

A Pignata da Nannò!

Ricette d'altri tempi della cucina siciliana

Alcune immagini realizzate dall'autrice mentre altre sono inserite nel testo hanno carattere esclusivamente illustrativo ed esplicativo, l'autrice non intende usarle per ledere il diritto altrui.

Linda Parroco

A PIGNATA DA NANNÒ!

Ricette d'altri tempi della cucina siciliana

Cucina

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2021
Linda Parroco
Tutti i diritti riservati

Nota dell'autrice

A mia nonna, a te che sei stata un dono prezioso e che mi hai cresciuta in maniera impeccabile con i valori di una volta e per questo se oggi sono così lo devo a te. Sei stata una forza della natura, nonna, piena di energia.

Le tue ricette sono patrimonio dell'umanità, in tutto quello che facevi ci mettevi la mano del cuore e per questo motivo voglio donarle a tutti e renderle eterne.

Il dono più grande che ho ricevuto in eredità da mia nonna è la passione e l'amore per la cucina, in memoria del suo amore.

Mi chiamo Linda, ho quarantacinque anni e amo cucinare, sono una mamma, moglie e una professoressa di chimica.

La mia grande passione è la cucina fin da quando ero piccola, quando si prepara una pietanza la nostra cucina è un vero laboratorio chimico e durante le varie fasi che precedono la preparazione di un piatto avvengono una serie di reazioni che spesso sono inimmaginabili.

Nella cottura di un alimento, così come nella preparazione di una conserva o di una marmellata avvengono a nostra insaputa delle reazioni che rendono il cibo appetitoso.

Le ricette che si tramandano da generazioni sono il frutto di tanti tentativi fatti da chi si occupava della preparazione dei cibi tendenti a ottimizzare un gusto e i suoi profumi.

Il cibo è memoria, amore e identità: lo scopriamo quando cuciniamo per coloro a cui vogliamo bene. E noi che cibo ci portiamo dentro?

Chi cucina per i figli lo sa: si può essere grandi cuochi o modesti preparatori di sugo al pomodoro, comunque sia, il cibo che mangeranno i bambini resterà per sempre nella loro memoria. Sarà la loro storia, la loro identità il loro rifugio nei momenti tristi.

Quello che rappresenta la mia infanzia e che ricordo con più tenerezza è il sugo di pomodoro che preparava mia nonna, mescolava ore e ore con il cucchiaino di legno, poi mi tagliava una fetta di pane e con un mestolo di sugo "*me lo cunzava*" (me lo condiva) tutto era bellissimo: l'atmosfera della cucina, i battibecchi dei nonni, il calore del forno a pietra, la tenerezza di quei momenti.

Mi ricordo di mia nonna come fosse un'antica alchimista, nei suoi gesti mentre aggiungeva gli ingredienti alle pietanze, come quando nel sugo aggiungeva bicarbonato, zucchero, foglie di alloro, basilico, pepe ecc... nel pesce limone origano... per ogni ricetta aveva i suoi ingredienti segreti ma che avevano un senso, uno scopo... che ha tramandato a me in ogni momento passato insieme!

Non solo la tradizione insegna, anche sperimentando si possono scoprire elementi, reazioni diverse e tecniche nuove, nuovi sapori e inaspettate sensazioni, possiamo avere la chimica nel piatto e il buon sapore di una volta riproducendo la ricetta della nonna imparando ad utilizzare la conservazione, la preparazione, la cottura e l'impiattamento.

Dedico questo libro a mia nonna Carmela, a mia madre Paola... ma non solo a tutte le madri, mogli e donne, che seppur lavorando riescono ad accudire figli, mariti, compagni, donne che rinunciano ai propri sogni per amore della propria famiglia perché per loro la cosa più importante è l'amore, l'accudimento costoso, fedele e senza riserve, vedere la felicità negli occhi di chi si ama, la felicità di vedere la bellezza nelle piccole cose fatta da grandi donne che sanno donare un sorriso, quel sorriso che spesso nasconde bene il sapore del sacrificio.

Introduzione

Tutto quello che avreste sempre voluto sapere e imparare a proposito della cucina siciliana, racchiuso in un unico volume. Fra queste pagine troverete il colore e il profumo di arance, limoni degli agrumi di Sicilia, con ricette tradizionali che compongono il volume che avete tra le mani!

Sarà un prezioso alleato per la riscoperta gastronomica di una cucina tradizionale e schietta, ma anche di ricette più raffinate che sorprendono per gusto e creatività.

Un cibo con una storia alle spalle ha un valore aggiunto, tanto più se la narrazione non si limita al passato, al “c’era una volta”, ai “sapori” scomparsi”, veri o presunti.

Il libro è suddiviso nelle cinque classiche sezioni all’italiana che passa dalla colazione, all’antipasto, al primo, il secondo e il dolce.

Protagonisti di una cucina che stupisce per la capacità di unire passato e presente.

La prima sezione include colazioni a base di brioches, iris, cartocci, biscotti, torte addolcite con confetture o creme spalmabili, come marmellata d’arance o di limoni, granita, ravioli di ricotta, detta anche cassatella ed infine i cannoli.

La seconda, quella degli antipasti, include talune insalate e caponate che possono andare bene anche di contorno, così come frittate, polpette, tortini che possono fungere anche come secondo. Fra i primi piatti ho scelto paste con impiego di piante selvatiche, tipo cardi, finocchietto, borragine, asparagi e biette che insaporiscono paste, minestre e altri piatti.

Nell'assortimento delle ricette non potevano mancare però ricette di paste con pesce azzurro del mediterraneo, con l'impiego di pesce tipo sarde, alici, sgombri, sauri e tonno.

Invece per i secondi a base di carne, ho scelto, l'agnello al forno, il falso magro involtino, la trippa, alla parmigiana e il coniglio in agro-dolce.

E infine chiudo con un vasto buffet dolce, come per esempio: cannoli con la ricotta, cassata siciliana, panareddi cull'uova, paste di mandorle ed altri biscotti tradizionali delle feste, che il mio libro propone e che non sfigurerebbero nella vetrina di un grande pasticciere.

COLAZIONE

Torta yogurt della nonna

(Senza bilancia, usando il vasetto dello yogurt come unità di misura)

Ingredienti:

3 uova

3 vasetti di farina

1 vasetto di yogurt (gusto a scelta)

2 vasetti scarsi di zucchero

1 bustina di lievito per dolci

1 vasetto di olio di semi

1 buccia di limone grattugiato o qualche goccia di estratto di vaniglia

Procedimento:

Lavorate con le fruste elettriche le uova con lo zucchero.



Aggiungete lo yogurt sempre mescolando, poi aggiungere l'olio a filo lentamente.



Uniformate il composto poi aggiungete la farina precedentemente setacciata con il lievito. Mettete la buccia di limone. Versate in una tortiera imburrata e infarinata.



Cuocere in forno caldo a 180° C per circa 30 minuti. Prima di sfornare fate la prova stecchino. La nostra torta yogurt senza bilancia è pronta per essere gustata.