

» TIPS «
CUCINO IO

La stagione delle mammole

TONDO, COMPATTO E SENZA SPINE: IL CARCIOFO ROMANO DA FRIGGERE DUE VOLTE.

DI ALLAN BAY

FOTO DI FEDERICO MILETTO - STYLING DI VERONICA LEALI

HO SEMPRE SUDDIVISO il cibo in cinque macro sezioni, citate nell'ordine del piacere che mi danno. La prima è la carne, tutte le carni, anche se in cima stanno le frattaglie, trippa e rognone su tutto. La seconda è il mondo degli amidi, il riso principalmente. La terza è il pesce, inclusi crostacei e molluschi. La quarta sono i dolci, anche se non è facile accontentarmi: è difficile che un dolce mi faccia felice (fra i pochi che ci riescono i marron glacé, le torte speziate di cioccolato e delle glorie come la torta Dobos ungherese, la Sacher austriaca e il babà al rum napoletano). Ultime vengono le verdure. Onestamente non le ha mai capite fino in fondo, restano per me un contorno che arricchisce i piatti ma non sono «un piatto». **So di essere in gran minoranza, oggi che un'ondata «verdurista» sta travolgendo tutto**, ma ormai alla mia non più tenera età non credo cambierò idea.

Le verdure non tutte sono uguali. Ci sono cipolle, porri, scalogni e aglio, che amo in quanto fantastici supporti alla cucina. E un'insalata non manca mai, ogni giorno. Le altre con le quali sono riuscito a costruire un rapporto amicale sono solo asparagi, carciofi, melanzane e peperoni. Da giovane asparagi e carciofi erano al top, ora sono insidiati dalle melanzane, più flessibili, che a volte diventano un piatto con una sua valenza autonoma. Però di fronte ai miei dioscuri non vacillo mai e li amo entrambi, sono come il papà e la mamma, non posso voler più bene agli uni che agli altri.

PER QUANTO RIGUARDA i carciofi: da piccolo scoprii in laguna di Venezia le tenerissime castraure, ovvero i germogli dei carciofi, da inizio stagione, che erano un must della cucina del posto, ma anche i fondi, a fine stagione. Sia la amata isola di Torcello sia la ben più grossa Sant'Erasmo li producevano, e dopo un periodo di semi abbandono, la produzione oggi è ripresa più prospera che mai. Le castraure sono meravigliose crude, condite con una vinaigrette, o arricchite con

qualche proteina, tipo gamberetti o simili. I fondi vanno ben cotti ma alla fine diventano tenerissimi.

I più famosi carciofi alla giudia, invece, li ho scoperti tardi, quando per tre anni ho lavorato a Roma.

SONO FATTI con un particolare tipo di carciofo, le mammole, non spinoso, dalla forma tonda e compatta, che una volta cotto diventa tenerissimo. Essendo io un «carciofilo» me ne innamorai subito, anche se a Milano e a Venezia non erano sempre disponibili (mentre quelli spinosi in stagione si trovano sempre). La cottura è semplice: le mammole vanno fritte in tanto olio, con una doppia cottura, come succede anche con le patate fritte. Senza aromi aggiunti. Una meraviglia, oltre che un piatto romano ultra secolare.

Perché siano diventati un must della cucina ebraica romana non lo so, comunque chapeau a chi ha inventato questa ricetta, semplice e perfetta.

CARCIOFI ALLA GIUDIA

Per quattro persone. Mondate otto carciofi mammole lasciandoli interi, apriteli leggermente per levare la barba interna e lasciate circa quattro centimetri di gambo, pelandolo. Tornite la base. Scolateli, asciugateli e schiacciateli sul piano di lavoro a testa in giù per aprirli a fiore. In una casseruola versate olio sufficiente

a coprire i carciofi sino alla metà (si lo so è tanto ma ci vuole) e quando sarà caldo a 130° gradi (fondamentale l'uso del termometro da cucina), disponetevi i carciofi ben dritti, appoggiati l'uno all'altro con il gambo rivolto verso il basso. Friggeteli per dieci minuti, poi voltateli e lasciateli cuocere per altri dieci minuti;

scolateli e fateli intiepidire. Alzate la temperatura dell'olio a 170° gradi e rimettete a friggere i carciofi per altri tre minuti. Scolateli definitivamente, eliminate l'unto in eccesso poggiandoli sulla carta assorbente da cucina, poi salateli e serviteli subito.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SI RINGRAZIA: MARAZZI (MARAZZITI), RG MANIA (GGMANIA.COM), ILARIAI (ILARIAI.COM), LA CALCE DEL BRENTA (LACALCEDELBRENTA.IT)

