

### Salsa genovese per pesce lesso

**Ingredienti**  
 pinoli (40 g), capperi, un acciuga salata, un rosso d'uovo sodo, la polpa di tre olive in salamoia, aglio, prezzemolo, una midolla di pane grossa quanto un uovo inzuppata in aceto, sale, pepe

**Preparazione**  
 Tritate finissimo con la lunetta il prezzemolo e tagliate e poi mettete questi e tutto il resto in un mortaio e dopo aver ridotto il composto finissimo passatelo dallo staccio e diluitelo con grammi 80 d'olio e un gocciolo d'aceto; ma assaggiatelo prima per dosarlo giusto. È una salsa eccellente e bastante a grammi 600 di peso.

**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

«Mancherei a un dovere di riconoscenza se non dichiarassi che parecchie ricette le devo alla cortesia di alcune signore»

### Crescioni

**Ingredienti**  
 spinaci, olio, aglio, prezzemolo, sale, pepe, pasta n.153

**Preparazione**  
 Si lessano i spinaci senz'acqua e bene, si mettono in umido fritto di olio, aglio, sale e pepe; poi si aggraziano con un po' di sapa e con la mancanza della sapa e secca si supplisce con uva passolina. Poi questi spinaci si chiudono nella pasta n. 153 tirata a sfoglia sottile e tagliata con un disco. Questi dischi si piegano in due a forma di mezza luna, si stringe bene la piegatura e si frigge nell'olio.



**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

«Perché si chiamano crescioni e non tortelli di spinaci e vattelapesca?»

### Mostarda all'uso toscano

**Ingredienti**  
 uva dolce (2 kg, 2/3 nera, 2/3 bianca), mele rosse (1 kg), due pere grosse, vino bianco o vin santo, cedro candito, senapa bianca



**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

**Preparazione**  
 Le mele e le pere sbucciate e tagliate a fette sottili, mettele al fuoco col detto vino e quando l'avranno tirato tutto versate il mosto. Rimestate spesso e quando il composto sarà condensato alquanto lasciatelo freddare e aggiungete la senapa, sciolta con un poco di vino caldo, e il candito in minuti pezzetti. Conservatela in vasetti con sopra un sottile velo di cannella in polvere. La senapa eccita l'appetito e favorisce la digestione.

«In difetto di cavalli, si cerca di far trottare gli asini»

## L'Artusi e il suo doppio



Chi ha letto quello straordinario libro che s'intitola *La Scienza in cucina* di Pellegrino Artusi (una delle più originali storie dell'Italia unita, pubblicata nel 1891) e non ha osato mettersi ai fornelli frenato dalla ricchezza degli ingredienti richiesti per ciascun piatto, può tentare. Il prezioso libretto che è appena stato rieditato da Egea raccoglie le ricette per giorni senza carne: *Pranzi di magro*. Zuppa alla certosa, minestra di erbe passate, gnocchetti di farina gialla, zuppa di purè di piselli secchi, tortelli di carne. Una scelta alimentare consapevolmente "povera", con un'abbondanza di ingredienti con il riso e il latte nelle ricette. Lo scienziato Artusi evita accostamenti religiosi, ma registrando il costume popolare inevitabilmente certifica la prassi di una fede vissuta mangiando. Proponiamo sei di queste ricette.

Testi da "Pranzi di magro. Ricettario per giorni senza carne" di Pellegrino Artusi (Edb, 2017)

### Gnocchi allo romano

**Ingredienti**  
 farina (150 g), burro (150 g), cacio gruiera (40 g), parmigiano (20 g), latte (mezzo litro), due uova



**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

**Preparazione**  
 Infridete la farina colle uova e col latte versato entro una cazzaruola, aggiungete il cacio gruiera a pezzettini e mettetelo in triso al fuoco. Quando sarà assodato per la cottura della farina, salatelo e aggiungete la metà del burro. Lasciate che il composto diacci e poi mettetelo a tocchetti in un vassoio che regga al fuoco e conditelo via via col resto del burro a pezzetti e col parmigiano grattato. Rosciateli e serviteli caldi.

«A tavola non si dovrebbe essere in meno del numero delle Grazie, Né in più del numero delle Muse»

### Anguilla arrosto

**Ingredienti**  
 anguilla (preferibilmente di Comacchio), crostini, salvia o alloro, sale, pepe, spicchi di limone



**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

**Preparazione**  
 Spelate l'anguilla, tagliatela a rocchi lunghi tre o centimetri ed infilateli tra due crostini con qualche foglia di salvia o alloro. Cuocetela in bianco a fuoco moderato. Per condimento, sale e spicchi di limone quando si manda in tavola. L'anguilla arrostita, a parer mio, riesce più gustosa cotta in gratella con la sua pelle. Per condimento sale e pepe soltanto. L'anguilla si chiede nel pasteggiare vino rosso ed asciutto.

«Le anguille di Comacchio sono le migliori d'Italia se non le superano quelle del lago di Bolsena rammentate da Dante»

### Baccalà Normandese

**Ingredienti principali:**  
 baccalà polputo, ammollito (500 g), olio sopraffino (200 g) e panna o latte eccellente



**Difficoltà**  
 ● ○ ○

**Velocità**  
 ● ○ ○

**Preparazione**  
 La detta quantità nettata da spina, lisce, pelle e nerbetti, rimarrà al pulito grammi 340. Dopo averlo così curato, pestatelo e poi ponetelo in una cazzaruola, con la panna, sopra a un fuoco non troppo ardente. Quando avrà assorbito la panna cominciate a versar l'olio lavorandolo molto con l'arma brandita, cioè col mestolo. Levatelo quando vi parrà cotto e servitelo freddo con un contorno di taruffi crudi tagliati a fette sottilissime.

«Com'è bizzarra la nomenclatura della cucina! Perché montebianco e non montegiallo come apparisce quando è formato?»