

Zafferano

Barbara Torresan

Guido Tommasi Editore

Sommario

Introduzione	5
I classici	6
I contemporanei	20
Gli alternativi	34
Le ricette dello chef	48
I consigli piú golosi	62



Introduzione

Perché un libro sullo zafferano? Perché mi piace! Non ho mai trovato nessun libro di ricette che avessero tutte, dall'antipasto al dolce, questo ingrediente prezioso e profumato. Lo zafferano per me è un ricordo, un aroma, un sapore ancestrale. Ha scandito la mia infanzia e la mia adolescenza. Il piatto più cucinato da mia nonna materna era il "risott giald", il risotto alla milanese. Probabilmente questo è uno dei motivi per cui amo tanto questa spezia. Anni dopo i risottini della nonna e l'avvento della mia pratica in cucina, dove lo zafferano spesso finiva anche in piatti imprevedibili, mi capitò di assaggiare un miele particolarissimo, abbinato a formaggi eccellenti. Il miele era, ovviamente, allo zafferano. Da qui ho ricominciato la mia ricerca di ricette e idee "in giallo", fino a conoscere Tony e Gabry, produttori di zafferano che mi hanno coccolato con stigmi, miele, sale e golosità varie con un unico denominatore comune: lo zafferano. Mi fa sorridere pensare che il giallo sia l'unico colore che, in generale, proprio non mi piace, ma che tanto apprezzo in un piatto. Spero che questo libro, e la spezia, piacciono anche a voi e che abbiate voglia di sperimentare qualcosa di classico, di alternativo, di contemporaneo. Oppure, di cimentarvi nelle ricette che lo chef Fulvio Siccardi ha creato appositamente per questo libro. Buona lettura ma, soprattutto, buon appetito!

Coniglio allo zafferano

Per 4 persone

1 coniglio da circa 800 g
2 spicchi d'aglio
1 rametto di rosmarino
2 foglie di salvia
1 cucchiaino di stigmi di zafferano
un bicchiere di vino bianco secco
olio extravergine d'oliva
sale e pepe
miele allo zafferano (facoltativo)

Per questa ricetta vi consiglio lo zafferano in stigmi, più profumato e concentrato.

Il coniglio è una carne bianca tenera che ben si adatta al sapore della spezia.

- Tagliate il coniglio a pezzi, lavatelo e asciugatelo. Sbucciate gli spicchi d'aglio e tritateli finemente con gli aghi di rosmarino e le foglie di salvia. Mettete gli stigmi di zafferano in 150 ml d'acqua tiepida per circa 15 minuti.
- In una casseruola capiente, scaldate un filo di olio, unite i pezzi di coniglio, il trito di aglio ed erbe aromatiche, pepate e fate rosolare la carne a fuoco medio senza farla dorare troppo. Bagnate con il vino, fatelo evaporare, poi abbassate la fiamma e versate l'acqua con lo zafferano. Incoperchiate e cuocete a fuoco dolce per circa 40 minuti, girando i pezzi di carne di tanto in tanto. Se necessario, aggiungete un po' d'acqua o di brodo di carne. Infine, regolate di sale. Togliete dal fuoco e servite ben caldo.
- Se vi piace, qualche istante prima di togliere il coniglio dal fuoco, aggiungete due cucchiaini di miele, se possibile allo zafferano, e lasciate caramellare brevemente. Il gusto dolciastro, ma non stucchevole, sarà una sorpresa.





Lasagnetta leggera

Per 4 persone

250 g di pasta fresca per lasagne

500 g di bietole o spinaci
al netto degli scarti

50 g di burro

250 g di ricotta

1 cipollotto

sale e pepe

80 g di parmigiano reggiano
grattugiato

Per la besciamella allo zafferano

1 l di latte intero

100 g di farina 00

50 g di burro

2 bustine di zafferano

sale

Consiglio goloso: potete aggiungere tra gli strati anche del formaggio, tipo fontina, che fonderà durante la cottura. A piacere potete unire anche del prosciutto cotto o dadini di speck.

- Mondate e lavate le bietole e cuocetele preferibilmente in pochissima acqua. Regolate di sale e pepe e spadellatele nel burro con il cipollotto tritato. Mettete la ricotta nel mixer, aggiungete 30 g di parmigiano e le bietole. Frullate a intermittenza per avere un composto morbido.
- Preparate la besciamella: fate sciogliere il burro, aggiungete la farina e diluite il tutto con il latte, facendo attenzione a non creare grumi. Cuocete fino a quando la besciamella "vela" il cucchiaino. Aggiungete lo zafferano, regolate di sale, mescolate bene e tenete da parte.
- In una teglia da forno imburata e "sporcata" con la besciamella, mettete le lasagne (se è pasta fresca non serve cuocerla prima), uno strato di ripieno, poi besciamella allo zafferano; alternate gli strati fino a terminare con besciamella e parmigiano grattugiato. Infornate a 200°C per circa 20 minuti o in ogni caso fino a quando la superficie non si sarà gratinata.
- Sfnate e lasciate riposare qualche istante prima di servire in tavola.

Indice delle ricette

Anelli di calamaro con piselli	13	Crostatine di meliga all'extravergine e crema di cioccolato bianco e zafferano	61	Risotto allo zafferano	9
Baccalà ai porri e zafferano su purea di patate viola	58	Filetto di maialino marinato allo zafferano e tortino di patate e scalogni	57	Sauté di vongole allo zafferano	26
Biscottini allo zafferano	33	Fiori di zuccina ripieni di ricotta e piselli con salsa allo zafferano	50	Scaloppine di tacchino in salsa	29
Bocconcini di pollo allo zafferano con basmati	42	Lasagnetta leggera	37	Sformatini allo zafferano	21
Budino di ricotta	46	Malloreddus salsiccia e zafferano	10	Tagliatelle al radicchio trevigiano	22
Capesante gratinate	6	Panna cotta	17	Tagliolini di semola e zafferano, zucchine trombetta e gamberi	53
Coniglio allo zafferano	14	Pera allo zafferano su yogurt greco	45	Vellutata delicata di patate	38
Cous cous allo zafferano	34	Polpettine di pesce con salsa allo zafferano	41	Zabaione allo zafferano	30
Crema di asparagi con tortelli di zafferano liquido	54			Zuppa di ceci	25
Crema dolce allo zafferano	18				
Crocchette cremose di patate e zafferano	49				



Una spezia preziosa e aromatica che accenderà di colore ogni vostro piatto. Ricette classiche ma anche alternative e contemporanee, dall'antipasto al dolce, per ritrovare i sapori di un tempo o lanciarsi in sperimentazioni ardite. Per tutte le occasioni, tutti i gusti, tutte le voglie!



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

11,50 € i.i.

ISBN 978 88 96621 639



9 788896 621639