, Chioggia, Sanremo, San Benedetto del Tronto: nel gergo “pescere” che si basa anche su gesti manuali ben precisi, partecipa alle aste, tratta con maestria. Continua il suo processo di apprendimento e conosce sempre meglio il mare.

Poi arriva il giorno in cui, “guardo il pesce”, racconta Sandra con la sua carica umoristica, “e gli dico: o mi dimostri che mi ami come ti amo io, oppure ti mollo, cambio. Il giorno dopo trovo un'attività tutta mia da gestire”. Acquista la licenza e comincia il suo lavoro di ambulante, vendendo pesce in cinque mercati rionali. I clienti li conquista, le piace stupirli, spiazzandoli: cammina con un pesce grosso in braccio, coccolandolo come un bimbo e poi con studiata *nonchalance*, prende la mannaia e lo trancia con forza. E se volete ridere un po', fatevi raccontare, come sa fare lei, le sue esilaranti avventure di pesca (due striminziti pesciolini in un giorno) o l'uscita in canotto alla caccia del polipo. A Eataly Sandra gestirà anche la pescheria del primo piano, garantendo un ulteriore traguardo di qualità, di accurata ricerca e materia per nuove sperimentazioni culinarie. E chissà, forse manderà in pensione Wolf, il camioncino nel quale viaggiano le sue pesche favolose.



Polpo cotto nella sua acqua con crema di patate e granita di patate



il Team

Viviana e Sandra: quando gli incontri del destino ti cambiano la vita. Si conoscono alla trattoria Il Girasole, Sandra è alla ricerca di un'ulteriore evoluzione nel suo percorso lavorativo nel mondo del pesce. Inizia in cucina, perché le piace anche fare da mangiare e vorrebbe aprirsi un suo ristorante. Poi il giorno di San Valentino del 2004, per una fatalità, approda in sala. Diventa così l'alter ego di Viviana, abile nel trasferire con competenza e conoscenza le qualità dell'alta materia prima e l'arte della ricetta. Il diploma di sommelier le consente di suggerire i giusti abbinamenti. Poi, insieme, decidono di affrontare la nuova sfida di Alice, pronte a mettersi in gioco fino in fondo, con le reciproche preziose cognizioni e consapevolezza.

L'essenza di questo duo professionale al femminile è unica nel panorama gastronomico italiano: ruoli e competenze ben assortiti e complementari in un continuo scambio

osmotico. Una sinergia vincente foriera di armoniose sintonie, percepibili nei piatti ma anche nell'ambiente. In cucina si respira un clima rispettoso e collaborativo: la brigata è mista, femminile e maschile, *yin* e *yang*, e multietnica, "perché si aprono altre prospettive e modi di intendere differenti, che portano a soluzioni innovative. Parliamo molto e cresciamo insieme, è come una grande famiglia. Più della metà delle persone qui sono le stesse dall'apertura di Alice. Non mi interessano i super curriculum, credo più nelle persone e nella loro disponibilità e voglia di fare. Una donna chef in cucina punta alla cooperazione, all'armonia, non deve mostrare i muscoli o comandare come in un regime militare". E infatti, da lei, vengono organizzati dei Cooking Team Building. La sala, tutta al femminile nel regno di Sandra, è composta dalle stesse persone da anni, fin dall'inizio. Gentilezza e *savoir faire*; competenza e occhio vigile nel loro DNA professionale.



Calamari ripieno di verdure e gamberi, salsa di prezzemolo, pure rustico e crema di acciughe

Divine Creazioni. Trovane un'altra uguale.



www.smeraldiniemenazzi.it

**DIVINE
CREAZIONI.**

La pasta senza uguali.

- Ogni pezzo diverso dall'altro, come nella pasta fatta a mano.
- Ripieni inediti scelti tra i migliori DOP italiani.
- Interpretata dai più grandi chef italiani.
- 26 referenze con formati esclusivi e grandi formati.
- Sapientemente surgelata quindi senza conservanti e sempre disponibile.
- Studiata per darti il massimo del servizio e il pieno controllo del food cost.
- Sempre integra perchè confezionata in un esclusivo plateau.



S.p.A. - Lavezzola (Ra) - Emilia Romagna - Italy - +39 0545 80328 - www.surgital.com - surgital@surgital.it



Linguine con i ricci di mare, salsa di prezzemolo, burro manteca e peperoncino

Per la salsa di prezzemolo

2 mazzi di prezzemolo

Sfogliare il prezzemolo e far bollire in acqua salata per pochi istanti quindi raffreddare in acqua e ghiaccio e scolare. Mettere il prezzemolo in un frullatore insieme a un bicchiere di ghiaccio, frullare e setacciare con la Super bag.

Per le linguine

*300 g di linguine
2 k di ricci freschi
30 g di olio extravergine d'oliva
2 spicchi di aglio in camicia
1 peperoncino fresco
30 g di burro manteca*

Aprire i ricci conservando l'acqua e la polpa. Fare un soffritto con l'olio e l'aglio e mezzo peperoncino intero, dopo di che eliminare l'aglio e il peperoncino e aggiungere al soffritto l'acqua dei ricci. Cuocere le linguine e a 2/3 della cottura in acqua salata continuare in padella aggiungendo i ricci e il burro manteca.

Per completare il piatto

1 peperoncino fresco a fettine

Versare la salsa di prezzemolo su tutto il piatto, poggiarvi le linguine e decorare con burro e peperoncino a fette.

Risotto con estratto di peperone rosso arrostito, salsa di prezzemolo, salsa di acciuga, burrata, alici, capperi e olive

per 4 persone

Per il risotto

4 peperoni rossi
300 g di alici
280 g di riso carnaroli
500 g di brodo vegetale
70 g di burrata
20 g di olive nere denocciolate sott'olio
10 g di capperi piccoli sotto sale
40 g di amido di riso
10 g di olio extravergine d'oliva
prezzemolo riccio qb
sale qb

Per la marinata a secco

500 g di sale fino
650 g di zucchero di canna
10 g di pepe nero macinato

Per la salsa di prezzemolo

50 g di prezzemolo
30 g di olio extravergine d'oliva
20 g di patata lessa
50 g di brodo vegetale
1 spicchio d'aglio
sale qb
pepe qb

Per la salsa di acciughe

80 g di olio extravergine d'oliva
100 g di acciughe sotto sale
100 g di pinoli
250 g di brodo vegetale
180 g di patata lessa
1/2 spicchio d'aglio

Arrostire su una graticola o su una piastra di ghisa i peperoni interi, poi metterli in una ciotola coprendoli con la pellicola per mezz'ora. Pelarli e pulirli dai semi quindi centrifugarli ripetendo l'operazione almeno 3 volte per estrarre tutto il succo. Filtrare con un panno e conservare in frigorifero. Pulire le alici dalle teste e dalle interiora eliminando la spina e la coda e lavarle abbondantemente sotto l'acqua fresca. Asciugarle, dopo di che metterle su una teglia forata cospargendole con la marinata a secco ottenuta mescolando tutti gli ingredienti con 500 g di sale fino, 650 g di zucchero di canna e 10 g di pepe nero macinato. Lasciare marinare almeno per un'ora quindi risciacquare abbondantemente eliminando completamente il sale. Asciugare le acciughe e conservarle sott'olio.

Dissalare i capperi e tagliarli a tartare. Preparare un'altra tartare anche con le olive e con la burrata. Mettere in una pentola 10 g di olio e tostare il riso aggiungendo un pizzico di sale. Una volta tostato, sfumare con il brodo vegetale. Cuocere per 8 minuti e poi continuare la cottura aggiungendo l'estratto di peperone e l'amido di riso. Portare a cottura il risotto aggiungendo di sale. Aggiungere, alla fine, del prezzemolo riccio tritato.

Sbollentare il prezzemolo in acqua leggermente salata, scolarlo e farlo raffreddare in acqua e ghiaccio quindi asciugarlo. Tagliare lo spicchio d'aglio a metà, eliminando l'anima e farlo soffriggere nell'olio. Eliminare l'aglio dal soffritto, aggiungendo prezzemolo, sale e pepe e cuocere il tutto per 2 minuti. Togliere dal fuoco e frullare insieme alla patata e al brodo. Setacciare e raffreddare.

Dissalare le acciughe privandole delle spine. Fare il soffritto con olio e aglio, aggiungendo le acciughe e cuocere per un minuto. Spegnerle e frullare con un mixer a immersione insieme agli altri ingredienti.

Per completare il piatto

Disporre nel piatto il risotto con l'aiuto di un coppapasta. Aggiungere i condimenti: le tartare di capperi, olive e burrata e le alici quindi ultimare con la salsa di prezzemolo e di acciughe.



Melanzana, pomodoro in osmosi, estratto di basilico e granita di grana padano 24 mesi

per 8 persone

Per la granita di grana padano

300 g di grana padano 24 mesi tagliato a cubetti
900 g d'acqua
100 g di panna
gomma xantana qb

Frullare tutti gli ingredienti nel Thermomix, cuocere a 55°C a velocità media per 10 minuti quindi filtrare in una Super bag o setacciare. Aggiungere la panna e frullare con la xantana.

Per la melanzana

4 melanzane lunghe
10 g di sale grosso
1 spicchio d'aglio in camicia
olio extravergine d'oliva qb

Tagliare la melanzana a metà, facendo al suo interno delle incisioni e metterla sotto sale grosso. Dopo un'ora, scottarla con uno spicchio d'aglio in camicia e olio.

Per il pomodoro crudo concentrato

pomodori ramati qb
100 g di cetriolo
100 g di rapanello
mix di erbe aromatiche (menta, basilico, maggiorana)
1 limone

Centrifugare alcuni pomodori con i rapanelli e il cetriolo e filtrare con un panno. Prendere altri 8 pomodori, inciderli, sbollentarli in acqua salata e raffreddarli in acqua e ghiaccio, eliminando la pelle quindi tagliarli a metà e con uno stampo quadrato formare 4 cubi da 4 strati. Mettere i pomodori incisi in un sacchetto per il sottovuoto, aggiungendo un po' di pelle di limone grattata e le erbe aromatiche. Mettere sottovuoto 4 volte in modo che l'osmosi permetta al succo di entrare all'interno del pomodoro.

Per il sugo di pomodorini arrostiti

100 g di pomodorini datterini
buccia grattata di un limone
10 g di zucchero a velo
5 g di sale
30 g di olio extravergine d'oliva
5 foglie di basilico

Mettere a 250°C per 10 minuti, eliminare l'aglio e frullare.

Per l'estratto di basilico

200 g di foglie di basilico
100 g d'acqua naturale
2,2 g di gomma xantana
3 g di zucchero a velo

Con un estrattore, spremere il basilico e aggiungere gli altri ingredienti. Frullare e mettere tutto in un biberon.

Per completare il piatto

Scottare le melanzane in una padella antiaderente con uno spicchio d'aglio in camicia, mettere sul piatto un cucchiaino di sugo di pomodorini arrostiti quindi adagiare la melanzana e fare delle strisce di estratto di basilico. Sistemare il pomodoro in osmosi e, infine, grattare un cucchiaino abbondante di granita di grana padano.



Verde (Rombo con pop corn di amaranto, crema di catalogna e caramello all'aceto di miele)

Per la crema di catalogna

1 mazzo di catalogna
1 spicchio d'aglio
agar agar qb
olio extravergine d'oliva qb

Pulire la catalogna, tagliando la parte inferiore a trancetti di 5 cm e la restante a pezzettoni; bollire i trancetti in acqua salata per 2 minuti quindi i pezzettoni restanti per 4 minuti. Tenere da parte in caldo i trancetti con uno spicchio d'aglio in camicia e un filo d'olio. Frullare i pezzettoni di catalogna con un bicchiere di ghiaccio in un frullatore poi passare alla Super bag aggiungendo ogni 500 g di catalogna 2 g di agar agar e riportare a bollire 5 minuti. Frullare nuovamente il tutto e tenere in caldo.

Per il rombo con pop corn di amaranto

600 g di filetto di rombo
50 g di amaranto
burro chiarificato per friggere qb

Scaldare il burro chiarificato al massimo e immergere un cucchiaino alla volta di amaranto. Con una schiumarola, prelevare l'amaranto e metterlo sulla carta assorbente aggiustando di sale. Passare i filetti di rombo nell'amaranto e metterli su una teglia rivestita di carta da forno.

Per il caramello all'aceto di miele

240 g di zucchero
80 g di aceto di miele
20 g d'acqua

Portare lo zucchero a 140°C e versare poco alla volta l'aceto e l'acqua. Cuocere altri 2 minuti.

Per completare il piatto

1/2 limone
sale qb
fiori eduli e sakura

Mettere i filetti di rombo nel forno a 190°C per 6 minuti, nel frattempo scaldare i tranci di catalogna e condirli con sale e succo di limone. Versare la salsa calda, il caramello e aggiungere la catalogna e i filetti di rombo. Decorare con fiori e sakura.

gli Amici di Alice



“Dove boccheggiano i cefali, le aragoste, le anguille, i calamari o le seppioline intinte nella loro foschia, ivi si sprigiona una marina delizia che mette in fuga gli eserciti del Cattivo gusto e dell’Uggia: nel nostro animo si accendono attraverso le nari, fantasie di fiumi e di fontane e i cori gocciolanti dei tritoni e delle nereidi, con codazzo infinito di pesci d’ogni freschezza e sapore...”.

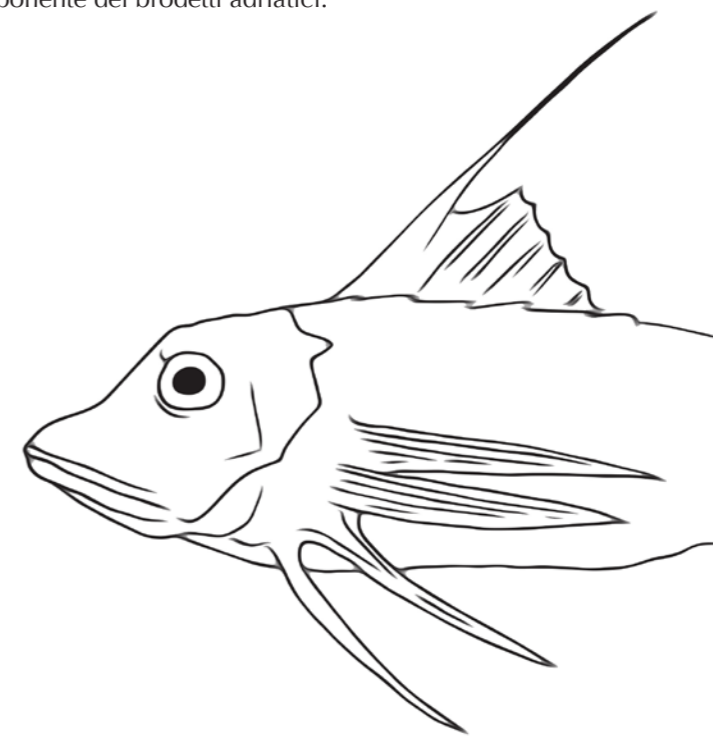
Le meraviglie d’Italia, Carlo Emilio Gadda

I compagni di giochi di Alice sono molti. Alcuni sono sconosciuti ai più, come il centrolofo. Altri, come la razza, probabilmente in tutta Milano sono stati accolti solo qui. Conosciamoli insieme:

Centrolofo viola: un gigante del mare che può essere pescato anche nel Mar Mediterraneo. Gastronomicamente rappresenta una gustosa new entry, proposta dall’intuizione di Sandra e servito quasi esclusivamente da Alice. Il Centrolofo viola può arrivare a circa 80 cm per 12 chili. Ha una colorazione bruno verdastra, blu nerastra dorsalmente, argentea sui fianchi, pinne scure. Ha carni bianco latte, dalla consistenza simile alla cernia e dal sapore gustoso. Crudo ha un piacevole retrogusto di mandorla. Si presta bene a preparazioni in umido, per esempio in guazzetto, con pomodorini e olive. È buono anche fritto in trancetti mentre arrostito perde molto.

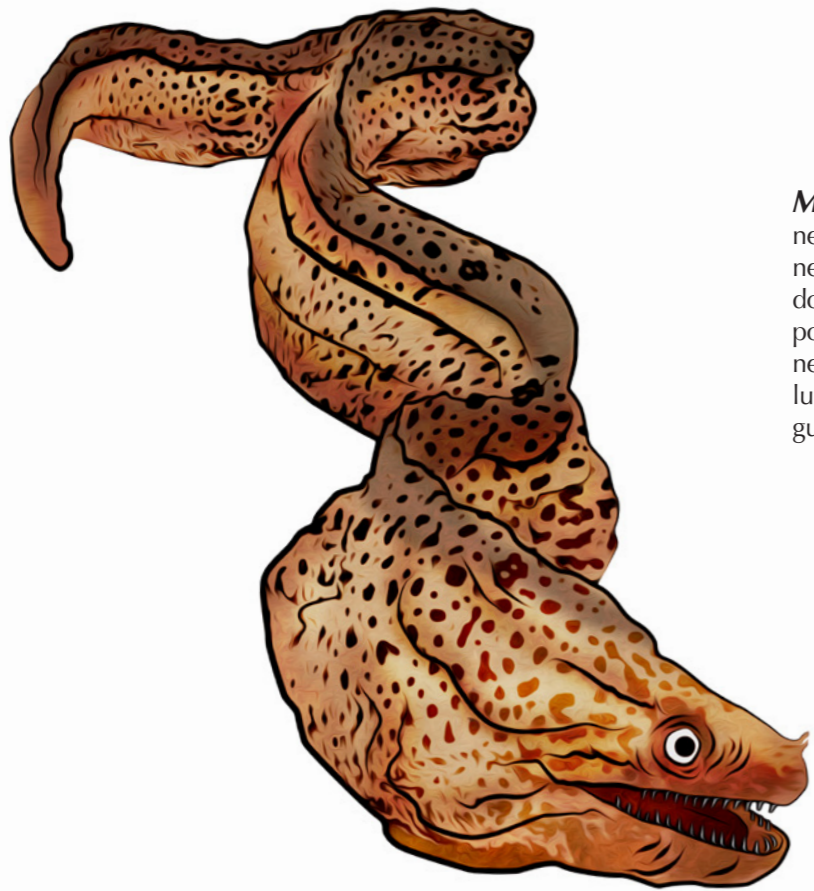
Dentice: della famiglia degli Sparidi, si distingue dalle altre numerose specie di questa famiglia innanzitutto proprio dalle robuste file di caniniformi di cui è dotata la sua bocca. Lungo fino a 1 metro, è diffuso in tutto il Mediterraneo e nell’Atlantico orientale oltre a essere anche specie di allevamento. Viene insidiato dai pescatori sportivi con la pesca alla traina o subacquea, ma anche dai professionisti con le reti. Sui nostri mercati sono frequenti specie come il Dentex Gibbosus (Dentice Gibboso) o il Dentex Macrophthalmus (Dentice occhione) - il primo riconoscibile anche per una gibbosità sulla parte frontale della testa, il secondo per il diametro molto grande degli occhi - e altre provenienti dall’Atlantico africano. La carne, magra e saporita, è piuttosto pregiata. Può essere cucinato con le tecniche più svariate, sia intero che sfilettato. La grande taglia consente di sfruttare tutte le preparazioni adatte ai grandi pesci come la cottura al forno, in crosta di sale, in tranci o a fettine sottili.

Gallinella: della famiglia dei Triglidi, ha una serie di nomi regionali che costituiscono un’intricata babele. La caratteristica comune è la grossa testa, ricoperta da uno scudo osseo e un corpo conico, molto assottigliato nella parte posteriore, con squame fini e poche lisce. Si sfiletta con una certa facilità (dalle lisce e dalla testa si ricava un buon fumetto) e si presta a cotture in umido. È un’irrinunciabile componente dei brodetti adriatici.

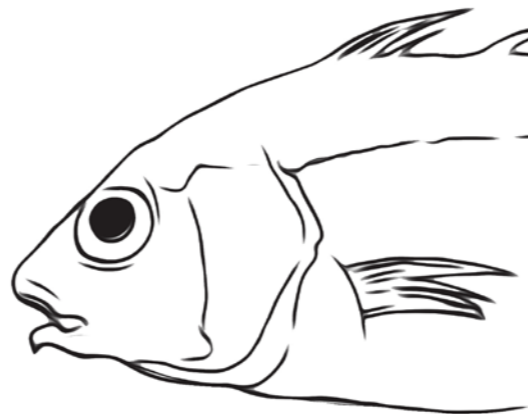


Grongo: appartiene alla famiglia dei Congridi dell’ordine degli anguilliforme che può raggiungere i 3 metri di lunghezza. Vivono in prossimità delle coste, in acque temperate o calde fino ai 2.000 metri di profondità. I gronghi sono dei carnivori voraci e la loro alimentazione è essenzialmente a base di pesce. Colorazione grigia, chiara o scura, dorsalmente; più pallida centralmente. Il sapore della sua carne è buono ed è un ingrediente fondamentale per le zuppe di pesce.

Lampuga: della famiglia dei Corifenidi, può raggiungere anche lunghezze di 1 metro. Pesce dalla testa gibbosa e con una colorazione fra le più belle in acqua, dopo la morte assume un colore giallo-grigiastro. Bocca grande, munita su entrambe le mascelle di denti piccoli presenti anche sulla lingua. Sono forti e veloci nuotatori e possono vivere sia in banchi che isolati. La loro alimentazione è molto varia: pesci, crostacei e molluschi cefalopodi. Si cucina perlopiù in umido con il pomodoro, alla griglia - in tranci - con il samoriglio, al forno.

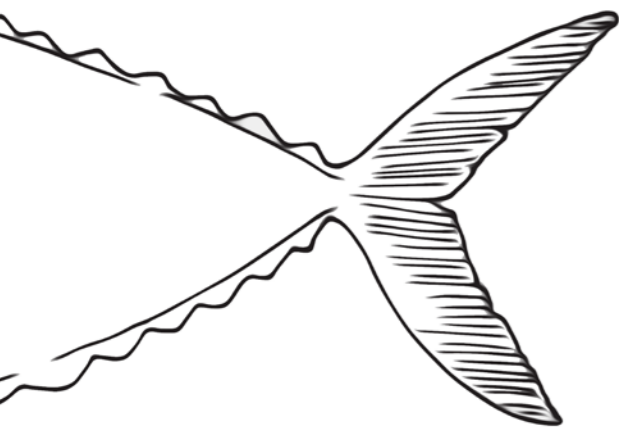


Murena: della famiglia delle Muraenidae, vive soprattutto nelle acque tropicali poco profonde, ma è presente anche nel Mediterraneo. Preferisce le zone con rocce anfrattuose dove si rintana. Sono pesci carnivori per eccellenza. Corpo allungato, serpentiforme, robusto. Testa con lieve gobba nella parte frontale e muso lungo, appuntito. Denti robusti, lunghi e acuminati. Pesce dalle carni bianche e oleose e dal gusto delicato, fa parte delle scoperte di Viviana e Sandra.



Ombrina: della famiglia degli Scienidi, è presente nel Mediterraneo e in molti altri mari del mondo, manifestandosi in specie particolari e numerose. Quelle nostrane non sono meno pregiate delle altre e presentano carni bianche, saporite e compatte. La boccadoro, così denominata per l'interno della cavità orale di colore giallo oro, è molto ricercata. Sui mercati sono frequenti le ombrine allevate in modo intensivo, sia nella specie cirrosa sia nella boccadoro, offerte nella dimensione standard di 50 centimetri. In cucina si presta a numerose preparazioni: al forno, al cartoccio, lessata o al vapore, alla griglia, ma è perfetta per quelle in umido.

Pagello: della famiglia degli Sparidi, viene chiamato anche volgarmente pezzogna od occhialone. Si distingue per i grandi occhi e per una grossa macchia nera sopra la pinna pettorale all'inizio della linea laterale. È presente in tutto il Mediterraneo e raggiunge la lunghezza di 70 centimetri. Il pagello fragolino si colloca invece al vertice delle numerose varietà di pagello. Molto ricercato per le sue carni delicate e bianche, può essere cucinato con le stesse modalità dell'orata ma anche usato nelle zuppe.



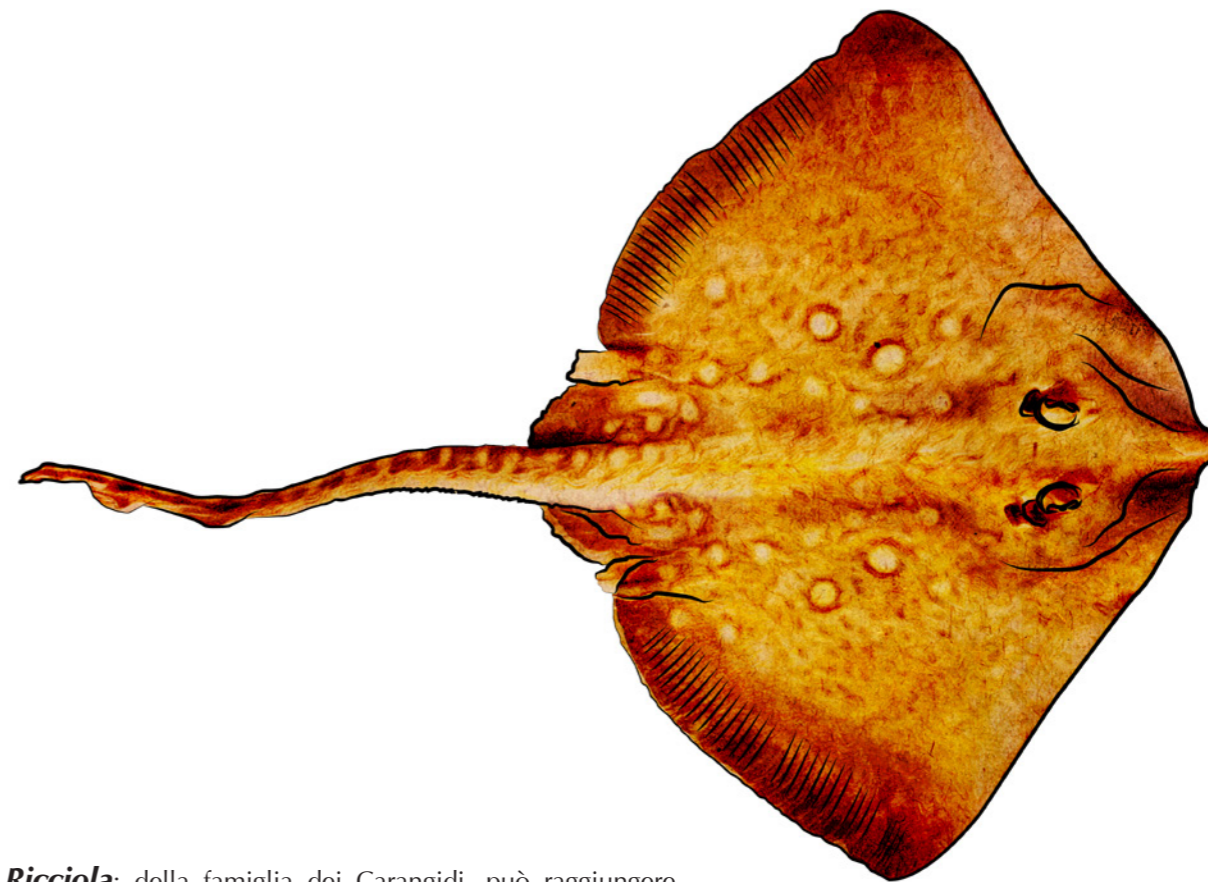
Palamita: della famiglia degli Sgombri, è un pesce simile ai tonni o agli sgombri. Ha una colorazione blu acciaio dorsalmente e sui fianchi, argentea nella parte inferiore dei fianchi e sul ventre, con 5-10 linee scure oblique che a partire dal dorso si dirigono in avanti. Ha carni gustose, ricche di grasso, di colorazioni grigio brunastro, compatte e dal gusto pronunciato. Richiede cotture brevi e "dolci". Le modalità sono svariate: lessato, al vapore, al forno, alla griglia, crudo, marinato, può essere conservato anche sott'olio.

Pesce sciabola: della famiglia dei Trichiuridi, viene chiamato anche volgarmente spatola o bandiera e con vari altri nomi. Può raggiungere la lunghezza di oltre 2 metri, ha la forma di un nastro, tanto più argenteo quanto più è fresco e ha carni molto saporite e di gran pregio. In cucina viene fritto, cotto alla griglia, in umido o alla pizzaiola, saltato in padella, tagliato in tranci o anche sfilettato.

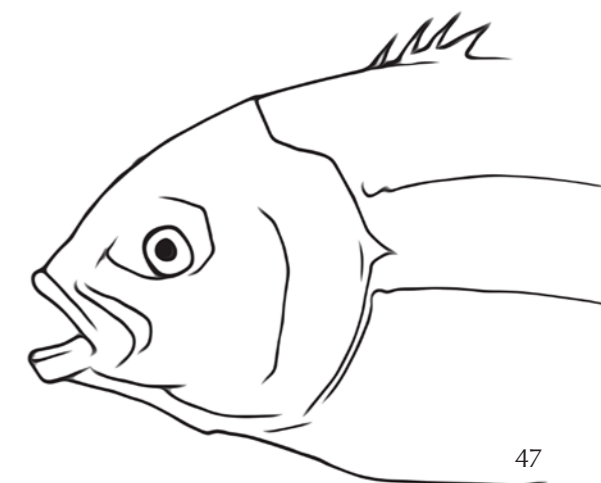


Rana pescatrice: della famiglia dei Lofidi, è un pesce molto particolare per la grande testa ricoperta di creste e spine che viene eliminata prima della commercializzazione. Il corpo, affusolato e ricoperto da una pelle senza squame, è caratterizzato da una polpa soda e senza spine e viene venduto come coda di rospo. Considerato uno dei più prelibati pesci dei nostri mari, ha una polpa con caratteristiche simili all'aragosta. Viene cucinato prevalentemente in umido ma anche saltato in padella, al forno o lessato. Il fegato è particolarmente gustoso; la testa, ricca di frammenti di polpa, è ottima per zuppe, brodetti e ragù; anche la trippa è deliziosa.

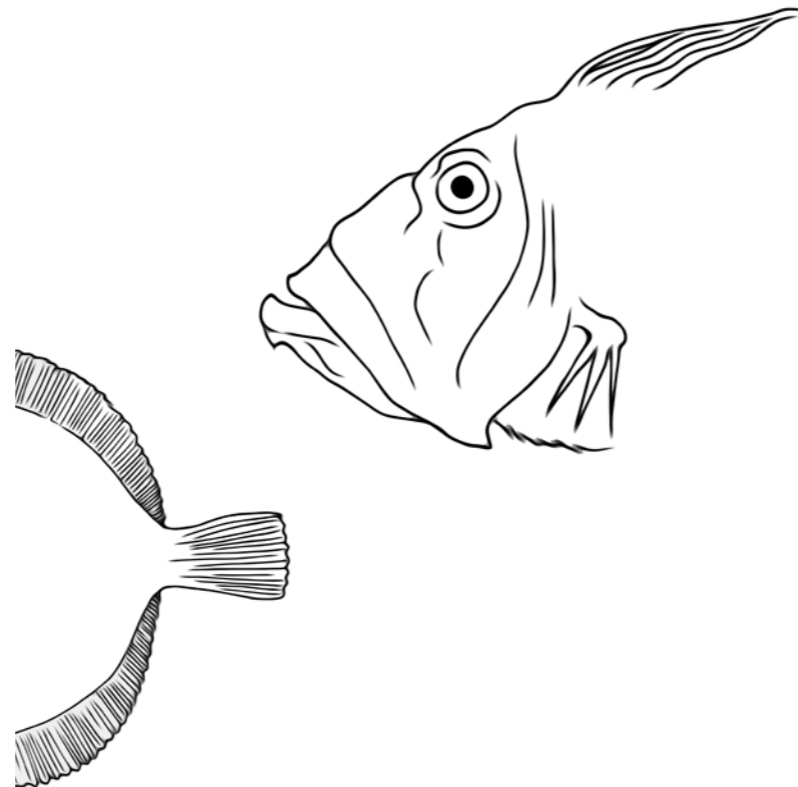
Razza: della famiglia delle Rajidae, ne esistono di 200 specie diverse, alcune anche viventi nel Mediterraneo. Per la loro cattura si impiegano particolari reti a strascico e palangresi di fondo. È un pesce molto grasso con la cui cartilagine si fanno degli ottimi brodi. La carne è bianca e molto saporita. Con le "ali", le pinne pettorali, si creano degli ottimi piatti. È un altro pesce valorizzato da Sandra e Viviana.



Ricciola: della famiglia dei Carangidi, può raggiungere dimensioni ragguardevoli, intorno ai 2 metri di lunghezza. La pesca viene effettuata, soprattutto per quanto riguarda gli esemplari più grandi, con tecniche sportive, sia con la lenza sia con il fucile subacqueo. Nelle peschierie a volte si trovano esemplari anche troppo piccoli che, oltre a contribuire a compromettere la continuità della specie, non assicurano un risultato apprezzabile dal punto di vista gastronomico. La ricciola può provenire anche da allevamento ed è caratterizzata da carni compatte e sode, saporite. Può essere cucinata intera sia al forno sia al vapore ma è eccellente anche cucinata alla griglia, preventivamente tagliata in tranci oppure a filetti.

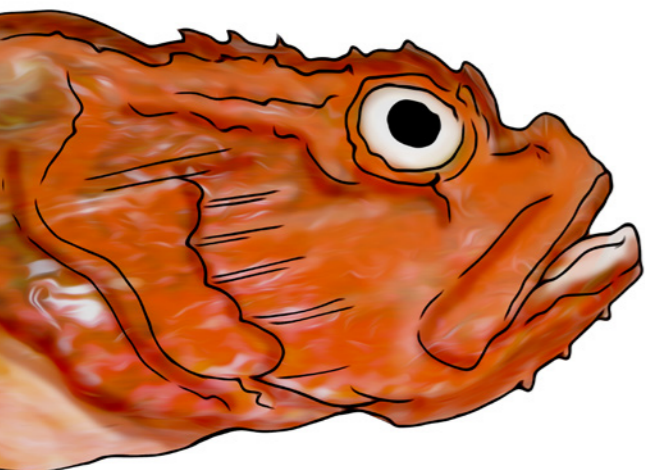


Rombo chiodato: della famiglia degli Scombriformi, viene pescato prevalentemente con le reti a strascico, oltre che con la lenza; è ricercatissimo e molto apprezzato per le carni più che eccellenti, bianche, sode e di gusto delicato. È frequente trovare sui mercati dell'ottimo "Rombo chiodato" di allevamento perché è l'unico rombo che, al momento, riesce a essere anche allevato. Può essere cucinato intero, con la sua apposita pentola, la turbottiera, che lo contiene perfettamente. In questo caso va sobbollito o brasato. Il sugo di cottura serve a preparare ottime salse. Può essere cotto anche alla griglia, a vapore, lessato in *court-bouillon*, fritto, infarinato o impanato, in padella con il burro, con il quale sta benissimo, ed è anche eccellente abbinato con le erbe.



San Pietro: della famiglia degli Zeidi, ha una struttura tanto compressa da richiedere una sfilettatura simile a quella del rombo. Presenza, al centro dei fianchi, di una grossa macchia nero-violacea orlata di giallo o di grigio. Pur presentando uno scarto del 70% circa, è molto ricercato per la qualità delle carni che si possono utilizzare con le stesse cotture del rombo.

Scorfano: della famiglia degli Scorpenidi, è presente nel Mediterraneo con varie specie variamente denominate (di fondale, nero, rosso, rosa, scorfano). Ha un aspetto bizzarro e sgraziato per la ricca dotazione di spine e creste, alle quali bisogna fare molta attenzione quando lo si pulisce per evitare profonde e dolorose ferite. È considerato uno dei migliori pesci da zuppa e solitamente è apprezzato in questa sua utilizzazione, ma gli esemplari più grandi si cuociono anche al forno o lessati.



Spigola: della famiglia dei Moronidi, viene detto anche branzino o pesce lupo. Vive in tutto il Mediterraneo frequentando anche le valli salmastre e i delta dei fiumi. Può raggiungere lunghezze notevoli (anche 1 metro) ma sui banchi dei mercati gli esemplari più grandi non superano i 50-60 centimetri. La pesca è molto attiva e avviene con reti da posta o con lenze. Ricercatissima, la spigola è anche allevata con tecniche intensive in vasche a terra o in gabbie galleggianti, con tecniche estensive nelle valli e negli stagni salmastri. In cucina è molto versatile: le modalità di cottura spaziano, per il pesce intero, dal forno, al cartoccio, lessato, al vapore, alla griglia o in crosta di sale; i filetti possono essere cucinati in padella, al vapore, sottovuoto, al cartoccio. Il fegato è particolarmente prelibato se saltato in padella con burro e salvia.

Triglia di scoglio: della famiglia dei Mullidi, è un pesce di grande pregio e molto ricercato. Essendo piena di lisce e squame, richiede una pulizia attenta e spesso si preferisce sfilettarla usando le lisce e la testa per il fumetto. Per riconoscerla e distinguerla dalle altre triglie basterà sollevare la prima pinna dorsale e vedere se quest'ultima presenta delle bande colorate. Si utilizza in svariati modi sia nelle cotture umide che nelle zuppe e nella cottura al salto. Ottima anche alla griglia e, se piccola, in frittura.



Pastificio dei Campi
GRAGNANO



www.pastificiodeicampi.it

+40° 42' 26.04", +14° 30' 50.55"