

NATALE: I MENU DEGLI CHEF ABRUZZESI SI' A TRADIZIONE CON GUSTO E FANTASIA

24 Dicembre 2015



L'AQUILA - È all'insegna della tradizione abruzzese il cenone della vigilia e il pranzo di Natale proposto dagli chef stellati William Zonfa del ristorante Magione Papale dell'Aquila e di Giuseppe Tinari del ristorante Villa Maiella di Guardiagrele.

Ampio spazio ai prodotti tipici abruzzesi di qualità e di stagione come i legumi, ma anche uno sguardo al cambiamento e all'innovazione a tavola, con variazioni sul tema che arricchiscono mantenendo il gusto della tradizione.

Per il cenone della vigilia a casa Tinari propone pesce fresco per gli abruzzesi "più fortunati" della costa e "pesci conservati" per quelli che vivono nell'entroterra con un'attenzione particolare al baccalà cucinato in numerose varianti.

Per il pranzo di Natale, invece largo spazio alla tradizione per Zonfa, con brodo di cappone e lasagne in bianco condite con un gusto delicato di carciofi.

CENONE DELLA VIGILIA DI TINARI

Lo chef Tinari consiglia la classica cena in casa, condita dal calore della famiglia e da cibi che fondano gusto e tradizione.

"Di rigore il pesce e piatti dispari - spiega - Oltre al pesce consiglio anche molti legumi per bilanciare l'apporto di proteine e fibre, quindi via libera ceci e lenticchie".

Da riscoprire il gusto del baccalà cucinato in una variante leggera ma dal gusto particolare e raffinato.

"Si può riportare alla luce questo pesce della tradizione, innovandolo - dice - Lo cucinerei con una brevissima cottura al vapore per inserirlo su una zuppa bianca di prosciutto e patate leggermente legata e insaporita con un profumato finocchio marino".

Ottima anche la variante del tortino di baccalà in bianco con noci secche in bianco, "un sorta di sfornato - spiega - cotto in forno abbondante olio d'oliva".

La tradizione abruzzese dei dolci di Natale offre poi tantissime soluzioni.

Si va dal torrone di fichi ai fritti di natale, i cosiddetti 'calgionetti' composti da una sfoglia di uova e vino bianco, nella variante in alcune zone con soli farina, olio di oliva e vino bianco, ripieni di marmellata di uva di Montepulciano.

"In alcune zone d'Abruzzo alla marmellata si aggiungono anche castagne o ceci bolliti - aggiunge Tinari - Un altro tipo di fritto è quello dall'impasto lievitato di farina, lievito, acqua buccia d'arancia grattugiata e uva passa. Un impasto morbido, dalla forma irregolare che si avvicina a quella di un grissino, lavorato a mano e poi fritto nell'olio".

Gran finale con il torrone di fichi secchi e gherigli di noci.

"Qualcuno aggiunge anche scorzette di arancia, pezzettini di cioccolato e mosto cotto per dargli un gusto più particolare - conclude - Si può realizzare a forma di salame e di plum cake ed è veramente delizioso".

IL PRANZO DI ZONFA

Re degli antipasti tutti i tipi di salumi che non mancano mai sulle tavole abruzzesi, mentre per i primi Zonfa propone i timballi o i classici brodi di cappone con tortelli ripieni al cappone, ceci e una frittatina leggera di cardi.

Per chi ama le lasagne, invece “si può variare scegliendo la variante bianca – spiega – Consiglierei un ragù di vitello e carciofi visto che siamo in stagione, ma eviterei la besciamella che magari è meno digeribile”.

Come secondo, in alternativa al classico agnello lo chef aquilano propone la faraona “con un ripieno di castagne sempre di stagione e servita con delle verdurine al vapore che si affiancano con la loro leggerezza a un secondo già succulento e saporito”.

Il dolce di Zonfa fonde tradizione e novità, con i grandi classici di panettone e pandoro rivisitati con un gelato al panettone “dal massimo gusto” affiancato da un tortino di torrone avvolto con pasta fillo.

“Il rettangolino di torrone si inforna 10 minuti a 180 gradi – spiega – In questo modo gli diamo morbidezza con un cuore caldo. Il torrone poi si unirà al gelato nel contrasto tra caldo e freddo”.