

# NONNA ADA IN CUCINA: Le puntarelle e le cime di rapa affogate

Inviato da Marista Urru  
martedì 17 marzo 2009

## Le puntarelle

Non avevo mai pensato potesse servire a qualcuno la ricetta delle puntarelle, invece ho ricevuto più di un paio di mail di lettori che notavano la mancanza di questa ricetta nella pagina delle verdure da fare alla svelta.

A mia scusante debbo dire che ritenevo che chiunque sapesse cosa sono e come si preparano, e mai le metterei tra le cose da apprestare alla svelta.

Cominciamo dall'ABC : le puntarelle le ricavate dalla catalogna e se detta verdura potete coltivarvela da soli, tanto di guadagnato, eviterete di incappare in certe oscene catalogne coriacee che non son buone neanche dopo lunga ed estenuante bollitura. Della cicoria catalogna esse sono i germogli, il Belli raccomandava a proposito : " Abbada a chi piji, insalata fata col tallo di cicoria presso all'insemenzare".

Insomma, presa una catalogna, tagliate i germogli interni, lavateli bene, in un mortaio pestate acciuga ben diliscata e lavata ( non lasciate spine e uova, chè anche questo ormai capita di mangiare tanto cuciniamo di fretta), insieme a due spicchi di aglio, pestate, aggiungete qualche goccia di aceto a me piace usare quello di Modena, olio, sale e pepe.

Lasciate riposare la salsa , ed intanto tagliate a lamelle sottili i germogli e poi gettateli in acqua fredda per circa 30 minuti, si arricceranno e perderanno un poco dell'amaro, asciugatele e conditele, dopo lasciatele insaporire , dicono anche due ore, ma insomma credo basti meno. Alcuni vi aggiungono spicchi di uova sode , male non ci stanno, e volendo completano il piatto.

piante di catalogna

Broccoletti di rape " affogati"

Questa ricetta mi è stata chiesta da una cara amica che in viaggio a Roma la ha gustata in una conosciuta trattoria di Prati, quindi so per esperienza che ha avuto la fortuna di mangiare un piatto da re, cucinato da un cuoco da re.

Comunque si devono pulire i broccoletti, e qui sono le dolenti note: attenti a non buttare il buono mettendo gli " zeppi " nel piatto, lo so sembro polemica, no lo sono polemica: appena fuori dai soliti locali , cresce il pericolo di rovinarsi la gola con verdure coriacee e pulite male, a quel punto meglio il surgelato!

Puliteli uno ad uno, partite dal gambo da cui toglierete le foglie più grosse, poi

tagliate dai gambi il pezzo filamentoso e per il resto, con le mani togliete i filamenti , dei gambi. Lavate bene, fate imbiondire aglio nell'olio di oliva, metteteci un paio di peperoncini piccoli o un pezzetto di peperoncino, mettetevi le verdure con sale e pepe se lo preferite, e coprite bene , che il vapore non fuoriesca. Girate spesso e se ci mettono un poco a cuocere, aggiungete qualche spruzzata di acqua.

Il fatto di mettere in padella le verdure da crude e strascarle sfruttando anche il vapore visto che vanno cotte a coperchi ben chiuso, conferisce un gusto tutto particolare. Poi un consiglio di prammatica : scaldate una rosetta e riempitela con questa verdura.