



Le ricette della vita

Il romanzo ricettario e viceversa di Livia Aymonino La lunga notte di Adele in cucina (Giunti, 2017) ha tutta l'aria di un viaggio a ritroso nel tempo, con l'obiettivo di ripescare dal fondo della memoria i ricordi di una vita e soprattutto di un'intera generazione, quella che oggi ha, su per giù, circa sessant'anni. [...] Adele è figlia di una colta famiglia borghese (il padre Carlo noto architetto e la madre Ludovica Ripa di Meana scrittrice, drammaturga e poetessa) [...] il cibo, lì, è solo un pretesto per sedersi a tavola tutti insieme, ma per Adele, nel tempo, si trasformerà in qualcosa di più. La cucina diventa il luogo magico in cui (ri)scoprirsi, (ri)assaporarsi, e perché no anche difendersi dagli attacchi esterni, è il rifugio e al contempo il luogo attraverso cui esplorare il mondo, viaggiare ed esporsi ai colpi della memoria, del passato. [...] la vita, ci insegna l'autrice, è come la cucina: è creatività, libertà di espressione, ma è anche disciplina e ordine [...]. (G. Ciarrapica)



L'autrice, romana di nascita, newyorkese e poi milanese d'adozione, è la protagonista (Adele) del romanzo. La storia parla dell'amore che la scrittrice ha per la cucina, "ancora e roccia di tutta la mia vita", una compagna fedele capace di portarla "sull'orlo del domani, non so se più consapevole, ma certamente con le mani dentro al cibo, contenta". Questa promessa, nella prefazione, è uno dei punti forti del libro, che diventa, appunto, un ricettario romanizzato. Le pagine sono un percorso tra grammi, gradi di cottura e note a margine di ogni preparazione, le ricette citate sono tante e ci permettono di fare il giro del mondo. I gusti semplici, genuini e confortevoli di Adele bambina saranno poi spazzati via, sostituiti dall'agrodolce, "l'agrodolce è il sapore dei ricordi", dal pepe verde delle decisioni e dal burro di arachidi del suo arrivo in America. L'America, la sua "giostra dei sensi", la grande madre che l'ha illusa e poi abbandonata, rimandata a Roma per approdare successivamente a Milano. Milano è un vortice, è riscatto, solitudine e ripresa; Milano si presenta con il sapore appiccicoso dei brownies al caramello salato (ultimo ponte con l'America) e vira, presto, verso il sapore acidulo e succulento degli Alchechengi al cioccolato. Adele è presa dal suo lavoro in RAI, è attenta ai cambiamenti in atto e spesso si lascia sedurre e affascinare da quel mondo che si muove veloce; la sua pace, però, è sempre lì, tra i mestoli della sua cucina, di notte, in silenzio. (G. Siena)

Nel romanzo s'intrecciano i ricordi personali di Adele (Livia nella realtà) con la storia italiana e mondiale (gli hippies negli States, la Giamaica, il crollo delle torri gemelle). C'è la storia di una vita e la storia di un Paese. Ogni ricordo ha una ricetta che lo evoca. Pietanze che la protagonista ha preparato per gli amici, per gli amori della sua vita o ricette di famiglia, contaminate dai sapori e

profumi dei luoghi e delle persone dove è vissuta o che ha visitato. La ricetta “principe” ne *La lunga notte di Adele in cucina* è quella dei *Biscotti al cioccolato e fior di sale* che la protagonista prepara nella lunga notte. Entrò in cucina, aprì il frigorifero, estrasse il burro, irritato di essere tagliato nel cuore della notte, prese uova (nella ricetta non sono tra gli ingredienti), farina e cioccolato, gli zuccheri spaiati insieme al sale prelibato, inforcò il grembiule a righe e si mise a fare un sacco di biscotti: **Biscotti al cioccolato e fior di sale** Ingredienti : 280 g. di cioccolato fondente (meglio se Guanaja 70% di Valrhona); 270 g di farina; 46 g. di cacao in polvere; 8 g. di bicarbonato di sodio; 225 g. di burro; 165 g. di zucchero di canna; 75 g. di zucchero bianco; 5 g. di fior di sale; 3 g. di estratto di vaniglia liquido. Tritate finemente il cioccolato nel mixer o col coltello. Mescolate la farina, il cacao e il bicarbonato e setacciate. Far ammorbidire il burro, aggiungere i due tipi di zucchero, il sale e la vaniglia, lavorare brevemente, poi aggiungere le farine e infine il cioccolato tritato. Impastare il meno possibile e formare dei salsicciotti di 4 centimetri di diametro. Conservare in frigorifero, avvolti nella pellicola, per almeno un’ora. Tagliate a fettine di un centimetro generoso e disporre i biscotti su una teglia da forno rivestita con carta da forno, distanziati tra loro di almeno 3 centimetri. Fare cuocere col forno statico a 170° per 11-12 minuti. Ripetere l’operazione fino ad esaurimento del composto. Aspettare qualche minuto prima di disporli sulla gratella. Si conservano a lungo in una scatola di latta. N.B. : Dose per 75 biscotti circa e una indubbia felicità. (L. Aymonino, *La lunga notte di Adele in cucina*).

Nel nostro bistrot oggi prepariamo proprio questa ricetta. Tra gli ingredienti vi è il **fior di sale**, un particolare tipo di sale.



Ricetta facile da preparare, anche per i principianti. Consigli da dare? Utilizzate cioccolato fondente e burro di qualità e, se non l’avete in dispensa, acquistate (come ho fatto anch’io) il *fior di sale* che ha un sapore particolare e attribuisce una connotazione speciale alla ricetta. Il risultato è un sablé al cioccolato, paradisiaco, con l’accostamento dolce salato che rende questi biscotti unici e perfetti per un coccola del palato e molto di più!

Il racconto ripercorre anche il boom della discografia in Italia di quegli anni: gli autori, i cantanti, le case discografiche (CGD, Compagnia Generale del Disco acquisita dalla Sugar, dove Adele lavora come segretaria personale di Caterina Caselli), la trasmissione *cult* della RAI *Blitz* di Minoli, Minà

e Bruno (dove Adele era impiegata nella redazione). Ti interessa l'argomento? Leggi il posseduto dal [catalogo](#) di bct. Se vuoi rileggere uno spaccato di storia degli [anni 70 e 80](#) o qualcosa sulla [beat generation?](#) Non ti resta che prenderli in prestito in biblioteca oppure leggi il libro *La lunga notte di Adele in cucina*. Chiedilo in prestito [ILL](#) interbibliotecario presso la nostra biblioteca, o scaricalo gratuitamente da [MLOL](#) biblioteca digitale. Leggi l'[anteprima](#)

Avete anche voi una “ricetta” con il sapore dei ricordi ed il profumo della libertà, meditate cucinanti!

MRC

