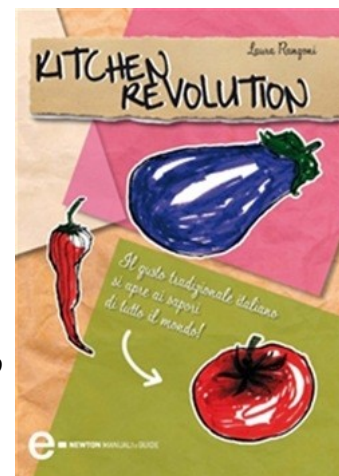


# Prossimo contatto... in cucina!

un mondo di spezie e ingredienti etnici s'incontra con la cucina italiana

Fino a pochi anni or sono le nostre nonne e le nostre mamme guardavano con timore e con sospetto i primi ingredienti "etnici" che iniziavano a entrare timidamente nei negozi [...]. I primi a portare cibi diversi nel nostro Paese sono stati i cinesi, che hanno faticato non poco a far conoscere e apprezzare "cose strane" come i germogli e i prodotti a base di soia. [...] Nella gastronomia italiana, tuttavia, dal dopoguerra a oggi il processo di fusione con cucine diverse dall'autoctona è diventato inarrestabile.[...] Dobbiamo fare una considerazione importante se per etnico si intende un cibo che non è autoctono, non fa parte della nostra storia culinaria e non è allevato o coltivato nel nostro Paese, allora la tradizione di usare ingredienti "stranieri" è ben consolidata in Italia sin dal tempo dei romani. Pertanto, dobbiamo considerare etnici anche alimenti che noi conosciamo da lungo tempo, ma non sono preponderanti sulle nostre tavole, come ad esempio i wurstel, i prosciutti spagnoli [...]. Possiamo definire etnico anche un pesce che da secoli figura nelle nostre ricette come il baccalà o lo stoccafisso... Questo libro è solo uno spunto: la vera rivoluzione si compie prima nel nostro carrello quando andiamo a fare la spesa, poi nella fucina delle nostre cucine... (Kitchen revolution, L. Rangoni)



Nella preparazione di alcune ricette della cucina italiana gli ingredienti classici sono stati "contaminati" da quelli di altre tradizioni culinarie. Oggi senza nessuna difficoltà troviamo nei negozi, non soltanto quelli specializzati, una molteplicità di prodotti provenienti da India, Africa, Giappone, Thailandia, Libano, Cina ed altri luoghi. Si potrebbe dire che possiamo "assaggiare il mondo". La cucina, sia quella dei cuochi stellati che quella delle nostre case, è entrata nel villaggio globale. Chiunque può sperimentare e avventurarsi nel magico mondo dei profumi, degli odori, dei sapori etnici. Il gusto conosce nuovi ingredienti e aromi: *curcuma*, *kumquat*, *funghi shiitake*, *halibut*, *kren*, *quinoa*, *manzo aberdeen angus* e tanti altri. Il palato si apre a nuove scoperte!

Laura Rangoni, dopo il successo di *Turisti per cacio*, riprende a viaggiare alla ricerca di quegli ingredienti che ormai fanno parte della nostra tradizione gastronomica pur non essendo originari del Bel Paese. Così si scopre un nuovo volto della cucina italiana, dove le ricette sono reinterpretate alla luce d'infiniti nuovi gusti. Una rivoluzione tra i vapori e i profumi delle nostre cucine anche per l'olfatto!

Un ricettario ricco d'ingredienti esotici che l'autrice ha suddiviso in vari capitoli - *spezie*, *frutta*, *verdura*, *pesce*, *carne*, *cereali*, *latticini*, *cacao*, *caffè* e *tè* - con la descrizione del singolo prodotto alimentare e le sue ricette.

Nel bistrot oggi realizzo una ricetta che s'incontra facilmente nei menù dei ristoranti e sulle nostre tavole. E' tratta dal capitolo dedicato alle spezie e l'ingrediente che utilizzeremo è il **curry**, che come tutte le spezie è un ingrediente magico, ne basta una piccolissima quantità per dare carattere, gusto e profumo a cibi e bevande. A volte soltanto cambiando una spezia abbiamo l'impressione di mangiare un piatto diverso!

**Pollo al curry** Ingredienti: un pollo, 50 g. di farina, 30 g. di burro, 400 g. di cipolle bionde, un bicchiere di vino bianco, 2 cucchiari di curry in polvere, sale e pepe.

Tagliate il pollo e passatelo velocemente nella farina. Sciogliete il burro in una padella, unite la cipolla finemente tritata e fatela dorare a fuoco lento per una decina di minuti, infine aggiungete i pezzi di pollo infarinati, sale e pepe. Lasciateli cuocere per 20-25 minuti. Fate quindi sciogliere la polvere di curry nel vino, usando una forchetta o un frullino, poi cospargetene il pollo e alzate il fuoco, fate nevicare un po' di farina con un setaccio e mescolate dolcemente, in modo che si formi una crema, che dovete lasciare addensare. Portate a fine cottura e, se volete, guarnite con qualche ciuffo di prezzemolo.



Ho utilizzato alcune varianti nella realizzazione di questa ricetta: gli straccetti di pollo (non in pezzi come recita la ricetta), al posto delle cipolle lo scalogno e una spolverata di *mix creolo*, una miscela di pepe nero, verde, bianco, pimento e schinus (si trova in commercio in un vasetto con tappo macinino). Ricetta facile e molto gustosa.

Ed ora dedicatevi alla lettura, volete leggere i due libri dell'autrice *Kitchen revolution* (Newton & Compton, 2009), e *Turisti per cacio* (Newton & Compton, 2009)? Potete scaricarli gratuitamente da MLOL biblioteca digitale, così pure sfogliare una gran quantità di *riviste di cucina* italiane e straniere. Volete prendere in prestito i libri di Laura Rangoni presenti in [bct](#) o le pubblicazioni sulle [spezie](#) e la *cucina etnica*? Consultate il nostro catalogo per assaporare nuovi saperi.

Al prossimo contatto, cucinanti!

MRC



