

A chef with a beard, wearing a light blue button-down shirt and a grey canvas apron, is holding a copper pot with both hands. The pot contains a creamy yellow risotto topped with several pieces of salmon and almonds. The background is dark, and the lighting highlights the chef's face and the food. A solid blue vertical bar is on the left side of the image.

Cucina milanese contemporanea

Cesare Battisti
Gabriele Zanatta

con illustrazioni di Gianluca Biscalchin

Guido Tommasi Editore



Sommario

PREFAZIONE	7
INTRODUZIONE	8
I VERDURE	13
II ERBE SPONTANEE	33
III RISO	45
IV POLENTA	77
V PESCE	91
VI RANE E LUMACHE	111
VII OCA E POLLAME	127
VIII VITELLO	149
IX MAIALE	173
X MANZO	187
XI QUINTO QUARTO	197
XII FORMAGGI	215
XIII PANE E DOLCI	227
INDICE	249
I PRODUTTORI	252
RINGRAZIAMENTI	254

Se non diversamente specificato, le ricette sono da intendersi per 4 persone.

CAPITOLO I



“ZUCCH E MELON, A LA SOA STAGION”
(*Zucca e melone hanno la loro stagione*)



Verdure
(*Verdure*)

Purea di radici e scorzonera

NOVEMBRE – MARZO | 30 MINUTI

Pastinaca, prezzemolo, rape: negli ultimi anni è in corso una rivalutazione di radici a lungo dimenticate. La scorzonera è una radice che un tempo veniva molto utilizzata nella cucina milanese. Si metteva a bollire nell'aceto fino a stracottura e poi, molto amara e piuttosto acida, veniva tagliata a rondelle e accompagnata a bolliti o ad altre verdure. A seconda della ricetta, oggi la utilizziamo in consistenze diverse, in purea o in chips. Questa versione è cotta sottovuoto e ingentilita da una crema di cipolle dolci. Così ha più equilibrio e sapore e risulta meno amara. Una declinazione piuttosto semplice di purea di radici, una preparazione decisamente salutare che può variare molto a seconda delle radici impiegate e del gusto personale.

INGREDIENTI

200 g di scorzonera
300 g di pastinaca
200 g di radici
di prezzemolo
200 g di topinambur
60 g di burro
4 cucchiaini di olio
di semi di zucca
olio di semi
sale e pepe

PROCEDIMENTO

Mondate e sciacquate tutte le radici. Tagliatene un terzo sottilissime e tenetele da parte. Fate bollire il resto in acqua salata. Una volta cotte, procedete come per un normale purè (vedi ricetta sotto), aggiungendo il burro. Sciacquate sotto l'acqua corrente le radici affettate sottili, asciugatele per bene e friggetele nell'olio di semi fino a che non diventeranno croccanti. Servitele su un piatto di portata, irrorando con l'olio di semi di zucca e insaporendo con sale e pepe. Una volta realizzata la base della purea di radici, potete declinarla su una lunga serie di preparazioni. Un modo molto semplice e gradevole è quello di preparare le quattro puree distinte, servirle separate su un piatto di portata e far giocare il commensale a seconda del suo gusto.

Purè di patate classico

1 kg di patate farinose – 200 g di latte a temperatura ambiente – 40 g di burro freddo – ½ cucchiaino di noce moscata – sale

Fate bollire le patate con la buccia, possibilmente in soluzione satura (24% di sale sul totale dell'acqua, per esempio 240 g di sale per un litro di acqua). Cuocere i tuberi in questo modo fa sì che l'acqua non possa ricevere più elementi esterni (l'amido quindi rimane all'interno e l'acqua non diventa opaca ma rimane cristallina). In questo modo la patata non perde le sue proprietà.

Una volta cotte, pelatele e schiacciatele ancora da calde, aggiungete il burro, il latte, la noce moscata e il sale e mantecate. Il purè è quindi pronto per essere servito.





Barbabietola



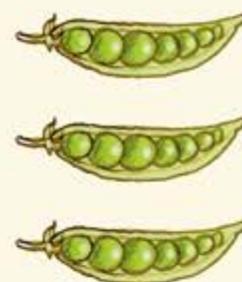
Rapa



Ravanello



Cipollotto



Piselli



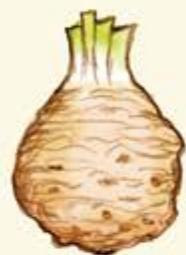
Asparagi



Cipolla di Breme



Patata della Valsesia



Sedano rapa



Catalogna



Tarassaco



Barba dei frati



Topinambur



Radice di prezzemolo



Cipolla rossa



Coste



Ortica



Spinaci



Carota selvatica



Scorzonera



Carota di Polignano



Bieta



Cardo



Verza



Pastinaca

CAPITOLO II



“A MANGIÀ DOMÀ ERBA GH’È DE DIVENTÀ VERD”
(*A mangiare solo erba c’è da diventar verdi*)



Erbe spontanee
(*Erb*)



Acetosa

È un'erba spontanea, caratterizzata da foglie grandi, di forma allungata ed ellittica, provviste di due orecchiette alla base. Cresce spontanea in tutta Italia. Durante la stagione calda vengono raccolte solo le foglie più giovani e tenere, poiché con lo sviluppo si induriscono e diventano amare. Di solito l'acetosa viene usata cruda nelle insalate. Il suo nome è dovuto al particolare gusto acidulo: in alcune zone, infatti, è nota anche come "erba brusca". Le sue foglie hanno un ottimo contenuto di ferro e vitamina C, ma anche di ossalato di calcio (nocivo, in grandi dosi, per il nostro organismo).

Tarassaco

Nota anche come "dente di leone", è una piccola pianta erbacea, diffusissima nei prati, nei pascoli, nei luoghi incolti o lungo i bordi delle strade. Le foglie, riunite in rosetta, hanno forma oblunga e presentano il margine seghettato. I fiori sono sorretti da uno stelo corto e formano vistosi capolini giallo-aranciati. Con i boccioli si preparano succhi e tisane. Il tarassaco dà forma a una delle migliori insalate selvatiche, con un leggero sottofondo amaro che la rende molto gradevole. Le foglie esterne, più grandi e dure, si possono consumare cotte, lessate o preparate in minestra.



Alliara

È un'erba selvatica perenne che vive in ambienti boschivi. È commestibile e squisita: come suggerisce il nome, il suo sapore è agliato. Ha fiori bianchi apicali che possono essere consumati come le foglie. L'alliaria ha proprietà risananti, espettoranti e diuretiche. I semi hanno un vago sapore e profumo di senape, e si utilizzano per stimolare l'appetito, ma anche come vermifughi. È molto digeribile e, a differenza dell'aglio, molto delicata nonostante l'aroma deciso. Con le foglie si può preparare un infuso, un centrifugato o una zuppa. I giovani getti primaverili, assieme ad altre verdure, possono essere usati per preparare minestre. Oppure utilizzati nella preparazione di torte salate.



Aglio orsino

È una pianta bulbosa erbacea perenne che deve il suo nome al caratteristico odore pungente che ricorda quello dell'aglio. È caratterizzata da piccoli fiori bianchi e fogliame largo e verdissimo dalla consistenza carnosa. Quest'erba spontanea aromatica così gradevole all'aspetto – tanto da essere coltivata anche come pianta ornamentale in giardini e aiuole – è il cibo preferito degli orsi che, appena si svegliano dal lungo letargo invernale, ne ingurgitano grandi quantità per riacquistare le forze e riattivare le funzioni vitali (da qui l'appellativo "orsino"). Molto diffusa nei luoghi umidi, nei prati, accanto ai ruscelli, ai laghi e nei boschi ombrosi, l'aglio orsino fiorisce in primavera ed è conosciuto fin dall'antichità per le diverse proprietà benefiche. Bulbo, foglie, fiori e frutti possono essere utilizzati per infusi, frittate, maschere di bellezza, minestre. Alla spiccata azione antibiotica (molto più efficace rispetto a quella dell'aglio tradizionale) si accompagna la capacità, testata e verificata, di abbassare il colesterolo cattivo presente nel sangue.

Acetosella

È una piccola pianta erbacea con le foglioline simili a quelle del trifoglio. Le giovani foglie fresche, dal sapore acidulo, vanno raccolte in primavera. Tuttavia, gli usi dell'acetosella sono più medicinali che gastronomici, non bisogna abusarne a causa dell'elevatissimo contenuto di ossalato di calcio, una sostanza nociva soprattutto per i reni.



Cardo selvatico

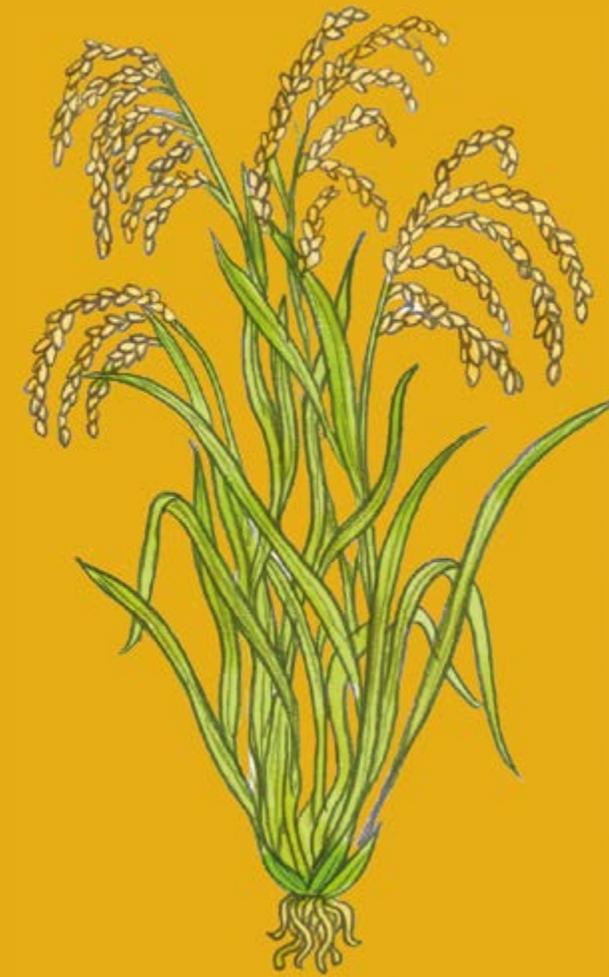
È una pianta officinale perenne che può raggiungere il mezzo metro d'altezza. Sviluppa foglie dentellate che terminano con una forma acuminata e fiori di colore giallo-violacei. È utilizzato per curare indigestione, gastrite, bruciori di stomaco e congestione al fegato. In cucina, i cardi sono utilizzati fritti in pastella o nella preparazione di una minestra. Ha come habitat naturale i campi incolti e i margini delle strade, nonché radure erbose e pascoli magri.

CAPITOLO III



“EL RIS EL NASS IN L’ACQUA E EL MOEUR IN DEL VIN”

(Il riso nasce nell’acqua e muore nel vino)



Riso
(Ris)

Il risotto di Gadda

“L’approntamento di un buon risotto alla milanese domanda riso di qualità, come il tipo Vialone, dal chicco grosso e relativamente più tozzo del chicco tipo Caterina, che ha forma allungata, quasi di fuso. Un riso non interamente «sbramato», cioè non interamente spogliato del pericarpo, incontra il favore degli intendenti piemontesi e lombardi, dei coltivatori diretti, per la loro privata cucina. Il chicco, a guardarlo bene, si palesa qua e là coperto dai residui sbrani d’una pellicola, il pericarpo, come da una lacera veste color noce o color cuoio, ma esilissima: cucinato a regola, dà luogo a risotti eccellenti, nutrienti, ricchi di quelle vitamine che rendono insigni i frumenti teneri, i semi, e le loro bucce velari. Il risotto alla paesana riesce da detti risi particolarmente squisito, ma anche il risotto alla milanese: un po’ più scuro, è vero, dopo l’aurato battesimo dello zafferano.

Recipiente classico per la cottura del risotto alla milanese è la casseruola rotonda, ma anche ovale, di rame stagnato, con manico di ferro: la vecchia e pesante casseruola di cui da un certo momento in poi non si sono più avute notizie: prezioso arredo della

vecchia, della vasta cucina: faceva parte come numero essenziale del «rame» o dei «rami» di cucina, se un vecchio poeta, il Bussano, non ha trascurato di noverarla nei suoi poetici «interni», ove i lucidi rami più d’una volta figurano sull’ammattonato, a captare e a rimandare un raggio del sole che, digerito il pranzo, decade. Rapitoci il vecchio rame, non rimane che aver fede nel sostituto: l’alluminio.

La casseruola, tenuta al fuoco pel manico o per una presa di feltro con la sinistra mano, riceva degli spicchi o dei minimi pezzi di cipolla tenera, e un quarto di ramaiolo di brodo, preferibilmente di manzo: e burro lodigiano di classe. Burro, quantum prodest, udito il numero de’ commensali. Al primo soffriggere di codesto modico apporto, butirroso-cipollino, per piccoli reiterati versamenti, sarà buttato il riso: a poco a poco, fino a raggiungere un totale di due tre pugni a persona, secondo l’appetito prevedibile degli attavolati: né il poco brodo vorrà dare inizio per sé solo a un processo di bollitura del riso: il mestolo (di legno, ora) ci avrà che fare tuttavia: gira e rigira. I chicchi dovranno pertanto rosolarsi e a momenti indurarsi contro il fondo stagnato, ardente, in codesta

fase del rituale, mantenendo ognuno la propria «personalità»: non impastarsi e neppure aggrumarsi.

Burro, quantum sufficit, non più, ve ne prego; non deve far bagna, o intingolo sozzo: deve untare ogni chicco, non annegararlo. Il riso ha da indurarsi, ho detto, sul fondo stagnato. Poi a poco a poco si rigonfia, e cuoce, per l’aggiungervi a mano a mano del brodo, in che vorrete esser cauti, e solerti: aggiungete un po’ per volta del brodo, a principiare da due mezze ramaiolate di quello attinto da una scodella «marginale», che avrete in pronto. In essa sarà stato disciolto lo zafferano in polvere, vivace, incomparabile stimolante del gastrico, venutoci dai pistilli disseccati e poi debitamente macinati del fiore. Per otto persone due cucchiaini da caffè.

Il brodo zafferanato dovrà aver attinto un color giallo mandarino: talché il risotto, a cottura perfetta, venti-ventidue minuti, abbia a risultare giallo-arancio: per gli stomaci timorati basterà un po’ meno, due cucchiaini rasi, e non colmi: e ne verrà fuori un giallo chiaro canarino. Quel che più importa è adibire al rito un animo timorato degli dei è reverente del reverendo Esculapio o per dir meglio Asclepio, e immettere nel sacro «risotto alla milanese» ingredienti di prima (qualità): il suddetto Vialone con la suddetta veste lacera, il suddetto Lodi (Laus Pompeia), le suddette cipolline; per il brodo, un lesso di manzo con carote-sedani, venuti tutti

e tre dalla pianura padana, non un toro pensionato, di animo e di corna balcaniche: per lo zafferano consiglio Carlo Erba Milano in boccette sigillate: si tratterà di dieci dodici, al massimo quindici, lire a persona: mezza sigaretta. Non ingannare gli dei, non obliare Asclepio, non tradire i familiari, né gli ospiti che Giove Xenio protegge, per contendere alla Carlo Erba il suo ragionevole guadagno. No! Per il burro, in mancanza di Lodi potranno sovvenire Melegnano, Casalbuttano, Soresina, Melzo, Casalpusterlengo, tutta la bassa milanese al disotto della zona delle risorgive, dal Ticino all’Adda e insino a Crema e Cremona. Alla margarina dico no! E al burro che ha il sapore delle saponette: no!

Tra le aggiunte pensabili, anzi consigliate o richieste dagli iperintendenti e





Riso al salto

La storia di questa ricetta è piuttosto singolare: nasce come stratagemma di recupero di un'altra preparazione ma diventa presto così apprezzata che assume vita propria. Il riso al salto era infatti il risotto alla milanese del giorno prima: veniva suddiviso in porzioni, premuto con le mani, pressato e fatto dorare in una padella in cui era stato fatto sciogliere del burro (o dello strutto). Nella rigenerazione, occorreva stare attenti che non attaccasse sul fondo: schivata l'insidia, veniva fuori una sorta di tortino di riso croccante, per tanti la vera goduria del risotto alla milanese. Oggi ci piace la sua grande versatilità perché può essere consumato come piatto unico ma anche in accompagnamento a un rognone trifolato, un ossobuco, dello spezzatino...

Il Riso al salto oggi

Il Riso al salto oggi chiama accorgimenti tecnici più oculati e rispettosi delle materie prime impiegate e si può fare con tutte le specie di riso, non solo Carnaroli. Potete allora cuocere un riso alla maniera normale, toglierlo dal fuoco a metà cottura (7-8 minuti), lasciarlo più asciutto del solito e mantecarlo come fosse un risotto, con un po' di burro e Lodigiano. Poi lo rovesciate su una teglia piana e lo allargate con una forchetta o un cucchiaio, in modo da farlo raffreddare il prima possibile (se avete un abbattitore, meglio ancora). Una volta freddo, sgranatelo bene con le mani e fatelo scaldare in una padella antiaderente ben calda, con un filo di olio extravergine d'oliva. Aiutatevi magari con una paletta per dargli una forma arrotondata (l'ideale è utilizzare una padella piccola e tonda). Premete appiattendolo e fate rosolare a fuoco basso per circa 3 minuti. Aiutandovi con un coperchio, rivoltate il riso alla maniera di una frittata (alla fine, devono risultare croccanti entrambi i lati del tortino). Fatelo scivolare su un piatto, in modo da lasciarlo scolare per un attimo e passatelo solo successivamente sul piatto del commensale.



Riso, zucca e 'nduja

SETTEMBRE – FEBBRAIO | 20 MINUTI

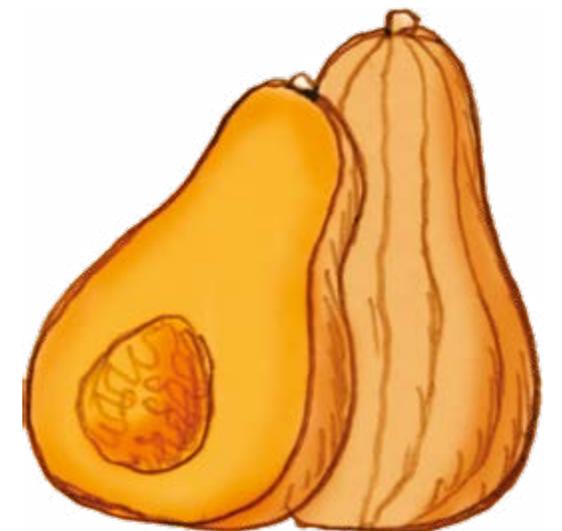
Il riso e zucca è un grande classico dei ricettari di cucina milanese. Succede perché la zucca è presente in abbondanza nella Bassa Padana, da Milano fino a Mantova. Lasciata maturare sotto al sole, la zucca estiva ha un classico sapore dolciastro che abbiamo provato ad abbinare, in modo insolito, alla mineralità delle olive e alla piccantezza della 'nduja. I nostri esemplari preferiti sono la zucca mantovana e la zucca violina.

INGREDIENTI

240 g di riso Carnaroli
200 g di zucca
100 g di 'nduja calabrese
80 g di olive nere in salamoia
1 l di brodo vegetale (1 cipolla, 1 carota, 1 sedano)
90 g di formaggio, grattugiato
20 g di burro
1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva

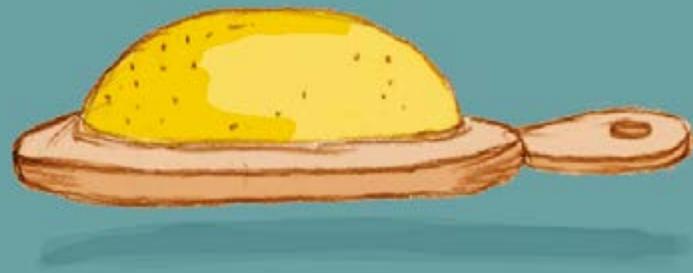
PROCEDIMENTO

Pulite la zucca dalla buccia e dai semi. Preparate un brodo vegetale con carota, sedano e cipolla. Tagliate a fette la zucca e mettetela, senza condimenti, a cuocere in forno per circa 30 minuti, quindi frullatela. A parte frullate la 'nduja e stendete il composto su una placca. Fate disidratare e poi frullate fino a farla diventare quasi polvere. Disidratate anche le olive e poi rompetele grossolanamente con le mani. Tostate il riso con l'olio, bagnate un po' alla volta con del brodo e, dopo 7 minuti, aggiungete la purea di zucca. Lasciate cuocere per circa 14 minuti e, a cottura ultimata, mantecate con burro e formaggio. Impiattate e cospargete di polvere di 'nduja e olive nere spaccate.



Riso

CAPITOLO IV



“LA POLENTA LA CONTENTA”
(*La polenta accontenta*)



Polenta
(*Polenta*)

Frolla al mais tostato

TUTTO L'ANNO | 45 MINUTI

Questa è una ricetta con una doppia valenza: si possono ricavare dei frollini o anche la base per il fondo di una torta.

INGREDIENTI

250 g di farina di mais
macinata grossa
680 g di farina 0
100 g di uovo intero
500 g di burro
200 g di zucchero a velo
10 g di sale

PROCEDIMENTO

Tostate la farina di mais in forno (o in padella) fino a ottenere un colore giallo intenso. A parte ammorbidite il burro a 25°C e sbattetelo in una planetaria con lo zucchero e il sale. Unite l'uovo, lavorando l'impasto il meno possibile. Unite a pioggia anche le farine. Impastate delicatamente con le mani, formando un panetto. Lasciate riposare in frigo per 6 ore. Cuocete in forno a 160°C: per i frollini occorrono 3 minuti, per il fondo di una torta dagli 11 ai 15 minuti (dipende dallo spessore).

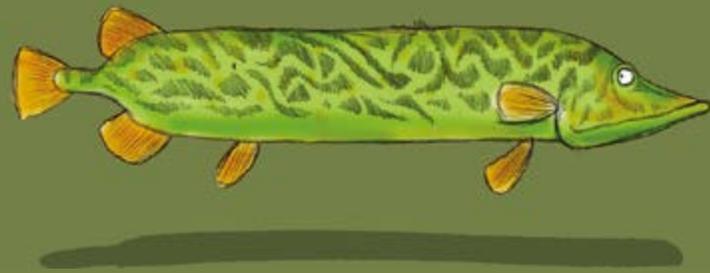


Polenta

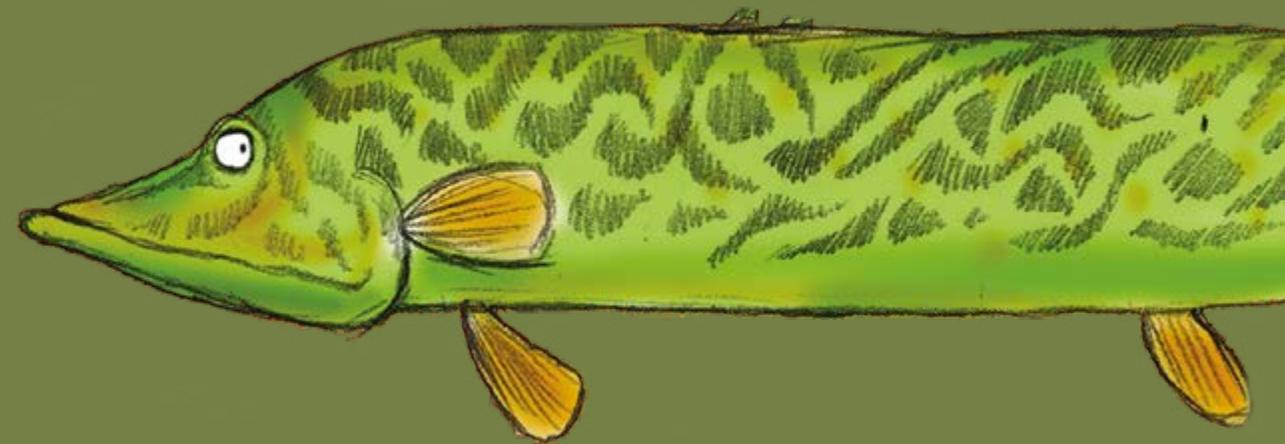
86



CAPITOLO V



“MINGA SAVÉ CHE PÈSS CIAPÀ”
(Non sapere che pesci pigliare)



Pesce
(Pèss)

Zuppa di pesce d'acqua dolce

GIUGNO – SETTEMBRE | 15 MINUTI

SOSTITUENDO I PESCI, SI PUÒ CUCINARE TUTTO L'ANNO

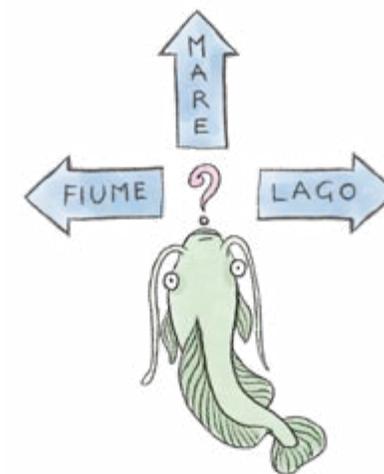
Questo piatto non appartiene alla tradizione milanese. L'abbiamo scelto per dimostrare quanto siano ampie le possibilità della nostra cucina. E per sfatare il mito che il pesce d'acqua dolce abbia sapori timidi. Questa versione della zuppa di pesce è estiva: contiene persico, lavarello, cavedano, agone e pigo. Sostituendo i pesci, è possibile preparare anche una versione invernale con luccio, anguilla, carpa, tinca e gamberi di fiume. Senza contare che trota e salmerino sono disponibili tutto l'anno. Il gioco è quello di servire la zuppa senza descrivere gli ingredienti, per chiedere poi al commensale di indovinarli. Quasi tutti elencheranno solo esemplari d'acqua salata.

INGREDIENTI

1,5 kg di pesce di lago
assortito (cavedano,
agone, persico,
lavarello, pigo, trota,
salmerino)
3-4 gamberi d'acqua
dolce
2 acciughe
3 pomodori maturi
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 mazzetto di basilico,
se in stagione
1 bicchiere di vino
bianco
olio extravergine d'oliva
sale e pepe

PROCEDIMENTO

Pulite e spinate il pesce, tenendo i filetti da parte. Con lisce, pelle e testa fate un fumetto (brodo ristretto) di pesce. Quando è ridotto, aggiungete il pomodoro. Nel frattempo, accanto, in una casseruola rosolate i filetti di acciuga con un po' di olio e l'aglio sino a che non saranno sciolti. Aggiungeteci la cipolla tritata, bagnate con il vino bianco, adagiatevi tutti i filetti di pesce e i gamberi e bagnate con il fumetto. Aggiustate di sale e pepe, mettete il coperchio e fate cuocere per circa 10-12 minuti. Scolate i filetti facendo attenzione a non romperli e disponeteli su un piatto fondo. Se necessario, fate ridurre ancora un po' il brodo, poi irrorate i filetti con il liquido bollente. Profumate con qualche foglia di basilico e accompagnate la zuppa con croste di pane, un accorgimento che ricorda le origini popolari del piatto.

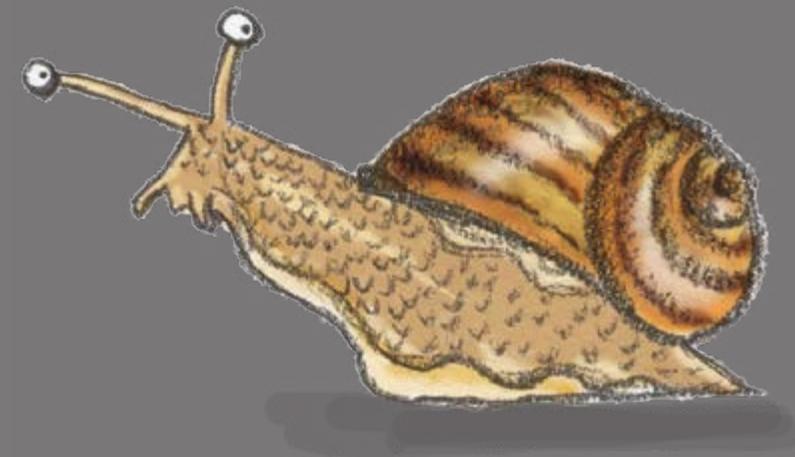


Pesce

CAPITOLO VI



“DÀ DE BEV AI RAN”
(Dar da bere alle rane)



Rane e lumache
(Ran e lumaghe)

RANE

Le rane sono uno dei simboli della cucina lombarda. Storicamente, nella stagione calda, hanno sempre imperversato nelle risaie, nelle marcite e nei fossi attorno e dentro alla città. Si cucinavano intere, fritte o in guazzetto, nel riso o nelle frittate. L'urbanizzazione crescente ha decretato l'estinzione dei venditori di rane – che tra le due guerre venivano spesso a vendere in città, dalle campagne – e la drastica diminuzione delle specie autoctone. Ma non il consumo, oggi alimentato da anfibi che arrivano quasi sempre dalla Cina, già mondati. Noi utilizziamo solo specie italiane, più piccole di quelle cinesi, che tuttavia non vanno scartate a priori per la loro provenienza. Vale sempre la pena, infatti, provare a chiedersi se il meticcio giovani o meno alla nostra cucina, senza pregiudizi.

Dove, come e perché

È molto difficile comprare rane che non siano di provenienza cinese. Le rane italiane si trovano di tanto in tanto al Parco Agricolo Sud di Milano o nelle cascine del Vercellese. Al mercato ittico resiste un ranaio anziano, che non garantisce però sempre la fornitura. Più facile che vi aiuti il vostro pescivendolo. Come riconoscere le rane buone?

Noi le acquistiamo sempre decapitate e dotate di pelle, che dev'essere lucente ed elastica. La carne delle rane senza pelle dev'essere altrettanto elastica e sfoggiare un colore bianco/avorio. Diffidate delle rane dal colorito giallastro, indice di prodotto non fresco.



Le nostre rane vengono dall'azienda agricola Moncucco di Massimo Greppi a Vercelli, la stessa che ci fornisce il pollo "ficatum". Loro acquistano specie verdi italiane dai contadini della campagna circostante: sono piuttosto piccole, hanno carni bianche, sode e sono molto profumate. Se siamo fortunati, ce le passano anche quelli di Riserva San Massimo, gli stessi fornitori del riso Carnaroli. La loro proprietà ospita 1.500 aironi, che si nutrono proprio di rane.

LUMACHE

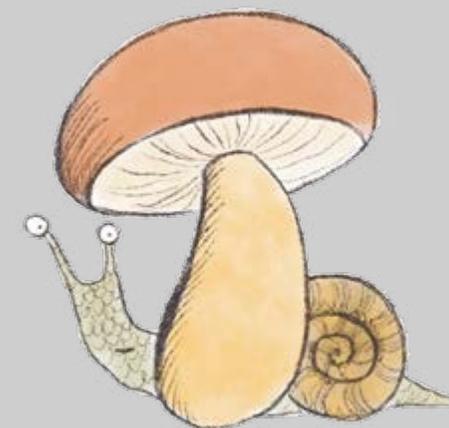
Ai più giovani oggi potrà apparire una stravaganza, ma il consumo delle lumache si perde nella notte dei tempi. Marco Gavio Apicio le spurgava in latte e sale quasi duemila anni fa. In Francia sono da secoli un vero simbolo gastronomico (oggi anche in forma di caviale) e in Italia c'è un'abbondante letteratura in materia. Il fatto più curioso è che, storicamente, si consumano di più nel Sud del Paese, nonostante i più importanti allevamenti siano al Nord. In Italia se ne cucinano principalmente due tipi: le chiocciole bianche striate di vigna e le lumache comuni (*helix pomatia*), più voluminose e tradizionalmente prevalenti nella cucina milanese, che le preferisce storicamente in umido o al vino bianco. È un alimento molto ricco di ferro.

Dove, come e perché

Se noi cuochi le acquistiamo intere e vive, normalmente l'amatore compra le lumache in scatola già pulite, sbollentate e pronte per la seconda cottura. Quelle lavorate male si notano per le tracce di terra nelle confezioni e il retrogusto terroso all'assaggio. Se l'allevamento da cui provengono è di qualità dovrebbero essere vendute con l'epatopancreas integro, l'organo ghiandolare del sistema digerente: la sua assenza potrebbe essere indice di allevamento condotto non esattamente a regola d'arte.



Il nostro fornitore è Cascina Moncucco, nel Vercellese, gli stessi da cui acquistiamo pollo e rane. Le lumache sono allevate in un ambiente incontaminato e trattate con rispetto. Sono spurgate e messe in letargo. Uno dei centri più importanti di elicicoltura è invece a Cherasco in provincia di Cuneo.



Ragù di lumache

TUTTO L'ANNO | 90 MINUTI

Con le lumache si può preparare anche un ragù squisito e insolito. È una ricetta tradizionalmente distante dalla cucina milanese ma ha il merito di avvicinare alle lumache anche persone che solitamente non le amano. È un ragù che sta benissimo sopra a una vellutata di asparagi (o topinambur, carote, patate).

INGREDIENTI

300 g di lumache,
sgusciate
3 bicchieri di brodo
di carne
1 cipolla rossa
1 scalogno
1 rametto di rosmarino
½ bastoncino
di cannella
2 bicchieri di vino
bianco
olio extravergine d'oliva
sale e pepe

PROCEDIMENTO

Sminuzzate con il coltello le lumache, in modo da ottenere dei pezzettini adeguati al ragù. Tritate finemente cipolla e scalogno, rosolateli in un po' di olio, quindi unite le lumache e fatele dorare. Sfumate con il vino bianco. Una volta evaporato, aggiungete la cannella e il brodo e fate sobbollire per 90 minuti (come un ragù). Data la viscosità delle lumache, il ragù si addenserà naturalmente. Regolate di sale e pepe. A fuoco spento, unite il rosmarino tritato finemente.

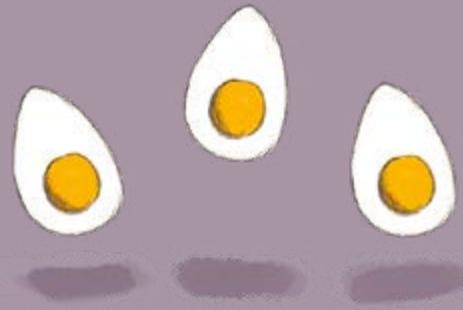
LA CITTÀ DELLE CHIOCCIOLE

Cherasco, in provincia di Cuneo, è considerata “la città delle chiocciole”. Vi hanno sede l'Associazione Nazionale Elicicoltori e l'Istituto Nazionale di Elicoltura, da più di quarant'anni un centro di formazione e di riferimento per allevatori, chef e amatori. Qui è nato il disciplinare che regola il metodo di allevamento che consente di ottenere una carne di qualità. Per il disciplinare devono nascere e crescere all'aperto, completare il ciclo vitale in maniera del tutto naturale e seguire il ritmo delle stagioni. L'alimentazione non contempla quindi mangimi, ma si compone di quei vegetali che crescono all'interno dei recinti (come biette, cavolo, insalata). Gli allevatori possono aggiungere altra verdura fresca per stimolare il processo di emigrazione dall'area di riproduzione a quella d'ingrasso ma nient'altro. Ogni anno, a fine settembre, un “incontro internazionale di elicoltura” e “un festival della chiocciola in cucina” richiamano studiosi da Paesi europei ed extraeuropei, tecnici di settore, gourmet e allevatori. Gli appassionati possono spaziare fra incontri di formazione, convegni, visite sul campo, alta cucina e cosmetica.

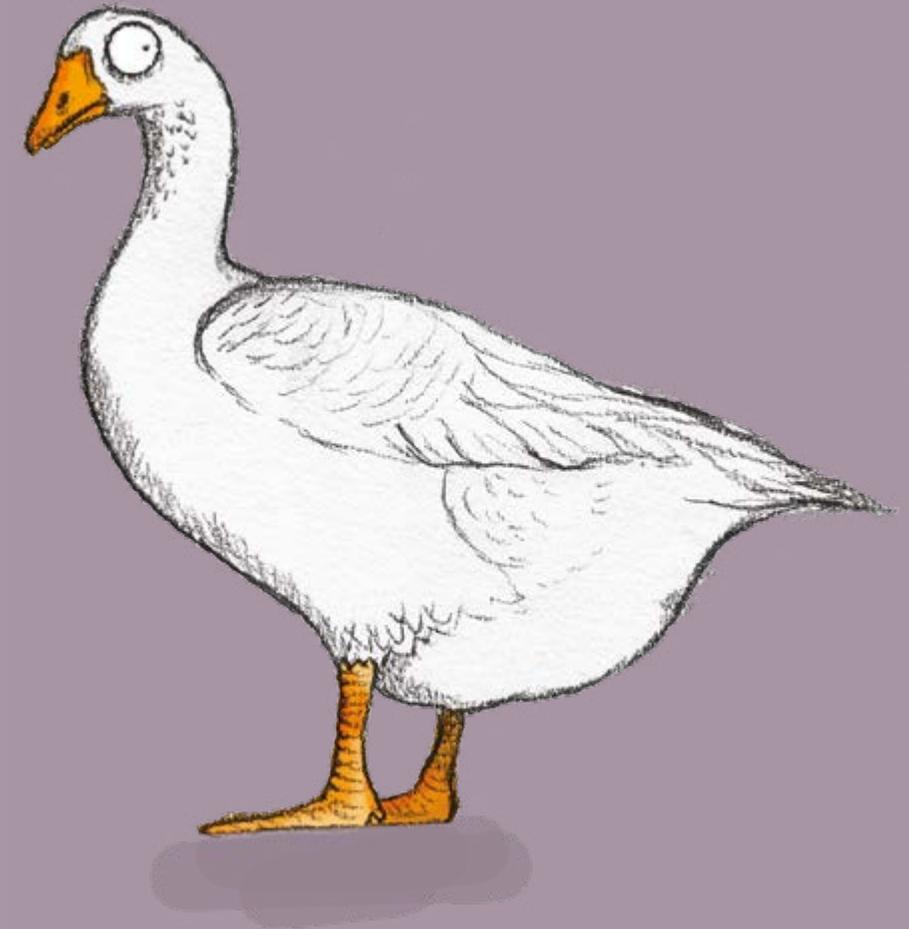
Rane e lumache



CAPITOLO VII



“PRET E PÒI, J È MAI SÀDÒI”
(Preti e polli non sono mai satolli)



Oca e pollame
(Òcca e pòi)

Pollo marinato alle acciughe e rosmarino

MARZO – SETTEMBRE | 8 ORE DI MARINATURA | 30 MINUTI

Pollo marinato con le acciughe: è il nostro modo di riproporre in versione più attuale una carne bianca grigliata. Il rosmarino gioca un ruolo essenziale perché dona una componente amara. Come accompagnamento, al posto della classica salsa Worcester, utilizziamo un baccello di tamarindo spolpato.

INGREDIENTI

1 pollo disossato da 1 kg
8 filetti d'acciuga sottosale (o sottolio)
1 tamarindo, spolpato il succo di un limone
1 rametto di rosmarino
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
pepe abbondante

PER IL PURÈ DI FAGIOLI BORLOTTI

200 g di fagioli borlotti freschi
600 ml di acqua fredda
1 spicchio d'aglio
1 rametto di maggiorana
1 rametto di timo
2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
3 g di sale

PROCEDIMENTO

Preparate la marinata, mettendo nel mixer olio, limone, rosmarino, acciughe, tamarindo e pepe. Frullate tutto finché non avrete una crema omogenea. Pulite, disossate ed eventualmente fiammeggiate (e lavate) il pollo. Tagliatelo a pezzi, avendo cura di separare bene ali, cosce e petti (che hanno tempi di cottura diversi). Adagiatelo in una pirofila, irroratelo con la marinata e lasciatelo riposare in frigorifero per almeno 8 ore. Tiratelo fuori per riportarlo lentamente a temperatura ambiente e, intanto, preparate il barbecue. Cuocete per 7-8 minuti la parte superiore e per 8-10 la parte inferiore.

PER IL PURÈ DI FAGIOLI BORLOTTI

Mettete in un tegame di terracotta l'acqua, i fagioli, l'aglio, le erbe, il sale e l'olio. Cuocete per 30 minuti e passate i fagioli al passaverdure, in modo da separare la polpa dalla buccia. Mettete sul piatto uno strato di purè e poi adagiateci sopra il pollo.

PER IL BARBECUE

Preparate il barbecue con un legno gentile (ciliegio o pioppo; non quercia o castagno). Quando forma un centimetro di cenere bianca, adagiate la griglia a 10-14 cm di altezza. Poggiate per prime le cosce, poi le ali e infine i petti. Una volta abbrustoliti (la carne deve "segnare"), spostateli a lato della griglia e girateli di tanto in tanto sino a fine cottura. Le cotture ideali delle carni sono: 9 minuti per le cosce, 7 per le ali, 4-5 per il petto; le carni non dovranno mai essere asciutte ma sempre un po' bagnate all'interno. Mettetele poi in una pirofila ancora calde e spennellatele con la marinata. Servite con un purè di fagioli borlotti, per noi molto adatto al matrimonio con la carne asciutta del pollo.



CAPITOLO VIII



“DAGH EL COLOR AI POLPETT”
(Dar colore alle polpette)



Vitello
(Biüscin)

Costoletta o cotoletta?

Cominciamo sgomberando il campo dagli equivoci: che la costoletta di vitello abbia natali milanesi e non austriaci (pensate alla cugina Wienerschnitzel) è questione già risolta da Ottorina Perna Bozzi nel 1965. Nel testo *Vecchia Milano in Cucina*, l'autrice afferma chiaramente che il generale Radetzky sosteneva di averla scoperta a Milano e non a Vienna, ed esiste una precisa documentazione al riguardo.

La seconda eterna questione è legata al nome: costoletta o cotoletta? La cotoletta è in realtà una semplice fettina di carne panata; la costoletta della tradizione milanese prevede invece l'osso di quella parte del lombò (la schiena del vitello) da cui partono le costole. Noi qui parliamo di quest'ultima. Risolti i dubbi filologici e anatomici, quale carne di vitello scegliere? È importante che abbia un contenuto d'acqua molto basso così, una volta tagliata, non bagnerà coi suoi umori la panatura: nei ristoranti capita spesso di dare i primi due morsi a una panatura croccante e quelli successivi a una panatura acquosa. La nostra versione è piuttosto rustica e rimane rosata all'interno perché non è cotta interamente: tagliamo la costoletta, scalziamo l'osso tirandolo "a nudo" e la facciamo intera. Questo perché oggi non è più possibile fare come si è sempre fatto, scartando la "fascia" delle costole e la parte inferiore del carré, cioè $\frac{2}{3}$ del taglio procurato. Sono abitudini non più replicabili perché la cucina acquista nuove consapevolezze e ci siamo resi conto che non ha più senso scartare così tanta parte del prodotto.

Noi non usiamo farina (la vera costoletta non la prevede), e utilizziamo tanta salvia per profumare il burro, approfittando di un ingrediente molto presente nella cucina milanese. Curiosità finale: esistono ancora dei tradizionalisti che non la fanno "asciugare". Chiedono un bricchetto pieno di burro spumeggiante da versare sopra alla fine. In questo modo, l'apporto di colesterolo schizza alle stelle.

Ma chi sono io per negarglielo?

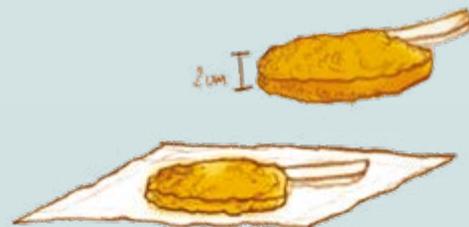
WIENERSCHNITZEL E MILANESE

La Wienerschnitzel non può essere confusa con la costoletta per questi motivi:

- 1) è passata prima nella farina e poi nell'uovo;
- 2) non è tagliata nella lombata (ma generalmente nella coscia) e non ha l'osso;
- 3) è fritta nello strutto o nell'olio.

La costoletta alla milanese:

- 1) è tagliata nella lombata di un vitello da latte (non va battuta e deve conservare l'osso);
- 2) prima è passata nell'uovo e poi nel pangrattato (fatto solo di mollica di pane bianco e senza la crosta, che risulterebbe troppo secca);
- 3) deve essere fritta nel burro che ha quasi cessato di schiumare;
- 4) va salata al momento.



Vitello



Mondeghili

TUTTO L'ANNO | 2 ORE

I mondeghili sono geniali polpette di recupero ottenute dagli avanzi dell'arrosto e del bollito, tradizionalmente impastati a tozzi di pane secco. Ottorina Perna Bozzi le chiamava "polpette tritate". Una delle prerogative più importanti è che, a differenza di quasi tutte le polpette della tradizione italiana, i mondeghili si ottenevano a partire dalla carne di manzo, unita a mortadella e/o salsiccia. La nostra ricetta utilizza solo la carne di vitello, ottenuta una volta terminato il brodo. La impastiamo con del pane bagnato nel latte, nel prezzemolo e nell'aglio. E alleggeriamo l'impasto con le verdure del brodo. Possono essere serviti come aperitivo, entrées o come secondo, accompagnati dal purè (vedi ricetta a pagina 18). I bambini ne vanno matti.

INGREDIENTI

400 g di carne di vitello
(tagli non troppo
magri: reale, spalla...)
1 uovo
100 g di pane raffermo
pangrattato
1 bicchiere di latte
1 carota
1 patata
1 cipolla
½ spicchio d'aglio
1 grattata di noce
moscata
40 g di Lodigiano,
grattugiato
1 noce di burro
2 cucchiaini di olio
extravergine d'oliva
sale e pepe

PROCEDIMENTO

Mettete a cuocere in acqua la carne e le verdure per 2 ore. Una volta morbida, toglietela dalla pentola, fatela raffreddare, tagliatela a pezzi e passatela al tritacarne assieme a verdure, aglio e pane ammollato nel latte. Aggiungete al composto l'uovo, il Lodigiano e la noce moscata. Regolate di sale e pepe. Formate delle palline di circa 4 cm di diametro e schiacciatele alle estremità con i palmi delle mani. Passatele nel pangrattato e doratele in padella un minuto per lato con l'olio e il burro.
Un'accortezza: dopo aver cotto la carne, salvate il brodo riutilizzandolo per altri scopi (minestra, risotto...).



Vitello

166

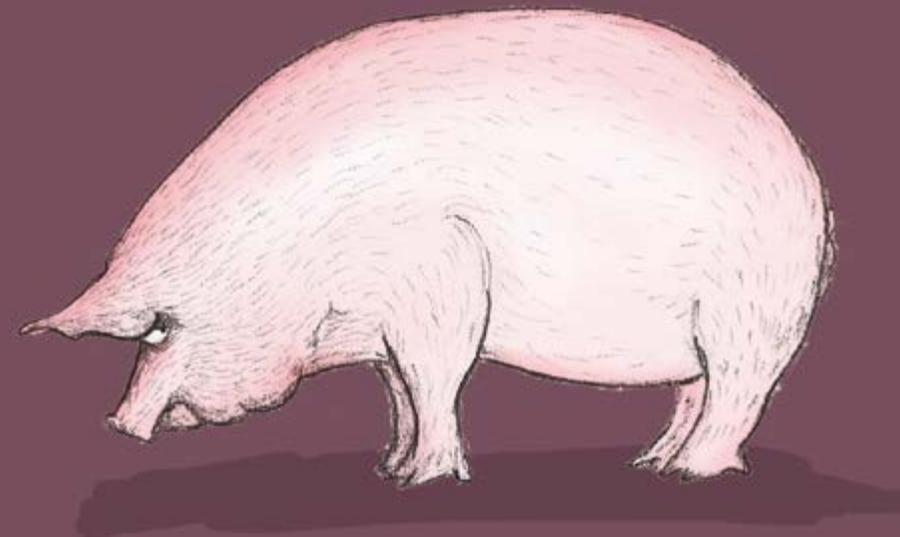


CAPITOLO IX



“SCAPÀA UL PURCÈLL SARÈN SU UL STABIELL”

(Scappato il maiale chiudono il porcile)



Maiale
(Porc)

Pancetta di maiale con maionese di peperoni dolci

TUTTO L'ANNO | 10 ORE

Cucinata in bassa temperatura e poi resa croccante in padella, la pancia di maiale è un taglio molto in voga sulle tavole del mondo. Nelle famiglie italiane, così come in quelle francesi, si cucina da sempre: da noi disossata, dai cugini sull'osso. È un taglio che dà sempre grandi soddisfazioni a tavola. Un buon modo per riconoscere una pancetta ben fatta è osservare la venatura della carne al suo interno: più il muscolo è sviluppato, più l'animale ha svolto attività fisica. Nei maiali sedentari le infiltrazioni di grasso sono pressoché inesistenti. Consigliamo di acquistare e utilizzare la parte superiore della pancetta, quella con venature importanti di carne: la parte inferiore è normalmente impiegata per i salumi.

INGREDIENTI

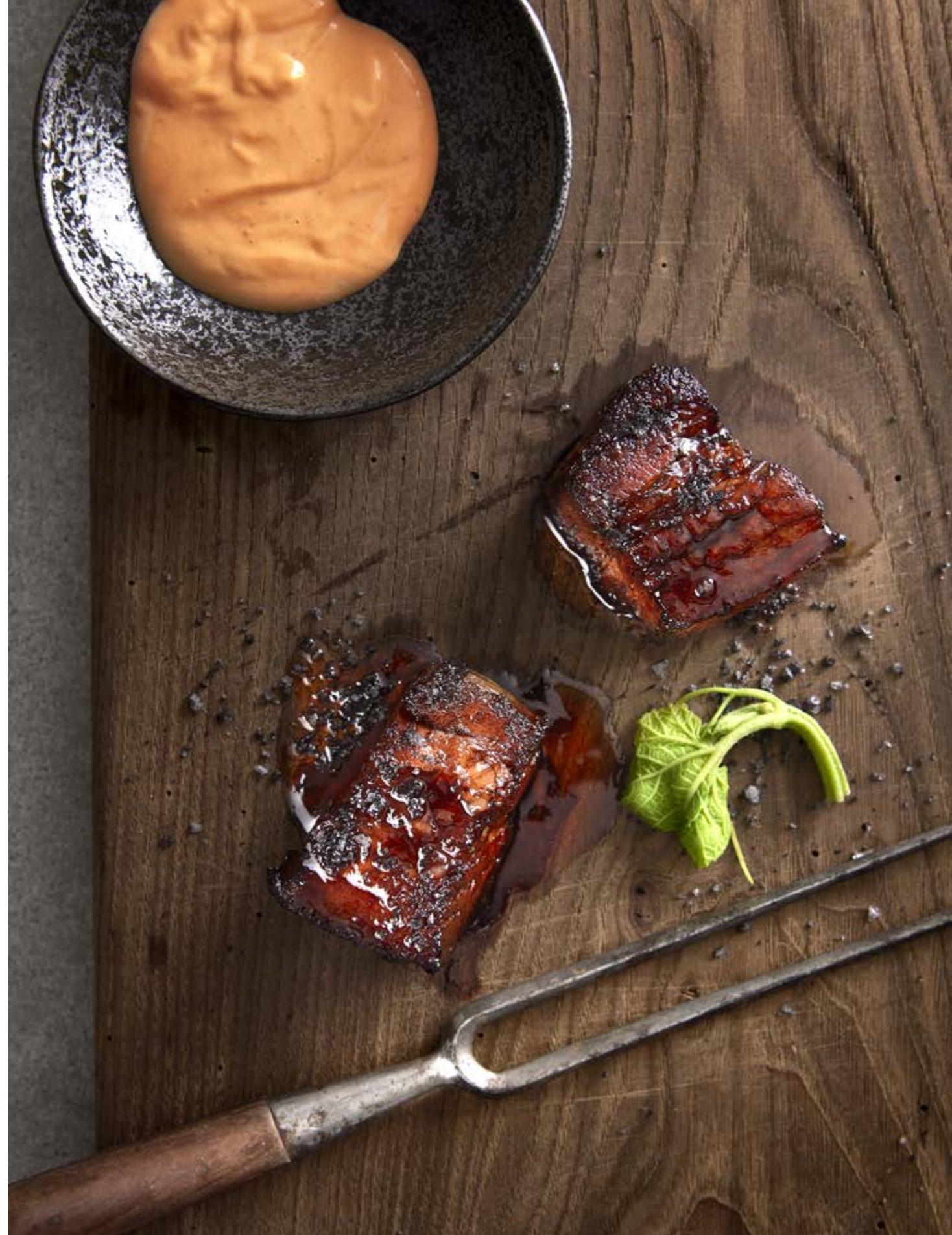
PER 8 PERSONE

*1 kg di pancetta di maiale a pezzo intero, con cotenna
sale grosso
2 peperoni rossi
1 tuorlo d'uovo
2 scalogni
½ limone
2 rametti di santoreggia
salvia e rosmarino
1 cucchiaino di senape
½ bicchiere di vino bianco
100 g di olio extravergine d'oliva per la maionese
4 cucchiari di aceto di vino bianco
2 cucchiari di olio extravergine d'oliva
sale in cristalli
pepe bianco a mulinello*

PROCEDIMENTO

Incidete la cotenna, in verticale e orizzontale, in modo da fare un reticolo (un accorgimento che non farà arricciare il pezzo in fase di cottura). Tritate salvia e rosmarino e cospargetevi la parte interna della pancetta, insieme al sale grosso. Bagnate con l'aceto e lasciate riposare in frigorifero per 8 ore. Trascorso questo tempo, il sale sarà sciolto e l'aceto avrà marinato la carne. Inserite in un sacchetto per sottovuoto, condizionate al 99% (togliete proprio tutta l'aria) e cuocete in forno a 75°C per 9 ore. Raffreddate il pezzo di carne nel sacchetto in modo da ricompattare la carne e solidificare il grasso all'interno del sacchetto. Apritelo, estraete il pezzo di carne e pulitelo dall'eventuale grasso residuo. Tagliatelo a cubi e tenete da parte. Nel frattempo, tagliate gli scalogni a metà e i peperoni a dadini. Appassite gli scalogni nei 2 cucchiari di olio, aggiungete i peperoni, la santoreggia e il vino bianco e coprite con un bicchiere di acqua fredda. Iniziate la cottura a fuoco dolcissimo per 25 minuti. Trascorso questo tempo, togliete i peperoni (che avranno lasciato tutta la loro acqua in pentola) e fate ridurre il sugo di $\frac{2}{3}$. Otterrete una crema collosa di un rosso intenso, che dovrete far raffreddare. Preparate la maionese sbattendo il tuorlo con il succo del limone e la senape. Aggiungete l'olio a filo e la crema di peperoni e regolate di sale e pepe. In una padella antiaderente, dorate da tutti i lati i cubi di pancetta e disponeteli su un piatto di portata. Distribuitevi il sale in cristalli e il pepe e serviteli con la maionese di peperoni. Un contorno a foglie (spinaci, erbe, tarassaco o cicoria) sta meglio di uno di peperoni, quindi utilizzate quelli avanzati per cucinare ad esempio una pasta o un risotto.

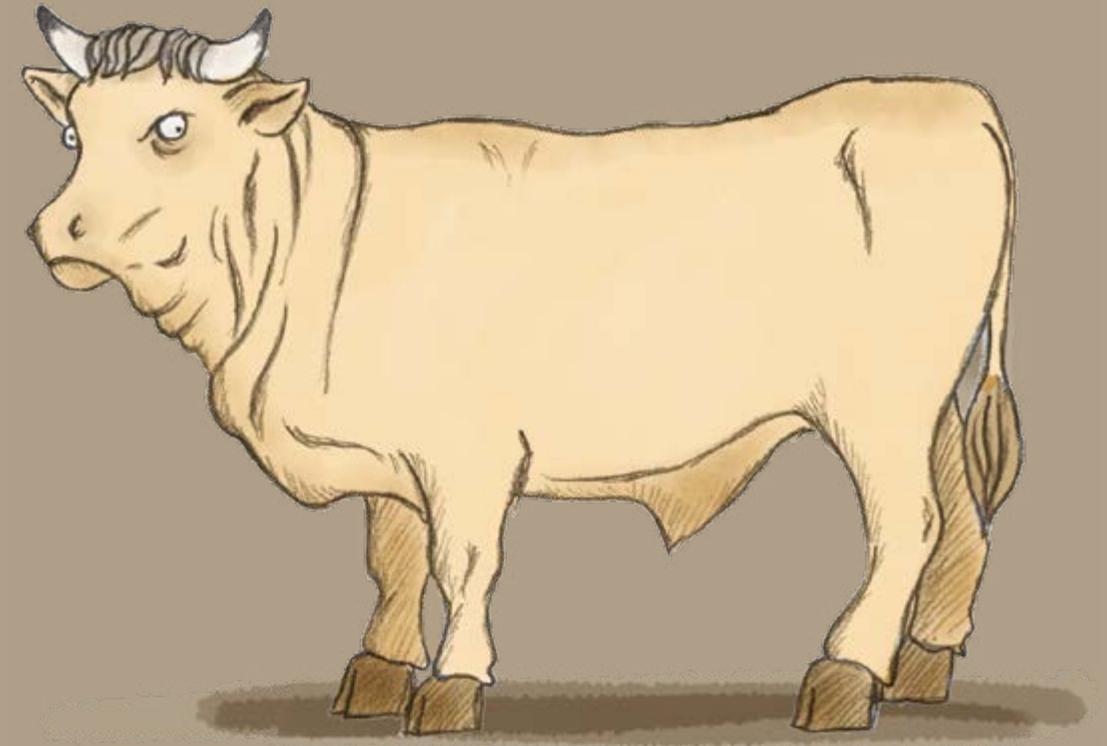
Maiale



CAPITOLO X



“LA CARNA TACÀA E L’OSS L’È LA PÙ BONNA”
(La carne attaccata all’osso è la più buona)



Manzo
(Manz)



Brasato

SETTEMBRE – MARZO | 2 ORE + 24 ORE DI MARINATURA

Il brasato è una preparazione popolare e diffusa praticamente in tutto l'emisfero settentrionale del pianeta. Storicamente la cucina milanese mette a cuocere il muscolo di manzo interamente ricoperto da vino e spezie: chiodi di garofano, alloro e stecche di cannella. Come tagli, noi scegliamo pesce, cappello del prete, la parte finale del reale o le cosce anteriori. Abbiamo tolto le spezie per concentrare un po' di più i sapori: cuociamo con due terzi di vino e un terzo di brodo, una soluzione che riduce anche un possibile eccesso di acidità finale, che guasterebbe il risultato. Se poi, al posto del classico Barolo, impieghiamo un vino morbido tipo Bonarda, l'insieme risulta molto più leggero. Ultimo appunto: al termine della preparazione il sugo andrebbe filtrato con un colino; noi passiamo invece tutto, verdure incluse, al passaverdure. Così carote e cipolle conferiscono dolcezza e cremosità alla salsa.

INGREDIENTI

800 g di muscolo
da brasato
750 ml di Bonarda
un po' di brodo
1 costa di sedano
2 carote
1 cipolla
di media grandezza
1 mazzetto guarnito
(salvia e rosmarino)
30 g di burro
olio extravergine d'oliva
poco pepe in grani

PROCEDIMENTO

Ventiquattro ore prima del consumo, mettete a marinare il muscolo nel vino con tanto di mazzetto guarnito, avendo l'accortezza di rigirarlo ogni 6-8 ore (meglio se si dispone di un sacchetto sottovuoto). Scolatelo, fatelo rosolare bene nell'olio da tutti i lati e aggiungete le verdure tagliate a tocchetti. Bagnate con quasi tutto il vino della marinatura e il brodo. Portate a cottura molto morbida per circa 2 ore a fuoco basso, avendo l'accortezza di rigirare il brasato di tanto in tanto. A cottura ultimata, rimuovete la carne e affettatela su un piatto di portata. Passate tutte le verdure al passaverdure. Regolate di pepe, aggiungete il burro alla salsa e, con questa, irrorare la carne. Possibili accompagnamenti: purè di patate (vedi ricetta a pagina 18) o polenta.



Manzo

La Brianza, l'Oltrepò, il Lario, le valli bergamasche e bresciane, il Lodigiano. Milano è da sempre assediata da zone vocate alla produzione dei generi alimentari più diversi. Di formaggi e derivati da latte in genere, ne sono transitati in quantità. Crescenza, Gorgonzola, Taleggio, Stracchino, Mascarpone, tome d'alpeggio. O il Salva cremasco, il cui nome deriva dal fondamentale apporto che sapeva dare alle famiglie per tutto un rigido inverno. Il Quartirola, da mucche nutrite a erba "quartirola", cresciuta dopo il terzo taglio dei prati, che sta tornando alla ribalta nelle cucine di tanti colleghi. Il Lodigiano tipico, formaggio stagionato che i milanesi hanno sempre preferito al Parmigiano Reggiano o al Grana Padano. Milano città del formaggio. O "Paneropoli", come la ribattezzò Ugo Foscolo in un celebre passaggio: in dialetto la "panera" è la panna, un derivato del latte. E i milanesi hanno un passato e un presente da paneromani.

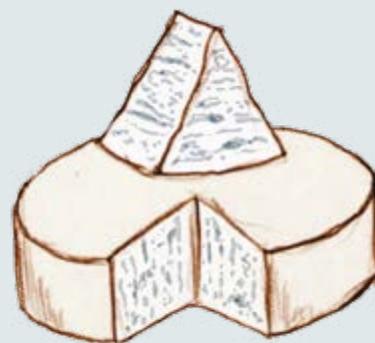
Dove, come e perché

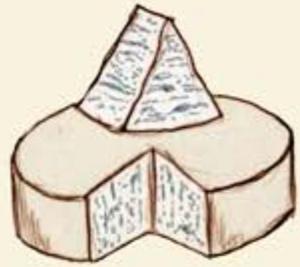
La varietà dei formaggi della tradizione milanese è talmente ricca che occorrerebbe un libro intero per elencare i consigli di spesa. In linea di massima, occorre sempre rivolgersi a piccoli artigiani, produttori locali e affinatori che sappiano garantire la qualità del latte alla fonte: una mucca trattata male non farà mai del latte buono e la qualità finale del formaggio non potrà che risentirne. In secondo luogo, i formaggi della grande distribuzione sono spesso lavorati

a partire dal latte in polvere o da latte proveniente da paesi lontani, congelati all'origine e poi lavorati in un secondo momento. Meglio rivolgersi ai piccoli, che dedicano quasi sempre un'attenzione totale a ogni fase della filiera.

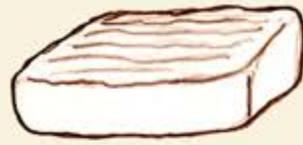


Anche qui, la lista dei produttori e affinatori cui ci rivolgiamo è piuttosto lunga: Marco Vaghi a San Genesio ed Uniti (Pavia) applica un sapere scientifico a ciascuna delle varie maturazioni. Chiara Onida dell'azienda agricola Il Boscasso di Ruino (Pavia), ci dà dei meravigliosi formaggi di capra, razza Camosciata delle Alpi. Ricorriamo spesso ai prodotti tutelati dal consorzio Alti Formaggi: Taleggio, Provolone Valpadana, Salva Cremasco. E ai formaggi freschi di capra di Cascina Dezzutti.





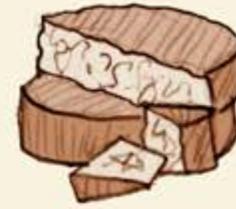
GORGONZOLA



CRESCENZA



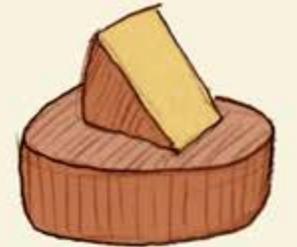
LODIGIANO



STRACHITUNT



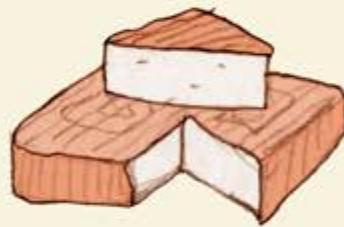
CAPRINO



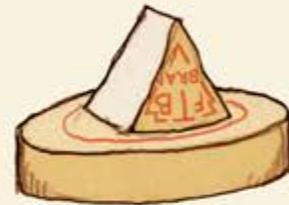
SILTER



PARMIGIANO
REGGIANO



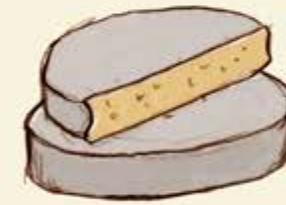
TALEGGIO



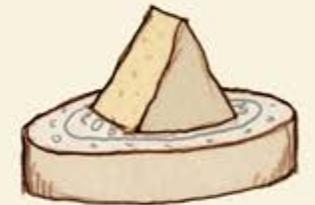
BRANZI



PROVOLONE
VALPADANA



BAGOSS



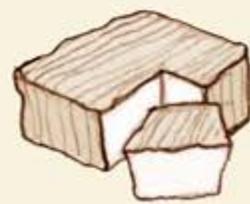
FORMAI DE MUT



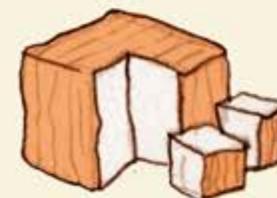
BITTO



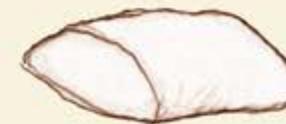
MASCARPONE



QUARTILOLO



SALVA CREMASCO



STRACCHINO



GRANA PADANO

CAPITOLO XIII



“MANGIA, BEV E TÀS, VIV IN SANTA PÀS”
(Mangia, bevi e taci, vivi in santa pace)



Pane e dolci
(Pan e duls)

Rüsümada e pan meino

SETTEMBRE – MARZO | 30 MINUTI

La *rüsümada* è una preparazione milanesissima, oggi quasi del tutto scomparsa dalle abitudini mattutine. Per alcuni era una bevanda, per altri una crema al cucchiaino. Per noi è prima di tutto una sorta di zabaione, a cui viene aggiunto del Marsala. Va preparata fresca, appena svegli, con una piccola aggiunta di caffè. È corroborante e buonissima. La ricetta tradizionale prevede di intingerci delle *offelle* (i biscotti secchi di Parona) o del *pan meino*, “pane al miglio”. Noi abbiamo scelto il secondo. Nel tempo, il miglio è stato sostituito dalla farina di mais, ben più disponibile in commercio.

INGREDIENTI

PER 8 PERSONE

PER LA RÜSÜMADA

100 g di tuorlo d'uovo
75 g di zucchero
10 g di farina 0
15 g di Marsala
100 g di caffè
2 cucchiaini di crema
pasticciera
2 cucchiaini di panna
montata

PER IL PAN MEINO

100 g di farina 0
150 g di farina di mais
1 g di lievito in bustina
3 uova
75 g di burro
75 g di zucchero
1 stecca di vaniglia
2 g di sale fino
zucchero a velo

PROCEDIMENTO

Mescolate bene i tuorli con lo zucchero e la farina. Portate a bollore Marsala e caffè e versateli poco alla volta sul composto. Rimettete sul fuoco a sobbollire per un paio di minuti. Una volta pronta la crema, lasciate raffreddare. Aggiungete la crema pasticciera e la panna montata. Per il pan meino adagiate in una planetaria il burro a temperatura ambiente, lo zucchero, il sale e il contenuto della stecca di vaniglia, precedentemente raschiata con un coltello. Montate bene con una frusta sino a ottenere un composto morbido e aerato. Unite le uova una alla volta e infine le farine, precedentemente miscelate al lievito. Una volta ottenuto l'impasto, sulla teglia preparata con carta forno, formate delle montagnole da 70 g ciascuna, con l'aiuto di una sac-à-poche. Cospargete con abbondante zucchero a velo e infornate a 185°C per 12-14 minuti.



Pane e dolci

INDICE



INDICE DELLE RICETTE

I VERDURE	13	Riso, zucca e 'nduja	73
		Riso e latte	74
Verzata	17		
Purea di radici e scorzonera	18	IV POLENTA	77
Cavolfiore in tre modi	21	Polenta classica	81
Cipolla al forno	23	Cialda di polenta	81
Insalata matta, uova e acciughe	24	Zuppa di polenta	85
Tutto asparagi	26	Frolla al mais tostato	86
Il piatto della terra	29	Polenta e latte	88
		V PESCE	91
II ERBE SPONTANEE	33	Tinche gratinate	94
		Anguilla in carpione	96
III RISO	45	Luccio in concia leggera	101
		Zuppa di pesce d'acqua dolce	103
Risotto alla milanese	48	Baccalà fritto	106
Riso al salto	57		
Riso al salto oggi	57	VI RANE E LUMACHE	111
Ris ed erborin (Riso e prezzemolo)	58	Frittata con le rane	115
Riso e curada	58	Rane fritte e salsa allo zafferano	116
Risotto primaverile	63	Lumache al vino rosso	120
Minestrone estivo alla milanese	64	Spiedini di lumache gratinati alle erbe	123
Riso rane e crescione	68		
Ris in cagnun (Riso in cagnone)	70		

Indice

Ragù di lumache	124	IX MAIALE	173	XII FORMAGGI	215
		Cassoeula	176	Fonduta di erborinati con pere e pane di grani antichi	219
VII OCA E POLLAME	127	Rosticciata	180	Focaccia croccante con Stracchino profumato al limone e fiori	220
Cassoeula d'oca	130	Cotechino con purea di mele	183	di rosmarino	220
Coscia d'oca confit	133	Pancetta di maiale con maionese di peperoni dolci	184	Stracci di pasta, mascarpone, polvere di caffè e lavanda	223
Petto d'oca stagionato come un prosciutto	134				
Insalata di gallina calda con mostarda e noci	137	X MANZO	187		
Pollo marinato alle acciughe e rosmarino	138	Brasato	191	XIII PANE E DOLCI	227
Faraona al vino rosso	141	Bruscitt	192	Rüsümada e pan meino	231
Cappone ripieno	142	Cappello del prete in salsa verde di sedano	195	Tortelli di Carnevale alla milanese	232
Quaglie alla diavola	145			Chiacchiere di Carnevale	235
VIII VITELLO	149			Oss de mord con busecchina	237
Cotoletta alla milanese	152	XI QUINTO QUARTO	197	Panettone	241
Vitel tonnè	156	Trippa alla milanese	202	Pan d'Eugenio	242
Nervetti in insalata	158	Lingua croccante con salsa verde di sedano	205	Pan tramvai	244
Involtini di verza	161	Salsa verde leggera estiva	206	Panfrutto	247
Rustin negaa	163	Noci di rognone trifolato al punto rosa	208		
Spezzatino di vitello con patate croccanti e piselli	164	Tagliata di fegato con scalogno	211		
Modeghili	166				
Ossobuco alla milanese	170				

Indice

I PRODUTTORI

VERDURE

Carlo Eugenio Fiorani, Via Licengo, 1, Castelverde, Cremona.

Res Naturae, www.resnaturae.com,
Via Tantardini Maria, Introbio, Lecco.
Cascina Lassi, www.cascinalassi.com, Cascina Lassi, Cerro al Lambro, Milano.

ACETO

Cesare Giaccone, www.acetidibarolo.it,
Via Umberto I, 9, Albaretto della Torre, Cuneo.

ERBE SPONTANEE

Maso Aspinger, www.aspinger.com,
Saubach, 29, Barbiano, Bolzano.

RISO

Riserva San Massimo, www.riservasanmassimo.net, Loc. Cascina San Massimo, Gropello Cairoli, Pavia.
Tenuta Castello, www.tenutacastello.com,
Piazza Castello, 8, Desana, Vercelli.
Gli Aironi, www.gliaironi.it, Strada delle Grange, 8, Lignana, Vercelli.
Riso Buono, Via Gautieri, 2/4, Casalbeltrame, Novara.

POLENTA

Cooperativa Agri '90 di Storo, www.agri90.it,
Via del Sorino, 60, Storo, Trento.
Podere Pereto, www.poderepereto.it, Località Podere Pereto, Rapolano Terme, Siena.
Rosso Mais, www.rossomais.it, Via Vittorio

Veneto, 3/D, Rovetta, Bergamo.
Mais Corvino di Carlo Maria Recchia, www.maiscorvino.it, Via Castello 1, Formigara, Cremona.

PESCE

Cooperativa di Pescatori Acquacultori del Golfo di Solcio, Via al Campeggio, 1, Lesa, Novara (0322-77086)
Stefano Lausetti.
Trota Oro, www.trotaoro.it, Località Isolo, 1, Preore, Trento.
Friultrota, www.friultrota.com, Via Aonedis, 10, San Daniele del Friuli, Udine.
Ace Forniture Ittiche, www.acesrl.net.

RANE

Azienda Agricola Moncucco, www.moncucco.com, Frazione Montonero, Vercelli.
Riserva San Massimo, www.riservasanmassimo.net, Loc. Cascina San Massimo, Gropello Cairoli, Pavia.

LUMACHE

Azienda Agricola Moncucco, www.moncucco.com, Frazione Montonero, Vercelli.

OCA

Corte dell'Oca, www.cortedelloca.com, Via Sforza, 27, Mortara, Pavia.
Oca Sforzesca, www.ocasforzesca.eu, Strada Fogliano Superiore, 104, Vigevano, Pavia.

POLLAME

Azienda Agricola Moncucco, www.moncucco.com, Frazione Montonero, Vercelli.
Le Caselle, www.agriturismolecaselle.com, Via Contotta, 21, San Giacomo delle Segnate, Mantova.

VITELLO

Muuu, www.muuu.it, Via Paolo Sarpi, 27, Milano.
Alimentari Vaghi, Via Trieste, 6, San Genesio ed Uniti, Pavia.

MAIALE

Cascina Lassi, www.cascinalassi.com, Cascina Lassi, Cerro al Lambro, Milano.
Tenuta Serpere, www.tenutaserpere.it, Str. Dogana, Viterbo.
Carlo Eugenio Fiorani, Via Licengo, 1, Castelverde, Cremona.

MANZO

Pregiate Carni Piemontesi, www.pregiatecarnipiemontesi.it, Via Montepulciano, 8, angolo Viale Brianza, Milano.
Macelleria L'Annunciata (02-6572299),
Via dell'Annunciata, 10, Milano.

QUINTO QUARTO

Macelleria L'Annunciata (02-6572299),
Via dell'Annunciata, 10, Milano.
Martini, www.martinicarni.it, Via Milia, 23, Boves, Cuneo.

FORMAGGI

Alimentari Vaghi, Via Trieste, 6, San Genesio ed Uniti, Pavia.
Il Boscasso, www.ilboscasso.it, Località Boscasso, 1, Frazione Ruino, Colli Verdi, Pavia.
Alti Formaggi, www.altiformaggi.com.
Cascina Dezzuti, www.tarassaco.info, SP55 Str. agricola per Cascina Dezzutt, Cuceglio, Torino.
Caseificio Carena, www.caseificiocarena.it,
Via Pozzo Bonella, 7, Caselle Lurani, Lodi.

PANE E PANETTONI

Eugenio Pol, Via Rizzetti, 22, Fobello, Vercelli.
Mulino Sobrino, www.molinosobrino.it.
Panificio Grazioli, www.panificiograzioli.it,
Via Rossini, 15, Legnano, Milano.

LATTE

Ca' dell'Acqua,
www.aziendaagricolabaronchelli.com,
Borgo S Giovanni, Lodi.

UOVA

Uovo di Selva, www.uovodiselva.it, Via Ganda 80h, Morbegno, Sondrio.

Cesare Battisti

Nato a Milano nel 1971, dal 2009 è chef e oste del Ratanà di Milano. È considerato uno dei cuochi più rappresentativi della tradizione milanese e lombarda, riletta con tecniche al passo e fondata su materie prime di produttori e artigiani virtuosi, che agiscono secondo i precetti della sostenibilità economica, ambientale e sociale. Membro dell'Alleanza dei Cuochi di Slow Food, chef ambassador di Expo 2015, dal 2016 è segretario generale di Ambasciatori del Gusto, associazione senza scopo di lucro impegnata nella promozione e valorizzazione del Made in Italy nel mondo.

Gabriele Zanatta

Classe 1973, milanese di sangue veneto e pugliese, dopo una laurea in Filosofia si specializza in cucina e ristorazione globale. Collabora dal principio ai contenuti del congresso internazionale di Identità Golose, per il quale coordina dalla prima edizione (2007) la Guida ai Ristoranti d'Italia, Europa e Mondo. Giornalista e docente, ha scritto per numerose testate italiane e internazionali e insegna storia e orientamenti della ristorazione in istituti e università.

Gianluca Biscalchin

Classe 1969, nato a Roma da padre milanese, cresciuto a Firenze e felicemente residente a Milano da oltre 20 anni, ha inventato uno stile di racconto che fonde parola e immagine. Scrive e disegna di cibo, libri e viaggi, decora ristoranti, menu, piatti, progetta etichette di vino e packaging alimentare, inventa manifesti per eventi, crea carte da parati narrative e partecipa a trasmissioni radiofoniche. Per Guido Tommasi Editore ha illustrato numerosi libri.



28 € IVA inclusa

ISBN: 978 88 6753 198 1



9 788867 531981



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it