

«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 risparmiosa 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 VERBALE

RICICLAGGIO IN CUCINA
Calendario Slow Food
La ricetta di Franca

Mercoledì del cuore
Il sole nasce d'indaco

Conferenza del sabato
Il teatro di Nibbia

tema

la redazione