

A vintage silver spoon with a long, slender handle and a rounded bowl, resting on a white, textured cloth napkin. The napkin is placed on a dark wooden surface. The spoon shows signs of age and use, with some darkening and wear on its surface.

MICHEL
ROUX

*L'essenza
della
cucina
francese*

FOTOGRAFIE DI LISA LINDER

Guido Tommasi Editore

Indice

INTRODUZIONE **6** ZUPPE **12** ANTIPASTI **32** UOVA **60** CROSTACEI **72**

PESCE **92** POLLAME E CACCIAGIONE **118** CARNE **148** VERDURE E INSALATE **180** DESSERT **208**

BRODI E SALSE **246** LE BASI **260** GLOSSARIO **267** INDICE **268**



Artichauts à la Barigoule

CARCIOFINI BRASATI

Il successo di questo piatto si basa sulla tenerezza e sulla freschezza dei piccoli carciofi, che devono essere stati raccolti poco prima dell'acquisto o della cottura. Sono squisiti come antipasto, ma sono ottimi anche come contorno per un pesce arrosto, per esempio il pesce San Pietro (vedi pag. 99).

Mettete la pancetta in una casseruola, coprite con acqua fredda e portate a ebollizione, poi abbassate la fiamma e sbollentate per 1 minuto.

Rimuovete con delicatezza le foglie esterne dei carciofi, poi, con un coltello piccolo, tagliate il gambo a circa 2 cm dalla base e la sommità del carciofo a 2 cm dalle punte. Con un cucchiaino piccolo, togliete il fieno dall'interno dei carciofi, nascosto dalle foglie. Usate un coltellino per spuntare un po' le foglie e per rimuovere le parti che vi sembrano coriacee. Pelate il gambo per lasciare solo la parte tenera.

Sciacquate i carciofi sotto l'acqua corrente e trasferiteli in una ciotola piena d'acqua e succo di limone; lasciateveli fino al momento della cottura. Assicuratevi di non lasciarli nell'acqua acidulata oltre il tempo necessario per stufare le altre verdure.

Scaldate l'olio d'oliva in un tegame a fuoco basso. Unite la carota, il finocchio, il sedano, le cipolle, l'aglio, il timo, l'alloro e la pancetta. Fate stufare il tutto per 2-3 minuti, poi aggiungete i carciofi e il succo di limone. Cuocete per 1-2 minuti, mescolando ogni tanto, poi unite il vino bianco e cuocete per altri 5 minuti.

Ora versatevi il brodo di pollo con un pizzico di sale e un po' di pepe, coprite e cuocete a fuoco molto basso per 10-15 minuti, finché i carciofi saranno teneri, o solo per 5 minuti, se li preferite un po' croccanti.

Con una schiumarola trasferite su un piatto caldo i carciofi, le verdure e la pancetta, lasciando il liquido nella pentola. Mettete il tegame su fuoco vivace e fate ridurre il brodo di metà; regolate di sale e pepe e versate sui carciofi. Servite tiepido o a temperatura ambiente.

Variante

Se avete carciofi molto teneri e giovani, dopo averli preparati a crudo come per la ricetta, potete affettarli a lamelle sottili e consumarli crudi con un filo di olio d'oliva, succo di limone, una spolverata di sale e di pepe, scaglie di parmigiano e qualche filetto di acciuga molto fresco a crudo... una vera delizia per le papille gustative e un sommo esempio di semplicità.

Per 4 persone

- 50 g di pancetta dolce
tagliata a cubetti
- 8 carciofi piccoli (varietà poivrade)
- Il succo di ½ limone
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- 60 g di carota raschiata
e tagliata a cubetti piccoli
- 50 g di finocchio mondato
e tagliato a cubetti piccoli
- 60 g di costa di sedano molto tenera
tagliata a cubetti piccoli
- 8 cipolline bianche sbucciate
e tagliate a metà
- 1 spicchio d'aglio sbucciato
e schiacciato
- 2 rametti di timo
- 2 foglie di alloro
- Il succo di ½ limone
- 100 ml di vino bianco secco
- 100 ml di brodo di pollo (pag. 248)
o un brodo pronto di buona qualità
- Sale e pepe appena macinato



Tournedos Rossini

Se realizzato bene, è il piatto di manzo francese *par excellence*. È stato creato in origine dal famoso chef parigino Marie-Antoine Carême per il compositore d'opera italiano Rossini. È una bistecca di filetto tagliata dalla parte centrale del filetto (*tournedos*), rosolata nel burro e servita su un crostone di pane. Guarnita con una fetta di foie gras caldo e scaglie di tartufo, è accompagnata da una squisita salsa al tartufo.

Tenete pronte le bistecche a temperatura ambiente.

Per i crostoni, dalle fette di pane ritagliate 4 dischi del diametro di 6 cm e 4 triangoli di altezza 8 cm e base 4 cm circa. Scaldate 150 g di burro chiarificato in una padella su fuoco medio. Friggete i dischi di pane 1 minuto per lato finché saranno dorati, poi fateli asciugare su un piatto coperto di carta da cucina. Ripetete con i triangoli e lasciate da parte.

Portate a ebollizione la salsa périgourdine in una casseruola, poi unite il tartufo tritato e togliete dal fuoco. Coprite e lasciate in infusione. Subito prima di servire, scaldate la salsa molto delicatamente, unendo 20 g di burro e agitando la pentola avanti e indietro per incorporarlo.

Scaldate il burro chiarificato rimasto in una padella su fuoco medio. Salate leggermente le bistecche, mettetele in padella e cuocetele su entrambi i lati e lungo il bordo per circa 4 minuti in totale per una cottura al sangue o per 6 per una cottura *à point*. Trasferitele su una gratella e lasciatele riposare in un luogo caldo mentre cuocete il foie gras.

Scaldate una padella a secco, preferibilmente antiaderente, su fuoco medio. Salate le fette di foie gras e cuocetele 1–2 minuti per lato, finché saranno dorate fuori e ancora appena rosate al centro. Con una paletta, trasferitele su un piatto con carta da cucina e pepate.

Per servire, mettete un crostone su ogni piatto e appoggiatevi sopra la carne. Aggiungete una macinatina di pepe, mettete una fetta di foie gras su ogni bistecca e terminate con le scaglie di tartufo. Immergete la base dei triangoli di pane nella salsa périgourdine e metteteli in piedi sul piatto accanto alla carne. Versate un cucchiaino di salsa su ogni bistecca e servite subito, con il resto della salsa a parte in una salsiera. La scorzobianca è un delizioso contorno invernale.

Variante

In estate adoro il *tournedos* semplicemente grigliato o in padella, servito non con una salsa ma con una ratatouille, un contorno delizioso ricco di sapori mediterranei (vedi pag. 199). Ovviamente, amo accompagnare il tutto con un bicchiere di rosé di Provenza ghiacciato.

Per 4 persone

4 bistecche di filetto di 180–200 g l'una
(tagliate dalla parte centrale del filetto)
½ pane bianco in cassetta
di buona qualità affettato sottile
200 g di burro chiarificato (pag. 266)
100 ml di salsa périgourdine (pag. 251)
40 g di tartufo nero tritato finemente,
più 4 belle scaglie, possibilmente crude
20 g di burro
4 fette di foie gras di circa 70 g l'una
Sale e pepe appena macinato



“Ho basato questo libro su una raccolta di 100 ricette che credo esprimano tutta l'essenza della cucina francese”.



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

34 € i.i.



ISBN: 978 88 6753 188 2

