

Umbri diVINI

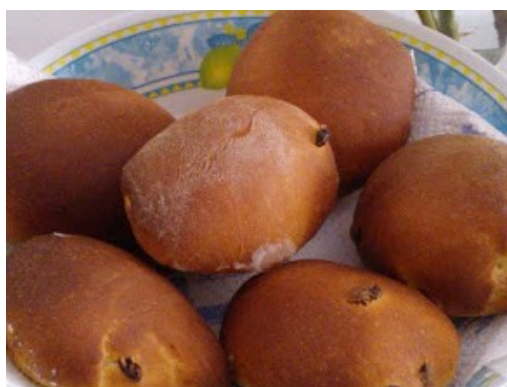
Chi vive in campagna lo sa, da inizio settembre fino ad ottobre e nelle ultime stagioni perfino ad agosto, è tempo di vendemmia. Da qualche anno, anche i “cittadini” si avvicinano alla raccolta dell’uva partecipando alle varie manifestazioni e sagre (cantine aperte, feste dell’uva, della vendemmia) che si tengono in giro per l’Italia. Il nostro territorio è ricco di vigneti e di cantine con la produzione di molti **vini** doc. L’uva si trasformerà in ottimo vino, ma prima di diventare tale, è mosto, e in Umbria, è un ingrediente fondamentale nella realizzazione di buonissimi dolci. E poi, perché no? Utilizziamo l’uva per insaporire la carne, o le salsicce, sempre seguendo la tradizione culinaria umbra.

Nel nostro bistrot presentiamo due ricette tradizionali: i maritozzi di mosto e le salsicce all’uva.

La prima ricetta è quella che la mia famiglia utilizzava per preparare i maritozzi.

Sin da piccola ho “collaborato” alla raccolta dell’uva. Avevamo un grande orto con la vigna, con i miei cugini partecipavamo alla vendemmia e per noi piccoli di casa era una festa. Fornivamo il nostro contributo raccogliendo pochi grappoli, mangiando molta uva fragola e divertendoci un mondo. Ricordo il rito della spremitura col torchio, del liquido che scendeva e noi che assaggiavamo quel succo dolciastro che poi sarebbe diventato mosto e buon vino. Tanti ricordi e anche qualche ricetta. Una in particolare è rimasta nei nostri cuori. La ricetta dei maritozzi con il mosto è stata tramandata da mia nonna a mia madre e ora a me. E’ un dolce tipico dell’Umbria e delle Marche. Ricetta molto elaborata, con due lievitazioni, e un rituale familiare nella preparazione. La nonna e poi mia madre favorivano la lievitazione imbandendo grosse spianatoie con sotto delle stufette. Un lavoro infinito.

I maritozzi possono essere aromatizzati con semi di anice (così preparati nella mia famiglia) o con uva sultanina (come nella foto dell’ultima volta che li ho fatti, alcuni anni or sono!). Alla fine vale la pena tanto lavoro, perché sono veramente buoni.



Procedimento:

S’inizia preparando l’impasto base, per la prima lievitazione, con farina (ca 200 gr.), un cucchiaino di zucchero, lievito di birra (una bustina disidratato o un cubetto fresco) sciolto in un bicchiere di mosto tiepido. Fate una palla che metterete in una ciotola coperta con pellicola trasparente e un canovaccio da cucina. Lasciare a lievitare fino a quando avrà raggiunto il doppio del volume. Poi

versate l'impasto su di una spianatoia, aggiungete la farina rimasta (ca 400 gr.), lo zucchero (200 gr.), i semi di anice (3 cucchiaini), l'olio di oliva (un bicchiere scarso) e il restante mosto (ca 250 ml). Impastate per bene e se necessario aggiungete altra farina. L'impasto si deve staccare senza difficoltà dalla spianatoia. Dividetelo in piccole palline, dandogli una forma ovoidale, disponetele in una teglia ricoperta con carta forno, copritele con un canovaccio e lasciatele nuovamente lievitare (seconda lievitazione) fino a che non le vedrete belle gonfie. Infornate a 180° per circa 30 minuti. Lasciate raffreddare i maritozzi, se vi va cospargeteli con **glassa all'acqua**, ma anche senza sono ottimi!

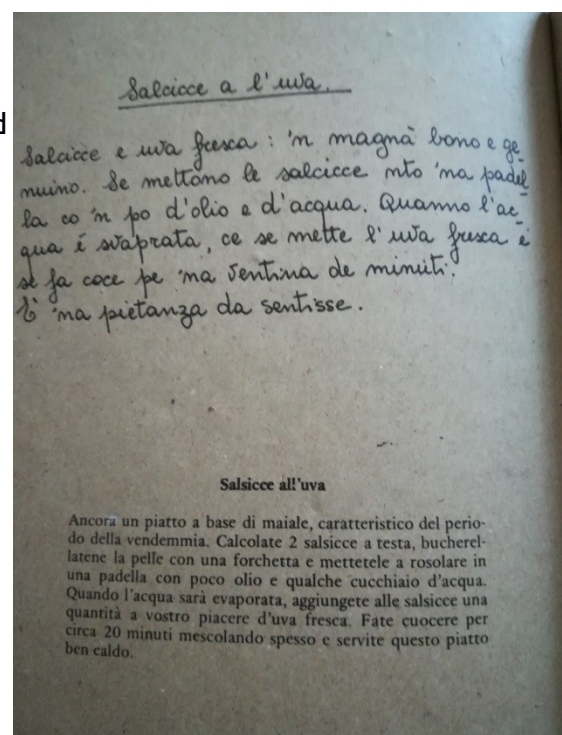
Ho preparato un po' di questi buonissimi dolci per il nostro bistrot, modificando un ingrediente della ricetta. Amo sperimentare in cucina e non avendo a disposizione il mosto fresco ho utilizzato quello cotto (si vende in bottiglia già pronto). Che profumo s'espande per l'aria!



La seconda ricetta tipica che oggi prepariamo è quella delle *salsicce all'uva*. L'abbinamento è semplice, il sapore dolciastro dell'uva ben si sposa con il maiale. Troviamo questa ricetta nel libro **L'Umbria in bocca** di Antonella Santolini, presente in biblioteca.

La ricetta richiede soltanto due ingredienti: salsicce ed uva

Calcolate 2 salsicce a persona, bucherellate la pelle e mettetele a rosolare in una padella con poco olio e qualche cucchiaio d'acqua. Una volta evaporata



aggiungete l'uva in quantità a vostro piacimento. Fate cuocere per 20 minuti circa, mescolando spesso. Servite ben caldo.



Un secondo piatto di facilissima esecuzione. Preparate lo con prodotti a Km0. Il gusto oltre che la qualità ne guadagnano. Ultimo consiglio: scegliete l'uva senza semi.

Questa ricetta della tradizione contadina è presente anche ne "La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene" di Artusi, Ricetta n° 244 (potevo non fare un riferimento al Pellegrino?)

È un piatto triviale e comune, ma lo noto perché la salsiccia, con quel dolce acidetto dell'uva, potrebbe dar nel gusto a qualcuno. Bucate le salsicce colla punta di una forchetta e mettele in tegame così intere con un poco di lardo o burro. Quando saranno cotte unite l'uva, non in quantità, a chicchi interi e fatela bollire finché si strugga a metà. La salsiccia sola poi, oltreché in gratella, può cuocersi intera in un tegame, con un gocciolo d'acqua.

Se vuoi leggere e sperimentare altre ricette sfoglia il catalogo bct alle voci [vino](#), [uva](#), e [cucina umbra](#). Dalla biblioteca digitale MLOL puoi scaricare gratuitamente i libri che parlano di [vini](#) e [vino](#) o di [cucina umbra](#). Rilassatevi ascoltando musica classica su [RadioRai3](#) *Momus il caffè dell'Opera: Il vino nei libretti d'opera*.

Buona lettura e buon ascolto, possibilmente degustando un buon vino. Alla prossima cucinanti!

MRC