

FRUTTA & CUCINA

“... E la frutta, poi? Della frutta non ne parlare: mele musette, mele ruggini, mele appiuole, mele calamaie, mele dolci, mele brutte e buone, mele cielate che sono bianche e rosse com'è un velluto di seta? E le pere? Quante mai: pere ranelle, pere moscatelle, pere zucchine, pere di San Pietro, pere invernice, pere strangolapreti. E le noci e le noccioli? Ma che bisogna più dire? Perfino le siepi e i pruni, in questo paese, fan frutto. I rovi fanno le coccole e i biancospini i graffiaculi, che sono anch'essi dei frutti, e buoni per i pastorelli”.



La frutta è recepita, nelle nostre campagne, come un fuoripasto, da addentare fresca, magari appena staccata dall'albero, buccia e tutto, senza paura di veleni, di additivi, di conservanti.

Una bellissima miniatura di epoca carrarese (1300) mostra una sorta di fantastico albero della cuccagna straripante di mele, pere agrumi. I cedri, in particolare, adornavano le serre e i giardini delle ville d'altri tempi e fanno bella mostra di sé nelle antiche stampe. Per il cuoco del Medioevo e del Rinascimento, quando anche lo zucchero di canna era merce rara, la frutta secca ed essiccata, in primo luogo mandorle, uvette, fichi - i nostri segalini - noci, era l'ingrediente fondamentale per i dolci, ben diversi dalle torte cui siamo abituati. Veniva usata anche nel primo servizio, quello degli antipasti; coronava i secondi piatti; arrivava alla sua apoteosi nell'ultimo servizio di credenza, in ciò che oggi chiamiamo dessert, che comprendeva anche vini speziati e bevande simili a rosoli e ratafià. La frutta è stata

considerata sempre una ricchezza. Oggi non ci si dà pena neppure di raccogliarla, a meno che non si tratti della salvaguardia di un prodotto tipico - come la castagna, la pesca bianca, la giuggiola di Arquà - per mancanza di tempo e di manodopera. Eppure basta poco: oltre le consuete marmellate, gelatine e macedonie, un frutto può arricchire un piatto, dare un tocco di originalità alla nostra cucina, essere conservato, aromatizzare una grappa, essere trasformato con fantasia. Possiamo dare un tocco di originalità e di gusto a un'insalata aggiungendovi sottili fettine di mele verdi, ma anche prepararne una a base di frutta. La nostra creatività può spingersi a un coniglio alle prugne e uva passa, a una lombata alla cotognata, a un rinascimentale papero alla frutta ed anche, procedendo con la stagione, a una bresaola o a una tacchinella al melograno, a involtini all'uva, a una faraona farcita di castagne, a un polastro pien de nose, ma anche, per ottemperare ai gusti odierni, alle salse di accompagnamento.

Per restare in tema con la stagione, avanziamo qualche proposta.

(Ruzante, Prima Orazione, 1521)

RICETTE

Le salse di accompagnamento erano un tempo estremamente importanti, sia per la vista - erano molto cromatiche - che per dare tono ai piatti più impegnativi, con particolari abbinamenti di gusto, spesso agrodolci. Alcuni frutti sono particolarmente indicati all'uso.

Prugne in agrodolce

Ingredienti: 1 Kg. di prugne piccole e sode, gr. 350 di aceto; gr. 350 di zucchero, 2 chiodi di garofano, la buccia di 1 limone.

Procedimento: pulire le prugne con una pezzuola umida; far bollire l'aceto con lo zucchero, i chiodi di garofano, la buccia di limone; quando l'aceto bolle, unire le prugne intere, per 5 minuti; ritirare dal fuoco e lasciare a riposo per un giorno. Colare quindi la frutta e far bollire lo sciroppo per 10 minuti; versarlo ancora caldo sulla frutta, in modo che la copra senza eccedere. Mettere in vaso

e conservare in luogo fresco e asciutto. È una preparazione ottima per accompagnare arrosti di maiale, cotechino, salsicce.

Salsa di mele

Ingredienti: 1 Kg. di mele, 1 limone, 5 chiodi di garofano, mezzo cucchiaino di cannella in polvere, gr. 100 di vino bianco, gr. 250 di zucchero, 1 pizzico di senape in polvere, in pizzico di pepe, 1 pizzico di sale.

Procedimento: sbucciare e tagliare a pezzetti le mele, metterle in una casseruola (non di alluminio) con il succo di limone, qualche scorzetta, i chiodi, la cannella, il vino bianco. Far bollire, schiumando, fino a che le mele siano asciutte; passare al setaccio di crine; alla purea ottenuta aggiungere lo zucchero, 1 pizzico di sale e di pepe; rimettere sul fuoco e far addensare, sempre mescolando. Versare, calda, in vasi a chiusura ermetica e conservare in luogo fresco e oscuro. Si accompagna a arrosti di maiale e selvaggina.



Ciliegie agrodolci

Ingredienti: 1 Kg. di ciliegie tenere, gr. 250 di zucchero; 1 litro di aceto bianco, 10 chiodi di garofano, 1 scorzetta di limone.

Procedimento: lavare le ciliegie e tagliare il picciolo a un mm. dalla base; farle asciugare, punzecchiarle con un grosso ago e metterle in vasi di vetro a chiusura ermetica. Far bollire l'aceto con lo zucchero, i chiodi, la scorzetta di limone per 15 minuti; togliere dal fuoco; filtrare e versare sulle ciliegie. Chiudere ermeticamente i vasi e conservare al fresco e al buio per un mese. Si servono con il bollito, l'anitra, il tacchino, completano spiedini di carne e verdure alla griglia, si gustano come antipasto, a mo' di olive.

Noci verdi sciropate

Ingredienti: 1 Kg. di noci verdi, raccolte quando il guscio non è ancora formato; 1 Kg di zucchero, buccia di 1 limone, oppure alcuni chiodi di garofano.

Procedimento: forare le noci in 2-3 parti e metterle in acqua fredda, cambiandola ogni 2 giorni perché perdano il sapore amaro. Dopo 8 giorni, cuocerle e colare buttando via l'acqua. Preparare uno sciroppo con lo zucchero e mezzo litro di acqua; quando bolle, aggiungere le noci e continuare la cottura per 2 ore. Mettere in vasi a chiusura ermetica, aromatizzando a piacere.

Si accompagnano bene con il bollito misto alla padovana.

Pensiamo per un momento anche alla bevande: acquistiamo al supermercato gli sciroppi, facciamo uso di superalcolici di importazione, paghiamo a caro prezzo bibite dal nome nuovo, in accattivanti bottiglie, cerchiamo spesso l'esotico. Scomparsi, sembra, i ratafià, i rosoli, le giulebbe, i sorbetti casalinghi, i liquori dai dolci aromi: specialità di una liquoreria casalinga di cui andare fieri, da offrire ai nostri ospiti con la certezza di ben figurare.

Ciliegie in guazzo

Ingredienti: 1 litro di alcol a 50°, un po' di cannella, 4 chiodi di garofano, 500 gr. di zucchero, 700 gr. di ciliegie mature, 300 gr. di lamponi; altre ciliegie a volontà.

Procedimento: in un vaso mettere l'alcol, la cannella, i chiodi di garofano, lo zucchero. Passare a setaccio di crine le ciliegie e i lamponi, metterli nell'infusione per 15 giorni, quindi filtrare. In questo liquido mettere dentro le ciliegie da conservare, lasciando un pezzettino di gambo.

La maniera più semplice è quella di mettere direttamente le ciliegie sotto spirito, con aggiunta di un po' di zucchero, un po' di cannella, qualche chiodo di garofano.

Liquore di more

Ingredienti: 1 Kg. di more, i bicchiere di ribes, 750 gr. di zucchero per ogni litro di sugo, 2 litri di alcol a 50°.

Procedimento: schiacciare e passare al setaccio le more e i ribes; aggiungere lo zucchero, mescolare bene, aggiungere l'alcol. Tenere a riposo per tre settimane dentro un vaso di vetro ben chiuso, mescolando di tanto in tanto per permettere allo zucchero di sciogliersi. Filtrare e mettere in bottiglia.

Liquore di ossi di pesca

Ingredienti: ossi di pesca, alcol a 95°, zucchero.

Procedimento: lasciar macerare gli ossi di pesca in alcol, completamente ricoperti, per due mesi. Togliere dal vaso gli ossi e 300 gr. di alcol, aggiungendoli a 200 gr. di zucchero sciolto a caldo in 200 gr. di acqua. Imbottigliare filtrando.

E per un dessert di sicuro effetto? Abbiamo rispolverato da antichi trattati di gastronomia le... pere al vino greco

Ingredienti: 2 Kg. di pere di buona consistenza; 2 litri di vino speziato con cannella, chiodi di garofano, la buccia sottile di 1 limone; mezzo cucchiaino di legno di sandalo (si acquista in drogheria), 2 hg. di zucchero, 1 punta di cucchiaino di zenzero.

Procedimento: sbucciare le pere, togliere il torsolo e cuocerle intere a fuoco lento nel vino rosso speziato, aggiungendovi del legno di sandalo per rafforzare il colore. Lasciar macerare. Glassare le pere con uno sciroppo composto dal vino stesso, da zucchero e da zenzero, tenendone un po' da parte. Disporre le pere a piramide e colarvi sopra il resto dello sciroppo: alla bontà si aggiunge l'effetto cromatico.

Per amore della nostra cultura, ecco una ricetta per il nocino proposta da Gasparo Gozzi nel 1760:

Ricetta per un rosolio di noci

Scegli noci non troppo verdi, né secche, ma tali che di dentro il gariglio sia buono a mangiare e il guscio non affatto duro: cogliere dall'albero con mano, non battute con pertica; attendi tempo asciutto e vedi che non abbiano macola; nettare e asciugare diligentemente con bianchissimo pannolino di bucato e non vi lasciare piccioli, se vi fossero rimasti; appresso gittate col mallo intorno, come sono, in pulitissimo mortaio, e soppestale col pestello, finché tu ne abbia una specie di pasta, la quale metterai in un vaso capace di terra, versandovi sopra per ogni decina di noci una boccia di mezza libbra di squisita acquavite; tura il vaso con pannolino a più doppi e sopravvi carta-pecora; né lo toccherai più per due mesi, a capo de' quali colerai quanto hai nel vaso per un pannolino di bucato più volte, scambiando ad ogni colatura il pannolino; misura il tuo liquore e giungivi per ogni boccia quattr'once di zucchero e così rimettilo nel tuo vaso che avrai prima fatto lavare e nettare; tura di nuovo il vaso come prima e lascialo un mese; allora feltra il liquore un'altra volta, che sarà maturo e chiaro; mettilo in pulite bottiglie e con diligenza turale, per valertene quando vorrai. Non avendo questo rosolio grato colore all'occhio, glielo potrai far acquistare, pestando con le noci alquanto foglie spicciolate di papavero di campo, fa' tuo conto, una brancata per una decina di noci o per ogni boccia d'acquavite, e avrai cosa gratissima al gusto.