



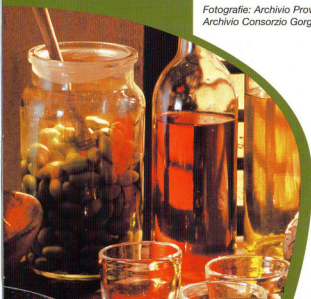
LA CUCINA DI VARESE E DEL SUO TERRITORIO

Sommario

PRESENTAZIONE	3
ANTIPASTI	5
ZUPPE	9
RISOTTI	12
PASTE E GNOCCHI	15
POLENTE	17
PIATTI UNICI	18
SECONDI PIATTI	21
FORMAGGI	29
UOVA	29
FUNGHI	30
DOLCI	31
VINI	35

Estratto da supplemento a:
"LOMBARDIA NORD/OVEST",
rivista della Camera di Commercio
Industria Artigianato e Agricoltura di Varese, n. 3/1985

Fotografie: Archivio Provincia di Varese (SIAF-CNA Varese),
Archivio Consorzio Gorgonzola (Novara).





CIPOLLE RIPIENE DI MAGRO

- 1 cipolla (a testa) piena
- 2 etti formaggio magro (crescenza)
- 2 uova intere
- 1 etto pane grattugiato
- 1 etto noci tritate
- noce moscata
- pepe e sale

Sbollentare le cipolle in acqua salata, quando sono fredde togliere il cuore, tritarlo con gli altri ingredienti (non usare tutto il pane grattugiato perché servirà per spolverizzare).

Riempire le cipolle con il composto, farne un mucchietto. Spolverizzare col pane grattugiato, aggiungere fiocchetti di burro. Mettere il tutto in una pirofila imburrata.

Si serve col parò e polenta.

SAVOIARDA

- gr. 300 di testina di vitello e di maiale lessata
- gr. 100 di lingua salmistrata
- gr. 100 di peperoni rossi sott'aceto
- gr. 100 di peperoni gialli sott'aceto
- gr. 100 di cetriolini verdi sott'aceto
- gr. 100 di tonno
- gr. 50 di acciughe salate pulite
- gr. 50 di cipollina cruda affettata sottilmente
- 1 cucchiaino di capperi sott'aceto

- 1 cucchiaino di prezzemolo trito
- olio, aceto, sale e pepe

Tagliare a fettine sottilissime la testina ben cotta, che deve essere della parte più carnosa, la lingua e i sottaceti nel senso della maggior lunghezza. La cipollina va lasciata un po' nell'acqua per perdere il piccante. Tritare le acciughe e mischiare bene come per una insalata.

MORTADELLA DI FEGATO CON VERZE ALL'AGRO

Mortadella di fegato di ottima qualità lessata, servita fredda con verze scottate per cinque minuti in acqua bollente salata, condite con olio d'oliva, sugo di limone, sale e pepe.

CARNE SECCA

È ottenuta facendo essiccare sul camino muscoli di manzo o di capra lasciati avvolti nella loro fascia. Sono pronti quando sono diventati ben secchi.

Si conservano all'aria, cosparsi di pepe e foglie di alloro tritato.

LATTUGA AMARA ARROSTITA NEL BURRO

Dopo aver scottato i ceppi di lattuga si tagliano in quattro e, dopo averli ben scolati, si passano al burro.

SALAMINI ALLA MODA DELL'AMELIA

(per 6 persone)

- 6 salamini freschi (100 gr. circa cadauno)
- 800 gr. di porri
- 1/2 kg di patate
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 1 dado per brodo
- 3 cucchiaini d'olio
- sale, se necessario

In una casseruola, possibilmente di coccio, mettete i porri tagliati a pezzetti, le patate tagliate a tocchetti, i salamini (non punti), il vino, l'olio, il dado e tanta acqua da coprire il tutto. Incoperchiate e cuocete a fuoco lento per un'oretta; regolate il sale. Disponete in terrine individuali un salamino tagliato a metà per il lungo, le verdure e il sugo. Servite.

CICORIA MATTÀ CON PARÒ

Preparazione per il parò: pancetta tagliata fine a quadretti saltata in padella e versata calda con il suo sugo sulla cicoria.

INSALATA DI "SCIRÒ" DI VERZA CON SUNGITT CALD

Il cuore della verza (scirò), che deve avere preso il gelo, viene tritato finemente e servito in insalata condito con pezzetti di lardo saltati in padella fino a diventare croccanti.

CROSTINI CON PATÉ DI CONIGLIO

- 1/2 coniglio di 6 hg.
- 3 spicchi d'aglio
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 pezzo di sedano
- salvia
- olio, pepe e sale
- 1 foglia d'alloro

Fate bollire il coniglio con gli odori e il sale, farlo raffreddare, disossare, passare al frullino con aglio e salvia.

Mettere in una terrina con olio, pepe e sale a piacimento. Il composto deve risultare abbastanza solido. Spalmare i crostini caldi.

Se ne avanza, mettere in frigorifero e rimettere ogni tanto il composto.



Antipasti a base di pesce



FILETTO D'AGONE

Dopo averli ben nettati si mettono per quaranta giorni gli agoni, disposti a raggera, in un barile, ben pressati e cosparsi di sale per far loro perdere il liquido in eccedenza.

Poi si infilano i pesci su uno spago e si appendono in un luogo ventilato per farli asciugare. Quindi si puliscono e se ne ottengono i filetti che, alternati a foglie di alloro e ben pressati si coprono d'olio.

Vengono serviti con burro e sono decisamente squisiti e delicati.

LAVARELLO CARPIONATO TIPICO DI LUINO E GERMIGNAGA

- gr. 350 di erbe e coste solo foglie
- 1 carota piccola
- 3 belle cipolle
- (chi vuole 1 o 2 porri giovani)

Prendere 6 lavarelli freschi del peso di 180/200 gr., spinarli e richiuderli, infarinarli, farli soffriggere a fuoco vivace da entrambi i lati e salarli. Quando sono ben dorati, toglierli dalla padella da salto e adagiarli sopra un foglio doppio di carta assorbente come quella dei sacchetti che contengono il pane. Nel frattempo avrete preparato a freddo in una pentola 10 dl. di olio, le cipolle e la carota tagliate a julienne, 4 belle foglie di alloro, un pizzico di semi di senape (se

li trovate), 2 chiodi di garofano. Fate soffriggere lentamente, quando la cipolla si sarà ammorbidita aggiungere le erbe e coste tagliate un po' grossolanamente (lavatele molto bene). A questo punto mettere a fuoco vivace, muovere il tutto con un cucchiaino di legno per 2 minuti, salare nella misura di due cucchiaini da caffè, aggiungere un quarto di vino bianco secco e un quarto di aceto bianco, mettere di nuovo a calore moderato e fare cuocere per circa tre quarti d'ora con aggiunta di brodo e ancora un pochino d'aceto se si restringe troppo (deve restare un po' morbido).

A cottura ultimata spegnere il fuoco, quindi disporre in una pirofila di vetro o terracotta larga e un po' bassa i lavarelli ormai raffreddati, coprire con le erbe molto calde (se avete più pesce potete disporlo anche in due o più strati), lasciate raffreddare quindi metteteli nel frigorifero. Si serve freddo. In passato questa preparazione serviva per conservare durante l'autunno e l'inverno il pesce (agone o coregone) che nei mesi caldi si pescava in abbondanza nel lago Maggiore, quando naturalmente i pescatori non lo salavano o affumicavano.

LUCCIO IN SALSA ALL'AGRO

(per 6 persone)

- 1,800 kg. di luccio tagliato a tranci
- una decina di cucchiaini d'olio
- 12 cipolline tritate con 3 scalogni
- 5 spicchi d'aglio
e abbondante prezzemolo
- 4 acciughe dissalate e deliscate
- Prosecco (o vino bianco secco)
- una manciata di uva sultanina ammollata
e strizzata e una di pinoli
- sale e pepe

In una pirofila soffriggete nell'olio il trito preparato, aggiungete i filetti di acciuga e fateli spappolare a fuoco bassissimo, aiutandovi con una forchetta; versate un bicchiere di vino e unite l'uvetta e i pinoli; salate il necessario, pepate e portate a bollore. Disponete i tranci di luccio e versate altro vino affinché rimangano coperti a filo. Mettete la pirofila in forno a 200 gradi, coperta con un foglio di carta oleata. Servite dopo una ventina di minuti. Se desiderate servire il luccio freddo, scolatelo e disponetelo su un piatto di portata fondo. Aggiungete al sugo una generosa spruzzata di aceto di vino rosso e un pizzico di zucchero, portate a bollore e versate il tutto sul pesce. Lasciate raffreddare e servite: è un ottimo antipasto, ideale per l'estate.

GAMBERI CON SALSA PEVERADA

I gamberi, possibilmente d'acqua dolce, si mangiano lessati, accompagnati con la salsa peverada.

Preparazione della salsa peverada: si amalgamano peperoncini piccanti, aglio, sedano, capperi, acciughe e scorza di limone, ben tritati e passati al setaccio, assieme a rossi d'uovo sodo e a un poco di farina bianca legger-

mente tostata.

Al composto vengono aggiunti olio d'oliva e aceto versati goccia a goccia. Si profuma il tutto con noce moscata e pepe.

ALBORELLE IN CARPIONE

Si possono ottenere sia con le alborelle fresche che con quelle essiccate. Le une, dopo averle ben nettate, si friggono e poi si pongono in carpione qualche giorno prima di consumarle. Le altre vengono fatte rinvenire nel latte: poi si prosegue come già detto. Per la preparazione del pesce in carpione: l'olio già utilizzato per friggere il pesce da mettere in carpione, uno spicchio d'aglio, una manciata di prezzemolo tritato, una cipolla media, mezzo litro di aceto, il sale necessario. Soffriggere, nell'olio che è servito per cuocere il pesce, l'aglio un po' schiacciato, il prezzemolo e la cipolla tagliata ad anelli. A cottura avvenuta versare nel tegame l'aceto e portarlo ad ebollizione. Versare il tutto in una terrina nella quale è stato posto in precedenza il pesce fritto.



MAZZABÙR DI MALNATE

Minestrone di verdura in cui si metteva tutto quello che si aveva, fagioli, riso, pasta, condito con una battuta di lardo, aglio e prezzemolo e come fondo, pane casereccio raffermo o pane di meliga.

ZUPPA DI CASTAGNE E PORRI

Ammollare le castagne secche in acqua per una notte.

Rosolare in olio e burro del bianco di porri e sedano tritati e qualche spicchio di aglio. Aggiungere le castagne, coprire con acqua e cuocere. Passare il tutto al mulino e diluire con latte. Salare e pepare.

ZUPPA DI PESCE DI LAGO

- Luccio, tinca, anguilla, trota o altro pesce

Sfilettare il tutto e tagliare a pezzi le anguille. Con gli scarti fare un brodo come segue: soffriggere in poco olio del sedano, cipolla trita, aglio, prezzemolo, quando saranno ben rosolati, aggiungere gli scarti, far rosolare ancora per cinque minuti, bagnare abbondantemente con vino bianco secco, lasciar evaporare, aggiungere acqua, un cucchiaino di concentrato di pomodoro, sale. Lasciare bollire dolcemente per due ore, si dovrà ottenere un brodo ab-

bastanza concentrato. Filtrare.

Fare un trito di sedano, cipolle, bianco di porri, cuocere in burro ma senza friggere per 20 minuti con coperchio. Versare il trito in una teglia, unire i filetti e l'anguilla, dello zafferano, rametto di rosmarino, foglie d'alloro, ciuffo di prezzemolo, mischiare il tutto, coprire e lasciar marinare per 1/2 giornata.

Portare a ebollizione il brodo filtrato, unire tutta la marinata togliendo le erbe aromatiche e cuocere per 1/4 d'ora. Correggere di sale e pepe, aggiungere eventualmente dell'aglio tritato. Servire con crostini profumati all'aglio.

MINISTRONE D'ORZO

- 2 piedini di maiale
- 500 gr. di patate
- 150 gr. di carote
- 100 gr. di sedano
- 50 gr. di pancetta di maiale
- 50 gr. di lardo tritato
- 300 gr. di orzo perlato

Riempire una pentola di acqua, salarla, versare gli ingredienti e lasciare cuocere lentamente per quattro ore. A fine cottura disossare i piedini di maiale.

SÜPUN DIN VAREE'

Lavate e pulite le verdure di stagione, più numerose sono, meglio è. Non lasciare mai mancare basilico, prezzemolo, qualche foglia di salvia e un paio di foglie di alloro. Importante usare fagioli borlotti. Tagliate a mano grossolanamente le verdure. Soffriggete un battuto di cipolla e qualche spicchio di aglio in olio d'oliva (facoltativo un battuto di lardo).

Appena le cipolle appassiscono, aggiungete tutte le verdure, fatele rosolare qualche minuto poi aggiungere acqua bollente, se c'è brodo leggero. Condite con sale e pepe a piacere. Le verdure devono essere proporzionate fra di loro. A fine cottura deve risultare ben densa.

ZUPPA DI CIPOLLE

(per 4 persone)

- 4 o 5 cipolle
- 4 cucchiaini da minestra di farina
- 80 gr. di burro
- 2 tuorli di uovo
- parmigiano, pane, brodo di manzo

Lavare le cipolle e affettarle molto fini, dopodiché infarinare. Far rosolare il burro in una pentola, aggiungere le cipolle facendole imbiondire.

Unire al tutto il brodo, il pepe e il sale necessario. Lasciar bollire per circa un'ora, dopo la cottura passare un po' di cipolle per ottenere una zuppa più densa.

Mettere i tuorli di uovo in una zuppiera, salare e sbattere con una forchetta, aggiungere la zuppa poco alla volta.

Servire con abbondante formaggio grattugiato, pepe appena macinato e pane abbrustolito nel burro.

MACH

(per 6 persone)

- 300 gr. di castagne secche
- 300 gr. di riso
- 1 litro e 1/2 circa di latte
- sale

Mettete a bagno per almeno dodici ore le castagne. Togliete tutte le pellicine e lessatele con un pizzico di sale. Appena saranno cotte e avranno assorbito quasi tutta l'acqua, schiacciatele grossolanamente con una forchetta, versate il latte, portatelo a bollore, unite il riso e regolate di sale. Quando sarà ben cotto, servite.



BUSECCA

(per 8 persone)

- kg. 1 cuffia
- kg. 1 ricciolotta
- sei cipolline
- sei foglie di salvia
- un gambo di sedano
- una carota media
- gr. 50 burro
- gr. 25 pancetta
- sale e pepe

Le qualità più adatte sono la cuffia e la ricciolotta (la ciappa e la francese). Se non è già stata lavata e cotta dal negoziante, si lava nell'acqua calda e si raschia bene con un coltello, poi si fa bollire per una mezz'ora in acqua. Intanto si fan rosolare, nella pentola dove dovrà cuocere, le cipolline col burro, il grasso di prosciutto o la pancetta pestata, con la salvia. Si taglia a pezzetti la trippa, e si fa insaporire a sua volta col soffritto preparato, e poi si aggiunge il brodo con sedano e carote a fettine. Cottura quattro ore per la trippa di vitello e sei ore per quella di manzo. Si adopera come brodo da zuppa, aggiungendola nei piatti in cui si è già preparato il pan francese affettato, con un po' di pepe e molto grana grattugiato.

MINISTRA DI RISO, LATTE E SPINACI

Versare in una pentola 3/4 di latte ed un quarto di acqua con un grosso ciuffo di spinaci ben nettati e tagliuzzati fini. Far cuocere tutto insieme e quando il composto bolle, aggiungere il riso, il sale e, infine, il burro. Si otterrà una deliziosa minestra non molto densa.

ZUPPA DI ZUCCA

(per 6 persone)

- 1 zucca intera matura e gialla (circa kg. 1,800)
- 6 cucchiaini di parmigiano grattugiato
- una manciata di prezzemolo tritato con qualche foglia di basilico
- 1 costola di sedano
- 2 rametti di timo soffritti in una noce di burro
- 1 spicchio d'aglio non spellato
- 3 mestoli di brodo bollente
- sale e pepe

Tagliate alla zucca una calotta nella parte superiore, togliete tutti i semi e i filamenti, ottenendo quasi una zuppiera col suo coperchio. Versate nel buco centrale il brodo, unite il soffritto, l'aglio, il formaggio grattugiato, sale e pepe, rimescolate e chiudete il più ermeticamente possibile la zucca con la sua calotta.

Mettetela in forno a 230 gradi per circa un paio d'ore. Portate la zucca in tavola su un piatto, togliete il coperchio, l'aglio e, con un grosso cucchiaino, staccate la polpa e amalgamatela piano piano, finché tutto apparirà come una crema. Se il composto risultasse troppo denso, aggiungere altro brodo bollente. Servite fumante.



Risotti



RISO IN CAGNUN

(per 5 persone)

- gr. 500 riso

per il condimento:

- gr. 100 di burro
- 1 spicchio d'aglio intero e sbucciato
(che poi si butterà via)
- 6 foglie di salvia

Cuocere il riso in abbondante acqua salata, molto "al dente". Scolarlo e metterlo nei piatti. Friggere il condimento fino a color nocciola, versarlo allora sul riso ricoperto di abbondante parmigiano.

RISOTTO ALLA TINCA

Sfilettare le tinche. Con le teste e le lisce, fare un brodo nel seguente modo: mettere in pentola lisce, teste, ciuffo di prezzemolo, una grossa cipolla pelata e tagliata in due, coprire con acqua, salare leggermente e fare partire tutto a freddo senza altro ingrediente. Tempo di cottura un'ora e mezza. Filtrare.

Per il risotto: soffriggere in olio d'oliva aglio e prezzemolo tritati, riporvi i filetti di tinca e lasciarli dorare quindi aggiungere il riso, bagnare con ottimo vino bianco secco, lasciare ridurre e continuare la cottura bagnando con il brodo ottenuto. Salare e pepare. Importante non aggiungere formaggio, burro o altri ingredienti. Il risotto risulterà già ben mantecato.

RIS E VERZ

(riso e cavoli per 4 persone)

- 1 grosso cavolo
- 3 cipolline affettate
- gr. 30 di pancetta
- gr. 30 di burro
- 4 pugni di riso

Far rosolare le cipolline col burro, poi la pancetta tritata e aggiungervi subito i cavoli e farli insaporire bene (confinà). Aggiungere il brodo tenendo conto che i cavoli devono cuocere 20' d'inverno e un'ora d'estate, mettere il riso quando manca un quarto d'ora circa alla loro cottura. Abbondante parmigiano.

RISOTTO ALLA BENEDETTINA

(per 4 persone)

- 350 gr. di riso per risotti
- 8 belle noci
- 150 gr. di prosciutto
- 1 scalogno

In gr. 50 di burro fare imbiondire lo scalogno tritato e le noci in precedenza pelate e tritate, sempre a fuoco moderato aggiungere il prosciutto tagliato a julienne, mescolare delicatamente per due minuti. Versare il riso, rimescolare un minuto quindi versare 12 dl. di vino bianco secco, quando sarà asciugato aggiungere del brodo durante la cottura, quando il riso è ancora molto al dente fermare il fuoco per 5 minuti. Passati 5 minuti, aggiungere 5 dl. di

panna e un pochino di brodo se il riso si è asciugato. A fuoco bassissimo incorporare 100 gr. di parmigiano e un cucchiaino da cucina di prezzemolo fresco tritato.

Non fate asciugare il risotto, mantenetelo molto morbido quando fermate il fuoco, il tempo di servirlo e si asciugherà ancora un po'. Potete servirlo guarnito con delle noci e foglioline di prezzemolo.

RISO E ASPARAGI DI CANTELLO (per 6 persone)

- 1 kg. di asparagi
- 500 gr. di riso
- 150 gr. di taleggio
o altro formaggio simile
- 60 gr. di burro
- sale

Tagliate agli asparagi la parte terrosa, raschiate la parte bianca, legateli a mazzi in modo che le punte siano tutte alla stessa altezza e tagliate i gambi, pareggiandoli. Tuffateli in acqua



bollente salata, lasciando fuori la parte verde. Copriteli e lasciateli bollire circa un quarto d'ora. Scolateli e tagliate le punte.

All'acqua di cottura degli asparagi aggiungete altra acqua fino a completare 1 litro e 3/4 abbondante, regolate di sale, appena bolirà, unite il riso. Portate a cottura, rimescolando di tanto in tanto e facendo assorbire tutto il liquido. Prima di servire aggiungete il formaggio tagliato a pezzettini, le punte di asparagi e il burro. Mantecate bene e servite.

RIS E ZAFFRAN

Far rosolare una cipollina, aggiungere il brodo e, quando bolle, mettermi un pugno abbondante di riso a testa. Subito prima di ritirarlo dal fuoco, aggiungere pochissimo zafferano (perché deve essere più pallido del risotto, e non deve bollire se no l'aroma scompare). Deve risultare molto più denso delle altre minestre, il brodo deve essere quasi una lentissima crema, e perciò viene anche chiamato "la risotta". Consumarlo subito prima che si addensi troppo.

RIS E LUGANEGA

Preparare il brodo per la minestra e quando bolle mettere insieme al riso un po' di salsiccia (luganega) di Monza spellata e tritata, nel rapporto di due etti di luganega per quattro etti di riso, se invece del brodo si tratta della solita acqua calda con un dado. Se invece si è usato brodo vero basta anche un etto di luganega per 3 etti di riso. È necessaria la luganega di Monza che è la più magra.

RISOTTO CON I GAMBERI DI FIUME

- kg. 2 di gamberi
- gr. 500 di pomodori ben maturi
o 1 cucchiaino di salsa fresca
- gr. 100 di burro o 4 cucchiaini d'olio
- 5 cipolline
- 1 gambo di sedano
- gr. 500 di riso.

Lavare bene i gamberi e buttarli in acqua bollente salata, appena sufficiente per coprirli, in cui si sono messe due o tre cipolline o un gambo di sedano, facendo dare due o tre bollori.

Scolare i gamberi tenendo da parte l'acqua, sgusciare delicatamente code e uova e pestare a parte nel mortaio tutto il resto.

Rosolare nel burro una cipollina affettata, aggiungere i pomodori tritati fini e far restringere. Unire tutta la parte di gamberi pestata nel mortaio, far bollire per mezz'ora e passare attraverso una tela il brodo ottenuto e ristretto.

Far rosolare le ultime due cipolline col burro, aggiungere due cucchiaini di salsa fresca e le code, portare a bollore e spruzzare di vino bianco o marsala, ottenendo un ragù che si tiene da parte per mettere sopra il risotto.

Cominciare il risotto come al solito, facendo insaporire il riso in burro e cipollina rosolata, spruzzarlo di vino bianco o marsala e aggiungere il brodo preparato, aggiungendo un po' d'acqua o brodo vegetale se quello preparato non fosse sufficiente.

Aggiungere all'ultimo il ragù preparato, mescolando o meglio mettendolo al centro del risotto.



Paste e gnocchi

RAVIOLI DI LAGO IN SALSA DI GAMBERI DI Fiume

Per la pasta:

- gr. 400 farina bianca
- 3 tuorli
- sale
- 1 cucchiaino di acqua tiepida

Per il ripieno:

- 3 tuorli
- gr. 500 di polpa di pesce di lago cotto a vapore
- odore di salvia
- 2 cucchiaini di grana grattugiato

Stendere la pasta, dopo averla fatta riposare 1 ora. Mettervi sopra tante pallottine di ripieno grosse come una nocciolina. Ripiegare il foglio di pasta e tagliare col tagliapasta a quadratini. Premere i bordi con le dita in modo da rendere la parte doppia dello stesso spessore di quella non ripiegata.

Per la salsa di gamberi:

- 1 dl. di bisque di gamberi
- 1 dl. di panna liquida fresca, sale e pepe

Mettere la panna e la bisque in una casseruola. Portare a ebollizione a fuoco moderato e fare addensare della metà (cuocendo per 10/12 minuti).

Per la bisque (per gr. 300 di salsa):

- gr. 400 di gamberi fiume
- gr. 40 pomodoro
- gr. 10 concentrato di pomodoro

- burro fuso
- gr. 10 sedano
- gr. 10 cipolla
- gr. 15 carote
- gr. 5 pepe in grani
- un mazzetto composto da lauro, prezzemolo, timo per gr. 20
- 2 dl. fumetto pesce.

Staccare la testa e le carcasse ai gamberi. Tritarle fini. Pelare le cipolle, il sedano e le carote a dadini. Far soffriggere nel burro le verdure e le carcasse tritate per 2 minuti. Bagnare con cognac e madera. Flambare. Aggiungere il vino bianco e fare ridurre. Unire il fumetto di pesce, il pomodoro fresco, il concentrato, il pepe in grani e prezzemolo, timo e alloro. Cuocere per 30 minuti, filtrare pressando bene le carcasse.

GNOCCHI AL CUCCHIAIO

Si prepara una pastella ben sbattuta con latte, acqua, farina bianca, uova, sale e pepe.

Si tagliano a quadretti delle patate di montagna che si lessano fino a cottura quasi ultimata. Poi, velocemente, con un cucchiaino si prende un pezzetto di patata, lo si avvolge nella pastella e lo si getta in acqua bollente. Gli gnocchi sono pronti quando con l'ebollizione vengono a galla. Si condiscono con sugo di salsiccia. È un piatto che richiede una particolare velocità e abilità nella preparazione.



GNOCCHETTI DEL CONTADINO

(nei giorni di festa - per 4 persone)

- 1 lt. di latte
- 100 gr. di burro
- 250 gr. di farina gialla
- 3 rossi d'uovo
- 50 gr. di formaggio grattugiato
- sale quanto basta
- noce moscata
- 16 gamberi (possibilmente di fiume)
- 2 carote
- 1 cipolla
- 1 gamba di sedano
- 100 gr. di champignons

Far bollire il latte con il burro, il sale e la noce moscata. Versare a pioggia la farina gialla rimestando all'inizio con la frusta poi con un cucchiaino di legno. Far cuocere per 20-25 minuti a fuoco lento, togliere dal fuoco e aggiungere le uova ed il formaggio, quindi stendere l'impasto ottenuto sul tavolo precedentemente unto d'olio, aiutandosi con uno straccio umido e il mattarello allo spessore di circa 1/2 cm. Quando sarà freddo tagliare dei dischetti

e metterli in una pirofila imburata pronti per gratinare.

Intanto preparare la salsa a base di gamberi (possibilmente di fiume).

Rosolare le carote, la gamba di sedano e la cipolla in una casseruola, aggiungere i gamberi, un cucchiaino di concentrato di pomodoro, 1/2 bicchierino di cognac e 1 lt. di brodo o fumetto di pesce. Portare a bollore dopo qualche minuto togliere i gamberi e continuare a far bollire per altri 20 minuti. Trascorso questo periodo passare il tutto al passaverdure. Fare gratinare gli gnocchetti versatevi sopra la salsa e guarnite con i gamberi ed alcuni champignons trifolati.



Polente



FRITTURA DI POLENTA

Preparare come d'uso la polenta, però con eguale quantitativo di acqua e latte. Condirla con sale, burro fresco, formaggio (stracchino) ed un pizzico di cannella. A cottura ultimata versarla sull'apposito asse di legno e, quando sarà raffreddata, tagliarla a pezzetti che saranno poi passati nell'uovo sbattuto e poi nel pan grattugiato, e quindi friggere nel burro.

POLENTA CUMEDADA

(per 6 persone)

- 600 gr. circa di polenta fredda
- 300 gr. di cipolle affettate
- 60 gr. di burro
- 1/4 di litro di latte
- una grattugiata di noce moscata
- 600 gr. di ricotta
- grana grattugiato
- sale e pepe

Imbiondite le cipolle nel burro, salate, pepate, date una grattugiata di noce moscata, versate il latte e cuocete a fuoco basso per una mezz'oretta. In una terrina leggermente imburata disponete uno strato di fettine di polenta, sopra distribuite la ricotta sbriciolata un po' di sugo delle cipolle e formaggio grattugiato; proseguite gli strati terminando con le cipolle e un'abbondante spolverizzata di grana. Mettete in forno già caldo a 220 gradi, finché la superficie sarà dorata.

POLENTA CON VERDURA

(per 6-8 persone)

- gr. 500 farina gialla
- gr. 200 cotiche di maiale
- gr. 100 lardo (o pancetta)
- gr. 100 fagioli secchi borlotti
- una costa di sedano, due carote, una cipolla, una verza
- sale

La sera precedente mettere a bagno i fagioli (già mondati) in abbondante acqua tiepida, lasciandoveli per tutta la notte. Tagliare le cotiche a piccoli pezzi. Tritare il lardo, farlo soffriggere nella pentola della minestra, unire poi tutte le verdure (tranne la verza) mondate, e tagliate a piccoli pezzi, nonché le cotiche. Versare nel recipiente tre litri di acqua, unire i fagioli scolati e salare.

Quando i fagioli saranno a metà cottura, aggiungere la verza tagliata a strisciole e cuocere le verdure per circa un'ora e mezza, poi versarvi a pioggia la farina gialla, rimestandola continuamente come si fa per una normale polenta. Cuocerla per circa un'ora: la polenta dovrà riuscire piuttosto soda.

Rovesciarla sul tagliere e lasciarla riposare un poco; quando verrà tagliata si vedranno i colori delle diverse verdure, che conferiranno una nota vivace alla polenta.

Piatti unici



LAVARELLO AL BURRO E SALVIA CON RISO E IL SUO BRODETTO

• 4 lavarelli

Sfilettare i lavarelli, con gli scarti (testa e spina) farne un brodo di pesce. In un'altra casseruola fare soffriggere appena un po' di cipolla e scalogno. Quando è leggermente imbiondita bagnarla con un po' di vino bianco o marsala. Filtrare molto bene il brodo di pesce e unirlo alla cipolla. Portare a bollore e schiumare. Intingere nel brodo per 4 o 5 volte un mazzetto di odori. Dopo 10 minuti passare il brodo e finire con un po' di caramello. A parte fare un buon riso "pilaf" cuocere i filetti con burro e salvia senza friggerli.

In un piatto sistemare il riso in bianco con vicini disposti i filetti al burro e salvia e inumidirli con un po' di brodetto. Sistemare il burro del pesce sul riso e a parte servire come bevanda una tazza di brodetto. Questo piatto veniva consumato dalla nostra gente come spuntino a metà mattina o dopo il mercato prima di andare a casa.

QUAGLIE ARROSTO COL RISOTTO

Le quaglie vanno fatte come gli uccelli scappati, infilandole a due a due su di uno stecco con un grosso dado di pancetta e una foglia di sal-

via alternati agli uccelli. Prima si salano e si mette un po' di salvia e di pancetta tritata nell'interno. Si fanno cuocere nel burro rosso in cui si sono rosolati dei dadolini di pancetta e quando sono ben colorite si servono col risotto bianco come base, versando su tutto il sugo delle quaglie. Cottura circa 45'.

UCCELLETTI DEL "ROCCOLO" CON POLENTA

Ingredienti per 6 dozzine di volatili

- 300 gr. circa di pancetta
- 200 gr. di burro
- qualche rametto di salvia
- 1 bicchiere di vino rosso
- sale
- brodo se necessario

Spennate gli uccelletti, svuotateli bene, bruciacciateli velocemente, tagliate le zampine e passateli con un panno asciutto. Disponeteli in un tegame con un terzo di burro, la pancetta tagliata a dadini e la salvia.

Rosolateli: quando saranno tutti ben dorati, salateli, poi versate il vino e portateli a cottura, facendolo consumare lentamente e aggiungendo, se necessario, poco brodo bollente per volta. Cinque minuti prima di toglierli dal fuoco, unite il rimanente burro e, appena sciolto, servite preferibilmente con polenta.

PICCIONI COL RISO

- 2 piccioni
- 1 noce di burro
- gr. 30 di pancetta magra o di prosciutto
- 4 foglie di salvia
- sale e pepe
- 2 pugni di riso

Mettere un po' di pancetta tritata nell'interno dei piccioni insieme al sale, salvia e rosmarino e metterli a rosolare nel burro girandoli da tutte le parti per far prendere colore.

Abbassare il fuoco, aggiungere la salvia, il sale, il cuore, il fegato e lo stomaco e far cuocere coperto per circa un'ora e mezzo.

20' prima della cottura completa aggiungere il riso, farlo insaporire nel grasso del piccione, aggiungere un mestolo di brodo, sale e lasciar cuocere a fuoco vivace.

I piccioni si servono a pezzi adagiati sul risotto.

CAZZOELA

- 700 gr. di costine di maiale
- 300 gr. di verzini (tipo di salamino)
- 1 piedino di maiale a pezzi
- qualche cotenna di maiale fresca
- 4 carote
- poco sedano
- 4 cipolle di media grossezza
- 1,5-2 kg di cavolo verza
- un pezzo di burro
- sale e pepe

Far rosolare cipolline, cotenne e piedino coprendo poi il tutto con acqua. Lasciar cuocere per circa un'ora ed aggiungere poi carote, sedano e costine. Cotti anche questi aggiungere il cavolo verza ed i verzini e completare la cottura. Devono essere tenuti presenti i tempi di cottura di ogni ingrediente in modo che la cazzoela raggiunga una giusta collosità.

TRICOTTO CON POLENTA O PATATE IN COMPAGNIA

(per 6 persone)

- kg. 1 noce di vitellone
- 1 lt. barbera
- 3 cipolle medie gialle
- 1 gambo di sedano
- 3 carote
- 3 foglie d'alloro
- 5 chiodi di garofano
- rosmarino
- un pizzico di pepe in grani
- sale quanto basta

Mettere il tutto in un recipiente e lasciare in fusione al fresco per 48 ore. Levare la carne e tagliarla in 12 pezzi, separare le verdure dal vino e buttarle.

Far rosolare la carne con 3 foglie d'alloro, rosmarino, sale e pepe, aggiungere il vino recuperato e lasciare cuocere a fuoco lento per circa due ore, aggiungendo del sugo di carne o dado.

Salare se necessario, servire ben caldo con patate bollite o polenta.



STU' A' D'ASNIN CÜNT LA PULENTA

- Un bel pezzo di reale di asino
- cipolle
- qualche carota (poche)
- una gamba di sedano
- un pugno di funghi secchi (prima ammollati in acqua tiepida)
- olio
- burro
- lardo
- vino rosso corposo
- sale e pepe
- noce moscata
- 2 chiodi di garofano
- cannella quanto basta

Steccate con aglio e lardellate la carne, legatela in modo corretto, infarinatela leggermente prima di metterla in tegame.

Fate rosolare olio d'oliva e burro, aggiungete il pezzo di carne.

Fate rosolare bene tutte le parti, bagnate con vino rosso corposo.

Dopo di che aggiungete le verdure e tutte le spezie. Coprite con brodo. Coprite ermeticamente, fate cuocere lentamente per circa 4 ore. A cottura ultimata togliete la carne e avvolgetela in carta stagnola e passate al setaccio le verdure. Fate restringere il sugo rendendolo ben cremoso.

Affettate la carne disponetela in una pirofila ben calda, copritela con il suo intingolo e servitela caldissima con una buona polenta varesotta.

CONIGLIO DELLA NONNA LAIDA CON POLENTA

(per 5 persone)

- 1 coniglio di circa kg. 1,5
- 1 hg. di prosciutto crudo tagliato a fette

dallo spessore piuttosto alto

- 3 carote
- 2 gambi di sedano
- 1 cipolla
- 1 verza
- burro
- 1 bicchiere di vino bianco
- sale e pepe

Tagliare il coniglio a pezzi, lavarlo e asciugarlo. Pulire e lavare la verza, sbollentarla e scolarla. Tagliare le carote, la cipolla e i gambi di sedano a piccoli pezzi, mettere le verdure in una casseruola con burro e olio, aggiungere il coniglio, salare, pepare e far rosolare bene. Bagnare con vino bianco lasciando che evapori. Aggiungere nella casseruola la verza precedentemente sbollentata.

Terminare la cottura aggiustando di sale. Servire preferibilmente con polenta.



Secondi piatti a base di carne



POLPETTONE DI ROGNONE

- 4 rognoni di vitello
- 4 fette di fesa o più
- 1 bicchiere di marsala vergine
- 2 bicchieri di brodo di carne
- aglio
- rosmarino e pepe fresco

Procurare 4 bei rognoni di vitello, dargli un bollore d'acqua e togliervi il grasso e la pellicina che li ricopre, quindi farli rosolare interi in padella con aglio, rosmarino e burro, spolverare di farina, bagnarli con il bicchiere di marsala vergine e 2 mestoli di brodo di carne e continuare la cottura per un'ora, dopo averli, ben inteso, salati e pepati (se il pepe è fresco, è meglio). I rognoni devono risultare ben cotti e la salsa omogenea. A questo punto, stendere la fetta di fesa e resistemarvi il rognone, quindi avvolgerlo e legarlo a mo' di salamotto, fare nuovamente rosolare in padella con gli aromi fino a quando la fesa si presenterà cotta.

Tagliare il polpettone a fette alte 1 cm., sistemare su di un piatto caldo contornato da piccoli tocchi di patate saltate al burro e prezzemolo e bagnare il rognone con la salsa precedentemente preparata.

CONIGLIO IN SALMI

(per 6 persone)

- un coniglio di circa 2 kg. con il suo fegato
- 2 cipolle (una grossa e una piccola)
- 2 costole di sedano
- 1 carota
- timo
- maggiorana
- ginepro
- 1 foglia d'alloro
- 1 lt. circa di vino rosso (Barbera)
- 50 gr. di lardo o pancetta
- 50 gr. di burro
- farina
- 2 bicchieri di sangue di maiale
- sale e pepe

Mettete in una terrina il coniglio, tagliato a pezzi, lasciando da parte il fegato: unite il sedano, la cipolla grossa e la carota tagliate a pezzi, il timo, la maggiorana, il ginepro e l'alloro, sale e pepe. Coprite col vino e lasciate marinare al fresco per almeno ventiquattro ore. Fate soffriggere nel burro, il lardo (o la pancetta) tritato con la cipolla piccola, poi rosolate i pezzi di coniglio ben scolati e leggermente infarinati. Versate quindi il vino con le verdure e cuocete a fuoco basso per un'ora e mezzo circa. Togliete il coniglio, passate il sugo nel passaverdure col fegato crudo, poi rimettete il tutto nella casseruola,

aggiungete il sangue di maiale, rimescolate e fate condensare il sugo. Dopo una decina di minuti servite con polenta.

COSCIOTTI DI PECORA DEL VARESOTTO ALLO SPIEDO CON VERDURE E FUNGHI

- due cosciotti uniti
- due ramoscelli di menta piperita fresca
- due ramoscelli di rosmarino
- olio di frantoio
- pepe nero
- sale grosso

verdure:

- melanzane
- funghi
- pomodori
- cipolle
- zucchini

Lasciando uniti i cosciotti, togliere tutte le parti grasse ed all'interno mettere la menta, il rosmarino, sale, pepe e qualche goccia di olio. Legare sullo spiedo con lo spago da cucina e terminare di insaporire. Disporre le verdure tagliate grossolanamente nella leccarda sotto-

stante lo spiedo e cuocere per almeno due ore e mezzo, irrorando con il sugo della leccarda sia i cosciotti, sia le verdure.

Si può procedere a tale cottura anche nello spiedo del forno di casa.

RISO E QUAGLIE ALL'UVA SULTANINA

(per 4 persone)

- 8 quaglie
- 400 gr. di riso patna
- 20 gr. di uva sultanina
- 1 cipolla
- 20 gr. di pinoli
- un bicchiere di brandy
- 8 fette di pancetta quadra
- 50 gr. di burro
- olio di oliva extra vergine
- salvia

Avvolgere le quaglie a due a due nella pancetta con in mezzo una foglia di salvia; farle rosolare con la cipolla e l'olio d'oliva in un tegame di coccio e quando saranno ben dorate, alzare la fiamma ed irrorare con il brandy. Lasciare evaporare e continuare la cottura a tegame coperto.

Bollire a parte il riso per circa 15', versarlo in una pirofila rimestandolo con il burro ed adagiarvi sopra le quaglie. Cospargere con il fondo di cottura al quale saranno stati aggiunti i pinoli e l'uva sultanina prima di terminare la cottura stessa del fondo.

CAPPONE DELLA VALCERESIO CON FUNGHI

(per 6 persone)

- un cappone
- 800 gr. di funghi porcini
- 120 gr. di lardo venato



- burro
- olio di oliva extra vergine
- alloro
- brodo
- bacche di ginepro

Mettere nell'interno del cappone le bacche di ginepro tritate e amalgamate con un po' di burro e sale. Avvolgere con il lardo e legare con lo spago da cucina, insaporire e mettere in forno in una casseruola ovale con l'olio e l'alloro. Dorare ed ultimare la cottura irrorando con brodo. Separare il fondo di cottura nel quale si cuoceranno i porcini affettati. Versare il tutto sul capone tagliato ad ottavi e servire con polenta.

UCCELLINI SCAPATI

- gr. 500 di fettine di vitello o di maiale
- 1 etto di pancetta
- foglie di salvia
- gr. 100 di burro

Battere bene le fettine, stenderle sul tavolo, mettere su di ognuna una fettina sottilissima di pancetta e mezza foglia di salvia. Arrotolarle e infilarle su di uno stecco di legno a tre o quattro per volta, mettendo fra l'una e l'altra un dadino di pancetta e mezza foglia di salvia, e altrettanto al principio e alla fine di ogni stecco. Farle rosolare rapidamente, in modo che prendano colore, nel burro fritto e poi abbassare il fuoco per finire di cuocere internamente. Se si fanno a mezza cottura, ci vogliono circa 20' e si salano al momento di portarle in tavola, se invece si fanno a cottura completa, quando il fuoco si abbassa si salano, si aggiunge qualche cucchiaino d'acqua e si fanno cuocere coperte per un'oretta. Devono restare morbide e lasciare parecchio sugo, in modo che si possano anche mangiare con la polenta. In questo caso si può aumentare un po' la dose della pancetta.

POLPÈTT DE VÈRS

(per 6 persone)

- Avanzi di arrosto gr. 400
- salame crudo gr. 50
- poca pancetta quadra
- burro
- un grosso cavolo verza
- 3 cucchiaini di parmigiano
- una cucchiainata di pangrattato
- mezza cucchiainata di prezzemolo tritato
- uno spicchio di aglio
- una cipollina
- un uovo
- salvia
- mezzo bicchiere di vino bianco secco
- sale

Staccare dalla verza le foglie più belle (da quelle larghe eliminare la parte più grossa della costa): scottarle due minuti in acqua salata in ebollizione, poi stenderle sul marmo di cucina perché si raffreddino. Preparare il ripieno con la carne e il salame tritati, il parmigiano, il pangrattato, l'uovo ed il prezzemolo tritato insieme con l'aglio. Impastare e fare delle pallottole della grossezza di un piccolo uovo; avvolgere ognuna in una o due foglie di cavolo, legarle con del filo bianco che si leverà prima di servire. Soffriggere nel burro la cipollina tritata, aggiungere qualche dadino di pancetta ed una foglia di salvia, lasciare soffriggere un momento quindi sistemare nel recipiente le polpette e mantenere la fiamma viva finché saranno ben rosolate. Bagnarle col vino, poi lasciarlo evaporare, abbassare il fuoco e cuocere finché il cavolo sarà ben cotto e il sugo ristretto e glassato unendo, se occorre, un poco di acqua o brodo, caldi.

RANN IN SGUAZZETT

- gr. 500 di cosce già pulite
- gr. 50 di burro
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 1 cucchiaino di farina bianca
- 1 cucchiaino di prezzemolo trito
- sale
- il sugo di un limone

Si mettono in padella a freddo con burro e vino bianco secco. Asciugato il vino, si meschia con un cucchiaino di farina, prezzemolo tritato e un mestolino d'acqua. (Se le rane sono state comperate intere, allora si aggiunge, invece dell'acqua il brodo fatto con gli scarti delle rane come per il risotto).

Lasciarle cuocere ancora 15', aggiungere un pezzetto di burro fresco e il sugo di limone. Il sugo deve risultare cremoso.

POLLO ALLA CRETA

Dopo aver nettato e fiammeggiato il pollo e riempito l'interno con burro, erbe aromatiche e sale, lo si avvolge in carta oleata. Quindi è racchiuso in uno strato di creta del Valdo (col-

lina che limita la Valle Dumentina a una sua estremità). Il tutto viene messo in forno: quando è cotto si spacca e il pollo è pronto. È un'antica ricetta della Valcuvia che vanta pretese origini galliche. (La carta oleata è una concessione moderna).

BRUSCÌTTI

Carne:

- polpa reale
- tampetto
- fustello
- cappello del prete

Tagliare e sminuzzare a filo di coltello la carne, a pezzetti grossi come una mandorla. Basta prendere un bel coltellaccio corto e pesante, bene affilato, e battere la carne un pezzo alla volta sul tagliere. È un lavoro facile e di pochi minuti.

In una pentola di grosso spessore, mettere i "bruscitti" a freddo con cinquanta grammi di burro per ogni chilo di carne. Aggiungere qualche pezzetto di pancetta (non affumicata!) fino a circa un etto per due o tre chili di "bruscitti". Sale giusto, pepe discretissimo.

Se qualcuno volesse ritornare agli antichi tempi, non guasterebbe, al posto della pancetta, una pestata di lardo, diminuendo naturalmente la dose del burro.

Un sacchetto di garza ben chiuso, con dentro mezzo cucchiaino di "erbabona" per ogni chilo, va messo subito in mezzo alla carne. A chi piace, nel sacchetto, può essere aggiunta una punta, solo una punta, di aglio.

Porli sul fuoco a fiamma bassissima e inco- perchiarli subito, con sopra due pesi. Qualcuno mette tra pentola e coperchio un foglio di carta da macellaio, che aiuti a trattenere l'eccesso di vapore, ma non è indispensabile.

Cuocerli, sempre a fuoco basso, per due o



tre ore. La cottura continua lentissima, per due o tre ore (o anche più), secondo la qualità della carne. Bisogna fare qualche prudente assaggio e una rimestatina con un cucchiaino di legno. Se manca bagna bisogna aggiungere solo burro: mai brodo. Se sono troppo bagnati scoprirli per poco tempo. Assolutamente da scartare qualunque altra aggiunta di "odori". Quando la cottura è prossima alla fine, è il momento più delicato. Togliere il sacchetto degli odori e mettere, a fuoco allegro, un bicchiere di vino robusto: Barolo, Barbera, Barbaresco. Il vino ideale è il Gattinara di almeno dieci anni.

Qualche minuto di fiamma vivace, e poi, di nuovo ricoperti, lasciarli ancora sul fuoco bassissimo per poco tempo, fin quando cioè, annusandoli, è scomparsa l'asprezza iniziale del vino: è il momento in cui il vino si è sposato col burro. Spegnerne e portare in tavola.

Dicono che sia d'obbligo la polenta, ma poiché questa non assorbe molto il sugo, anche il pane misto è uno sposo ideale, specialmente sui "bruscitti" riscaldati il giorno dopo, quando la polenta, ormai fredda, non si presta più alla "puccia".

FARAONA ALLA VALCUVIANA

La carne della gallina faraona è rossiccia, d'un gusto tendente a quello della selvaggina. Spesso si prepara come il fagiano. Per farla alla valcuviana - cosiddetta perché specialità della Valcuvia - occorre una certa quantità di creta cruda, proprio quella che serve a fabbricare i mattoni. Ed eccovi il procedimento. Pulite bene la faraona, vuotatela e cospargetela di origano, rosmarino, foglie di salvia, pepe di Caienna, fiocchetti di burro e sale. Per le dosi sappiatevi regolare subito perché non vi sarà dato di rettificarle durante la cottura.



Prendete un foglio grande di carta pergamenata, bagnatelo per renderlo più resistente e involgetevi la gallina apparecchiata come si è detto dianzi. Abbiate cura di confezionare un bel pacco in modo che la carne resti completamente coperta. La creta, prima di essere adoperata, va tenuta immersa in un secchio d'acqua. Mettetevi a lavorarla con le mani e stendetene uno strato su una placca di zinco. Sopra questo strato ponete il pacco e copritelo con altra creta. In parole povere, la faraona impacchettata deve essere rinchiusa in un involucri spesso poco meno di un centimetro.

Mandate in forno caldo e aspettate che la faraona stessa vi dia il segnale di tirarla fuori. Quando infatti la crosta di creta si rompe, è segno che il gallinaceo ha raggiunto un perfetto stato di cottura. Spaccate allora l'involucro, estraetene il pacco che aprirete facendo attenzione di non disperdere il sugo, tagliate la gallina a pezzi e servitela.

RUSCIADA DI DUMENZA

Si prende una lonza di maiale, la si lardella e la si lascia per una notte all'aperto. Il giorno dopo la si arrostitisce alla fiamma viva cospargendola solo con sale. È uno dei più antichi piatti della Valle Dumentina.

FRITTURA DI SANGUE DI POLLO

Tagliare a fettine il sangue di pollo rappreso, infarinarlo e friggerlo con burro e cipolla trita già ben arrossata. Servire caldo con contorno di insalatina fresca.

ANITROCCOLI DEL LAGO DI VARESE

(per 4 persone)

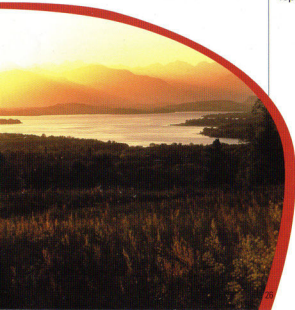
- 4 anitroccoli
- olio di frantoio
- burro
- salvia
- 2 cipolle

- alloro
- pancetta tesa
- due grappoli di uva bianca da tavola ben matura
- un bicchierino di grappa

Brasare le cipolle con due foglie d'alloro, l'olio ed il burro. Dorare a parte gli anitroccoli avvolti in listoni di pancetta con una foglia di salvia e quindi aggiungervi la cipolla precedentemente brasata. A cottura avanzata, spruzzare con un bicchierino di grappa e far evaporare terminando la cottura e tenere in caldo a parte gli anitroccoli. Aggiungere al fondo di cottura rimasto l'uva che avrete precedentemente sbucciata e snocciolata e non appena calda versare il tutto sopra gli anitroccoli.

FOLAGHE DEL LAGO DI VARESE IN SALMI

Spellare le folaghe incidendole sul collo e tirando la pelle dall'alto verso il basso. Cucinarle seguendo il procedimento usato per la lepke in salmi.



Secondi piatti a base di pesce



FILETTO DI PESCE PERSICO "ROCCA D'ANGERA"

(per 4 persone)

- 20 filetti di pesce persico
- mollica di pane inzuppata nel latte
- 50 gr. di burro
- una manciata di prezzemolo
- un pizzico di origano
- qualche foglia di erba salvia
- sale e pepe

Unire la mollica di pane, ben strizzata, con il burro ammorbidito, l'origano, il prezzemolo, il sale ed il pepe: amalgamare bene il tutto.

Disporre la farcia su ciascun filetto, dividendola in parti eguali.

Arrotolare i filetti e fermarli con uno stecchino; quindi infarinarli leggermente e friggerli nel burro con le foglie di salvia, fino a quando non avranno preso un bel colore dorato.

Servirli ben caldi.

TINCA IN UMIDO

- 1 tinca di kg. 1 e mezzo circa
- mezzo bicchiere di vino rosso
- 4 foglie di salvia
- 1/2 cucchiaino di concentrato di pomodoro scuro
- kg. 1 di fagioli freschi borlotti o di Spagna o gr. 200 di secchi
- olio e farina per friggere

Se la tinca è grossa, si tagli a fette alte cm. 5-6. Si fanno rosolare le fette infarinate nell'olio, si sfumano col vino rosso, ci si aggiunge salvia e salsa sciolta nell'acqua o un pomodoro fresco tritato. Aggiungere un po' d'acqua fino a completa cottura e, verso la fine, aggiungere dei fagioli lessati a parte, borlotti o meglio di Spagna. Se i fagioli sono secchi devono essere messi a bagno 24 ore prima e cotti a parte senza sale.

LUCCIO STUFATO

- Un pezzo di luccio di almeno gr. 800
- 3 gambi di sedano
- 2 carote
- 6 cipolline
- vino rosso 1 bicchiere
- sale e pepe
- gr. 50 di burro
- 2 cucchiaini d'olio
- farina bianca

Fare rosolare piano le verdure, poi toglierle e mettere il luccio lavato, asciugato e infarinato, alzare il fuoco e far rosolare rapidamente. Versare il vino rosso, farlo asciugare e aggiungere due bicchieri d'acqua o di brodo di pesce o di rane, salare, pepare e rimettervi le verdure. Far cuocere a fuoco moderato per un'oretta perché il luccio è molto duro, passare al setaccio il sugo e versare sul pesce.

FILETTI DI PESCE PERSICO ALLA SALVIA

Si sfilettano i pesci persici, si infarinano e si friggono rapidamente senza voltarli perché non si rompano o si secchino nel burro rosso abbondante in cui si è messa una foglia di salvia. Si servono sul risotto bianco coprendo col burro della frittura.

LUCIOPERCA AL FORNO

(per 4 persone)

Disporre il lucioperca di 1 kg. pulito e filettato su un piatto da forno. Salare e aggiungere olio di oliva, sugo di pomodoro precedentemente preparato con basilico, origano, qualche capero, un bicchiere di vino bianco. Mettere in forno già caldo a temperatura di 200° per mezzora circa. Sfornare e servire caldo.

PESCE PERSICO DEL LAGO DI VARESE

(alla maniera dei pescatori)

Lavare e pulire il pesce, lasciandolo intero e poi asciugarlo. Metterlo in un tegame a bordo basso e ricoprirlo con vino bianco secco, dopo aver aggiunto una noce di burro, una manciata di prezzemolo tritato e qualche scorzetta di limone. Coprire e far cuocere adagio per 1/4 d'ora. Girare poi delicatamente il pesce perché cuoccia dall'altra parte. Se necessario aggiungere altro vino. Salare convenientemente. Alla fine, per legare il sughetto, aggiungere un cucchiaino di farina bianca, avendo cura che si amalgami bene e non si aggrumi.



Formaggi e uova



FURMAG DE LA SEGIA

Procurare delle formaggelle di media stagionatura (preferibilmente di capra). In un mastellone di legno disporre le formaggelle tagliate a grossi dischi in modo orizzontale alternandoli con sale e pepe fino a completare il mastello. Mettere una pioda su un coperchio di legno (naturalmente più piccolo del mastello).

Lasciare fermentare sempre con il suo peso, minimo 40 giorni.

Nel consumarlo si raccomanda di lasciare sempre intatta la superficie che serve da protezione.

GORGONZOLA DEL MURATORE

È un gorgonzola a pasta molto dura, molto

stagionato e piccantissimo. Era usato in tempi non troppo remoti, dai muratori per stuzzicare, se ce ne fosse stato bisogno, la sete.

SANCARLIN

- 1 kg. di formaggina
- 1 spicchio di aglio tritato
- una manciata di prezzemolo tritato
- 1 punta di pepe
- sale quanto basta
- un cucchiaino di panna (se la formaggina è eccessivamente magra)
- un cucchiaino di parmigiano

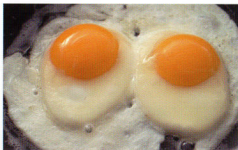
Impastare tutti gli ingredienti a freddo e metterli in una terrina. Lasciar stagionare una quindicina di giorni.

Uova

CEREGHIN

Sono uova fritte al burro, ma il burro deve essere abbondante tanto da ricoprire l'uovo con la sua schiuma durante la brevissima cottura. E' pronto quando i bordi dell' albume cominciano ad arricciarsi e a imbrunire.

Allora si sala e si serve in tavola accompagnato con polenta appena fatta.





CAPPELLE DI PORCINI IN FRASCA ALLA PIETRA OLLARE

- Cappelle di porcini di media grandezza
- foglie di vite
- sale
- pepe bianco
- olio extra vergine di oliva
- timo

Posare una cappella di porcino su ognuna delle foglie di vite, cospargere con un po' di timo, sale e pepe, pennellare con olio di oliva e chiudere la foglia molto bene con degli stecchini.

Far cuocere per circa 10' sulla pietra ollare che avrete precedentemente scaldata. Servire senza aprire.





TORTA DI PANE

- 450 gr. di pane raffermo
- 1 lt. di latte
- gr. 200 di zucchero
- 100 gr. di burro
- 150 gr. di uva sultanina
- 2 uova intere
- 150 gr. di amaretti frantumati
- 50 gr. di pinoli o mandorle tritate
- 2 mele tagliate a fettine
- 1 bustina di vaniglia
- scorza di limone e arancio grattugiato

Tagliare il pane a fettine sottili, metterle in un recipiente e versarvi il latte bollito con burro (freddo) e lasciare riposare per qualche ora mescolando di tanto in tanto. Passare il pane al setaccio, poi unirvi le uova, lo zucchero, le mele, gli amaretti, i pinoli o mandorle, le scorze, la bustina di vaniglia, le uvette ammollate e infarinate. Versare il composto in una tortiera unta con burro e metterla in forno a 150 gradi, per circa un'ora. Servire fredda.

TORTA DI PANE

- 5 panini raffermi
- 1 litro di latte
- zucchero
- 3 uova
- pinoli
- uvette

• 1 bicchierino di grappa

Mettere il pane raffermo nel latte per circa 12 ore, controllare che sia completamente coperto. Passare il pane ben imbevuto con il passaverdure per ottenere una crema omogenea. Aggiungere alla crema le uvette ben lavate, uova, zucchero, un bicchierino di grappa. Amalgamare il tutto bene. Imburrare una tortiera, versare la pasta ottenuta, ricoprirla con pinoli e riccioli di burro. Mettere in forno caldo a 150/160° per circa un'ora.

TORTA DI PANE

Mettere a bagno del pane raffermo nel latte freddo. Quando è ben imbevuto, aggiungere dello zucchero, 2 uova intere, 1 pizzico di sale, 1 bustina di zafferano, dei pinoli e delle uvette. Si impasta tutto fino a renderlo un composto omogeneo e si mette in forno a 180° per circa un'ora.

TORTA DI PANE

- 1 litro di latte
- 1/2 kg. di pane
- 4 uova
- 3 amaretti
- uva sultanina
- scorza di limone
- 1 bustina di vaniglia
- 300 gr. di zucchero
- 1 pizzico di cannella
- pinoli

Ridurre il pane in piccoli pezzi, metterlo in una zuppiera abbastanza capace ed unire tutti gli ingredienti, ad eccezione del latte e delle uova. Bollire il latte e versarlo sul pane; fare raffreddare, quindi aggiungere le uova sbattute (sia tuorli che albumi). Lavorare ora il tutto, finché il pane non sarà ben spappolato; il composto dovrà avere una giusta consistenza; se fosse il caso aggiungere ancora un po' di latte. Ungere con del burro una tortiera e versarci il composto, uguagliare e sovrapporre piccoli pezzetti di burro. Spolverare con la cannella e ricoprire con i pinoli. Cuocere nel forno, a temperatura media, per due ore ed abbassare la temperatura a metà cottura. A cottura ultimata, la torta dovrà essere ben dorata. Spegnerne il forno e farla raffreddare, ma non togliere ancora la torta dalla tortiera, nella quale dovrà raffreddare dolcemente.

CROCCANTE DI GERMIGNAGA

È tradizionale prepararlo per la festa "Madonna d'Ottobre". Mandorle dolci e qualche mandorla amara, tostate (i vecchi aggiungevano anche la mandorla contenuta nel nocciolo delle pesche, preventivamente bollita per fare perdere le sostanze estrattive amare); si uniscono a zucchero caramellato caldissimo. Il composto viene disteso e pressato con un limone.

BRUTTI E BUONI

- gr. 80 di polvere di biscotti
- gr. 80 di farina bianca
- gr. 120 di zucchero
- gr. 25 di burro
- gr. 8 di cannella in polvere
- 1 uovo intero e 1 tuorlo
- gr. 60 di mandorle dolci tritate grossolanamente
- gr. 60 d'arancio candito a pezzetti

Impastare, formare due bastoni di 3 cm. di diametro e di cm. 35 di lunghezza, infarinarli, metterli sulla placca unta del forno piuttosto forte per un quarto d'ora, finché diventino biondo scuro. Tagliarli di sghembo mentre sono ancora tiepidi, lunghi mezzo dito.



TORTELLI DI CARNEVALE

- 300 gr. di farina
- 4 uova
- 1 bustina di lievito
o meglio una noce di lievito di birra
- latte
- sale
- 1 buccia di limone grattugiata

Dopo aver montato a neve l'albume delle uova, aggiungere a risultato ottenuto i tuorli e il lievito che è meglio stemperare in un po' di acqua calda. Versare la farina mescolando lentamente e quindi aggiungere gli altri ingredienti, diluire il tutto nel latte necessario. Si otterrà così un impasto quasi liquido che dovrà essere lasciato riposare per almeno due ore. Far friggere in strutto fuso (oppure olio) lasciando cadere una cucchiata di impasto per volta. Spolverare con lo zucchero.

MUSTAZZIT

- 4 etti di farina bianca
- 1 etto e 1/2 di zucchero
- acqua e spezie

Con mezzo bicchiere di acqua si incorpora il tutto, gramolando sul tagliere. Distendere la pasta col mattarello e tagliarla a forma di mostaccioli (rombi allungati). Far cuocere a forno moderato.

BUSECHINA

Castagne secche, piccole, bianche, di montagna, cotte in acqua e vino bianco. Si servono con la panna.

PAN DI MIGLIO

15 gr. di lievito di birra, si stemperano con 2 cucchiaini di farina e un po' d'acqua tiepida. Si

lascia lievitare al tiepido, sotto una tela pulita. Quando arriverà a montare si aggiunge altra farina e acqua per fare circa 1 etto, poi si lascia proseguire la lievitatura. Quando questa è sufficientemente svolta, si preparano in una terrina 100 gr. di farina gialla, 100 gr. di farina bianca, 100 gr. di zucchero che si impastano con 3 uova intere. Si aggiunge anche 1 etto di burro e l'impasto di lievito. A questo punto occorre lavorare con mano leggera e non lasciare prendere freddo alla pasta che va modellata in forme rotonde e schiacciate che si cuociono sulla lastra del forno, dopo averle lucidate con sciroppo di zucchero e cosparse di piccoli fiori di sambuco.

PAN MEINO

- 1/2 kg. farina gialla (del pane)
- 2 hg. 1/2 di burro
- 2 hg. 1/2 di zucchero
- se si vuole un po' di farina bianca
- fiori di sambuco oppure mandorle tritate e scorza di limone

S'impasta e si cuoce a buon fuoco perché deve stare poco nel forno per non indurirsi. Se la pasta si indurisce troppo mettere un po' di latte.

TORTA DI FARINA GIALLA

- 2 etti di burro
- 2 hg. 1/2 di zucchero
- 4 uova intere
- 3 etti di farina gialla (semola)
- 1 hg. o 1 hg. 1/2 farina bianca
- 1 cucchiaino di lievito
- una manciata di sambuco
- 1/2 scodellina o tazza di latte

Impastare bene tutti gli ingredienti, fare una formina che si mette a cuocere in una tortiera unta di burro e cosparsa di pane grattato.

TORTA DI POLENTA

(per 4 persone)

- 6 cucchiaini da minestra di farina gialla
- 3 cucchiaini di zucchero
- 1/2 bustina di vaniglia
- 1 bicchiere di latte freddo
- 1 bicchiere di acqua
- 1 uovo
- 25 gr. di burro fuso
- pangrattato

Mescolare la farina con lo zucchero e la vaniglia. Stemperare con il latte e l'acqua fredda e aggiungere l'uovo sbattuto e il burro. Versare il composto in tortiera unta e cosparsa di pane grattato e cuocere in forno caldo per 40 minuti circa. Quando è fredda, spolverare con 1 bustina di zucchero vanigliato.

PARÒ

1 cucchiaino di farina bianca per persona, impastare con un uovo, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di zucchero e latte o acqua a poco a poco a una giusta densità. Lavorare la pasta;

in ultimo un pizzico di bicarbonato. Frutta affettata a volontà, unirla in ultimo alla pasta. Ungere con olio e burro la tortiera e cuocere.

DOLCI AL LIMONE

Pestare e passare al setaccio una dose eguale di amido e di zucchero. Unirvi poi alcune chiare d'uovo (regolarsi per le proporzioni rispetto agli altri due ingredienti) ed il succo di limone, fino a formare una pasta dura che dovrà poi essere tirata sull'apposito asse a sfoglia, dell'altezza di circa mezzo centimetro. Tagliare poi la sfoglia in forme varie e cuocere al forno.



Si consiglia di abbinare ai piatti tipici della tradizione locale i vini, bianchi e rossi, dei Ronchi varesini, recentemente insigniti della denominazione IGT (Indicazione Geografica Tipica).





Piazza Libertà, 1 - 21100 Varese
Tel. 0332.252413
turismo@provincia.va.it
www.vareselandoftourism.it