



foto: Accademia del pane

ACQUA, FARINA &...

Ricette: Elisa Gennari, Vittorio Viarengo

SEMPRE A CACCIA DI RICETTE TRADIZIONALI, DA REALIZZARE CON ALCUNE MOSSE MIRATE, GRAZIE AI NOSTRI ESPERTI, ECCO COME DIREBBE QUALCUNO, "ROBA BUONA DA MANGIARE", PASSANDO DALLA PASTA ALLA PIZZA, ANZI ALLA FOCACCIA! BUON APPETITO!

Tagliatelle, tagliatelle!

Romana, residente a Cerveteri, Elisa Gennari, 35 anni, web designer, fotografa e appassionata di cucina, gestisce "Cucinare-web.it", portale, sottolinea, "dedicato a chi vuole imparare a cucinare dai piatti più semplici alle cucine internazionali (una piccola sezione riguarda la cucina giapponese che ama molto, ndr). Nato nel 2009 da una idea mia e della mia

amica e collega Simona Leone, con la quale condivido la passione per il cibo e gli abbinamenti, ora è un sito ricco di informazioni e tecniche di base". E tante ricette, tra cui questa che gira al nostro giornale, mentre è alle prese con il suo nuovo progetto, un blog in inglese, www.gooditalianrecipes.com, per promuovere la vera cucina italiana all'estero.

La mia Cucina

GUSTO, PIACERE, AUTENTICITÀ

Per iniziare

Quando si prepara la pasta fresca, uno degli accorgimenti fondamentali è la scelta degli ingredienti: prediligete sempre quelli freschissimi e di qualità. Per quanto riguarda la scelta della farina, per ottenere un risultato più corposo e saporito, consiglio di utilizzare semola o farina di grano duro, che conferiscono alla sfoglia un colore più giallo, ma se non avete a disposizione queste farine usate pure una farina "0". Da ricordare che gli ingredienti indicati sono per 4/6 persone.



Cucinareweb
IDEE GUSTOSE DAL WEB



1 Disporre a fontana 400 gr di semola di grano duro sulla spianatoia.



2 Versatevi al centro quattro uova medie e impastate gli ingredienti con una forchetta, spingendo pian piano la farina sulle uova. Incorporate sempre più farina dal bordo, magari aiutandovi con una spatolina.



4 Lasciate riposare l'impasto per circa un'ora coperto con una ciotola (si può usare anche un po' di pellicola trasparente prima di stenderlo), affinché la maglia glutinica si allenti risultando meno elastica e sia più facile tirare la sfoglia (senza questo tempo di riposo, man mano che la sfoglia si assottiglia, tende a ritornare indietro e a recuperare lo spessore precedente).



5 Riprendere la palla di pasta e appoggiarla sul piano di lavoro infarinato. Con il mattarello schiacciare leggermente l'impasto per allungarlo e poi iniziare a tirarlo. Importante da ricordare. Ogni tanto cercate di infarinare anche il mattarello e le vostre mani, in modo di non lasciare nulla appiccicoso tipo pezzetti di pasta fastidiosi da staccare in un secondo momento.



3 Lavorate finché tutte le uova saranno ben assorbite, l'impasto deve essere morbido ma sodo, se risulta appiccicoso, aggiungete altra farina. Iniziate a impastare con le mani e, quando l'impasto prende corpo, iniziate a tirarlo con il palmo della mano allontanandolo da voi, mentre con l'altra mano lo tenete fermo. Continuate finché l'impasto non sarà liscio, elastico e compatto.



6-6a Per ottenere un risultato ottimale, appoggiate la punta dell'impasto sul mattarello e, schiacciando pian piano, iniziate ad arrotolarlo sopra. Srotolatelo e ricominciate. Ripetete questa operazione ruotando ogni volta la sfoglia di 45°. Quando la sfoglia sarà sufficientemente sottile, lasciatela seccare per almeno 30 minuti per agevolare il taglio.

7 Trascorsi i 30 minuti riprendete la sfoglia, arrotolatela avendo cura di spolverarla con abbondante farina.



8 Tagliate la pasta dello spessore di circa 5 mm se volete realizzare il formato tagliatelle, o di circa 1 cm per ottenere pappardelle.



E quale ricetta?

Servono: 500 gr di funghi porcini freschi o una confezione di funghi porcini secchi (circa 80/100gr), 600 gr di fettuccine fresche, 1 cipolla, 3 cucchiai di olio extra vergine di oliva, 1/2 bicchiere di vino bianco, sale e pepe e peperoncino a piacere, prezzemolo per guarnire

Se usate i funghi secchi, metteteli in acqua tiepida per almeno 30 minuti, oppure in acqua fredda tutta la notte. Se invece avete la possibilità di utilizzare i funghi freschi, puliteli con cura con un panno leggermente umido. I funghi non devono mai essere lavati sotto l'acqua corrente, poiché assorbirebbero troppa acqua e perderebbero sapore e consistenza.

Una volta puliti, tagliateli a cubetti o a fettine e teneteli da parte. Mettete a bollire l'acqua per cuocere le fettuccine, nel frattempo preparare il condimento tritando finemente la cipolla e lasciandola imbianchire in padella con l'olio ed il peperoncino, se vi piace un sapore più piccante.

Appena la cipolla inizia a sfrigorare, aggiungete i funghi, salate e pepate. Lasciate insaporire e sfumate con il vino. Coprite con un coperchio e lasciate cuocere per circa 10 minuti. Appena l'acqua arriva a bollire, salate e poi versate le fettuccine e mescolate bene.

Controllate la cottura dei funghi, se il condimento risulta troppo asciutto versate un mestolo di acqua della pasta. Grazie agli amidi contenuti in essa aiuterà a legare la salsa.

Appena la pasta viene a galla, aspettate un paio di minuti e poi scolatela, tenendo da parte una tazza di acqua di cottura. Versate le fettuccine nella padella con i funghi e saltate bene, finché la pasta non sarà condita in maniera uniforme. Spolverate con prezzemolo e servite.



Il sapore in America

Navigando sul web, siamo piacevolmente incappati nel blog di un italiano (vivalafocaccia.com): si chiama Vittorio Viarengo e dal 1998 vive negli Stati Uniti con la moglie Paola e i figli Laura e Luca. Nonostante sia un super manager di una super tecnologica azienda nella californiana Silicon Valley, come suggerisce il nome del suo spazio online, l'arte bianca è non solo una passione ma quasi una missione. "Fare la focaccia ed il pane insieme alla mia famiglia", sottolinea, "è un modo per tenere

vive le tradizioni, divertirvi e mangiare bene". E di farina e focaccia se ne intende, visto che ci è cresciuto in mezzo nel panificio di famiglia in via dei Macelli di Soziglia nel centro storico di Genova. Il suo obiettivo è insegnare la panificazione con ricette che possono funzionare nell'ambiente casalingo.

Al momento, per impastare usa un'impastatrice Kitchen Aid. In futuro, però, "proverò anche l'impastatura a mano per rendere le ricette ancora più fattibili", dice.

Una focaccia semplice

Per una teglia di 25x40 centimetri: 400 grammi di farina 00, 360 grammi di acqua, 40 grammi di olio extra vergine, 6-8 grammi di sale grosso, 4 grammi di zucchero, 20 grammi di lievito di birra, (o 7 di lievito disidratato)



1 Sciogliete il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Aggiungete lo zucchero e mescolate.



2 Aggiungete l'olio e la farina. Questa è un'operazione che va affrontata con calma, al fine di evitare la formazione di grumi.



3 Mescolate per due minuti con un mestolo fino a quando la farina non sia stata assorbita. Aggiungete il sale. Mescolate per 2-3 minuti per scioglierlo bene.



4 Dopo aver unto un contenitore con un po' di olio, versateci l'impasto.

5 Coprite bene e lasciate lievitare. Per la lievitazione veloce, mettete a lievitare al riparo da spifferi d'aria per 2-3 ore a seconda della temperatura. Alternativamente potete usare una lievitazione rallentata in frigo per 8-12 ore. Dopo la lievitazione, la pasta dovrebbe raddoppiare di volume. Se fate la lievitazione in frigo e non è lievitata molto, potete lasciarla lievitare un'ora a temperatura ambiente.



La mia Cucina

GUSTO, PIACERE, AUTENTICITÀ



6 Ungete bene una teglia di 25x40 cm e versateci l'impasto, cercando di non piegare la pasta su se stessa. Anche questa è un'operazione da affrontare senza fretta.



7 Ungete molto bene le mani con una buona quantità di olio, poiché l'impasto è ad alta idratazione e si attacca moltissimo alla pelle.



8 Distribuite la pasta in maniera uniforme sulla teglia. Pigiatela cioè con delicatezza con le dita di entrambe le mani. In tal modo, si creerà la classica "texture".



9 Cospargete la superficie con una spruzzata di sale grosso. Se non si ha questo prodotto, potete usare tranquillamente il sale fino, ricordandosi di spruzzarne non moltissimo. Imprimete i classici buchi della focaccia con i polpastrelli delle mani.



10 Lasciate lievitare al riparo dagli spifferi per 60 minuti. Cuocete a 220°C per 15-18 minuti.



11 Una volta uscita dal forno, cospargete la superficie con olio extra vergine aiutandovi con un pennello di plastica.



Alla fine di queste operazioni, avrete ottenuto una focaccia con la crosta croccante e l'interno morbido.

Il nostro cuoco suggerisce due modalità per consumarla. O da sola, poiché gli ingredienti usati la rendono di per sé buonissima, oppure, soprattutto quando si è raffreddata, tagliarla e riempirla di prosciutto, mortadella, salame. Buon appetito!