

# CITTÀ BUONA

LE RICETTE DI CITTÀ NUOVA



CITTÀ NUOVA



# CITTÀ BUONA

---

LE RICETTE DI CITTÀ NUOVA

---



**CITTÀ NUOVA**

## Ha scritto le ricette **CRISTINA ORLANDI**

Vivo a Roma, insegno alle elementari e ho la passione per la cucina. Ritengo che dedicare tempo alla preparazione di piatti sia accudire i propri cari, un gesto che equivale a una carezza. Questo è quello che da anni – sono ben 14 anni che collaboro con *Città Nuova* e precedentemente con la creazione del primo sito italiano di ricerca multipla di ricette: *cosacucino.it* – cerco di trasmettere attraverso le mie ricette. I piatti proposti sono semplici “spunti” da reinterpretare dando quel tocco personale che ritengo faccia la differenza, che rende un piatto unico e irripetibile. Sono l'espressione di quello che è per me la cucina, una continua ricerca per afferrare i piccoli segreti degli ingredienti, della cucina etnica, regionale e anche (e soprattutto) di quella familiare che ci fa ripercorrere la nostra tradizione e la storia di coloro che ci sono vicini o lo sono stati.

## Ha scelto i vini **MANUEL COMAZZI**

*(diplomato Associazione Italiana Sommelier)*

Sono impiegato in un ufficio tecnico e non mi ritengo un esperto, perché dovrei lavorare nel settore, ma quando *Città Nuova*, di cui sono abbonato e lettore, mi ha proposto di scegliere dei vini per “Città Buona”, ho aderito con entusiasmo perché sono convinto che cibo e bevande esprimano la cultura di un popolo. Ho assaggiato tutti i vini proposti con l'occhio al portafoglio, cosa che qui a Genova ho imparato ad apprezzare. Sono solo delle indicazioni ma vogliono abbracciare i confini del nostro Stivale perché questa è l'Italia dove gli estremi si toccano. Una parola per Mastri Birrai Umbri: fanno ottime birre! Sceglierle ci consente di sostenere le aziende colpite dal terremoto. Allora... buon appetito e alla salute!



A close-up, artistic photograph of several fish, likely sardines, with a teal overlay containing the text 'SAFORI BLU'. The fish are arranged in a cluster, with their silvery scales and large eyes clearly visible. The teal overlay is a horizontal band across the top of the image, and the text is written in a white, sans-serif font within it.

SAFORI BLU



# Tortino di alici con cipolle, pinoli e uvetta

*La ricetta che segue potrete servirla come antipasto, ma se aumenterete le dosi potrà diventare un ottimo secondo piatto.*

Grillo Zibibbo

Cantina *Sibilana*  
Marsala (TR) - Sicilia



## INGREDIENTI (4 persone)

- 400 gr. di alici
- 100 gr. di pinoli
- 50 gr. di uvetta
- 2 cipolle
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1 manciata di mollica di pane
- 4 foglie di alloro
- 2 cucchiaini di pangrattato
- olio extravergine d'oliva
- q.b. di sale e di pepe

## PREPARAZIONE

Tagliare a fettine sottili la cipolla e farla appassire in un paio di cucchiaini di olio extravergine d'oliva, aggiungere i pinoli, l'uvetta, le foglie di alloro e regolare di sale e di pepe. Bagnare con il vino bianco, alzare la fiamma per far evaporare l'alcol. In ultimo unire un po' di prezzemolo tritato e della mollica di pane sbriciolata.

Aprire le alici, diliscarle, togliere la testa e la coda, lavarle sotto un getto d'acqua e suddividerle in 4 parti. In 4 stampini monoporzione mettere un foglio di carta da forno bagnata e strizzata, un filo di olio extravergine di oliva, mettere un po' di cipolle (senza le foglie di alloro), adagiare uno strato di alici, ripetere la sequenza fino ad esaurimento degli ingredienti. Cuocere nel forno preriscaldato a 180°C per circa 20 minuti.

## COMPOSIZIONE

A cottura ultimata togliere i tortini dagli stampini e porli nei piatti dei commensali, decorando con uvetta, pinoli e una foglia di alloro.

*Le mie varianti*





# Crêpe al salmone, pesto e pomodorini

*Per questa ricetta propongo una preparazione con latte e burro di soia, ma è possibile sostituirli con ingredienti tradizionali.*

## INGREDIENTI (4 persone)

### Per le crêpe:

- 2 uova
- un tuorlo
- 200 gr. di farina
- 500 ml di latte di soia
- burro di soia

### Per la farcia:

- uno scalogno intero
- 300 gr. di salmone affumicato
- 30 pomodorini ciliegia
- un bicchiere di pesto

### Per la besciamella:

- 500 ml di latte di soia
- 50 gr. di burro di soia
- 50 gr. di farina
- noce moscata
- q.b. di sale e di pepe

## PREPARAZIONE

**Per le crêpe:** Sbattere in un recipiente le uova intere e il tuorlo; unire la farina e il latte di soia. Lasciar riposare per 60 minuti. In una padella antiaderente preparare le crêpe dopo aver unto di burro di soia la superficie.

**Per la besciamella:** Far tostare la farina nel burro di soia in un tegame dai bordi alti; aggiungere il latte di soia precedentemente scaldato. Regolare di sale, di pepe e grattugiare la noce moscata. Procedere con la cottura a tegame coperto e a fiamma moderata. Girare con un cucchiaio di legno controllando che la salsa non si attacchi al fondo e non faccia grumi.

**Per la farcia:** Far appassire lo scalogno in una padella, aggiungere il salmone tagliato a pezzettini e i pomodorini tagliati in quarti. Togliere dalla fiamma e unire la besciamella (lasciarne da parte 5 o 6 cucchiaini) e il pesto.

## COMPOSIZIONE

Mettere sul fondo di una pirofila qualche cucchiaio di besciamella, disporre a strati le crêpe e la farcia. Decorare l'ultimo strato con qualche pomodorino, qualche pezzettino di salmone e dei cucchiaini di besciamella. Cuocere in forno a 180°C per 15 minuti.

### *Le mie varianti*



*Sauvignon Blanc Sanct Valentin*

Cantina S. Michele Appiano  
Bolzano - Alto Adige







# Salmone in crosta di pistacchi su purea di zucchine

*Un secondo semplice ma al contempo raffinato. Si potrebbe sostituire il salmone con del pesce spada oppure del tonno, abbassando i tempi di cottura.*

Chardonnay  
Cantina Planeta  
Menfi (AG) - Sicilia



## INGREDIENTI (4 persone)

- 4 tranci di salmone da circa 200 gr. l'uno
- 80 gr. di pistacchi non salati
- 80 gr. di mollica di pane
- 3 pomodori secchi
- alcuni rametti di timo fresco
- un rametto di maggiorana
- scorza grattugiata di ½ lime
- olio extravergine d'oliva
- 3 zucchine
- 80 g di parmigiano grattugiato
- ½ bicchiere di latte
- noce moscata
- una noce di burro
- q.b. di sale e pepe

## PREPARAZIONE

**Per il pesce:** Frullare la mollica nel mixer con un cucchiaino di olio, i pistacchi, la scorza grattugiata del lime, i pomodori secchi, il timo, la maggiorana, sale e pepe. Spennellare i tranci di salmone con l'olio, quindi passarli nella panatura, premendo per farla aderire. Porli in una pirofila ricoperta di carta forno e cuocere in forno preriscaldato a 180°C per circa 20 minuti.

**Per la purea:** Mondare le zucchine, lessarle in acqua salata e frullarle. Mettere la purea in un tegame, aggiungere il latte. Aggiustare di sale e pepe e grattugiarvi la noce moscata. Cuocere a fuoco lento fino a ottenere una crema. Spegnerne la fiamma, unire una noce di burro e il parmigiano.

## COMPOSIZIONE

Servire i tranci di salmone su un letto di purea di zucchine, decorare con un rametto di timo e un filo d'olio.

*Le mie varianti*









# Frittelle di lattuga di mare

*Le alghe sono una preziosa risorsa culinaria e un alimento molto utilizzato nel nostro bacino mediterraneo. In commercio si trovano anche essiccate nei grandi supermercati, nei negozi di cibo bio o giapponesi/cinesi.*

Vermentino di Gallura Renabianca

Cantina Li Duni  
Badesi (OT) - Sardegna



## INGREDIENTI (4-6 persone)

- 80 gr. di alghe del tipo lattuga di mare fresche
- 300 gr. di farina 00
- 210 ml di acqua
- 15 gr. di lievito di birra
- 300 gr. di olio (per friggere)
- q.b. di sale e di pepe nero

## PREPARAZIONE

Sbriciolare il lievito di birra e scioglierlo in un bicchiere di acqua tiepida. Nel frattempo porre in un contenitore la farina setacciata, un pizzico di sale, quindi il lievito precedentemente stemperato, unire gradatamente l'acqua e lavorare con una frusta fino ad ottenere una pastella molle e appiccicosa.

A questo punto aggiungere le alghe, che avrete lavato, mondato e tritato. Amalgamare con cura il composto, coprire con un canovaccio e lasciar riposare in un luogo fresco e asciutto per almeno 60 minuti.

Passato questo tempo, in una padella dai bordi alti, portare a temperatura abbondante olio. Versare piccoli cucchiaini d'impasto nell'olio ben caldo. Si formeranno tante palline che cuocerete con attenzione da ogni parte, senza farle scurire eccessivamente. A cottura ultimata togliere dalla padella le frittelle con una schiumarola e porle

su un foglio di carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.

## COMPOSIZIONE

Per rendere la presentazione più sfiziosa potreste servire le frittelle in spiedini, oppure preparare un cartoccio di carta di pane nel quale porre le croccanti frittelle fumanti. Servire immediatamente, più calde sono e più appetitose saranno. Se lo gradite, macinate del pepe nero.

*Le mie varianti*





# Angel cake

*Un dolce leggero e morbidissimo, tipico degli Stati Uniti, che sarà molto apprezzato. Per la decorazione potete scatenare la fantasia, dalla frutta alle glasse...*

**Barolo chinato**

Cantina Terredavino  
Barolo (CN) - Piemonte



## INGREDIENTI (6-8 persone)

- 160 gr. di farina 00
- 12 albumi
- 300 gr. di zucchero semolato
- 6 gr. di cremor tartaro (o lievito in polvere)
- 1 cucchiaino di estratto di mandorle amare
- semi di una bacca di vaniglia (o vanillina)
- un pizzico di sale

## PREPARAZIONE

Cuocere gli albumi a bagnomaria a fiamma bassa, mescolandoli fino a raggiungere la temperatura di 45°C (meglio usare un termometro da cucina). In alternativa si può usare il microonde. Toglierli dalla fiamma e montarli a neve. Quando inizieranno a diventare bianchi, unire 200 gr. di zucchero. Incorporare l'estratto di mandorle, il cremor tartaro setacciato e i semi di vaniglia. Quando gli albumi saranno diventati spumosi, unire delicatamente la farina setacciata e lo zucchero restante. Distribuire il composto ottenuto nella tortiera apposita per Chiffon o Angel Cake dai bordi alti con foro al centro (fondo di 18 cm di diametro, superficie di 23 cm e altezza di 10 cm). Cuocere in forno statico a 190°C per circa 30 minuti. Verificate la cottura con uno spiedino di legno e quando sarà cotta capovolgetela su un tagliere per evitare che si sgonfi.

## COMPOSIZIONE

Lavare e tagliare in quarti 250 gr. di fragole. Dopo averle fatte macerare con zucchero e succo di limone, disporle sulla torta che andrete a servire.

*Le mie varianti*

