

Nello stile di una **CHEF**

Sono cinque ragazze stellate, tutte 30enni e protagoniste della rassegna **Identità golose**. Ci anticipano le nuove tendenze in cucina. Per una sfilata di sapori di mare, dell'orto e della memoria. Che al femminile hanno una marcia in più

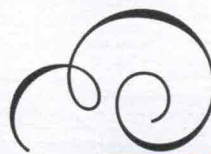
DI SANDRA LONGINOTTI FOTO GIANDOMENICO FRASSI
STYLING ORNELLA ROTA



LINGUINE AL "QUINTO QUARTO" DI CALAMARO

TEMPO DI PREPARAZIONE:
30 MINUTI
facilissima
Per 4 persone

Pulite 500 gr di calamari, mettete da parte le sacche per un'altra preparazione e tenete tutto ciò che in genere si butta via: le interiora (si chiamano "quinto quarto"). Fatele soffriggere in una padella con 2 spicchi d'aglio, 2 cucchiaini di olio, 1 peperoncino, 1 mestolo d'acqua. Spegnete e filtrate. Cuocete 300 gr di linguine, scolatele a metà cottura e proseguitele in padella con il sugo. Quando sono al dente, togliete dal fuoco, aggiungete della menta tritata e servite.



UN TUFFO SOTTO IL VESUVIO

Marianna Vitale, 32 anni, ha realizzato un sogno: la cucina essenziale fatta del recupero di ingredienti poverissimi. Per lei anche gli scarti del pesce, se affumicati e "trattati", possono rendere uniche molte ricette. La trovate nel ristorante Sud, a Quarto (Napoli), con una stella Michelin (sudristorante.it).

Il trucco per rendere bello un piatto?

«Esiste un cromatismo del gusto: quando i colori sono in armonia lo è anche il sapore».

Come si rinuncia al soffritto?

«Con altri tipi di cottura. Io griglio tutto e aromatizzo con olio crudo».

L'ingrediente S.o.s. da tenere in frigo?

«La maionese: piace a tutti e si può aromatizzare a piacere».

G | nello stile di una chef



**TRATTIAMOCI CON
DOLCEZZA**

Chiara Patracchini, 30 anni, aveva nostalgia delle merendine di quando era bambina. Quelle speciali, però. Come un tiramisù fatto con i ritagli avanzati del pan di Spagna... Ha inventato la ricetta che vi proponiamo perché «la buccia della patata ha vitamine, fibre ed esalta il gusto». Premiata già l'anno scorso da **Identità Golose** come migliore chef pasticciere, è nello staff di La Credenza a San Maurizio Canavese (Torino), una stella Michelin (ristorantelacredenza.it).

Che cosa coltiva sul terrazzo?

«Salvia, timo e rosmarino per le mie granite di frutta dell'estate».

Come ridurre lo zucchero nella torta?

«Con miele e acqua per il pan di Spagna e frutta per farcire».



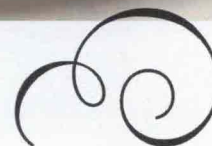
PATATE A MERENDA

TEMPO DI PREPARAZIONE:

4 ORE E 30 minuti

impegnativa

Per 6/8 persone



Lavate 600 gr di patate di montagna, asciugatele e mettetele in una teglia appoggiate su 500 gr di sale grosso. Cuocetele in forno caldo a 200° per 1 ora. Sbucciatele e tenete la buccia. Passate la polpa, pesatene 300 gr e mescolatela con 20 gr di zucchero di canna e 50 gr di farina di mais tostato. Incorporate 280 gr di tuorli montati con 100 gr di zucchero. Dividete il composto in 3 e stendetelo tra due fogli di carta da forno imbrattata, formando quadrati di 20x20 cm alti 4 mm. Trasferiteli in 3 teglie a misura e cuoceteli in forno caldo a 160° per 4 minuti. Fate raffreddare e sformate. Mettete a bagno 8 gr di colla di pesce, fondete a bagnomaria 200 gr di cioccolato bianco ed emulsionatelo con 350 gr di latte di capra bollente, aggiungete la colla di pesce, mescolate e fate raffreddare. Unite 450 gr di panna montata. Alternate i quadrati di patate al composto. Tagliate a cubetti. Bollite 100 gr di acqua e 100 gr di zucchero. Passatevi le bucce di patata, asciugate in forno a 60° per 3 ore e cospargete sul dolce.

Foto GIANDOMENICO FRASSI



SEMPLICITÀ CREATIVA

Antonia Klugmann, 33 anni, triestina, è una sperimentatrice infaticabile, con una passione per i sapori di campagna, ed è uno dei talenti emergenti del circuito Jeunes Restaurateurs d'Europe. La trovate a Il Ridotto di Venezia (ilridotto.com), in attesa di inaugurare a luglio il suo ristorante con locanda: l'Argine, a Vencò (Gorizia), quattro stanze e un orto di erbe aromatiche e piante spontanee.

L'ingrediente da tenere sempre in casa?

«I radicchi invernali, da condire con un'emulsione calda o un po' di lardo soffritto, sgrassato e uno spruzzo di aceto».

Il trucco per rendere bello un piatto?

«Far intuire tutti gli ingredienti, lasciandoli quanto più possibile integri e rispettandone i colori».

Che cosa offre a un ospite last minute?

«Una zuppa di verdure. Mi bastano davvero 10 minuti....».

POLPETTE DI BOLLITO

TEMPO DI PREPARAZIONE:

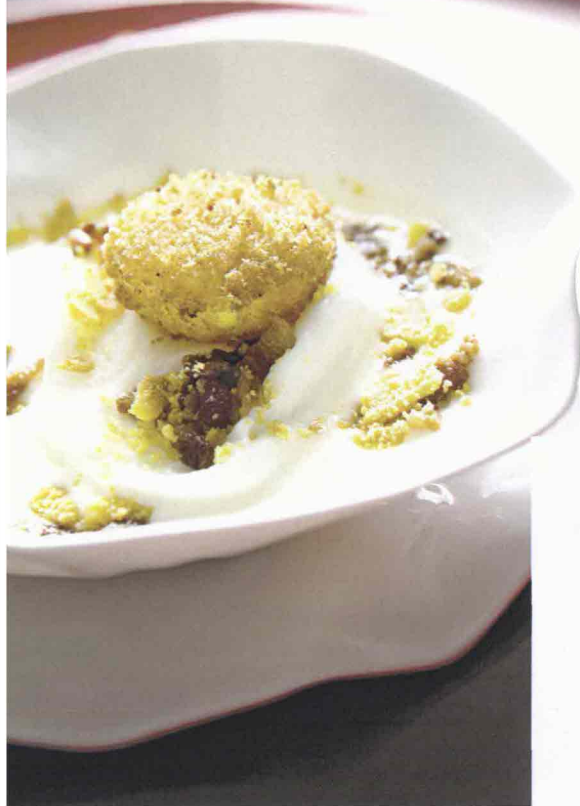
1 ORA (+ il riposo)

impegnativa

Per 6 persone

Mettete a bagno per 1 notte 100 gr di pomodori secchi in acqua fredda e aceto di vino bianco e strizzateli. Copriteli d'olio extravergine, aggiungete erbe aromatiche, 1 spicchio d'aglio non sbucciato e pepe in grani. Bollite per 3 ore a fiamma dolce 500 gr di collo di manzo, 500 gr di cappello del prete, 1 costa di sedano, 1 carota, 1 cipolla, 1 cucchiaino di pepe in grani, 2 bacche di ginepro e 4 chiodi di garofano. Filtrate il brodo, fatelo raffreddare e lasciatelo in frigo 2 ore per eliminare il grasso. Sminuzzate la carne, salate e unite parte del brodo, fino a ottenere un impasto. Formate delle polpette, passatele nella farina, poi nell'uovo e infine nel pane grattugiato. Sgocciolate i pomodori e frullateli. Affettate 400 gr di cicoria scottatela in acqua bollente, e saltatela con olio e aglio. Friggete le polpette e servitele con la purea rossa e la cicoria.

G | nello stile di una chef



PIÙ BUONO O PIÙ BELLO?

Per **Iside De Cesare**, 39 anni, romana il sapore dev'essere sempre il protagonista. «Il rischio che corrono molti miei colleghi? Privilegiare l'estetica che finisce col rubare la scena al gusto». Potete assaggiare i suoi piatti a La Parolina (laparolina.it), il ristorante stellato aperto con il marito ad Acquapendente (Viterbo). **Ha senso rileggere le ricette di famiglia?** «Sì, sfruttando le nuove tecniche che aiutano a ridurre i grassi, senza penalizzare il risultato». **L'ingrediente da tenere in casa?** «Le spezie. Riducono il sale e regalano aroma».



UOVO ALLA CARBONARA

TEMPO DI PREPARAZIONE:
55 MINUTI
impegnativa
Per 4 persone

Sciogliete in 250 gr di panna bollente una manciata di pecorino grattugiato. Preparate una sbrisolona salata con 100 gr di farina, 4 gr di sale, 50 gr di burro, 30 gr di pecorino grattugiato e 2 tuorli. Stendete il composto e infornate a 180° per 20 minuti. Soffriggete 100 gr di guanciale. A parte, rotolate 4 tuorli sodi nel pangrattato. Montate a neve 2 albumi, distribuiteli in 4 fascette d'acciaio di 5 cm, cospargete la superficie con pecorino grattugiato, trasferite nella vaporiera per 1 minuto. Friggete i tuorli impanati. Servite la crema di pecorino, con gli albumi e il tuorlo appoggiato sopra. Cospargete con il guanciale e la sbrisolona.



TRADIZIONI DI FAMIGLIA

Aurora Mazzucchelli, 39 anni, rivisita la tradizione emiliana. «Cucino a chilometro zero, ma se ho bisogno dello zenzero, lo uso...». È alla guida del ristorante di famiglia Marconi (restaurantemarconi.it), una stella Michelin.

L'ingrediente a cui non rinuncia?

«Acciughe di Cetara o un ottimo tonno, sono un jolly».

Un piatto da preparare in pochi minuti?

«Sale grosso e fine in una padella, spruzzo con acqua e cuocio un trancio di spada (con coperchio) in 10 minuti».



RAVIOLI ALLA NOCE MOSCATA E MANDORLE

TEMPO DI PREPARAZIONE:
1 ORA (+ il raffreddamento)
impegnativa
Per 4 persone

Lavorate 200 gr di farina di semola rimacinata di grano duro e 100 gr di farina 00, 2 uova intere e 2

tuorli. Lasciate riposare l'impasto 1/2 ora e tiratelo in una sfoglia sottile. Portate a bollire 100 gr di panna e 60 gr di latte. Fuori dal fuoco unite 200 gr di grana ed emulsionate con lo sbattitore.

Raffreddate in frigorifero per 1 ora e ricavate da questa mousse dei dischetti di circa 25 gr. Allineateli

su metà della sfoglia. Coprite con l'altra metà, fate aderire bene i bordi e, con un coppa pasta del diametro di 5 cm, ritagliate i ravioli. Cuoceteli in brodo di carne, scolateli e mantecateli in padella con burro fuso. Servite con noce moscata e 50 gr di mandorle tritate.