

il radicchio trevigiano



dieci modi di prepararlo



Marie Dargent

Guido Tommasi Editore

Disegni di Marie Dargent

© Les Éditions de l'Épure, Paris, 2009

Vietata ogni riproduzione, totale o parziale, su qualunque supporto, in particolare la fotocopia e il microfilm, senza l'esplicita autorizzazione scritta dell'editore.

© Edizione italiana: Datanova S.r.l. (Guido Tommasi Editore),
2012 - Tutti i diritti riservati per tutti i paesi.

Traduzione: Giusy Marzano per GTE, Milano

Revisione: Laura Tosi per GTE, Milano

Premessa

Il radicchio trevigiano? Al mercato tutti hanno notato questa piccola “insalata” rossa che appartiene alla famiglia delle indivie e delle cicorie (Cichorium Intybus L. per i puristi).

Questa buffa pianta, amaramente saporita, nel corso dei secoli ha subito dei cambiamenti di forma e colore. Dopo numerosi esperimenti botanici, selezioni e ibridi, fu migliorata fino ad arrivare al gusto di oggi. Per parlarne, mi pongo dal punto di vista del consumatore francese, perché sulla sua terra di predilezione (nella provincia di Treviso, dove abito per metà dell’anno da quando avevo 20 anni), le varietà di “radicchio” sono numerose e quello venduto sui nostri banchi è una delle tante. Del resto, nei mercati locali, quello che si trova in Francia si chiama “radicchio rosso di Verona”, altrimenti detto il trevigiano che veniva da Verona...

Dalla fine del XIX secolo, l’ultimo sabato prima di Natale, tradizione vuole che la città di Treviso organizzi una grande fiera annuale nella piazza principale. Una specie di “concorso di bellezza” in suo onore con un premio per l’agricoltore che avrà coltivato le piante più belle. Seminato a luglio, raccolto dall’inizio dell’autunno fino alla fine dell’inverno, questo “fiore” del freddo dona un tocco rosso vivo alla natura moribonda del Veneto e ai suoi campi invasi dalle gelate e dalla nebbia. È un balsamo per il cuore e lo stomaco sulle grandi tavolate di campagna.

Il radicchio trevigiano è una miniera di salute. È poco calorico, contiene vitamina A e

C, ferro e magnesio. Questa pianta depurativa è conosciuta per le sue qualità benefiche contro diabete, obesità, insonnia, digestione difficile, artrite, reumatismi... È utilizzato anche in cosmetica nella preparazione di creme per pelli irritate. Difficile fare di meglio!

Nell'antichità, i Romani lo utilizzavano a fini curativi, vantati da Plinio il Giovane. Persino i pittori del Rinascimento italiano gli hanno reso onore: il celebre quadro "le nozze di Cana" di Leandro da Ponte esposto al Louvre mostra una scena di gozzoviglia con dei radicchi trevigiani rappresentati in primo piano!

Per scegliere bene un radicchio trevigiano, preferite i cespi grossi e compatti di un bel colore vivo rispetto ad altri che si presentano più piccoli e sbiaditi e le cui foglie esterne, probabilmente rovinate, sono state eliminate per mantenere l'effetto estetico. Malgrado l'apparente robustezza, queste insalate hanno un tempo di conservazione abbastanza breve.

In cucina, il radicchio di Treviso utilizzato crudo ravviva le insalate di mistica con il suo bel colore rosso rubino e resta croccante sotto i denti, donando un gusto piacevolmente amarognolo. In cottura perde il suo charme cromatico diventando marrone chiaro, come le foglie in autunno, ma la sua amarezza di fondo e il suo gusto diventano quasi dolci...

Adesso tocca a voi scoprirne le virtù!

Marie Dargent

10 modi



Queste ricette sono per quattro persone

Insalata campagnola di radicchio crudo

Potage di radicchio, orzo e cozze

Radicchio in saor agrodolce

Risotto al radicchio e speck

Cake al radicchio

Radicchio farcito di escargot

Salmone grigliato al pesto di radicchio

Trippa al radicchio

Tartelettes al radicchio e mele

Grappa al radicchio

INSALATA CAMPAGNOLA DI RADICCHIO CRUDO

1

- 4 cespi di radicchio
 - 200 g di prosciutto crudo
 - 200 g di formaggio cantal
 - 2 cucchiaini di pinoli
 - 4 fette di pane scuro raffermo
 - 1 spicchio d'aglio, pelato e diviso in 2
 - alcuni steli di erba cipollina
- per la vinaigrette
- 5 cucchiaini di olio d'oliva
 - 3 cucchiaini di aceto di vino
 - sale, pepe

Tagliate la base delle insalate, staccatene le foglie, lavatele bene, sciacquatele e mettetele in un'insalatiera.

Preparate la vinaigrette e mescolatela al radicchio circa 15 minuti prima di servire (poiché il radicchio crudo è un po' "coriaceo", è necessario lasciarlo intenerire con la salsa prima di mangiarlo).

Tostate le fette di pane, strofinatelo con l'aglio a seconda dei gusti e tagliatele a pezzi. Tagliate il formaggio e il prosciutto a cubetti.

Al momento di servire, unite al radicchio il prosciutto, il formaggio, il pane e i pinoli precedentemente tostati. Cospargete di erba cipollina tritata, mescolate e servite subito.

