
Puntarelle alla romana

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

Le puntarelle alla romana sono un classico contorno capitolino, potranno essere servite anche insieme a degli antipasti freddi o si potranno utilizzare per condire un buon piatto di pasta. In questo caso sarà necessario far rosolare l'aglio e le alici, precedentemente pestati al mortaio, con qualche cucchiaino di olio extravergine d'oliva, e gettarvi le puntarelle a fuoco rigorosamente spento per non far perder loro la caratteristica principale, la croccantezza. Dopo aver scolato la pasta ben al dente, potrete ripassarla in padella e servirla immediatamente e, per coloro che lo apprezzano, un pizzico di peperoncino, non guasterà. Ingredienti (4 persone) 200 grammi di puntarelle, 7 alici sotto olio, 1 spicchio di aglio, 2 cucchiaini di aceto, 4 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva, q.b. di sale e di pepe. Preparazione Quelle che a Roma, vengono chiamate puntarelle, non sono altro che le foglie più interne, i germogli, della catalogna spigata. A questa pianta andranno tolte le foglie esterne, si utilizzeranno unicamente le inflorescenze, che devono essere sode e croccanti. Si dovranno tagliare in verticale fino ad ottenere delle striscioline, come dei fiammiferi, di 3/4 millimetri di spessore e 3/4 centimetri di lunghezza. A questo punto, andranno messe in ammollo in una ciotola piena di acqua fredda e ghiaccio, la bassa temperatura comporterà la caratteristica arricciatura di questa insalata. Il tipico condimento delle puntarelle è costituito da alici, aglio, olio e aceto. Le alici e l'aglio andranno pestati in un mortaio, quando saranno ridotte a poltiglia, aggiungere l'olio extravergine d'oliva e l'aceto, regolare di pepe e di sale, quest'ultimo solo dopo aver assaggiato l'emulsione ottenuta, poiché potreste rischiare di renderlo troppo sapido, a causa del sapore forte delle alici. Dopo aver mescolato con cura il condimento, versarlo sulle puntarelle e mescolare quindi, servire.