

Sapori & amori

Gli indirizzi
Ducasse, Cracco
e Adrià: le nuove
aperture del 2016

Cucina.corriere.it

Grandi chef che cambiano continente per mettersi alla prova all'estero. Ma c'è anche chi si sposta molto di meno, tralasciando all'interno della stessa città, e chi si butta aprendo un locale per la prima volta. Il 2016 si prospetta denso di novità per la ristorazione e l'alta cucina, non solo in Italia. Dal nuovo spazio di Carlo Cracco in Galleria Vittorio Emanuele a Milano al Noma di René Redzepi in trasferta a Sydney, dal ristorante



torinese di Ferran Adrià (nella foto) al nuovo locale di Alain Ducasse a Versailles. Ma oltre alle sfide internazionali dei grandi chef gli appassionati italiani potranno assaggiare il ramen a Firenze e la pizza gourmet a Roma. E a Ostia vedere un ex cantiere navale trasformarsi in ristorante. Online su Cucina.corriere.it trovate le principali nuove aperture previste in tutto il mondo. (I. Fan)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Sempre più creativa e «fusion», rivisitata dai cuochi stellati, postata e osannata sui social: la rassicurante regina del comfort food cambia volto. Con inaspettati ingredienti e arditi mix multietnici

Alghe e vaniglia l'(in)solita zuppa

L

a regina dei social network? L'(in)solita zuppa. Il comfort food per eccellenza è tra i più presenti su Instagram e Pinterest (cinque i milioni di post soltanto se si cerca con la parola inglese #soup) ma è diventato anche una «scommessa creativa» per gli chef. Accogliente piatto nelle cucine di tutto il mondo, di legumi, di verdure, con carne o pesce, ha sempre come segreto un brodo perfettamente bilanciato che veicola il gusto e la rende unica. I cuochi stellati la «rivedono nelle combinazioni», come racconta David Tanis sul *New York Times*, puntando sulle «spezie» e sul «mix di culture culinarie». La tendenza, infatti, è unire due mondi: brodi asiatici abbinati a ingredienti tipicamente occidentali o il fare esattamente il contrario.

Partendo da questa idea il personal chef Andrea Sposini ha creato la ricetta «zuppa di borragine, carciofi e gamberi nel brodo di vaniglia», in cui «un ingrediente generalmente usato nel dolce è diventato l'elemento legante per prodotti italiani di stagione — spiega —. Per preparare il brodo bollite acqua, sale, cipolla e vaniglia, dopo un minuto aggiungete le code dei gamberoni. Fate sobbollire a fuoco basso per tre minuti. Spegnete la fiamma e lasciate in infusione per altri due minuti».

Il segreto della zuppa sta proprio nel brodo, che si basa su una regola fondamentale: «Deve essere preparato con ingredienti di qualità — raccomanda sul *Guardian* la food blogger Regula Ysewijn —. È così che si gioca la riuscita del piatto, dal sapore al fattore nutrizionale». Ma come si presentano le nuove zuppe? Lo chef Tanis dà una versione turca: preparata, per la parte liquida, con cipolle, sedano, carote, cannella, coriandolo e olio d'oliva. La solidità data da tocchetti di avocado e verdure croccanti e come carboidrati tortillas di chicchi di grano tostati.

Sui social le più apprezzate sono quelle «contaminate», semplici e innovative allo stesso tempo: di patate e carote al curry con cocco, oppure di verdure con crostini all'aglio arrosto e un pizzico di cumino. Per la scrittrice inglese

Valery Berry, autrice di *Soup. Fresh, healthy recipes bursting with seasonal flavour* (Pavilion), libro uscito recentemente e diventato già un successo, fa scuola il ramen noodle, tipico piatto giapponese (ma di origini cinesi) a base di tagliatelle di frumento servite in brodo di carne e/o pesce, spesso insaporito con salsa di soia o miso e con guarnizioni come maiale affettato, pollo, alghe marine secche, kamaboko, cipolla verde e a volte mais.

Non solo tradizione
Spezie, frutta e tanto pesce. Bilanciando dolce e salato, Oriente e Occidente

Berry divide la zuppa in categorie, tra cui «veloce e saporita» (pomodoro, cocco e burro di arachidi), «da asporto» (minestrone con riso integrale e un tocco di limone), «per una persona» (cavolo, fagiolini e latte di mandorla speziato), «fredda» (crema di melanzane con aglio e acciughe).

«Una tecnologia perfetta», così definisce il comfort food Tamar Olivier, giornalista specializzata in cucina casalinga per il *New York Times* e *Vogue*. Recentemente ha pubblicato una *health soup* (zuppa della salute), a base di miso, brodo dashi, cavolo nero e alga marina, tutti elementi con effetti benefici sull'organismo. Quali sono gli ingredienti che conferiscono modernità alla zuppa? «Il sugo di pesce vietnamita o il latte di cocco alla thailandese sono piccole variazioni che la rendono interessante», risponde. La sua preferita? «Una preparata per tradizione dalla famiglia di mio marito con brodo di pollo, amido di mais, maiale e funghi. Ma adoro anche il consommé francese accompagnato dai crostini di pane e la ribollita toscana».

Attenzione a non fare confusione. «La zuppa è tale — raccomanda Sposini — se ha a disposizione una fetta di pane più o meno tostata (dipende dalla qualità del prodotto) e se si presenta con una certa consistenza. È un piatto che ha anche una funzione economica. È calorico se fatto con brodo di manzo — continua —, può contenere proteine vegetali o animali e, in più, utilizza ingredienti che potrebbero essere considerati degli scarti. Un esempio fra tutti, il pane duro avanzato, sempre presente e rivalutato in tutti i menù del mondo. È un *must* delle cene diplomatiche, a dimostrazione delle sue caratteristiche: confortevole, semplice da mangiare e crea una sorta di accoglienza psicologica».

La zuppa perfetta? «È servita a una temperatura di 67 gradi — conclude Sposini —. Ha un giusto equilibrio tra liquido e grasso. Non ha mai un gusto aggressivo, è avvolgente».

Rossella Burattino

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il libro



Nutriente, sana, facile da preparare, economica e di tendenza. La zuppa è il nuovo piatto passepartout: in *Soup. Fresh, healthy recipes bursting with seasonal flavour* (Pavilion) Vava Berry ha raccolto tante ricette per farla tutto l'anno, cambiando consistenza e ingredienti a seconda delle stagioni

Il raduno



Il futuro (etico) dell'alta ristorazione

Trenta chef da tutto il mondo riuniti in Alta Badia tra tavole rotonde, lezioni di cucina e appuntamenti aperti al pubblico. L'obiettivo? Discutere del futuro sostenibile dell'alta ristorazione, dal riciclo degli scarti alimentari all'uso di prodotti locali e stagionali. Comincia domenica «Care's - The ethical chef days», il raduno di tre giorni ideato dallo chef Norbert Niederkofler (nella foto) del ristorante St. Hubertus di San Cassiano per riflettere su cibo e ambiente. Nell'occasione verrà assegnato il primo «Young Ethical Talent Award», premio per cuochi e sommelier esordienti e «green». (I. Fan.)

Racconti di cucina di Angela Frenda

IL PORRIDGE AI MIRTILLI, LATTE DI COCCO E BACCHE DI GOJI

Lo confesso: fino a poco tempo fa il porridge non mi diceva un granché. L'ho sempre trovato poco saporito e soprattutto lontano dalle nostre abitudini alimentari. Insomma, l'avevo confinato alla categoria «pietanza insipida». Ma poi l'ho rivalutato: ho cominciato a notare ricette splendide nel blog *healthy*, come questa proposta da Ella Woodward in *Deliciously Ella*, a base di cocco e mirtilli. Ne ho provate molte e mi sono convertita, conquistata dalla versatilità di questa crema di fiocchi d'avena che può essere arricchita con qualsiasi ingrediente, dai frutti rossi al cioccolato, dalle noci alla cannella, per una colazione davvero energetica e salutare.

La ricetta che propongo nella puntata di oggi di «Racconti di cucina» è particolarmente golosa



Una buona idea per una colazione energetica e salutare: la crema di fiocchi d'avena con mirtilli e bacche di goji (Foto Claudia Ferri)

— include latte e olio di cocco e il burro di mandorle — ma perfetta per iniziare la giornata con una buona dose di gusto.

Ingredienti: 1 tazza di acqua, 1 tazza di fiocchi d'avena, 4 cucchiaini di latte di cocco, 1 cucchiaino di burro di mandorla, 1 cucchiaino di olio di cocco, 1 banana, mirtilli freschi, scaglie di cocco.

Preparazione: questa ricetta è davvero semplice. Cominciate mettendo i fiocchi d'avena in un wok (o in una casseruola) insieme al latte di cocco e all'acqua. Mescolate per bene e poi aggiungete una banana tagliata a rondelle (se volete che la banana si sciolga completamente, fate delle rondelle molto sottili).

Cuocete a fiamma dolce per cinque o sei minuti. Se vedete che si asciuga molto, aggiungete un filo d'acqua o ancora un po' di lat-

te di cocco. A questo punto mettetelo nel composto l'olio di cocco e il burro di mandorla, mescolando con cura. Se volete potete aggiungere già qualche mirtillo fresco. Quando il composto raggiunge la densità che più vi piace, spegnete il fuoco.

Ora il porridge è pronto per essere messo in una ciotola e decorato con quello che preferite: qualcosa di nutriente come uvetta o scaglie di cocco, oppure di salutare come bacche di goji, girasole, poliline. Potete anche prepararlo la sera al posto della cena, per tirarvi su di morale.

@angelafrinda
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Racconti di cucina
La rubrica di videocette del venerdì su raccontidicucina.corriere.it

