



Kylee Newton

Idee e ricette con confetture, chutney, sottaceti e fermentati

Guido Tommasi Editore

Come usare il libro

“Come lo mangio?” è una domanda che ho sentito un’infinità di volte nel corso degli anni dai clienti della mia bancarella. Con questo in mente, ho lavorato a idee per inserire le conserve in pasti e menu. Nel mio primo libro, *The Modern Preserver*, ho dato dei suggerimenti per gustare le conserve fatte in casa al di fuori dei classici schemi tradizionali, come in un toast, in accompagnamento a un tagliere di formaggi e così via. Voglio che ogni conserva non sia più considerata una realtà unidimensionale, ma un mondo di vaste possibilità. Ne ho fatto la mia missione, collaborando con altri cuochi e chef, organizzando eventi pop-up e scrivendo ricette per diffondere l’idea.

Se siete arrivati fin qui, è probabile che abbiate già avviato la vostra produzione, o semplicemente amate le conserve e ne accumulate molte, e ora potreste avere il problema di un’eccedenza di barattoli. Certo, se ne possono regalare tanti, e con i moderni frigoriferi e congelatori diamo per scontato che resistano e li lasciamo lì, solo per comprarne altri: io la chiamo la “città fantasma dei condimenti”.

Ogni volta che guardate nel frigorifero e vedete la vostra città fantasma dei condimenti farsi sempre più popolosa, potete fare riferimento a queste ricette per trovare qualche nuova idea. Ma anche quando portate a casa un nuovo condimento e siete a corto di ispirazione su come gustarlo, queste pagine dovrebbero venirvi in soccorso.

Il libro è suddiviso in sezioni dedicate a diversi tipi di conserve. Insieme a ogni ricetta di conserva, troverete anche due o tre ricette che la utilizzano come ingrediente. Vi suggerisco gli abbinamenti, ho incluso anche delle note per le alternative e, se vi va di sperimentare, potete lasciare spazio all’interpretazione. Molte sono influenzate dal Paese di origine della conserva, ma non hanno pretese di autenticità.

Il “tagliato finemente” di una persona corrisponde al “tagliato grossolanamente” di un’altra, così come il centimetro di qualcuno potrebbe corrispondere a due di qualcun altro. Ma quando si cucina e gli alimenti si trasformano, le dimensioni diventano essenziali, quindi cercate di seguire le mie istruzioni se volete che le ricette funzionino come previsto. Anche gli utensili sono importanti: rame, acciaio o ghisa; grandi o piccoli; gas o induzione; anche il meteo può influenzare i risultati, soprattutto quando fate confetture e marmellate. Il segreto è fare pratica e perseverare.

Quando si tratta di cucinare, credo moltissimo nel fare affidamento sui propri sensi. Le ricette tramandate attraverso la tradizione orale non sono accompagnate da una serie di dosi e istruzioni, ma si basano su istinto e sensazioni. Nella ricetta degli scones di mia nonna (pag. 197) cito mia zia Cher, secondo cui sua madre non seguiva nessuna ricetta per i suoi scones, perché li faceva sempre a occhio. Io non cucino solo con le mani e gli occhi: uso anche le orecchie, il naso e la bocca. Fatevi guidare da tutti i sensi. Ascoltate come cambia uno sfrigolio o un ribollire; annusate il caramello quando cambia colore e si scurisce; sentite il calore che sale dal barbecue; e mentre cucinate assaggiate, assaggiate e assaggiate: il condimento è soggettivo ma fondamentale.

Infine, un ultimo inestimabile consiglio: leggete sempre la ricetta per intero prima di iniziare. Come in ogni buon libro, spesso c’è un colpo di scena. Molte ricette fanno riferimento ad altre pagine per avere la

storia completa. In questo libro l’intenzione è utilizzare la vostra città fantasma di condimenti: è fondamentale per rendere la vostra cucina più sostenibile e per imparare a cucinare da zero. Quando volete, usate pure prodotti acquistati in negozio come la ricotta, le tortillas, il pane e la crema pasticcera, ma vi sorprenderà scoprire quanto è facile farli in casa, con meno sforzo di quanto immaginate. Provate: la crema pasticcera (pag. 206) e il gelato (pag. 135) rivoluzioneranno il vostro punto di vista.

Dritte fondamentali

- Seguite le stagioni
- I prodotti dovrebbero essere sempre freschi e da allevamento all’aperto, se possibile biologici
- Imparate dagli errori: prendete nota e godetevi il procedimento
- Fate amicizia con il macellaio, il pescivendolo, il fruttivendolo locali: possono consigliarvi i prodotti migliori
- Buona qualità non è necessariamente sinonimo di costoso: prendete decisioni consapevoli tenendo conto del vostro potere d’acquisto



Hamburger neozelandesi con barbabietole sottaceto e uovo fritto

I neozelandesi amano mettere le barbabietole e un uovo fritto negli hamburger. Quando ero bambina, ogni venerdì sera compravamo fish and chips nel negozio specializzato locale: ce n'era uno in ogni quartiere. Ci si potevano comprare anche questi hamburger tipicamente neozelandesi, oltre a hamburger con pesce in pastella, frittelle di paua (un tipo di abalone) e ostriche in pastella. Gli hamburger erano farciti con una profusione di ingredienti: lattuga, barbabietole, uova e a volte anche ananas. Queste prime esperienze hanno influenzato la mia filosofia sul cibo: che si tratti di fast food o di slow food, gli ingredienti devono sempre essere freschi, di stagione e di buona provenienza.

Per 4 hamburger

400 g di macinato di manzo
(di buona qualità e di provenienza locale)
a temperatura ambiente
4 cucchiaini di olio di canola
o di girasole (o 3 cucchiaini di olio
e 1 cucchiaino di burro)
1 cipolla rossa grande affettata sottile
ad anelli o mezzelune
4 fette molto sottili di emmental,
gouda o jarlsberg
4 uova da allevamento all'aperto
4 panini per hamburger o panini
al latte (fatti in casa, pag. 198)
4 cucchiaini di ketchup
o chutney di pomodoro
4 cucchiaini di senape di Digione
o in grani
1-2 pomodori grandi a fette
8-12 fette di barbabietole sottaceto
(pag. 17)
4 foglie grandi di lattuga iceberg
o di un'altra lattuga rotonda
sale marino e pepe nero
macinato al momento

Dividete il macinato in 4 porzioni uguali e formate altrettante palline. Mettete ognuna tra 2 pezzi di carta forno e, con un mattarello, stendetele per ottenere degli hamburger di circa 1 cm più piccoli dei panini, poi mettete da parte.

Scaldare 3 cucchiaini di olio in una padella grande su fuoco medio-alto e cuoceteci le cipolle per 5-6 minuti, finché sono morbide e un po' annerite. Toglietele dalla padella e mettete da parte. Sempre su fiamma medio-alta, mettete in padella gli hamburger, due alla volta, salando e pepando abbondantemente. Cuocete per 30 secondi, poi schiacciate con delicatezza gli hamburger con una paletta affinché raggiungano il diametro dei panini e cuocete per un altro minuto e ½. Girate gli hamburger, conditeli di nuovo e mettete su ognuno una fetta di formaggio, in modo che, fondendosi, li avvolga in un morbido abbraccio. Cuocete 1 minuto per una cottura media-al sangue o 2 minuti per una cottura media. Togliete dalla padella e mettete da parte a riposare mentre cucinate gli altri 2 hamburger.

Intanto, in una padella a parte, friggete le uova con il cucchiaino di olio rimasto (vedi istruzioni a pag. 76).

Quando gli hamburger sono cotti, tostate leggermente i panini nella stessa padella, premendoci i lati affettati per 20-30 secondi.

Per assemblare i vostri hamburger, spalmate il ketchup sulle basi dei panini e la senape sulle metà superiori. Mettete un hamburger ricoperto di formaggio su ogni base, poi adagiateci sopra l'uovo, 1-3 fette di pomodoro, 2-3 fette di barbabietole sottaceto, la lattuga e infine qualche cipolla, prima di chiudere i panini con le calotte.



Nota

- Qualche neozelandese vi dirà che non è un hamburger originale senza una rondella di ananas. Se volete provare questa versione più dolce, grigliate qualche fetta di ananas su una griglia o sotto il grill e usatele al posto del pomodoro



Insalata con zucca arrosto, barbabietole sottaceto, feta e lenticchie di Puy

A volte ho solo voglia di semplicità: semplici combinazioni di sapori che mi facciano arrivare a fine giornata. Adoro gli ortaggi a radice, e per una versione più sana dei classici comfort food le lenticchie di Puy sono il mio punto di riferimento. Questo potrebbe essere un piatto a cui anche voi potreste ricorrere spesso: barbabietole e zucca arrostate, un po' di feta cremosa buttata lì per andare sul sicuro, rucola per una nota pepata... Questa volta però provate a svoltare con un colpo di scena e metteteci le barbabietole sottaceto che avete preparato settimane fa. Non serve nemmeno un condimento particolare, solo una spruzzata di limone, un filo di buon olio d'oliva, sale e pepe. Finirete per aggiungere le barbabietole sottaceto a tutte le vostre insalate.

Per 2-4

300 g di lenticchie di Puy
o lenticchie verdi sciacquate
600 ml di brodo vegetale
500 g di zucca butternut
con la buccia, tagliata a spicchi
spessi 2 cm
3 cucchiaini di olio d'oliva delicato
oppure olio di canola o di semi
1 cipolla rossa grande
tagliata a spicchi spessi
60 g di barbabietole sottaceto
(pag. 17) a spicchi o a pezzi
60 g di feta sbriciolata
30-40 g di rucola
o dragoncello fresco
il succo di 1 limone
circa 3 cucchiaini di olio extravergine
d'oliva di buona qualità
2 cucchiaini colmi di semi di zucca
leggermente tostati
sale marino e pepe nero macinato
al momento, a piacere

Scaldate il forno a 200°C (180°C ventilato).

Mettete le lenticchie e il brodo in una pentola grande, chiudete con il coperchio e portate a ebollizione a fuoco medio-alto: dovrebbero volerci 7-8 minuti. Abbassate la fiamma e fate sobbollire in modo costante con il coperchio socchiuso per 15-20 minuti, poi togliete il coperchio per gli ultimi 5 minuti di cottura per far evaporare l'acqua rimasta. Le lenticchie devono essere cotte ma ancora leggermente al dente, quindi assaggiatele: non vorrete delle lenticchie mollicce nell'insalata.

Nel frattempo mettete la zucca in una teglia grande e irroratela con l'olio d'oliva. Salate e pepate generosamente e mescolate con le mani, ricoprendo la zucca in modo uniforme. Cuocete al centro del forno per 8-10 minuti.

Sfornate la zucca e girate i pezzi, poi metteteci anche gli spicchi di cipolla, ricoprendoli con un po' dell'olio di cottura. Infornate per altri 10-12 minuti o finché le verdure sono cotte.

Togliete la zucca e le cipolle dal forno e lasciate riposare per 6-7 minuti. Se necessario, scolate l'eventuale liquido in eccesso dalle lenticchie, poi distribuitele delicatamente tra le verdure cotte. Unite le barbabietole sottaceto, la feta e la rucola. Servite su un piatto grande, irrorando con il succo di limone e l'olio extravergine d'oliva e cospargendo con i semi di zucca tostati.



Note

- Usate ravanelli, carote o peperoncini rossi sottaceto come sostituto delle barbabietole. Oppure, se non avete in dispensa nessuno di questi sottaceti, aggiungete semplicemente nella teglia una delle vostre verdure preferite
- Potete anche provare questa insalata senza la zucca butternut e spezzettarci invece un po' di salmone o trota grigliati: fate qualche esperimento



Insalata di ciliegie sottaceto con valerianella, ricotta e condimento al siero di latte

Adoro quest'insalata: i sapori netti e le consistenze sono ben bilanciati e niente sovrasta il resto. È anche una celebrazione del mio ideale del non sprecare, di usare le cose. Fate lo sforzo di fare il vostro formaggio tipo ricotta: bastano solo un paio di ingredienti, ci vuole pochissimo tempo e vi ritroverete con quel meraviglioso sottoprodotto che è il siero di latte. Io lo uso in varie ricette del libro, qui come condimento.

Per 2-3

140-160 g di ricotta
(fatta in casa, pag. 204)
8-10 ciliegie sottaceto (pag. 39)
2 cucchiaini di siero di latte (pag. 204)
o 1 cucchiaino di yogurt bianco
mescolato con 1 cucchiaino d'acqua
2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
½ cucchiaino di senape di Digione
o senape in grani
½ cucchiaino di miele
1 cucchiaino di succo di limone
80 g di valerianella, germogli
di piselli o crescione baby
lavati e asciugati
40 g di nocciole leggermente tostate
e tritate grossolanamente
sale marino e pepe nero macinato
al momento, a piacere

Se state facendo il vostro formaggio morbido tipo ricotta, assicuratevi di prepararlo il giorno prima o almeno 2 ore prima di iniziare, ricordandovi di conservare anche il siero di latte.

Scolate le ciliegie sottaceto dalla loro salamoia e mettetele in un setaccio o su carta assorbente ad asciugare per 10-12 minuti. Se le vostre ciliegie sono snocciolate, tagliatele in quarti, altrimenti tagliatele grossolanamente intorno al nocciolo.

In una ciotolina sbattete il siero di latte con l'olio d'oliva, la senape, il miele e il succo di limone, assaggiate e regolate di sale e pepe.

Distribuite la valerianella nei piatti di portata o sistematele in un unico grande piatto, poi conditela con un paio di cucchiaini del condimento e distribuite qua e là dei pezzetti di ricotta. Cospargete con le ciliegie a pezzetti e le nocciole tostate, poi versate il condimento rimasto. Completate a piacere con un po' di pepe nero macinato al momento e servite.



Nota

- Sostituzioni che funzionano bene sono pesche, more o uva sottaceto



Zuppa di sedano rapa e mela, crauti alla barbabietola e cracker di grano saraceno

Aggiungete una cucchiata di qualsiasi tipo di crauti abbiate in frigo a una confortante zuppa invernale. L'asprezza pungente è ottima per smorzare le consistenze più cremose e l'aggiunta dei semi di zucca dà un po' di croccantezza. Provate diverse combinazioni di zuppe e crauti per farne una vera e propria riserva di caccia da frigorifero.

Per 4-6

2 cucchiaini di burro
 1 cucchiaio di olio d'oliva
 1 cipolla grande a dadini
 1 costa di sedano a dadini
 ½ cucchiaino di peperoncino
 in scaglie (facoltativo)
 1 rametto di timo o di timo limone
 freschi
 1 litro di brodo vegetale
 650-700 g di sedano rapa
 sbucciato e tagliato a cubetti
 1 mela aspra sbucciata, privata
 del torsolo e tagliata a cubetti
 sale marino e pepe nero macinato
 al momento

Per servire

una manciata di semi di zucca
 1-2 cucchiai di crauti di cavolo rosso
 e barbabietola (pag. 61)
 1-2 cracker di grano saraceno
 con semi di zucca (pag. 201)

Preparate verdura e frutta prima di iniziare: lavatele, sbucciatele e tagliatele.

Sciogliete il burro con l'olio a fuoco medio in una pentola grande a fondo spesso. Aggiungete la cipolla, condite con abbondante sale e pepe e cuocete per circa 4 minuti, mescolando, finché comincia a sfrigorare. Unite il sedano, il peperoncino e il timo e cuocete a fiamma bassa per 10-15 minuti, finché la cipolla e il sedano sono morbidi e traslucidi, leggermente caramellati ma non troppo dorati.

Nel frattempo, in un'altra pentola, scaldate il brodo a fuoco medio-basso. Aggiungetene un piccolo mestolo alla cipolla e fate cuocere per 1 minuto circa finché si asciuga. Aggiungete il sedano rapa e la mela alla padella con la cipolla e cuocete, mescolando per 4-5 minuti, aggiungendo man mano mestoli di brodo caldo. Versate il brodo rimasto, portate a lieve bollire e cuocete a fuoco medio-basso per 25-30 minuti o finché il sedano rapa è morbido.

Tostate i semi di zucca in un pentolino su fuoco medio con un bel pizzico di sale. Toglieteli dal fuoco quando iniziano a scoppiettare e sono leggermente dorati, mettendoli da parte per guarnire.

Togliete la zuppa dal fuoco e fate raffreddare leggermente, poi frullatela in un robot da cucina o con un frullatore a immersione finché è liscia.

Al momento di servire, scaldate, aggiungete una cucchiata di crauti e una spolverata di semi di zucca e accompagnate con i cracker di grano saraceno.

Note

- Provate diverse alternative, per esempio: zuppa di zucca, crauti di cavolo rosso e semi di zucca tostati; zuppa di barbabietola, crauti di cavolo bianco e nocchie tostate; zuppa cremosa di funghi, crauti di barbabietola e grano saraceno tostato
- Ci sta molto bene anche una cucchiata di panna acida o crème fraîche



Marmellata di pomodoro e peperoncino dolce-piccante

Questa ricetta me la chiedono spesso. Qui la dedico a una mia cliente di Newton & Pott, Nadine, che ne era quasi dipendente. Veniva da noi nell'East London per una dose mensile, comprando fino a 20 barattoli per volta. Io la uso con tutto, dai toast al formaggio al ramen fatto in casa.

Per 5-6 barattoli da 230 ml

2 kg di pomodori rossi sbollentati, pelati, privati della parte centrale e tagliati a cubetti di 5 mm
2 foglie di alloro fresche o secche
30-40 g di peperoncini bird's eye o peperoncini rossi thai privati del picciolo e tagliati grossolanamente
30 g di zenzero fresco pelato e tagliato grossolanamente
20 g d'aglio tagliato grossolanamente
400 ml di aceto di mele
1 kg di zucchero granulato di canna o bianco

Sterilizzate i barattoli e i coperchi (pag. 212) e mettete diversi piattini nel congelatore.

Mettete i pomodori tagliati a cubetti in una pentola grande e larga, a bordi bassi, a fondo spesso e non reattiva insieme alle foglie di alloro e portate a lieve bollore, mescolando a intermittenza e scaldando il tutto mentre preparate il resto degli ingredienti.

Frullate per 30 secondi i peperoncini, lo zenzero, l'aglio e metà dell'aceto in un frullatore o in un robot da cucina per ottenere una pasta umida.

Aggiungetela nella pentola con l'aceto rimasto e mescolateci lo zucchero finché si scioglie. Alzate la fiamma il più possibile e portate a ebollizione vivace: abbassate leggermente il fuoco solo se vi sembra che stia per traboccare, mescolando di tanto in tanto.

L'addensamento può richiedere tempi diversi: 20-40 minuti (a volte di più). Quando la marmellata diventa lucida e schizza tenetela d'occhio, mescolando di più per evitare che si attacchi e bruci. Testate se è pronta facendo la prova del piattino per la marmellata (pag. 114): dovrebbe essere leggermente viscosa invece di lasciare una traccia netta.

Quando è pronta, versate in barattoli sterilizzati seguendo il procedimento per i chutney a pag. 82.

Nota

- Il trucco perché questa marmellata al peperoncino venga buonissima sono i peperoncini che scegliete. Usate peperoncini piccanti in modo da ottenere il piccante e non solo il dolce. Trovo che i bird's eye (quelli rossi molto piccoli e sottili) siano i migliori per ottenere il giusto grado di piccante. Aggiungetene di più se volete un risultato più deciso o se i vostri peperoncini non sono molto forti. Se invece sono troppo piccanti, togliete i semi per una marmellata più delicata

Fare confetture, chutney, fermentati e sottaceti è una tradizione senza tempo che consente di usare i prodotti freschi per gustarli in qualsiasi momento dell'anno. Con tecniche, consigli, tante ricette di base per le conserve e 70 piatti in cui impiegarle, questo è il libro di cucina ideale per chi desidera sfruttare al massimo ciò che ogni stagione ha da offrire.

Provate a usare le vostre conserve in ricette come la frittata con piselli sottaceto, le uova per la colazione con kimchi, il pan brioche con pâté di fegatini di pollo e chutney di more e mele e le mini galettes alla confettura di pesche e menta.

“Come lo mangio?” era la domanda che Kylee Newton, appassionata conserviera, si sentiva rivolgere più spesso alla bancarella dove vendeva le sue produzioni. Qui, tra le pagine del suo splendido libro, l'autrice ci mostra come fare le conserve e come utilizzarle in cucina.

Le ricette vi ispireranno a crearne di vostre o ad attingere dallo scaffale del frigorifero che ospita la città fantasma di confetture e sottaceti già aperti per farli rivivere anziché buttarli via. Con la guida di Kylee, chiunque può racchiudere le stagioni in un barattolo, evitare gli sprechi, dare carattere ai pasti in famiglia e riscoprire la gioia ristoratrice del cucinare.

“Le conserve e i sottaceti di Kylee sono il tocco finale perfetto per un pasto squisito. Adoro come cucina e come scrive, e lei ha avuto un ruolo importante nel mio viaggio tra le conserve quando ci siamo incontrate anni fa. Questo libro ci mostra come realizzare facilmente piatti gustosi con una marcia in più”.

Melissa Hemsley

“Sono appassionatissima di conserve e del loro uso in cucina, e il nuovo libro di Kylee è un prezioso scrigno di ricette per entrambe le cose: le conserve per l'amore di farle e da usare per esaltare i piatti di tutti i giorni. Non posso che consigliarlo”.

Olia Hercules

35 € IVA inclusa

ISBN: 978 88 6753 366 4



9 788867 533664



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

