

La scienza in cucina e L'ARTE DI MANGIAR BENE¹

Manuale pratico per le famiglie compilato da

PELLEGRINO ARTUSI²

(790 ricette)

INDICE

MINESTRE.....	1
12. MINESTRA DI PANGRATTATO	1
13. TAGLIERINI DI SEMOLINO.....	1
14. GNOCCHI.....	2
FRITTI.....	2
187. COTOLETTE DI CARCIOFI	2
200. CROCCHETTE DI PATATE.....	2

MINESTRE

Una volta si diceva che la minestra era la biada dell'uomo; oggi i medici consigliano di mangiarne poca per non dilatare troppo lo stomaco e per lasciare la prevalenza al nutrimento carneo, il quale rinforza la fibra, mentre i farinacei, di cui le minestre ordinariamente si compongono, risolvendosi in tessuto adiposo, la rilassano. A questa teoria non contraddico: ma se mi fosse permessa un'osservazione, direi: Poca minestra a chi non trovandosi nella pienezza delle sue forze, né in perfetta salute, ha bisogno di un trattamento speciale; poca minestra a coloro che avendo tendenza alla pinguetudine ne vogliono rattener lo sviluppo; poca minestra, e leggiera, ne' pranzi di parata se i commensali devono far onore alle varie pietanze che le vengono appresso; ma all'infuori di questi casi una buona e generosa minestra per chi ha uno scarso desinare sarà sempre la benvenuta, e però fatele festa. Penetrato da questa ragione mi farò un dovere d'indicare tutte quelle minestre che via via l'esperienza mi verrà suggerendo. (...)

12. MINESTRA DI PANGRATTATO

I pezzetti di pane avanzato, divenuti secchi, in Toscana si chiamano seccherelli; pestati e stacciati, servono in cucina da pangrattato e si possono anche adoperare per una minestra. Versate questo pangrattato nel brodo, quando bolle, nella stessa proporzione di un semolino. A seconda della quantità, disfate due o più uova nella zuppiera, uniteci una cucchiata colma di parmigiano per ogni uovo e versateci la minestra bollente a poco per volta.

13. TAGLIERINI DI SEMOLINO

Non sono molto dissimili da quelli fatti di farina, ma reggono di più alla cottura, essendo la sodezza un pregio di questa minestra. Oltre a ciò lasciano il brodo chiaro e pare che lo stomaco rimanga più leggero.

Occorre semolino di grana fine; ed ha bisogno di essere intriso colle uova qualche ora prima di tirare la sfoglia. Se quando siete per tirarla, vi riuscisse troppo morbida, aggiungete qualche

¹ Edizione elettronica del testo tratta dal sito <http://www.liberliber.it/>

² (Forlimpopoli, 1820 – Firenze, 1991)

pizzico di semolino asciutto per ridurre l'impasto alla durezza necessaria, onde non si attacchi al matterello. Non occorre né sale, né altri ingredienti.

14. GNOCCHI

È una minestra da farsene onore; ma se non volete consumare appositamente per lei un petto di pollastra o di cappone, aspettate che vi capiti d'occasione.

Cuocete nell'acqua, o meglio a vapore, grammi 200 di patate grosse e farinacee e passatele per istaccio, A queste unite il petto di pollo lesso tritato finissimo colla lunetta, grammi 40 di parmigiano grattato, due rossi d'uovo, sale quanto basta e odore di noce moscata. Mescolate e versate il composto sulla spianatoia sopra a grammi 30 o 40 (che tanti devono bastare) di farina per legarlo, e poterlo tirare a bastoncini grossi quanto il dito mignolo. Tagliate questi a tocchetti e gettateli nel brodo bollente ove una cottura di cinque o sei minuti sarà sufficiente.

Questa dose potrà bastare per sette od otto persone.

Se il petto di pollo è grosso, due soli rossi non saranno sufficienti.

FRITTI

187. COTOLETTE DI CARCIOFI

Certe signore si dovevano di non trovare nel mio libro questo fritto, ed eccole appagate.

Prendete due carciofi grossi, nettateli dalle foglie dure e raschiatene il gambo, poi lessateli, ma non troppo, e così bollenti tagliateli per il lungo in cinque fette ciascuno, lasciandoci un po' di gambo, e conditeli con sale e pepe.

Fate una balsamella così:

- Farina, grammi 30.
- Burro, grammi 30.
- Parmigiano grattato, grammi 20.
- Latte, decilitri 2.

Tolta dal fuoco mescolateci un rosso d'uovo, il parmigiano e una presa di sale, e prese su ad una ad una pel gambo le fette dei carciofi immergetele nella balsamella, distendetele su un vassoio e, con un cucchiaino, ricopritele con la balsamella rimasta. Dopo diverse ore, quando saranno ben diace, doratele con un uovo frullato, impanatele e friggetele nell'olio o nello strutto.

200. CROCCHETTE DI PATATE

- Patate, grammi 300.
- Burro, grammi 30.
- Parmigiano grattato, grammi 20.
- Rossi d'uovo, n. 2.
- Zucchero, un cucchiaino.
- Odore di noce moscata.

Le patate sbucciate e se sono grosse tagliatele in quattro parti e mettetele a bollire in acqua salata per passarle dallo staccio asciutte quando saranno cotte ed ancora bollenti.

Al passato aggiungete il burro, sciolto d'inverno, e tutto il resto, mescolando.

Lasciate che il composto diacci bene, dividetelo in dieci o dodici parti e, sopra uno strato leggiero di farina, date loro la forma di rocchetto per ottenere le crocchette.

Frullate un uovo e nel medesimo immergetele ad una ad una, panatele e friggetele in olio o lardo onde servirle per contorno a un fritto di carne o ad un arrosto.