

G A S T R O N O M I A

A ogni regione la sua cucina

La grande tradizione culinaria cinese si suddivide in 4 zone: dalla raffinata Pechino alla più nota Canton

Allan Bay

Per completare quanto detto la volta scorsa sulla cucina cinese, vediamo quali sono le caratteristiche salienti delle 4 zone in cui tradizionalmente si suddivide quella grande tradizione.

La cucina del Nord, un'area che non produce riso, lascia ampio spazio al grano, consumato sotto forma di pasta, frittelle, panini al vapore. I cuochi cinesi sanno preparare lunghissimi spaghetti di pasta fresca, che poi impiegano nelle zuppe. Intorno al Fiume Giallo è diffuso il pesce, soprattutto la carpa, che può essere servita in agrodolce. Quanto ai prodotti ortofrutticoli, per via del clima rigido sono relativamente (rispetto alle altre zone...) meno presenti. Un piatto tipico della cucina settentrionale, che è l'epitome di quella cucina ed è il piatto più famoso dell'Impero di Mezzo, è l'anatra alla pechinese, caratterizzato dalla pelle croccante, sottoposta a lunga lavorazione. Tra le altre cose,

si inserisce dell'aria tra la pelle e la carne, in modo che la prima si sollevi. Prima di essere arrostita, l'anatra viene spalmata di miele. La pelle risulta così croccante e gustosa: pare che i ricchi usassero consumare solo quella, donando ai servitori la carne. È considerata, data la presenza della storica capitale Pechino e della corte, la più raffinata di tutte - o meglio, lì abbondano i piatti raffinati.

L'area orientale, posta vicino al delta del Fiume Azzurro, è molto fertile: vi si coltivano patate, mais, arachidi, soia. Abbonda il pesce d'acqua dolce, sono apprezzati l'anatra e il maiale. Shanghai vanta una cucina a sé, nata dall'incontro di diverse tendenze gastronomiche. Infatti nel XIX secolo la città era un porto franco commerciale di primo piano e vi risiedevano molti stranieri (inglesi, francesi, tedeschi, olandesi, russi, italiani ecc.). Così nei suoi piatti possono entrare ingredienti praticamente ignorati nel resto della Cina, come il

latte. La zona di Shanghai è famosa anche per i ravioli, realizzati con un impasto a base di farina di grano e farce di moltissimi tipi: rane, granchi, carni diverse, pesce... In uno stesso pasto se ne possono servire una trentina di tipi diversi, in brodo o meno.

La cucina dell'Ovest si incentra intorno alle regioni del Sichuan e dello Yunnan. La prima, una vallata fertile circondata da montagne, è nota per i piatti sostanziosi e resi piccanti dal peperoncino e dal pepe detto appunto di Sichuan, intensamente aromatico. Pasta di sesamo, cipolle, aglio e scalogno sono altri ingredienti molto usati. Entrambe le regioni sono famose per le tecniche di conservazione dei cibi, che possono venire essiccati, affumicati, messi sotto sale o sott'aceto; particolarmente gustoso il prosciutto affumicato, che nel Sichuan è anche piccante.



A sud prevale la cucina di Canton, che si avvale dei molti vegetali offerti dal clima caldo - ed è quella conosciuta in Europa, dato che la stragrande parte degli emigrati cinesi viene da quest'area. Manzo e pollame sono apprezzati in agrodolce oppure con salse a base di pesce. Molto spazio è dedicato ai crostacei

come granchi, gamberi, aragoste. Le spezie sono aromatiche più che piccanti, la salsa di soia chiara, meno salata, è preferita a quella scura. Tipiche preparazioni della cucina meridionale sono i dim sum, un vasto assortimento di stuzzichini dolci e salati da gustare come gli spagnoli gustano i tapas.

CSF (COME SI FA)

La Aalsuppe è un piatto tipico della Germania del Nord e del Mar Baltico in genere. È una ricca, saporita zuppa di anguilla, di origine medioevale. Di fatto un piatto unico, e anguilla in tedesco si chiama appunto Aal. Ha una curiosa caratteristica: in tutti i ricettari non solo tedeschi ma internazionali, se presente, è la prima ricetta descritta (lei o una sua consorella sempre tedesca e sempre a base di anguilla...), dato che quelle che iniziano per Aa sono pressoché assenti...



Per 6 persone. Prendete 1 kg di anguilla, pulitela e tagliatela in pezzi di 5 cm poi sbollentateli per 3'. In una pentola versate mezzo litro di acqua, 1 bicchiere di vino bianco secco, 2 cucchiaini di aceto bianco di vino, 1 presa di prezzemolo mondato e tritato, 1 cipolla sbucciata e tagliata a fettine sottili, 2 carote mondate e affettate a rondelle, 1 foglia di alloro, 6 grani di pepe pestati e 1 piccola presa di sale. Portate a ebollizione e cuocete per 5'. Aggiungete l'anguilla a questo brodo e proseguite la cottura per 30' schiumando di tanto in tanto. Nel frattempo, sbollentate per 5' mezzo cavolfiore mondato e tagliato a pezzi con 300 g di piselli freschi, poi scolateli e teneteli al caldo. Preparate i knödel: scaldare 1 tazza di latte, unite 1 noce abbondante di burro, 40 g di farina setacciata e 2 uova e 1 tuorlo sbattuti. Mescolate con un cucchiaino fino a quando il composto non avrà raggiunto una consistenza cremosa e togliete dal fuoco. Con l'aiuto di un cucchiaino, fate cadere piccole quantità di composto in una pentola colma di acqua salata al bollore e prelevate i knödel con una schiumarola quando vengono a galla. Scaldare 8 dl di brodo vegetale, aggiungete l'anguilla scolata, le verdure e i knödel, regolate di sale e di pepe, se volete profumate anche di cannella e di noce moscata e servite. Si possono anche aggiungere 2 pere sbucciate e tagliate a fette e cotte con 1 dl di acqua e 100 g di zucchero finché non saranno tenere.

BALLANDO COI GUSTI

Vi piace il pollo? Leggete qui

Oggi due ricette a base di pollo, un ingrediente amato da tutti. Oltre che amato, è una carne che costa poco, quindi è meglio cercare quella (relativamente) più cara che permette di avere un ottimo risultato.

Pollo al Porto

Ingredienti per 4 persone: 1 pollo da circa 1,5 kg, 20 funghi champignon piccoli, prezzemolo, zucchero di canna, farina, vino Porto rosso, burro, sale e pepe.

Pulite ed eviscerate il pollo e dividetelo in 8 parti. Riducete a metà, a fuoco medio, 2 dl di Porto, cuocendolo in un pentolino e asciugando 1 cucchiaino di zucchero. Infarinare i pezzi di pollo leggermente e scrollateli per eliminarne l'eccesso. Rosolateli in una casseruola a fuoco vivo in 1 noce di burro per 3'. Aggiungete il Porto ridotto e i funghi champignon mondati. Mettete il coperchio e cuocete a fuoco dolcissimo per circa 1 ora, unendo poco brodo di pollo o acqua bollenti quando necessario. Alla fine togliete il coperchio e fate addensare il fondo: i pezzi di pollo devono essere ben impregnati. Regolate di sale, di pepe e di prezzemolo tritato.

Petto di pollo con pomodorini e capperi

Ingredienti per 4 persone: 2 petti di pollo, 1 cipolla, 16 pomodorini, 1 manciata di capperi sotto sale, prezzemolo, patate, vino bianco secco, olio di oliva, sale e pepe.

Mondate la cipolla, spezzettatela, cuocetela con poca acqua per 20' poi frullatela. Dividete a metà i pomodorini e fateli scolare in un colino per 20'. Mettete a mollo i capperi per 20', scolateli e strizzateli. Battete leggermente i petti di pollo mondati e tagliati a metà, spennellateli di olio, salateli e pepateli poi adagiateli in una teglia, pennellata di olio anch'essa. Metteteci sopra i pomodorini, la cipolla, i capperi e prezzemolo a piacere e spruzzate con 1 giro di olio e 2 cucchiaini di vino. Chiudete la teglia con un foglio di carta d'alluminio e cuocete i petti in forno a 180° per 25', voltandoli a metà cottura. Serviteli subito, accompagnando con patate bollite.



FOTO MANUELA VANNI



FOTO MANUELA VANNI

ANNUNCIO PUBBLICITARIO

Leukerbad, super offerta estate/autunno, dal 5 luglio al 22 novembre 2009

Hotel Alpenblick direttamente vicino al Burgerbad, www.alpenblick-leukerbad.ch, alpenblickbad@bluewin.ch, Tel. 027/4727070, Fax 027/4727075, 3954 Leukerbad

3 notti con mezza pensione, l'ingresso ai bagni termali di Burgerbad, sauna e bagno turco, 1 biglietto risalita e ritorno per la teleferica della Gemmi, **Fr. 375.-** per persona

5 notti con mezza pensione, l'ingresso ai bagni termali di Burgerbad, sauna e bagno turco, 1 biglietto risalita e ritorno per la teleferica della Gemmi, **Fr. 625.-** per persona

7 notti con mezza pensione, l'ingresso ai bagni termali di Burgerbad, sauna e bagno turco, 1 biglietto risalita e ritorno per la teleferica della Gemmi, **Fr. 845.-** per persona

Supplemento per camera singola **Fr. 10.-** al giorno su qualsiasi arrangemento. La più grande piscina termale alpina d'Europa è a vostra disposizione il giorno dell'arrivo dalle 12.00 (escluso il giorno della partenza)