

Scritto da Administrator

Sabato 02 Dicembre 2017 17:50 - Ultimo aggiornamento Sabato 02 Dicembre 2017 18:01



Un percorso di squisitezze quanto mai vario ed attraente, con pietanze che si ricollegano molto spesso alla cucina povera che affonda le radici negli usi locali e nella tradizione contadina

Il Natale è la festa in cui si rivivono le tradizioni più antiche e la cucina è sicuramente un buon modo per mantenerle e custodirle. Basti pensare ai tipici piatti che sono il simbolo di determinate festività.

In Italia le pietanze e le tradizioni variano notevolmente da regione a regione, ad esempio, al Sud è molto diffusa la cena della Vigilia di Natale, a base di pesce, mentre al Nord è tradizione il pranzo del 25 dicembre.

Scritto da Administrator

Sabato 02 Dicembre 2017 17:50 - Ultimo aggiornamento Sabato 02 Dicembre 2017 18:01

Se il pesce è il principe della cena del 24, il brodo, soprattutto di gallina è sovrano in molti pranzi di Natale. Quasi ovunque è presente la frutta secca, i dolci non si contano, ogni paese ha il suo, mentre i piatti più popolari, senza i quali non sarebbe Natale, sono quasi per tutti quelli provenienti da una “cucina povera”.

E' impossibile citare tutte le ricette dei menù natalizi della tradizione del nostro Paese, perché in Italia, quando si parla di ricette della tradizione, ogni famiglia ha la sua variante consolidata nel tempo.

Tuttavia, ci sono degli alimenti che ormai sono entrati a far parte della tradizione culinaria di tutti, come il pandoro ed il panettone, da poter servire come dessert accompagnati, magari con della crema al mascarpone.



Cominciamo questo viaggio annotando le ricette di Natale nei vari angoli d'Italia, da nord a sud passando per le isole!

Valle d'Aosta

In Valle d'Aosta tra gli antipasti troviamo la "mocetta" con crostini al miele. La mocetta è un salume molto antico, tipico della zona, dal sapore molto intenso e aromatico. lardo con Castagne cotte e caramellate con miele, Crostini con Fonduta e Tartufo

La zuppa alla Valpellinentze è la classica minestra del Natale, arricchita con cavolo, verza, fontina, brodo, noce moscata e cannella. Tra i secondi piatti troviamo la "carbonade", carne di manzo lasciata cuocere nel vino rosso con delle spezie, servita poi con la polenta.

Come dolce, Pere a sciroppo servite con crema di cioccolato e panna montata e Caffè Mandolá molto robusto alle mandorle tritate e le tegole pasticcini secchi

Trentino-Alto Adige

Se vi capita di andare in Trentino, tra le ricette di Natale, come non citare i Canèderli che sono grandi gnocchi di pane che spesso si uniscono ai formaggi d'alpeggio e allo speck, oppure ripieni di salumi e formaggi vari. Possono essere conditi con burro fuso e formaggio oppure ragù di carne; simili sono gli strangolapreti (gnocchetti di pane, latte uova e foglie di coste) conditi con burro, salvia e parmigiano, il Capriolo o Capretto al forno con patate come secondi.

Tra i dolci, spicca il dolcissimo strudel di mele, dall'involucro croccante e dal ripieno morbido che profuma di cannella!

e lo zelten, con uvetta, mandorle, noci, nocciole, fichi e canditi.

Piemonte

In Piemonte non potranno mancare gli agnolotti al plin con sugo d'arrosto, piccoli raviolini ripieni di carne conditi con fondo bruno. Il vitello tonnato apre tutti i pranzi di Natale piemontesi insieme alla bagna cauda, ricetta a base di aglio e acciughe. Immane il misto di bollito accompagnato con delle salse fredde, come la Salsa Verde, a base di prezzemolo, aglio acciughe, capperi, uova, pane e aceto. Il Cappone di Morozzo al forno, il flan del cardi, i tajarin con pancetta. Come dolci si può mangiare mousse di mele rosse Igp, torta di nocciole e zabaione, torrone d'Alba.

Lombardia

A differenza delle regioni del sud Italia, non si festeggia con il cenone della Vigilia di Natale, ma con il pranzo di Natale il 25 dicembre! Tra i primi non potrà mancare un cremoso risotto mantecato alla milanese, mentre tra i secondi tipici di questa giornata speciale troviamo la faraona al forno!

La Lombardia è la regione del panettone, il dolce di Natale conosciuto in tutto il mondo. Gli antipasti di questa regione vengono accompagnati con la mostarda di Cremona.

I tortelli di zucca, tipica pasta Mantovana, vengono spesso preparati durante la vigilia di Natale e solitamente, per il pranzo del 25 Dicembre, la pasta deve essere mangiata in brodo, come i

“casoncelli alla bergamasca” che vanno cucinati con il brodo di tacchino. L’anguilla al cartoccio è un secondo piatto molto preparato durante le feste di Natale.

Liguria

La focaccia, presente sulle tavole liguri durante tutto l’anno, diventa un prezioso antipasto di Natale che si accompagna con salumi e formaggi, troviamo anche la pasta fresca con cui si preparano i classici ravioli con il ragù!

Anche i ravioli alla genovese (ripieno di vitello, animelle, uova, erbe, pangrattato e parmigiano), il cappone lesso e cappone magro, piatto fatto esclusivamente di verdure o di pesce e infine la faraona al forno con carciofi. Tra i dolci, impossibile dimenticare il pandolce genovese.

Veneto

Il veneto è una delle regioni principali dove si mangiano i salumi, quindi come antipasto un’idea è la soppressa e la salsiccia luganega, tra i primi brodo di cappone, risotto al radicchio, gnocchi al sugo d’anatra. Come secondi, il baccalà alla vicentina con polenta gialla è il re delle ricette di Natale del Veneto, ma anche il lesso di manzo «al cren» (salsa di rafano) con contorno di purè di patate. Tra i dolci il pandoro di Verona, la mostarda con il mascarpone, il mandorlato di Cologna Veneta. Per innaffiare il tutto un ottimo Amarone della Valpolicella o un buon Raboso delle terre del Piave e alla fine un brindisi augurale con le bollicine del Prosecco di Conegliano o di Valdobbiadene.

Anche se pandori e panettoni hanno soppiantato il tradizionale nadalin, il vaporoso e leggero panettone veronese modellato a forma di stella, un po’ gonfio nel centro, questo dolce continua

ad essere prodotto in alcuni forni.

Friuli- Venezia Giulia

Anche il Friuli Venezia Giulia vanta numerose ricette tipiche della tradizione natalizia. La trippa prima di tutto, la brovada e muset, una semplice zuppa di rape e cotechino con polenta, il cappone. Tra i primi piatti troviamo anche i particolari gnocchi di prugne, con prugne denocciolate e zucchero, saltati poi in padella con il burro. Tra i dolci natalizi di questa regione troviamo la Gubana, una torta tonda con un ripieno di uvetta, noci, pinoli e liquore.

Emilia-Romagna

Questa regione è la patria della tradizione culinaria natalizia che, con lasagne al ragù e tortellini in brodo ha saputo contaminare le abitudini natalizie di tutta Italia! Un'alternativa ai tortellini sono i passatelli (stringhe di pasta facili da realizzare, composti da ingredienti semplici: pangrattato, parmigiano, uova, scorza di limone, brodo e noce moscata),

rigorosamente in brodo. Come antipasto il tradizionale culatello di Zibello.

Tra i secondi piatti: cotechino di Modena, zampone con lenticchie, purè e mostarda, formaggio di fossa con la Saba, un mosto cotto con aromi naturali. Modena, però, fa eccezione, si mangia pesce, soprattutto conservato. Lì si gustano gli spaghetti con tonno, sgombro, acciughe e pomodoro, ma anche il baccalà in umido o fritto.

Tra i dolci come non citare il Panone di Natale di Bologna, a base di mele cotogne, miele, cioccolato fondente, farina e fichi secchi.

Lazio

Protagonista della vigilia sono il fritto misto di verdure (broccoli e carciofi) e il baccalà fritto o anche il capitone (anguilla femmina dalla particolare testa grossa), ma anche la minestra di pesce o la pasta e broccoli in brodo di arzilla.

A Natale, invece, si fanno i cappelletti in brodo, l'abbacchio al forno con le patate, ma anche il bollito o il tacchino e

l'insalata di puntarelle, condite all'ultimo momento – altrimenti "s'ammosciano" – con olio, aglio e filetti di acciuga dissalata.

Di dolce pampepato e pangiallo dalla forma tonda e con la crosta gialla, il suo ripieno vede come protagonisti i classici ingredienti dell'inverno: frutta secca, miele e frutta candita.

Molise

Il Natale molisano si apre con la pizza di Franz in brodo caldo, un piatto tipico che mette insieme piccoli pezzetti di pizza a base di uova e Parmigiano Reggiano cotta al forno con il brodo. Si prosegue con la zuppa di cardi, il brodetto alla termolese, a base di pesce, il baccalà baccalá arracanato (mollica di pane aglio prezzemolo origano uva passa pinoli e noci) o quello

al forno con verza, prezzemolo, mollica di pane, uvetta e gherigli di noci.

Per quanto riguarda i dolci, troviamo i calciuni a base di vino, castagne lessate, miele, mandorle e cedro candito!

Toscana

La Toscana invece offre crostini con patè di fegatini di pollo, brodo di cappone o cappelletti in brodo. Di secondo arrosto di faraona, anatra, fegatelli e tordi con insalata oppure cappone ripieno e sformato di gobbi. Tra le specialità anche il bardiccio, una salsiccia di maiale speziata al finocchio che viene cucinata alla brace dopo la mezzanotte.

Come dessert i cavallucci, i ricciarelli e i befanini, tipici biscotti di Natale con liquore all'anice arricchiti con zuccherini colorati!

Marche

Le olive all'ascolana aprono tutti i pranzi di Natale marchigiani, che proseguono con brodo di tacchina e cappelletti. Ci sono i maccheroncini di Campofilone col sugo e i Vincisgrassi, una sorta di lasagna al forno. A seguire troviamo salsicce, cardi e costine di maiale, una versione meridionale della cassoeula milanese preparata con le verze!

Tra i dolci ci sono il "frustingo" e la "pizza di Natà", una sorta di panettone, arricchito con prodotti locali e di stagione, come noci, uvetta, pezzetti di cioccolata, etc..

Umbria

Anche qui si mangia della pasta ripiena, come i cappelletti farciti con cappone e piccione. contorno di cardi umbri

Il panpepato è una delle bontà natalizie, si tratta di pepite con frutta secca (come mandorle e nocciole), uva passa, canditi, cioccolata, miele e altri ingredienti, che vengono cotte in forno e infine le pinoccate fatte di zucchero e pinoli e il torciglione serpentello di pasta dolce con mandorle.

Abruzzo

Come primi piatti in Abruzzo si mangia di solito il cardone, un brodo a base di gallina, uova e cardo che viene consumato prima di dare inizio alle grandi tavolate del pranzo di Natale! poi la zuppa di castagne e ceci e la lasagna con macinato, mozzarella e parmigiano. Mentre tra i secondi l'agnello arrosto e il bollito di manzo, e ovviamente gli arrosticini che sono gli spiedini di carne di pecora e agnello, sembra però non siano ammessi durante il pranzo natalizio! Come dolce tradizionale ci sono i calcionetti fritti (una specie di piccoli panzerotti con confettura di uva scura chiamata scrucchiata, ceci, noci tritate, mandorle triturate, mosto e cacao), ferratelle, (ostie con ripieno di mandorle) e scrippelle. Tipici della zona di Teramo sono i caggionetti, ravioli dolci fritti ripieni di mandorle e purè di castagne.

Campania

Passeggiare tra le bancarelle di San Gregorio Armeno, gremite di statuette del presepe, con in mano un cuoppo di pesce è una delle esperienze più suggestive che potrete fare a Napoli. Il cuoppo è un cono di carta che contiene la frittura che viene preparata al momento lungo le vie del capoluogo campano. Ma torniamo alle ricette di Natale.

Il pranzo del 25 prevede la pasta al forno preparata con uova, prosciutto e ragù, uno dei piatti tipici della tradizione natalizia campana oppure dei ravioli con ripieno di ricotta.

Di secondo il cappone imbottito con l'insalata di rinforzo, un piatto a base di cavolfiori, verdure e pesce. La minestra maritata di cicoria scarole e «borraccia» (erba amara e pelosa) in brodo di cappone con aggiunta facoltativa di uova sbattute con peperoncino e carne di vitello; spaghetti alle vongole e le immancabili friselle, che sono crostoni di pane rotondi non solo della Campania ma anche pugliesi. Tra i dolci troviamo gli struffoli, palline di pasta dolce che vengono fritte, cosparse con il miele e decorate con la frutta candita. e poi roccocò e frutta secca.

Basilicata

Le tavole natalizie della Basilicata, trovano l'influenza culinaria di Puglia e Campania e sebbene le ricette siano molto simili, in Basilicata si mangia la minestra di scarole, verze e cardi cotta in brodo di tacchino e salami con aggiunta di formaggio grattugiato e a pezzettini, baccalá lesso con peperoni cruschi (seccati al sole e calati per pochi secondi nell'olio d'oliva bollente), strascinati al ragù di carne mista (pasta casereccia chiamata così perchè trascinati sul piano con le dita), picciliatiedd, pane con le mandorle, pettole (pasta lievitata fritta con alici) e come dolci i calzocelli (panzerotti fritti ripieni di salsa di ceci o castagne lesse. Il tutto accompagnato da un buon vino: l'Aglianico del Vulture.

Calabria

In Calabria, tradizione vuole che si mangi pesce per il cenone della Vigilia, in alcuni paesi pare che le pietanze in tavola debbano essere tredici. Salumi Dop come salsiccia, capicollo, pancetta e soppressata con aggiunta di pecorino crotonese e caciocavallo silano possono essere consumati come antipasto, come anche l'insalata di baccalà con i "cancariddi cruschi", ovvero peperoni croccanti. Per primi: le scilatelle (o fileja) con ragù di maiale, minestra maritata con verdure di campo e fagioli, spaghetti con mollica di pane e alici. Secondi: capretto al forno alle erbe selvatiche con patate, pesce stocco di Cittanova (spugnato con l'acqua dello Zomaro) con la 'ghiotta (sughetto di olio, cipolla, pomodori, olive, capperi e uvetta). Contorni: il broccolo calabrese saltato in padella e condito con peperoncino. Il peperoncino, ovviamente, non manca mai. I dolci, tanti, sono i turdilli o cannaricoli, gnocchi di pasta fritti e passati nel mosto cotto e nel miele; le scalidre (dolce "accompagnato" da glassa zuccherata o cioccolato fondente) e la pitta 'mpigliata, fichi a crocetta ricoperti al cioccolato, torroncini, dolci al cedro e al bergamotto.

Puglia

Nel tacco dello stivale invece quello che va per la maggiore sono le cime di rape stufate, i panzerotti fritti con ripieno di mozzarella, pomodoro e formaggio o con ricotta scuantr', poi l'anguilla arrostita e il baccalà in umido e fritto, agnello al forno con lambascioni, cuturidd'. Dolci: le pettole, le cartellate che sono dolci fritti con miele o mosto, il torrone e i porcedduzzi, fichi secchi e pasticceria di mandorle. Dall'altra parte dello Stivale si fanno invece le cime di rapa e le pettole (o pittule), che sono frittelle di pasta lievitata che si farciscono con pomodori, capperi, origano e alici, ma anche gamberi sguosciati, cime di rapa e ricotta. Si mangia poi anche l'anguilla arrostita e il baccalà fritto e poi l'agnello al forno con lampascioni, che sono delle cipolline leggermente amare. Infine, i dolci: turdilli o cannaricoli e la pitta 'mpigliata.

Anche in Puglia, come nel Lazio, a Natale si prepara l'agnello al forno. Cima di rapa e verdure, sono presentate in grandi quantità sulle tavole natalizie. Tra i dolci troviamo le cartellate, tipici dolci pugliesi.

In Puglia troviamo i panzerotti fritti, il baccalà in umido e la tiella di baccalà, una ricetta che prevede che il baccalà venga cotto in forno con patate, pomodorini e spezie. Riso, patate e cozze è un piatto tipico di questa regione che, in realtà, non viene preparato molto spesso per il pranzo di Natale. Tra i dolciumi la Puglia offre (tra le altre cose) il torrone e le cartellate.

Sardegna

Tra gli antipasti salsiccia, pecorino e olive «a schibeci». Poi gli immancabili malloreddus, gnocchetti di semola al sugo di salsiccia. Questo sugo lo si prepara soffriggendo la cipolla e piccoli tocchi di salsiccia sarda leggermente aromatizzata con finocchio selvatico e vino rosso. Una volta lessati, i malloreddus vengono fatti saltare nel sugo aggiungendo un po' d'acqua di cottura in cui sono stati sciolti un paio di pistilli di zafferano (possibilmente di San Gavino Monreale, nel campidano pianura sarda tra Oristano e Cagliari).

I Culurgiones de casu che sono dei ravioli tradizionali con all'interno pecorino fresco, bietola, noce moscata e zafferano, conditi con sugo di pomodoro e pecorino grattugiato.

Poi l'agnello con patate al forno e "su porceddu" al mirto. La Fregola ai frutti di mare è una pasta di grano duro fatta a pallini grossi simile al couscous ma più grossa.

Per contorno tutta la verdura di stagione come sedano, finocchio e ravanelli. Di dolce ricotta con miele, le seadas al miele (dolci fritti al formaggio).

Sicilia

Passiamo all'isola siciliana, in alcune zone si mangia lo Sfincione, che non è altro che una pizza con la cipolla, insieme ai cardi in pastella e alla gallina in brodo, poi ci sono le scacce ragusane, le insalate di arance con aringa e cipolla.

Per primo: lo sfornato di anellini al forno con ricotta, pasta con le sarde.

Panorama delle tradizioni culinarie delle regioni italiane in occasione del Natale. Di Rita Calvo

Scritto da Administrator

Sabato 02 Dicembre 2017 17:50 - Ultimo aggiornamento Sabato 02 Dicembre 2017 18:01

Le sarde a beccafico, sono un tipico secondo piatto di questa regione con un sapore molto particolare, poiché il pesce viene insaporito da un trito di pangrattato, uvetta, acciughe, prezzemolo, zucchero, aglio, pinoli e sale. Il baccalà fritto in pastella è un altro piatto della tradizione natalizia. L'agnello al forno, l' "aglassato" di carne (pezzo di manzo stracotto nelle cipolle la cui riduzione poi viene frullata ed usata per nappare le fette di carne o per condire la pasta), carne con pancetta coppata con contorno di sparacceddi e caponata. Gli arancini o arancine, le palline di riso farcite con ragù, piselli e poi fritti non mancheranno tra le ricette di Natale siciliane!

Per dolci, i buccellati di Enna, le cassate e cannoli, i mustazzoli di mandorle, cannella e chiodi di garofano e la cubbaita, un torrone di miele con nocciole e mandorle o pistacchi.