

Aglione

Oltre 65 modi
deliziosi per cucinare
e mangiare l'aglio

Jenny Linford
fotografie di Clare Winfield.

Sommario

INTRODUZIONE **6**

Scheda: *Le tante forme dell'aglio*

CAPITOLO UNO Delicato **10**

Scheda: *Preparare e conservare l'aglio*

CAPITOLO DUE Mediterraneo **32**

Scheda: *L'aglio per la salute*

CAPITOLO TRE Confortante **62**

Scheda: *Aglio e folklore*

CAPITOLO QUATTRO Piccante **84**

Scheda: *Conoscere i produttori di aglio*

CAPITOLO CINQUE Selvatico **108**

Scheda: *Coltivare l'aglio*

CAPITOLO SEI Di festa **132**

Scheda: *Festival dell'aglio*

INDICE **156**

RINGRAZIAMENTI **160**



Hummus

Questa salsina mediorientale gustosa e nocciolata è facilissima da fare in casa. Servitela come snack con pita, falafel o crudité o insieme ad altri antipasti mediorientali per un piatto leggero.

125 g di ceci secchi
1 cucchiaino di bicarbonato di sodio
2 spicchi d'aglio schiacciati in pasta
4 cucchiari di tahina
il succo di 1 limone appena spremuto
sale

PER GUARNIRE
olio d'oliva
paprika o sommacco
prezzemolo tritato finemente

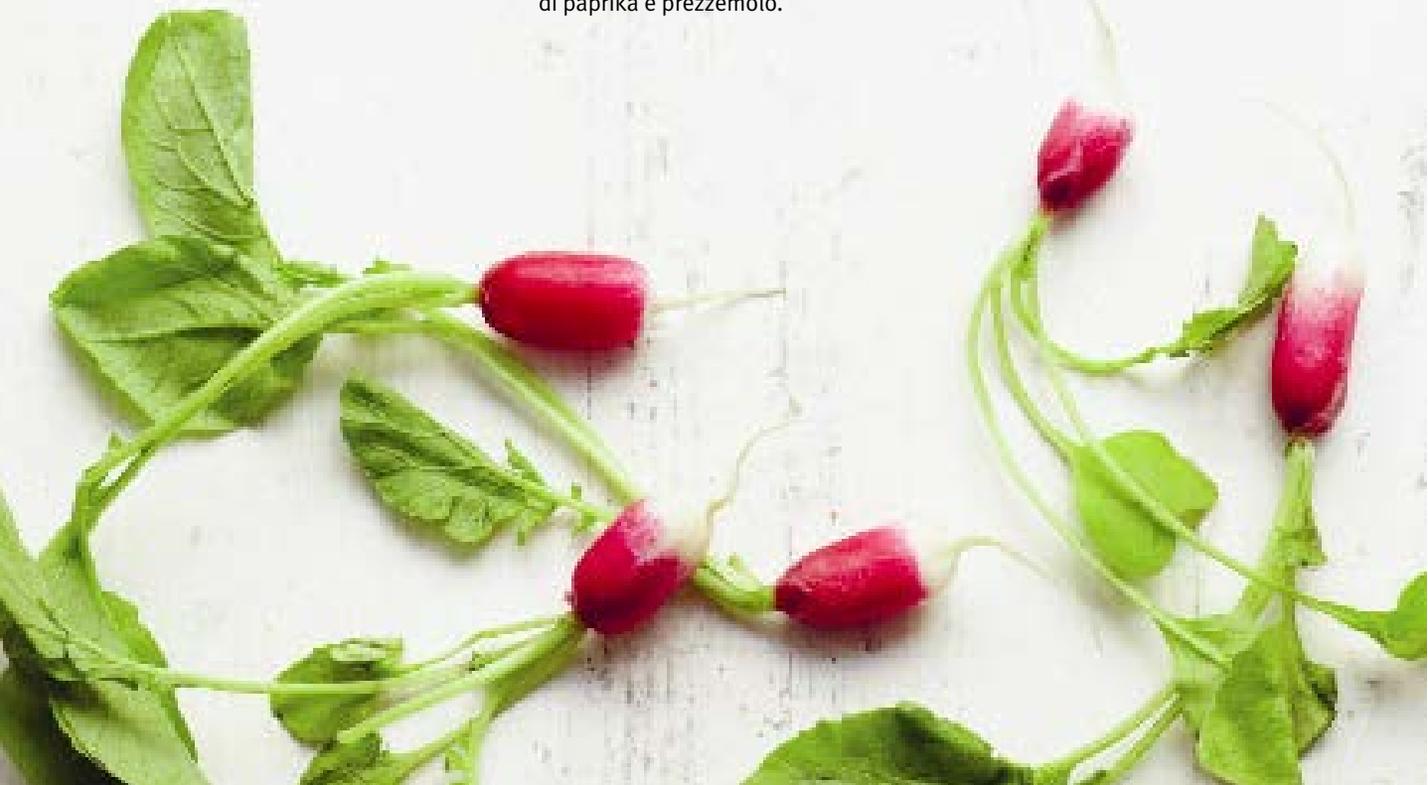
Per 6

Mettete a bagno i ceci per tutta la notte in abbondante acqua fredda con il bicarbonato di sodio.

Il giorno dopo, scolateli e sciacquateli. Metteteli in una pentola grande, aggiungete acqua fredda a sufficienza per coprire bene e portate a ebollizione. Abbassate la fiamma e fate sobbollire per 50–60 minuti, finché sono teneri, schiumando la superficie. Salate i ceci e poi scolateli, tenendo da parte l'acqua di cottura e conservando 1 cucchiaino di ceci per guarnire.

In un robot da cucina, frullate insieme i ceci cotti, l'aglio, la tahina e il succo di limone. Aggiungete gradualmente il liquido di cottura fino ad avere una pasta liscia. Salate.

Trasferite l'hummus in una ciotola. Per servire, fate una piccola cavità al centro con il dorso di un cucchiaino. Versateci un goccio di olio d'oliva, completate con i ceci tenuti da parte e spolverate di paprika e prezzemolo.







Pollo con 40 spicchi d'aglio

Sì, questo è proprio un piatto per chi ama l'aglio! Cuocendo il pollo in pentola la carne sarà tenera e saporita, profumata al dragoncello. Servite gli spicchi con il pollo affinché gli ospiti possano spremere la polpa morbida dalla buccia come ricco e gustoso accompagnamento.

1,8 kg di pollo ruspante
25 g di burro
1 cucchiaino di olio d'oliva
40 spicchi d'aglio separati
ma lasciati in camicia
100 ml di vermouth
o di vino bianco secco
il succo di 1/2 limone
spremuto fresco
200 ml di buon brodo di pollo

una manciata di rametti
di dragoncello fresco
sale e pepe nero macinato fresco

una cocotte con coperchio adatta
sia al forno che alla fiamma,
grande a sufficienza per
contenere il pollo

Per 6

Scaldate il forno a 180°C.

Salate e pepate il pollo. Scaldate il burro e l'olio d'oliva in una padella grande. Aggiungete il pollo e rosolatelo su tutti i lati. Tenete da parte i succhi della padella.

Nel frattempo, scaldate la cocotte sul fornello. Trasferiteci il pollo rosolato. Infilate qualche spicchio d'aglio nella cavità, distribuite gli altri intorno al pollo e versateci sopra il vermouth o il vino. Lasciate sfrigolare brevemente, poi unite i succhi burrosi della padella, il succo di limone e il brodo. Aggiungete il dragoncello, mettendo qualche rametto all'interno della cavità.

Portate a ebollizione sul fornello, poi mettete il coperchio e trasferite la cocotte nel forno già caldo. Cuocete coperto per 1 ora e 20 - 1 ora e 30 minuti, finché il pollo è cotto e i succhi sono trasparenti.

Mettete il pollo su un piatto di portata. Trasferite gli spicchi d'aglio nel piatto con una schiumarola. Versate i succhi in una brocca o in una salsiera, schiumando il grasso in eccesso. Servite il pollo con gli spicchi d'aglio e la salsa.



Salmone al cartoccio con aglio orsino

Cuocere il pesce al cartoccio è un modo eccezionale per trattenerne sia il gusto che l'umidità. Questa ricetta è per il salmone, ma andranno altrettanto bene altri filetti di pesce, per esempio il branzino. Servite il salmone con patate novelle o un purè e fagiolini come piatto per una cena elegante.

40 g di burro ammorbidito

**10 g di aglio orsino
tritato finemente**

**la scorza grattugiata
di 1 limone**

**4 filetti di salmone
(ognuno di circa 175 g)**

**2 cucchiaini di vino bianco
secco**

**sale e pepe nero
macinato fresco**

**4 quadrati di carta da forno
di 30 x 30 cm**

Scaldare il forno a 220°C.

Mescolate il burro con l'aglio orsino e la scorza di limone.

Piegate ogni quadrato di carta a metà. Mettete ciascun filetto di salmone con la pelle in basso su un lato della piega della carta. Condite ogni filetto con sale e pepe, spalmateci sopra un quarto del burro con l'aglio orsino e versateci sopra un quarto del vino. Piegate il cartoccio sul filetto e fissate insieme i bordi ripiegandoli stretti.

Mettete i cartocci su una teglia e infornate per 15 minuti finché si gonfiano. Servite subito, aprendo ogni cartoccio in tavola.

Per 4



Una vera celebrazione dell'aglio,
dai festival al folklore, più una
straordinaria raccolta di oltre
65 deliziose ricette dal mondo.



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

25 € IVA inclusa

ISBN: 978 88 6753 236 0



9 788867 532360