



LEMANINPASTA

Laboratori di cucina Nicoli-Calvino

Pizzoccheri della Valtellina (Sondrio)

Ingredienti per 4 persone

- 320g di pizzoccheri
- 160g di patate
- 125g di burro
- 125g di verza, coste o spinaci
- 160g di formaggio semigrasso o stracchino
- 100g di parmigiano
- 2 spicchi d'aglio
- Sale

1. In una pentola porta ad ebollizione abbondante acqua salata.
2. Versa le patate tagliate a dadini e le verdure tagliate a piccoli pezzi.
3. Dopo cinque minuti aggiungi i pizzoccheri.
4. Fai bollire per 12-15 minuti.
5. Scola il tutto e mettine una parte in una teglia.
6. Cospargi con parmigiano grattugiato e fettine sottili di formaggio
7. Prosegui alternando pizzoccheri e formaggio.
8. Soffriggi il burro con l'aglio.
9. Versa il burro fuso (senza l'aglio) sopra i pizzoccheri.
10. Pepa a piacere e servi caldo.

I pizzoccheri sono il piatto tipico più conosciuto della cucina valtellinese. Sono ricavati dalla farina del grano saraceno. Sono una sorta di tagliatelle piuttosto spesse e corte. Il grano saraceno, originario dell'Asia (fu introdotto in Europa, attraverso la Russia, nel Medioevo. Oggi è ancora diffuso in Russia, mentre in Europa si limita ad alcune zone della Francia e della Germania. In Italia è presente nelle province di Bolzano e Sondrio. A causa delle sue caratteristiche nutrizionali e dell'impiego alimentare, questo vegetale viene spesso collocato tra i cereali, nonostante tale classificazione sia scientificamente impropria, non appartenendo il grano saraceno alla famiglia delle Graminacee.

Il grano saraceno è ricco di sali minerali (ferro, zinco e selenio). E' una fonte preziosa di proteine vegetali e ha un alto contenuto in fibre.

PIZZOCCHERI GRATINATI

Ingredienti per 4 persone

Pizzoccheri secchi 250 grammi, 4 patate, 1 cavolo cappuccio piccolo, 1 mazzo piccolo di bietole, 2 cipolle, 4 spicchi di aglio, salvia, 100 grammi di grana padano, salvia fresca o secca abbondante, 1 peperoncino, 1 etto di bitto o altro formaggio molle, 50 grammi di burro, 2 cucchiaini di olio.

Preparazione:

I pizzoccheri sono una sorta di tagliatelle di farina e grano saraceno, piuttosto spesse e corte, specialità della Valtellina, che si cuociono insieme alle verdure (patate, bietole, cavoli, fagiolini) e si condiscono con burro, panna, cipolle, aglio, salvia e formaggi tipici della zona. Naturalmente esistono numerose varianti di questo piatto. Quella proposta è una versione gratinata.

Portare ad ebollizione l'acqua in una pentola grande. Sbucciare le patate, tagliarle a medaglioni e metterle a cuocere. Lavare le bietole, tagliarle a pezzetti e unirle alle patate, insieme al cavolo, strappando le foglie con le mani. Aspettare che l'acqua riprenda il bollore e mettere a cuocere anche i pizzoccheri.

Nel frattempo preparare il condimento: sbucciare le cipolle e l'aglio, tritarli finemente e metterli a rosolare in una padella con l'olio, il burro, la salvia e il peperoncino a fiamma moderata. Scolare i pizzoccheri dopo circa 15 minuti cottura.

Imburrare una pirofila e versare uno strato di pizzoccheri con le verdure, aggiungere qualche cucchiainata di condimento, una manciata di formaggio grattugiato, il formaggio tagliato a cubetti e continuare così fino ad esaurimento degli ingredienti. Sull'ultimo disporre abbondante condimento di cipolle, salvia e burro (eliminando il peperoncino), grana grattugiato, bitto a cubetti e fiocchi di burro.

Mettere in forno caldo a gratinare per circa 15/20 minuti.

PANZEROTTI MOZZARELLA E POMODORO

(Puglia)

- 600 g di farina, lievito di birra
- una grossa patata lessa passata a setaccio (facoltativa)
- 250 g di acqua tiepida
- 500 g di pomodori pelati
- 300 g di mozzarella
- pepe, sale

Preparare l'impasto con la farina, il lievito, il sale (volendo si può aggiungere la patata) e l'acqua. Far lievitare per circa 2 ore. Nel frattempo aprire i pelati, strizzarli e metterli a sgocciolare in un colapasta. Tagliare a piccoli dadini le mozzarelle (meglio se stagionate).

Quando i pomodori pelati saranno ben sgocciolati, unirli alle mozzarelle e condirli con sale e pepe. Formare con la pasta dei dischi del diametro di circa 20 cm e dello spessore di 3-4 mm. Riempire ogni disco con abbondante mozzarella e pomodoro, piegarli a mezzaluna e chiuderli con la rotella dentellata o ripiegando i bordi.

Friggerli in abbondante olio d'oliva rigirandoli perché non si coloriscano troppo.