

TOSCANA

Acquacotta alla grossetana

Dosi per 10 persone

850 g di funghi porcini

500 g di pomodori freschi da sugo privati dei semi

250 g di olio di oliva extra vergine

120 g di parmigiano grattugiato

20 piccole fette di pane casereccio

5 uova

3 spicchi d'aglio privato dell'anima

sale e pepe

Preparazione:

mondare accuratamente i funghi e affettarli sottilmente.

Mettere l'olio in padella e rosolare l'aglio; quando sarà dorato, toglierlo dalla casseruola e aggiungere i funghi.

Coprire e lasciar stufare.

Dopo 10 minuti circa di cottura, unire i pomodori tagliati a pezzetti, 2,5 l di acqua bollente, salare, pepare e cuocere per 45 minuti circa.

Abbrustolire il pane nel forno e metterne 2 fettine in ogni piatto.

Sbattere le uova in una bastardella con parmigiano grattugiato, sale e pepe.

Versare il composto nella zuppa e mescolare; quindi mettere la zuppa nei piatti e servirla ben calda.

Bistecca alla fiorentina

Dosi per 10 persone

3 grosse bistecche di chianina (ricavata dalla costola posteriore che comprende lombo e filetto) spesse almeno 2,5 cm (peso complessivo di 2,3 kg)

spicchi di limone

sale, pepe

Preparazione:

dopo avere scaldato bene la gratella sul fuoco di carbone di legna, accomodarvi le bistecche e lasciarle cuocere per qualche minuto, quindi voltarle dall'altra parte (è importante dare la giusta "forza" al colore della griglia, per poter ottenere una buona riuscita).
Spolverizzare con sale e una manciata di pepe, servendo subito con spicchi di limone.

Note: il segreto della cottura delle bistecche alla fiorentina risiede nella rapidità con la quale vengono arrostiti per mantenere la carne morbida e succosa, colorita al di fuori e al sangue all'interno. Le fiorentine sono famose anche per il loro peso: una sola bistecca può raggiungere 1 kg.

Cacciucco alla livornese

Dosi per 10 persone

2,5 kg di pesce assortito (palombi piccoli, pesce prete, pescatrice, murena, scorfano, capone, grongo, tordi e ghiozzi)

1,3 kg di pomodori maturi

650 g di polpi e totani grossi

200 g di olio di oliva extravergine

10 fette di pane casereccio

5 spicchi di aglio

1 costa di sedano

1 carota

1 cipolla piccola

prezzemolo

peperoncino

pepe, sale

Preparazione:

pulire i pesci grossi e tagliar loro la testa che sarà utilizzata successivamente. In una casseruola, soffriggere nell'olio un battuto di sedano, carota, cipolla, prezzemolo e due spicchi d'aglio.

Unire i polpi e i totani tagliati a pezzi, e dopo qualche minuto di cottura bagnare con il vino bianco e unire il peperoncino.

Quando il vino sarà evaporato, aggiungere i pomodori tagliati a pezzi e privati di pelle e semi.

A fine cottura levare polpi e totani dal tegame e unire al sugo le teste dei pesci grossi e i pesci piccoli; aggiungere due o tre mestoli di acqua bollente e cuocere il tutto per altri 30 minuti.

Separare il pesce dall'intingolo, spolparlo e ridurre il ricavato in poltiglia.

Aggiungere al sugo la polpa e mettere nel tegame anche i pesci grandi tagliati a pezzi.

Cuocere per 15 minuti circa, unire i polpi, i totani, sale e pepe (aggiungere, se necessario, altra acqua calda).

Portare a bollore elevato e, dopo 5 minuti circa, servire il cacciucco negli appositi tegamini di coccio, nei quali saranno già state poste alcune fettine di pane abbrustolite in forno e strofinate con aglio.

Crostini di pollo

Dosi per 10 persone

450 g di pane francese tagliato a piccole fettine

400 g di fegatini di pollo

100 g di carota

100 g di burro

80 g di olio di oliva

60 g di cipolla

50 g di sedano

40 g di conserva di pomodoro

40 g di capperi sotto sale

5 dl di vino bianco secco

poche foglie di basilico

pepe bianco

sale

Preparazione:

preparare un battuto di sedano, carote e cipolla con qualche foglia di basilico, quindi farlo appassire nel burro misto a olio.

Mondare i fegatini, unirli al soffritto e lasciarli rosolare per qualche minuto, bagnare con poco vino bianco e, quando questo sarà evaporato, aggiungere la conserva di pomodoro diluita in mezzo bicchiere di acqua calda, salare poco e lasciar cuocere per circa 30 minuti.

A cottura ultimata, tritare (più o meno finemente a seconda dei gusti) i fegatini e rimetterli nel sugo, unire i capperi lavati e tritati, il sale e il pepe. Mescolare accuratamente e lasciar raffreddare.

Spalmare il composto sulle fettine di pane e servire.

Fagioli all'uccelletto

Dosi per 10 persone

2 kg di fagioli bianchi toscanelli freschi

800 g di pomodori freschi privati della pelle e dei semi

200 g di olio di oliva

3 spicchi di aglio

alcune foglie di salvia

sale e pepe

Preparazione:

sgranare i fagioli e lessarli in acqua fredda.

Mettere sul fuoco una casseruola con l'olio, l'aglio e le foglie di salvia; quando l'aglio si sarà dorato, levarlo dalla pentola e unire i fagioli ben scolati, lasciandoli insaporire per qualche minuto; successivamente, aggiungere i pomodori spezzettati.

Salare, mescolare, coprire il recipiente e cuocere per 30 minuti circa, facendo risultare la preparazione con un intingolo abbondante.

Pappardelle alla lepre

Dosi per 10 persone

1,2 kg di polpa di lepre
1 kg di pappardelle fresche
120 g di pancetta di maiale
80 g di burro
6 dl di brodo
2 dl di vino rosso
1 costa tenera di sedano
1 cipolla piccola
farina bianca
parmigiano grattugiato
pepe
sale

Preparazione:

privare la carne della pellicina e dei nervi, e riducendola in piccoli pezzi. Mettere sul fuoco una casseruola con un battuto di pancetta, sedano, cipolla; unire il burro e far soffriggere dolcemente.

Rosolare la carne, spolverizzarla con una cucchiata di farina, mescolare e bagnare con il vino rosso. Attendere una parziale riduzione del vino, aggiungere il brodo bollente, il sale e il pepe e lasciare cuocere il tutto per 50 minuti circa a tegame coperto.

Lessare le pappardelle in abbondante acqua bollente salata. Tenere da parte poca acqua di cottura, scolare e condire con l'intingolo di lepre e abbondante parmigiano grattugiato (eventualmente, bagnare con l'acqua di cottura conservata).

Servire le pappardelle ben calde.

Pattona (castagnaccio alla fiorentina)

Dosi per 10 persone

400 g di farina di castagne
60 g di olio di oliva extravergine
40 g di uvetta
40 g di pinoli
7 g di zucchero
2 uova
un rametto di rosmarino
sale, pepe

Preparazione:

ammorbidire l'uvetta in acqua tiepida.

Versare in una terrina la farina di castagne, l'olio di oliva e un pizzico di sale. Stemperare la farina con 7,5 dl di acqua fredda, unirvi le uova e quindi amalgamarle.

Ungere con olio una tortiera larga (il castagnaccio dovrà riuscire piuttosto basso) e versarvi il composto.

Disporre sulla tortiera i pinoli, l'uvetta sultanina (scolata e ben asciugata), le fogliette del rosmarino grossolanamente tritate e, sulla superficie dell'impasto, un filo d'olio.

Infornare a 200 °C lasciando cuocere il castagnaccio per 45 minuti circa, in modo che si formi in superficie una bella crosta croccante.

Pollo alla diavola

Dosi per 10 persone

1 pollo novello del peso di 3 kg
2 limoni tagliati a spicchi
olio di oliva extravergine
sale e pepe

Preparazione:

pulire esternamente il pollo (spennatura e fiammeggiatura), aprirlo a libro per liberarlo dalle interiora e lavarlo internamente.

Asciugarlo e appiattire la schiena dell'animale con le mani, facendo attenzione a non romperne le ossa.

Mettere in un piatto dell'olio, sale e pepe: mescolare bene, poi ungere il pollo da tutte le parti.

Cuocerlo su una gratella a fuoco vivace per mezz'ora circa, girandolo periodicamente su entrambi il lati; il pollo dovrà risultare ben cotto e croccante.

Disporre il pollo alla diavola sul piatto di portata, condito con succo di limone, olio e una generosa manciata di pepe.

Zuppa di cavolo nero

Dosi per 10 persone

600 g di cavolo nero

400 g di patate

300 g di pomodori maturi privati della pelle e dei semi

150 g di fagioli borlotti secchi

150 g di olio di oliva extravergine

100 g di carote

80 g di cipolla

70 g di sedano piccolo e tenero

10 fette di pane nero

basilico

timo

pepe nero

sale

Preparazione:

lasciare a bagno i fagioli per una notte intera.

Mettere in una casseruola l'olio, un trito di sedano, carote e basilico.

Unire un poco di timo e le patate pelate e tagliate a pezzetti.

Rosolare e aggiungere le foglie di cavolo nero tagliate a julienne e i fagioli.

Soffriggere a parte la cipolla finemente tritata in poco olio; quando sarà appassita, unire i pomodori a pezzetti e cuocere per 20 minuti; diluire la salsina di pomodoro in 3,5 l di acqua bollente e unirla alle verdure.

Coprire, salare, pepare e proseguire la cottura a fuoco lento per 3 ore circa (se necessario, aggiungere acqua bollente).

Disporre le fette di pane tostato sui piatti e versare la zuppa ben calda.