

POMME LARMOYER

FOTOGRAFIE DI AKIKO IDA E PIERRE JAVELLE  
ILLUSTRAZIONI DI ZEINA ABIRACHED

# ISTANBUL

LE RICETTE DI CULTO

Guido Tommasi Editore



POMME LARMOYER

# ISTANBUL

## LE RICETTE DI CULTO

FOTOGRAFIE DI AKIKO IDA E PIERRE JAVELLE  
ILLUSTRAZIONI DI ZEINA ABIRACHED  
PROGETTO GRAFICO DI SABRINA FAUDA-RÔLE

Guido Tommasi Editore

# PREFAZIONE

Istanbul mi accoglie nelle sue braccia immense, un mattino presto, al ritorno da un lungo viaggio. Arrivo in Oriente in treno, alla stazione di Haydarpaşa: con i piedi in Asia e, davanti a me, il Bosforo e l'Europa. Intorno a me, la Città delle città. Per chi ama viaggiare, Istanbul è Bisanzio. Immensa, ancestrale e ultramoderna, imponente e accattivante. Vi siete persi? Vi accompagnano. Siete curiosi? Vi invitano. E la sua cucina le assomiglia, ovviamente. Vasta, generosa, varia, festosa. Lontano dai luoghi comuni. C'è così tanto da vedere nell'antica Costantinopoli quanto da scoprire nella sua gastronomia, davvero molto. Così diversa, così sorprendente e squisita che è naturale chiedersi come sia stato possibile trascurarla così a lungo. Assaporarla equivale a ricomporre un mosaico. La cucina ottomana: un'immensa cultura gastronomica che attraversa diverse epoche, accoglie le influenze dell'Europa, dell'Oriente, dell'Asia centrale, del Mediterraneo e rievoca viaggi, storie e popoli. Grazie al cibo di strada, che è ricco e onestamente crea dipendenza; alla cucina fatta in casa o offerta in trattoria: semplice, sana, fresca. Grazie alla cucina contemporanea, elegante, attraente, quando il nuovo si riappropria dell'antico ed è davvero un bene. Istanbul è questo: un incrocio, una diversità di stili, di culture, di riti; è l'Europa e l'Asia, il mare e la terra, una metropoli unica e diversi quartieri, tradizionali o d'affari, commerciali, turco, greco, ebreo, armeno, curdo, in un angolo è laico e in un altro religioso, qui le viuzze dei bazar e di fronte l'Istiklal Caddesi, larga e indaffarata, un carretto di simit e un rakı all'aperto di fronte al Bosforo e al centro, intorno, lo stretto, il Corno d'Oro, il mare.

Istanbul e la cucina, una vera grande storia d'amore. In città si trova sempre qualcosa da mangiare, a qualsiasi ora del giorno o della notte. Ci sono i piatti per la colazione, a mezzogiorno, alle quattro del pomeriggio (un tè accompagnato da un börek), la sera, prima di una partita (un piccolo dürüm?), dopo la partita (e dai! un islak burger...), per cena (andiamo, un piatto di manti), per un dopofesta (in brodo o in un panino, la trippa alle 5 del mattino!). E per ogni specialità c'è un quartiere e un locale interessante.

Un altro elemento che rimanda alla cultura della tavola in Turchia: un ingrediente è un'istituzione (quasi). Ecco dunque un lungo elenco di luoghi dove fermarsi a far colazione, pranzare, far merenda, cenare, concedersi uno spuntino o un dolce, recuperare le forze, fermarsi, fare di nuovo colazione, approfittare per un aperitivo, una colazione tarda o uno spuntino all'alba. C'è il kahvaltı salonu, dedicato alla colazione; la lokanta, una trattoria di cibi pronti; la meyhane, taverna che serve meze, pesce e rakı (alcol all'anice); l'ocakbaşı, il ristorante delle carni alla brace; il çorbacı, un bar per gustare una zuppa; al kahvehane si beve il caffè; il pidecisi vende i pide (pizze), il köfteci le köfte (polpette), il kebabci il kebab, il mantıcı i mantı (ravioli), l'işkembeci piatti di interiora e trippa; senza dimenticare lo yufkacı (dove trovare i sottili yufka), i muhallebici (per i dessert), il balık restoran (ristorante di pesce), il fırın (la panetteria)...

**AVETE FAME? BENVENUTI A İSTANBUL.**

# ŞİMIT E TÈ TURCO

simit e çay

Il simit è il pane di Istanbul. È il suo simbolo, un valore assoluto, venduto ovunque al costo di una lira e si sposta insieme ai suoi venditori ambulanti sulle piccole vetture rosse, cugine dei vecchi tram dell'Istiklal Caddesi, la grande arteria pedonale e commerciale di Istanbul. Viene voglia di mangiare tutto il giorno questa coroncina attorcigliata ricoperta con semi di sesamo e dal retrogusto dolce. D'altra parte, è ciò che fanno gli istanbuliotti!

Preparazione: 15 minuti

Riposo: 1 ora e 15 minuti

Cottura: 25 minuti

Per 3 simit

**200 g di farina**

**12 g di lievito di birra secco**

**5 g di sale**

**1 cucchiaino di zucchero**

**120 ml d'acqua**

**6 cucchiaini di pekmez (melassa d'uva)**

**Semi di sesamo**

Diluite il lievito in un po' d'acqua tiepida e aspettate 15 minuti.

In un'insalatiera, mescolate la farina, il sale, lo zucchero, il lievito e l'acqua (senza mettere subito in contatto il sale e il lievito). Impastate il composto e lasciate riposare per 1 ora in un posto tiepido (in forno a 30°C è perfetto perché la pasta lieviti). Scaldate il forno a 200°C. Lavorate la pasta, dividetela in tre palline di 100 g ciascuna e formate tre panini lunghi circa 60 cm.

Piegate ogni panino a metà e attorcigliatelo per formare una coroncina (chiusa). Preparate due piattini: in uno, versate il pekmez e immergeteci una coroncina di pane; nell'altro, versate i semi di sesamo e poi appoggiateci il simit per ricoprirlo. Adagiate i simit su una teglia e infornate per 25 minuti.

Il tè è la bevanda più consumata in Turchia.

Il paese è d'altra parte uno dei principali produttori di tè al mondo e questo spiega il perché.

È il primo infuso del mattino, quello che accoglie un amico in visita e che si vede tutto il giorno in giro per le strade di Istanbul su vassoi rotondi, portati dai venditori ambulanti, sempre in movimento.

Preparazione: 5 minuti

Infusione: 15 minuti

**1 cucchiaino di tè nero a persona**

**Zucchero**

Riempite d'acqua il recipiente inferiore della teiera e versate il tè in quello superiore. Mettete la teiera sul fuoco. Quando l'acqua bolle, versate un po' d'acqua sul tè nero e lasciate in infusione per un quarto d'ora (lasciando la parte bassa della teiera sul fuoco, l'acqua deve essere calda). Versate il tè nero in una tazza (un terzo) e allungatela con l'acqua bollente. Zuccherate.

IL TÈ NERO TRADIZIONALE,  
CHE SI TINGE DI ROSSO QUANDO  
LO SI VERSA NEI BICCHIERI, SI  
PREPARA IN UNA TEIERA CON DUE  
RECIPIENTI SOVRAPPOSTI, CHIAMATA  
ÇAYDANLIK: IN ALTO SI METTE IL  
TÈ, IN BASSO SI VERSA L'ACQUA.



# MELANZANE ALLO YOGURT

yogurtlu patlıcan

La melanzana è la verdura simbolo della cucina turca. Preparata in tutti i modi (in insalata, in purè, fritta) assume un sapore affumicato meraviglioso quando è abbrustolita sul fuoco. Mescolata con lo yogurt, si addolcisce nuovamente. Preferite le melanzane più piccole, dalla polpa più dolce (evitate quelle enormi, dal cuore spugnoso e per nulla soffice).

Preparazione: 10 minuti

Cottura: 30 minuti

Per 4 persone

**2 melanzane**

**2 peperoni verdi lunghi**

**100 g di yogurt turco (o greco)**

**1 spicchio d'aglio**

**1 cucchiaio colmo di olio d'oliva**

**½ cucchiaino di sale**

Punzecchiate con una forchetta le melanzane e i peperoni e poi metteteli sul fuoco (in un közmatik, sul fornello o sotto il grill), girandoli regolarmente per 20-30 minuti, secondo la dimensione; per i peperoni, più piccoli, servirà meno tempo. La polpa dev'essere soffice. Tritate l'aglio in un mortaio con il sale e amalgamatelo allo yogurt. Pelate le melanzane e i peperoni (gettate la buccia), schiacciate la polpa con la forchetta e mescolatela allo yogurt. Condite con l'olio d'oliva e servite il piatto freddo, con il pane.



# POLPETTE DI BULGUR

bulgurlu köfte

Una versione particolare delle köfte per uno stuzzichino vegetariano. Davvero buone!

Preparazione: 25 minuti

Cottura: 15 minuti

Per 4-6 persone

**200 g di bulgur fine (o in semola)**

**4 patate medie (tipo bintje)**

**2 cipollotti**

**½ mazzetto di prezzemolo**

**½ mazzetto di menta**

**Una spolverata di peperoncino in scaglie**

**Olio d'oliva**

**Il succo di 1 limone**

**Sale**

Pelate le patate e cuocetele in una pentola d'acqua. Cuocete il bulgur in una casseruola con 500 ml d'acqua bollente salata. Quando il bulgur ha assorbito tutto il liquido, coprite e mettete da parte. In una padella, soffriggete i cipollotti tritati in 3 cucchiaini di olio d'oliva per 3 minuti. Aggiungete il prezzemolo e la menta tritati finemente, il peperoncino e il sale. Riducete le patate in purè (con un po' d'acqua di cottura, se necessario) e impastate quindi a mano tutti gli ingredienti, una volta raffreddati (per non scottarsi). Formate delle polpettine e servitele tiepide o fredde, con un filo di succo di limone e di olio d'oliva.





# ISTANBUL

## LE RICETTE DI CULTO

ISTANBUL È BISANZIO. ASIA ED EUROPA, TERRA E MARE, MEZE E ZUPPE, PILAF DI TUTTI I TIPI, UNA SALSA ALLO YOGURT O UNA SPOLVERATA DI PEPERONCINO, SPIEDINI DI CARNE O PESCE MARINATO, UN SIMIT, UN BÖREK, UN DÜRÜM, LE BAKLAVA E LO SCIROPPO, RICETTE CLASSICHE E ALTRE RIVISITATE, L'ANTICO E IL NUOVO. UN COCKTAIL AL RAKI DI FRONTE AL BOSFORO. COSA VOLETE DI PIÙ?

**Pomme Larmoyer** è una redattrice e ama viaggiare. Crede che la cucina racconti sempre un paese, una città, soprattutto quando qualcuno le rivela la ricetta delle sue "madeleines". Pomme adora far parlare gli altri della loro cucina. Prima di questo libro ha pubblicato altre opere, fra cui un volume sulla cucina libanese.



ISBN : 978 88 67531 462



www.guidotommasi.it

