



## ricette e poesia dalle comunità Slow Food



Il lungo viaggio di Terra Madre 2020 volge al termine. Per questo fine settimana pasquale abbiamo pensato di segnalarvi ricette sfiziose e curiosità gastronomiche che speriamo possano divertirvi.

Terra Madre Playlist. Food Talk, Come si fa, Conferenze e Forum. Sono i format di Terra Madre che da ottobre ci accompagnano in questo lungo viaggio che abbiamo fatto insieme per approfondire tutte le storie dietro la nostro piatto, dalla semina alle implicazioni politiche, sociali e ambientali delle nostre scelte alimentari.

Oggi vogliamo divertirvi anche un po' a mettere insieme una playlist degli incontri che ci hanno colpito e che speriamo anche voi rivedrete con piacere. E magari potete cimentarvi in qualche ricetta!

Intanto, tra gli eventi in programma non potete perdere quello organizzato da Slow Food Antigua (appuntamento il 20 aprile). Vi portiamo in una spiaggia bellissima, a scoprire il segreto della cucina Itat fatta di ingredienti *dadli*, ovvero nativi, locali. A condurci in questa esplorazione avventurosa, al suono della musica reggae, è Bongo First, che ci mostra come realizzare una zuppa di verdure – eddoes, igname, okra, patate, fagiolini... – cuocendola nel latte o nella crema di cocco. Tutto perfettamente itat! Tutto meravigliosamente vital!





I passatelli in brodo nella ricetta numero 20 di Pellegrino Artusi

I passatelli raccontano di una semplicità che è “povera” e sublime a un tempo. A presentarci la ricetta dei passatelli è Teresa Margheritini, Marietta di casa Artusi e rappresentante della comunità Slow Food delle Mariette.

In pochi e sapientissimi gesti mostra le dosi corrette di pane grattugiato, parmigiano reggiano, pecorino di fossa, e poi di noce moscata e scorza di limone. Su questi ultimi possiamo più o meno abbondare, a seconda del sapore desiderato. Ci mostra gli strumenti, la tecnica di impasto, e un risultato che – anche guardandolo in video – sa di paradiso e scalda il cuore.

Terra Madre – Come si fa?

Le fresine con noci e baccalà

Un po' più larghe delle linguine, le fresine sono una pasta trafilata al bronzo, ruvida e che trattiene meravigliosamente i sughi. Sono un formato di pasta tipico della tradizione di Gragnano. E sono ideali per sughi ricchi e corposi. Peppe Guida chef dell'Antica Osteria Nonna Rosa a Vico Equense ci regala un sogno succulento, e cucina le fresine con un sugo bianco di baccalà, noci, pecorino, un pizzico di peperoncino e un'abbondante spolverata di prezzemolo.

Sembra facile, veloce, ma è una preparazione estremamente sapiente, capace di esaltare al massimo tutti i sapori, che come dice Peppe: non si possono raccontare, si possono solo mangiare! Per esempio, lo sapevate che la pasta è meglio mantecarla nel sugo un po' prima che raggiunga la cottura ottimale? Provateci, e vedrete come la pasta si predispone a raccogliere quel tripudio di semplicissimi sapori.

Il manzo Stroganoff

Direttamente dalla Russia un piatto le cui origini sono tuttora dibattute. Il filetto o manzo Stroganoff è uno dei grandi classici della cucina russa del XIX, diventato poi popolare in tutto il mondo, con grandi variazioni rispetto alla ricetta originale. Si tratta di pezzi di manzo o di un filetto saltato in salsa di smetana, un prodotto caseario ottenuto dalla panna sottoposta a fermentazione lattica e diffusa in tutta l'Europa dell'Est.

È una salsa versatile, dal sapore delicato e lievemente acidulo che si può accompagnare



a piatti dolci o salati, caldi o freddi. Quanto al nome del piatto, alcuni riportano che sia stato preparato dal cuoco francese del conte Pavel Stroganoff, il quale aggiunse la panna acida al manzo in fricassea, per compiacere i gusti del conte. Secondo altri, invece, Stroganoff era il nome del medico che curò un'intossicazione di aringhe con un farmaco molto particolare... Costituito da carne bovina, cipolle e panna acida!

Il tabbouleh con la roveja di Civita di Cascia

I legumi non sono adatti solo al consumo invernale, in sostanziose e saporite zuppe. Ce lo dimostra oggi la chef Valentina Dugo che con la roveja di Civita di Cascia (Presidio Slow Food) prepara un freschissimo tabbouleh mediorientale, adatto anche a un picnic di primavera!

Karsambaç, un dolce fatto di neve

Sedetevi e preparatevi a viaggiare nella poesia. Vi raccontiamo e mostriamo la storia di Resul Kök, un raccoglitore di neve e originario di Çamlıyayla, piccola città delle montagne di Tarso nel sud della Turchia.

In primavera e in estate Resul viaggia da solo a cavallo esplorando le montagne per raccoglierne il prezioso ghiaccio, lo taglia, lo porta in città, e qui gli vengono aggiunti sciroppi dolci per creare uno dei segreti culinari meglio custoditi della Turchia. Si tratta del karsambaç: un dolce fatto con la neve della montagna stessa, antenato naturale della granita e dei coni di neve, una specialità popolare del Tarso nonostante il numero esiguo di persone che continuano a raccogliere la neve in modo tradizionale.

L'uva in mare

Sembra quasi una follia, eppure l'idea di fare un vino mettendo in mare l'uva, prima dell'appassimento e poi della fermentazione non è folle per nulla. Tant'è che era un metodo di produzione già praticato dagli antichi Greci, in particolare sull'isola di Chio, oltre 2000 anni fa. A rimettersi sulle loro tracce è stato il professor **Attilio Scienza**, ordinario di viticoltura dell'Università degli Studi di Milano, insieme ad Angela Zinnai e Francesca Venturi del corso di viticoltura ed enologia dell'Università di Pisa. P

rotagonista dell'esperimento – perché al momento è di un esperimento che stiamo parlando – è Antonio Arrighi, piccolo viticoltore dell'Isola d'Elba. L'uva in mare è la sua ansonica.

Terra Madre – Come si fa?

La raccoglitrice

Vi presentiamo qui un bellissimo video racconto della regista Anna Kauber che descrive una delle sue donne non convenzionali. Sono pastore, apicoltrici, coltivatrici di fiori edibili, raccoglitrice... Sono donne che portano in sé e consegnano al mondo un messaggio importante: di amore e rispetto per la natura e di cura per il futuro del pianeta, che è anche il nostro futuro.

Hai imparato qualcosa di nuovo da questa pagina?

SiNo

