

# Marista: la cucina romanesca facile ve la spiego io

Inviato da Marista Urru  
venerdì 09 ottobre 2009

Pinelli bacchanale Testaccio

La cucina romana, semplice e gustosissima, ha proprio nella sua semplicità, nell'uso di ingredienti "casarecci" e quindi condizionati solo dalla ciclicità stagionale, la sua forza e il suo fascino.

Certe ricette apparentemente facilissime, sono in realtà di non semplice esecuzione, molto è affidato alla genuinità dei prodotti ed alle capacità di chi esegue sull'orlo dei minuti secondi la confezione del prodotto, conta davvero il secondo in più o in meno in cui un soffrittino giace in padella o un aroma viene aggiunto.

Diciamolo, man mano che i vecchi "trattori" scompaiono, con loro muore un modo verace di fare cucina romanesca, è nella natura delle cose,

so perfettamente che mai più mangeremo una coda alla vaccinara come quella di Mario a via dei serpenti per dirne uno, un piatto prelibato in cui il sapore del sedano che pure io non gradisco, si fondeva ed armonizzava con gli altri ingredienti in modo da creare una "poesia" di sapori, ti riconciliavi con il mondo, e quella, come il castrato è pietanza che non oso più nemmeno assaggiare, inutile affaticare il vecchio organismo di Marista con mediocri copie, meglio affidarsi a quel che oggi sanno fare e che non è poco, specie da quando molti nostri cuochi hanno capito che era necessario abbandonare certi giochetti copiati da oltralpe e tornare alla nostra cucina.

Comunque qualche ricettina di cucina quasi romana, da una quasi romana come me, accettatela

Minestra fitta di riso ed indivia riccia

½ kg di indivia riccia, 300 gr riso, una dadolata di buon guanciale .cipolla, aglio, sedano, carota per il battuto.

Ora io so che il battuto non è il massimo della leggerezza e mi regolo così, prima riduco a pezzi piccolissimi il guanciale e con poca acqua lo soffrigo in un padellino, ne tolgo in questo modo molto grasso, resta il magro con poco grasso, scolo ed aggiungo le verdure, un goccio di olio di oliva e soffrigo guanciale sgrassato e verdure, se vi piace, prima di spegnere il soffritto aggiungete filetti di pomodoro privati dei semi e delle bucce, mescolate, spegnete.

Mettete a cuocere la indivia in acqua, la avrete, averla ben lavata, tagliata a pezzettini, quando è quasi cotta, badando che ci sia abbastanza acqua per cuocere il riso, aggiungete il soffritto, e dopo ancora il riso. Dovete ottenere una minestra fitta. Le dosi che vi ho dato sono per 5 persone di buon appetito.

### Spinaci con uvetta e pinoli

Anche questi sono facili e credo che molti di voi ne conoscano la ricetta, ma vale la pena ripetere per chi non conoscesse questo contorno

1 kg  
e ½ di spinaci, dopo lessati li dovete freddare sotto acqua corrente fredda, strizzare senza sciuparli tra le mani a coppa.

Fate soffriggere del buon burro o olio extravergine con 2 spicchi di aglio lasciati interi o al massimo schiacciati, versate nella padella gli spinaci con un pugno di uvetta che avevate messo a bagno e strizzata, un pugno di pinoli, sale pepe, fare insaporire mescolando.

### Il Rosti cugino della frittata di patate alla romana?

Vi racconto anzitutto come i popolani della Roma che fu facevano la "frittata di patate", senza uova ed usando una bella padella di ferro, facendone risultare una pietanza gustosissima che, cosa non poco importante, saziava e soddisfaceva il palato. Dopo di che, chi conosce il rosti converrà con me che la "radice" è comune.

-prendete delle patate di pasta dura e lessatele in modo che siano ancora un poco "al dente", da fredde o quasi sbucciatele e tagliatele a

fette non troppo spesse (anche per questo non debbono essere troppo cotte). Mettete a soffriggere del guanciale ( se mai sgrassatelo prima come ho scritto nella ricetta del riso e indivia sopra) con un poco di cipolla fresca. Quando il soffritto è pronto, a fuoco vivace buttate le fettine di patate, mescolate, con la spatola di legno tagliate ancora di più le patate, come vengono, sta al vostro occhio capire quando le patate cominciano a far corpo ed è il momento di rovesciare la frittata per rosolarla dall'altra parte.

## Uova al sugo

In questo periodo dalle mie parti gli orti forniscono ottimi peperoni verdi, con quel tanto di dolce che ci vuole, ed è questo il momento per cuocere ottime uova al sugo con peperoni

Per il sugo potete usare la passata o i pezzettini, o un misto. Fate soffriggere la cipolla, non ce ne andrebbe poca, due cipollotti almeno, per cuocerli meglio, metteteli prima con un poco di acqua ed olio nel tegame, quando la cipolla è al punto giusto aggiungete i pomodori, a fuoco basso per buoni 15 minuti, poi aggiungete un circa 300 gr di listelle di peperoni verdi ed aglio. Questo sugo va cotto a lungo a fuoco basso, quando vi sembrerà ben amalgamato, dopo almeno 1 ora (giratelo spesso), versate in una pirofila da forno di quelle che poi portate in tavola, avrete infatti riscaldato il forno a 180°, nel sugo mettete le uova dopo aver scavato una buchetta, infornate per una decina di minuti e servite caldo, portando in tavola la pirofila. Certo si può fare senza peperoni, con un buon sugo denso (ecco perché i pezzettoni o i filetti di pomodoro maturo), arricchito di parmigiano, stravolge la ricetta originaria, ma si ha lo stesso una buona pietanza. (I parte)

La illustrazione del Pinelli è presa dal sito della Osteria del curato, se avessi violato il copyright vi prego di avvertirmi, sarà subito rimossa