

TERZA PARTE:

CROCCANTI RÖSTI BERNESI

SERIE GIRO DELLA SVIZZERA



Un abbraccio: l'ansa dell'Aar che racchiude il nucleo medievale della città fa parte dal 1983 del patrimonio culturale mondiale dell'Unesco.

## Berna, ma certo!

Chi desidera scoprire la capitale della Svizzera, dev'essere pronto ad allentare la cintura. Le celeberrime specialità bernesi sono squisite e sostanziose

Ai bernesi piacciono le cose gustose, sostanziose e dolci. È come se l'immagine armoniosa, creata in età medievale e peraltro rispettata tutt'oggi dagli architetti, di questa città abbia influenzato la cultura alimentare. Così come un tempo non ci si preoccupava del livello del colesterolo, ancora oggi si può fare qualche strappo alla regola riguardo a ciò che c'è nel piatto. Con gusto e coscienza di tradizione non si sono fissati solo criteri per la pianificazione della città, bensì anche per l'arte culinaria. Se oggi si parla di specialità svizzere spesso si pensa a Berna. I buchi dell'Emmental sono celebri in tutto il mondo, così come la cioccolata triangolare o come appunto i rösti croccanti – che all'estero sono quasi un sinonimo della cucina svizzera. Sul posto non bisogna poi perdersi la "Berliner Platte", composta da salsiccia, crauti e fagiolini. E per terminare in bellezza immancabili sono le meringhe, tipiche specialità schiumose del paese bernese di Meiringen.

Silke Bender

La prossima settimana in queste pagine vi attendono i sapori del Vallese

La ricetta della regione

## Rösti bernese con pancetta

### Per 4 persone

800 g di patate resistenti alla cottura, lessate il giorno prima  
100 g di pancetta  
1/2 cucchiaino di sale  
3 cucchiai di burro per arrostire  
2 cucchiai di burro

**1** Grattugiate le patate con la grattugia per rösti. Tagliate la pancetta a dadini e rosolatela in un tegame ampio. Condite le patate con il sale e versatele nel tegame. Unite il burro per arrostire poco alla volta. Rosolate il tutto a fuoco medio per 15-20 minuti, mescolando di tanto in tanto.

**2** Formate un tortino di rösti con una paletta di legno e rosolatelo per altri 5 minuti circa, finché si forma una bella crosta dorata. Girate il rösti (con l'aiuto di un piatto o facendolo saltare). Dorate anche l'altro lato. Fate scivolare il rösti nel piatto e cospargetelo di fiocchi di burro. Servite subito.

Preparazione ca. 40 minuti

Per persona ca. 8 g di proteine, 22 g di grassi, 36 g di carboidrati, 1550 kJ/350 kcal



**Il classico della cucina svizzera: rösti dorati con speck – squisiti come contorno o come piatto principale.**

SCOPRITE ALTRE RICETTE SU [WWW.SAISON.CH](http://WWW.SAISON.CH)

## Vincete una carta giornaliera FFS Duo del valore di 54 franchi

Con questa carta due persone possono viaggiare in tutta la Svizzera fino al 31 agosto 2009. Uno dei due viaggiatori deve possedere un abbonamento a metà prezzo. Le carte sono anche disponibili fino ad esaurimento nelle maggiori filiali Migros



### Come partecipare:

#### Per telefono:

chiamare lo 0901 560 034 (Fr. 1.-/chiamata), indicando il nome e l'indirizzo.

#### Per SMS:

inviare «FFS», seguita dal nome, cognome e indirizzo al 920 (Fr. 1.-/SMS).

### Con cartolina postale:

mandare una cartolina postale (posta A) a: Azione, FFS, Casella Postale, 8099 Zurigo.

### Ultimo termine di partecipazione:

2 agosto 2009. I vincitori saranno informati per iscritto. I premi non vengono corrisposti in denaro. È esclusa la via legale. Non si intrattiene corrispondenza in merito al concorso.



Famoso:  
Emmentaler dolce  
100 g Fr. 1.65



Gustosi:  
Spiedini bernesi  
arrotolati  
con pancetta  
100 g Fr. 3.40



Morbido:  
Burro speciale  
100 g Fr. 1.45



Freschezza:  
Patate  
al prezzo del giorno



Soffici:  
Meringues  
107 g Fr. 2.20