

«RICICLAGGIO» IN CUCINA
Calendario Slow Food
La ricetta di Franca

METTI la cuoca sul calendario, ma non a nudo. «Giusto così», con una grafica che gioca sulla sovrapposizione di «giusto» e «gusto», è il calendario 2009 realizzato da Slow Food Italia e **Comieco**, consorzio per il riciclaggio degli imballaggi, dedicato alla grande cucina con gli avanzi: cioè come riciclare i resti di un pranzo, e fare da mangiare con materie povere. E tra i cuochi di questo calendario spicca la presenza di Franca Franceschini (**nella foto**), chef del Ristorante Romano di Viareggio, che illuminata dalla stella Michelin che accompagna buona parte della sua quarantennale attività, propone una ricetta risparmiata per i mesi di luglio e agosto.



LA RICETTA è la pappa al pomodoro con testa e trippa di rana pescatrice, e utilizza due parti del pesce che di solito si buttano via. Prima va fatto il brodo con la testa e la lisca della pescatrice, 1 cipolla bianca, 1 pomodoro maturo, 2 carote, 2 coste di sedano con foglie, 30 grammi di olio e.v. d'oliva, 2 litri d'acqua, peperoncino, sale e pepe. Gli ingredienti vanno coperti con acqua fredda e portati a

ebollizione per un'ora. La polpa della testa va recuperata e tenuta da parte. Il brodo, un litro e mezzo ben filtrato, serve per fare la pappa al pomodoro: 1 kg di pomodori maturi, 1/2 chilo di mollica di pane raffermo, 150 grammi di olio e.v. d'oliva, peperoncino, 1 spicchio d'aglio, 10 foglie di basilico, 1 cipolla bianca, sale e pepe. I pomodori vanno pelati, privati dei semi e tagliuzzati. In un tegame bisogna rosolare i pomodori per 15 minuti con olio, aglio, basilico, cipolla tritata e peperoncino. Aggiustare di sale e pepe, togliere l'aglio, unire il pane spezzettato, il brodo, e cuocere altri 30 minuti. La pappa va mescolata continuamente col mestolo di legno.

PER LA TRIPPA della pescatrice, oltre alla parte del pesce, servono olio e.v. d'oliva, aglio, peperoncino, sale e pepe. La trippa va lavata bene e tagliata a fettine, e bollita per 20 minuti in acqua salata dove dovrà raffreddare. Quindi la trippa va saltata in padella con sale e aromi. In ogni scodella va messa la pappa al pomodoro, con sopra la polpa della testa e la trippa della pescatrice, e si condisce con olio extravergine.

VI AGENDA VERBA

17 dicembre

18 dicembre

19 dicembre

20 dicembre

21 dicembre

22 dicembre

23 dicembre

24 dicembre

25 dicembre

26 dicembre

27 dicembre

28 dicembre

29 dicembre

30 dicembre

31 dicembre

1 gennaio

2 gennaio

3 gennaio

4 gennaio

5 gennaio

6 gennaio

7 gennaio

8 gennaio

9 gennaio

10 gennaio

11 gennaio

12 gennaio

13 gennaio

14 gennaio

15 gennaio

16 gennaio

17 gennaio

18 gennaio

19 gennaio

20 gennaio

21 gennaio

22 gennaio

23 gennaio

24 gennaio

25 gennaio

26 gennaio

27 gennaio

28 gennaio

29 gennaio

30 gennaio

31 gennaio

1 febbraio

2 febbraio

3 febbraio

4 febbraio

5 febbraio

6 febbraio

7 febbraio

8 febbraio

9 febbraio

10 febbraio

11 febbraio

12 febbraio

13 febbraio

14 febbraio

15 febbraio

16 febbraio

17 febbraio

18 febbraio

19 febbraio

20 febbraio

21 febbraio

22 febbraio

23 febbraio

24 febbraio

25 febbraio

26 febbraio

27 febbraio

28 febbraio

29 febbraio

30 febbraio

1 marzo

2 marzo

3 marzo

4 marzo

5 marzo

6 marzo

7 marzo

8 marzo

9 marzo

10 marzo

11 marzo

12 marzo

13 marzo

14 marzo

15 marzo

16 marzo

17 marzo

18 marzo

19 marzo

20 marzo

21 marzo

22 marzo

23 marzo

24 marzo

25 marzo

26 marzo

27 marzo

28 marzo

29 marzo

30 marzo

31 marzo

1 aprile

2 aprile

3 aprile

4 aprile

5 aprile

6 aprile

7 aprile

8 aprile

9 aprile

10 aprile

11 aprile

12 aprile

13 aprile

14 aprile

15 aprile

16 aprile

17 aprile

18 aprile

19 aprile

20 aprile

21 aprile

22 aprile

23 aprile

24 aprile

25 aprile

26 aprile

27 aprile

28 aprile

29 aprile

30 aprile

1 maggio

2 maggio

3 maggio

4 maggio

5 maggio

6 maggio

7 maggio

8 maggio

9 maggio

10 maggio

11 maggio

12 maggio

13 maggio

14 maggio

15 maggio

16 maggio

17 maggio

18 maggio

19 maggio

20 maggio

21 maggio

22 maggio

23 maggio

24 maggio

25 maggio

26 maggio

27 maggio

28 maggio

29 maggio

30 maggio

31 maggio

1 giugno

2 giugno

3 giugno

4 giugno

5 giugno

6 giugno

7 giugno

8 giugno

9 giugno

10 giugno

11 giugno

12 giugno

13 giugno

14 giugno

15 giugno

16 giugno

17 giugno

18 giugno

19 giugno

20 giugno

21 giugno

22 giugno

23 giugno

24 giugno

25 giugno

26 giugno

27 giugno

28 giugno

29 giugno

30 giugno

1 luglio

2 luglio

3 luglio

4 luglio

5 luglio

6 luglio

7 luglio

8 luglio

9 luglio

10 luglio

11 luglio

12 luglio

13 luglio

14 luglio

15 luglio

16 luglio

17 luglio

18 luglio

19 luglio

20 luglio

21 luglio

22 luglio

23 luglio

24 luglio

25 luglio

26 luglio

27 luglio

28 luglio

29 luglio

30 luglio

31 luglio

1 agosto

2 agosto

3 agosto

4 agosto

5 agosto

6 agosto

7 agosto

8 agosto

9 agosto

10 agosto

11 agosto

12 agosto

13 agosto

14 agosto

15 agosto

16 agosto

17 agosto

18 agosto

19 agosto

20 agosto

21 agosto

22 agosto

23 agosto

24 agosto

25 agosto

26 agosto

27 agosto

28 agosto

29 agosto

30 agosto

31 agosto

1 settembre

2 settembre

3 settembre

4 settembre

5 settembre

6 settembre

7 settembre

8 settembre

9 settembre

10 settembre

11 settembre

12 settembre

13 settembre

14 settembre

15 settembre

16 settembre

17 settembre

18 settembre

19 settembre

20 settembre

21 settembre

22 settembre

23 settembre

24 settembre

25 settembre

26 settembre

27 settembre

28 settembre

29 settembre

30 settembre

1 ottobre

2 ottobre

3 ottobre

4 ottobre

5 ottobre

6 ottobre

7 ottobre

8 ottobre

9 ottobre

10 ottobre

11 ottobre

12 ottobre

13 ottobre

14 ottobre

15 ottobre

16 ottobre

17 ottobre

18 ottobre

19 ottobre

20 ottobre

21 ottobre

22 ottobre

23 ottobre

24 ottobre

25 ottobre

26 ottobre

27 ottobre

28 ottobre

29 ottobre

30 ottobre

31 ottobre

1 novembre

2 novembre

3 novembre

4 novembre

5 novembre

6 novembre

7 novembre

8 novembre

9 novembre

10 novembre

11 novembre

12 novembre

13 novembre

14 novembre

15 novembre

16 novembre

17 novembre

18 novembre

19 novembre

20 novembre

21 novembre

22 novembre

23 novembre

24 novembre

25 novembre

26 novembre

27 novembre

28 novembre

29 novembre

30 novembre

1 dicembre

2 dicembre

3 dicembre

4 dicembre

5 dicembre

6 dicembre

7 dicembre

8 dicembre

9 dicembre

10 dicembre

11 dicembre

12 dicembre

13 dicembre

14 dicembre

15 dicembre

16 dicembre

17 dicembre

18 dicembre

19 dicembre

20 dicembre

21 dicembre

22 dicembre

23 dicembre

24 dicembre

25 dicembre

26 dicembre

27 dicembre

28 dicembre

29 dicembre

30 dicembre

31 dicembre

1 gennaio

2 gennaio

3 gennaio

4 gennaio

5 gennaio

6 gennaio

7 gennaio

8 gennaio

9 gennaio

10 gennaio

11 gennaio

12 gennaio

13 gennaio

14 gennaio

15 gennaio

16 gennaio

17 gennaio

18 gennaio

19 gennaio

20 gennaio

21 gennaio

22 gennaio

23 gennaio

24 gennaio

25 gennaio

26 gennaio

27 gennaio

28 gennaio

29 gennaio

30 gennaio

31 gennaio

1 febbraio

2 febbraio

3 febbraio

4 febbraio

5 febbraio

6 febbraio

7 febbraio

8 febbraio

9 febbraio

10 febbraio

11 febbraio

12 febbraio

13 febbraio

14 febbraio

15 febbraio

16 febbraio

17 febbraio

18 febbraio

19 febbraio

20 febbraio

21 febbraio

22 febbraio

23 febbraio

24 febbraio

25 febbraio

26 febbraio

27 febbraio

28 febbraio

29 febbraio

30 febbraio

1 marzo

2 marzo

3 marzo

4 marzo

5 marzo

6 marzo

7 marzo

8 marzo

9 marzo

10 marzo

11 marzo

12 marzo

13 marzo

14 marzo

15 marzo

16 marzo

17 marzo

18 marzo

19 marzo

20 marzo

21 marzo

22 marzo

23 marzo

24 marzo

25 marzo

26 marzo

27 marzo

28 marzo

29 marzo

30 marzo

31 marzo

1 aprile

2 aprile

3 aprile

4 aprile

5 aprile

6 aprile

7 aprile

8 aprile

9 aprile

10 aprile

11 aprile

12 aprile

13 aprile

14 aprile

15 aprile

16 aprile

17 aprile

18 aprile

19 aprile

20 aprile

21 aprile

22 aprile

23 aprile

24 aprile

25 aprile

26 aprile

27 aprile

28 aprile

29 aprile

30 aprile

1 maggio

2 maggio

3 maggio

4 maggio

5 maggio

6 maggio

7 maggio

8 maggio

9 maggio

10 maggio

11 maggio

12 maggio

13 maggio

14 maggio

15 maggio

16 maggio

17 maggio

18 maggio

19 maggio

20 maggio

21 maggio

22 maggio

23 maggio

24 maggio

25 maggio

26 maggio

27 maggio

28 maggio

29 maggio

30 maggio

31 maggio

1 giugno

2 giugno

3 giugno

4 giugno

5 giugno

6 giugno

7 giugno

8 giugno

9 giugno

10 giugno

11 giugno

12 giugno

13 giugno

14 giugno

15 giugno

16 giugno

17 giugno

18 giugno

19 giugno

20 giugno

21 giugno

22 giugno

23 giugno

24 giugno

25 giugno

26 giugno

27 giugno

28 giugno

29 giugno

30 giugno

1 luglio

2 luglio

3 luglio

4 luglio

5 luglio

6 luglio

7 luglio

8 luglio

9 luglio

10 luglio

11 luglio

12 luglio

13 luglio

14 luglio

15 luglio

16 luglio

17 luglio

18 luglio

19 luglio

20 luglio

21 luglio

22 luglio

23 luglio

24 luglio

25 luglio

26 luglio

27 luglio

28 luglio

29 luglio

30 luglio

31 luglio

1 agosto

2 agosto

3 agosto

4 agosto

5 agosto

6 agosto

7 agosto

8 agosto

9 agosto

10 agosto

11 agosto

12 agosto

13 agosto

14 agosto

15 agosto

16 agosto

17 agosto

18 agosto

19 agosto

20 agosto

21 agosto

22 agosto

23 agosto

24 agosto

25 agosto

26 agosto

27 agosto

28 agosto

29 agosto

30 agosto

31 agosto

1 settembre

2 settembre

3 settembre

4 settembre

5 settembre

6 settembre

7 settembre

8 settembre

9 settembre

10 settembre

11 settembre

12 settembre

13 settembre

14 settembre

15 settembre

16 settembre

17 settembre

18 settembre

19 settembre

20 settembre

21 settembre

22 settembre

23 settembre

24 settembre

25 settembre

26 settembre

27 settembre

28 settembre

29 settembre

30 settembre

1 ottobre

2 ottobre

3 ottobre

4 ottobre

5 ottobre

6 ottobre

7 ottobre

8 ottobre

9 ottobre

10 ottobre

11 ottobre

12 ottobre

13 ottobre

14 ottobre

15 ottobre

16 ottobre

17 ottobre

18 ottobre

19 ottobre

20 ottobre

21 ottobre

22 ottobre

23 ottobre

24 ottobre

25 ottobre

26 ottobre

27 ottobre

28 ottobre

29 ottobre

30 ottobre

31 ottobre

1 novembre

2 novembre

3 novembre

4 novembre

5 novembre

6 novembre

7 novembre

8 novembre

9 novembre

10 novembre

11 novembre

12 novembre

13 novembre

14 novembre

15 novembre

16 novembre

17 novembre

18 novembre

19 novembre

20 novembre

21 novembre

22 novembre

23 novembre

24 novembre

25 novembre

26 novembre

27 novembre

28 novembre

29 novembre

30 novembre

1 dicembre

2 dicembre

3 dicembre

4 dicembre

5 dicembre

6 dicembre

7 dicembre

8 dicembre

9 dicembre

10 dicembre

11 dicembre

12 dicembre

13 dicembre

14 dicembre

15 dicembre

16 dicembre

17 dicembre

18 dicembre

19 dicembre

20 dicembre

21 dicembre

22 dicembre

23 dicembre

24 dicembre

25 dicembre

26 dicembre

27 dicembre

28 dicembre

29 dicembre

30 dicembre

31 dicembre

1 gennaio

2 gennaio

3 gennaio

4 gennaio

5 gennaio

6 gennaio

7 gennaio

8 gennaio

9 gennaio

10 gennaio

11 gennaio

12 gennaio

13 gennaio

14 gennaio

15 gennaio

16 gennaio

17 gennaio

18 gennaio

19 gennaio

20 gennaio

21 gennaio

22 gennaio

23 gennaio

24 gennaio

25 gennaio

26 gennaio

27 gennaio

28 gennaio

29 gennaio

30 gennaio

31 gennaio

1 febbraio

2 febbraio

3 febbraio

4 febbraio

5 febbraio

6 febbraio

7 febbraio

8 febbraio

9 febbraio

10 febbraio

11 febbraio

12 febbraio

13 febbraio

14 febbraio

15 febbraio

16 febbraio

17 febbraio

18 febbraio

19 febbraio

20 febbraio

21 febbraio

22 febbraio

23 febbraio

24 febbraio

25 febbraio

26 febbraio

27 febbraio

28 febbraio

29 febbraio

30 febbraio

1 marzo

2 marzo

3 marzo

4 marzo

5 marzo

6 marzo

7 marzo

8 marzo

9 marzo

10 marzo

11 marzo

12 marzo

13 marzo

14 marzo

15 marzo

16 marzo

17 marzo

18 marzo

19 marzo

20 marzo

21 marzo

22 marzo

23 marzo

24 marzo

25 marzo

26 marzo

27 marzo

28 marzo

29 marzo

30 marzo

31 marzo

1 aprile

2 aprile

3 aprile

4 aprile

5 aprile

6 aprile

7 aprile

8 aprile

9 aprile

10 aprile

11 aprile

12 aprile

13 aprile

14 aprile

15 aprile

16 aprile

17 aprile

18 aprile

19 aprile

20 aprile

21 aprile

22 aprile

23 aprile

24 aprile

25 aprile

26 aprile

27 aprile

28 aprile

29 aprile

30 aprile

1 maggio

2 maggio

3 maggio

4 maggio

5 maggio

6 maggio