

## Nonna Ada in cucina La cucina di Settembre e le pere volpine

Inviato da Marista Urru  
mercoledì 15 settembre 2010

Settembre ci regala una infinità di prodotti e con poca fatica e poca spesa possiamo variare quello che portiamo in tavola.

Per quelli che faranno delle salutari passeggiate in campagna o frequenteranno le varie fiere autunnali che presentano frutti dimenticati, riporto un paio di ricette con le pere volpine, pere selvatiche che non potete mangiare crude, questa la scheda trovata in rete:

"Pera selvatica, piccola, saporita, di polpa dura e granulosa, rotonda, croccante, carente di succhi, soda, rugosa, esteticamente non bella, di colore ruggine, dura, limitata di zuccheri e calorie, ricca di vitamine e sali minerali, aspra e tannica, per cui è necessario cucinarla, per lo più nell'acqua o nel vino, per poterla gustare.

Queste piccole pere maturano adesso e davvero le volpi, e non solo, ne sono ghiottissime. Nel mio giardino di quest'epoca gli animali selvatici le ammucciano sui muretti al sole al riparo da occhi indiscreti, qualcuno, credo i topi ed i guercini, le raccolgono in veri e propri nidi di foglie aperti che evidentemente le preservano dall'umido della notte, come dovremmo fare noi con le nespole e con le stesse pere volpine, magari usando della paglia; in questo modo diventano molto scure anche all'interno, e presto si sente un profumo intenso leggermente alcolico. E' poi divertente scoprire le tracce di quanti si son serviti, a cominciare dalle gazze e, visto che fermentano dovrei dire che la notte nel mio giardino qualcuno fa bisboccia!

### Pere volpine al vino rosso

Il modo più semplice e conosciuto è di preparare questo frutto è di cuocerlo nel vino rosso: mettetelo in una pirofila, senza aver loro tolto il picciolo, cospargetele di zucchero, tenendo presente che son frutti selvatici, quindi asprigni, versate una buona dose di vino rosso, io le copro visto che vanno cotte al forno e ci restano circa due ore a 180°, in questo caso il sugo si addenserà ed avrete una ottima crema gelatinosa. Io preferisco cuocerle in minor tempo, in questo modo anche a voi si dovrebbe formare un ottimo sciroppo con il quale napperete le pere, e se ne avanzasse conservatelo in frigorifero è ottimo per insaporire crepe dolci o anche il pan cake o da aggiungere alla frutta della crostata.

Niente impedisce comunque di cuocerle in acqua e vino , si accompagnano benissimo con formaggi rustici, se poi le abbinare con dell'autentico buon pecorino sardo, il successo è assicurato

### Risotto alla pera volpina

E' davvero molto buono ed a parte la cottura nel vino rosso della pera, è rapidissimo da fare. Le pere le tagliate a pezzi e le cuocerete a lungo ed a fuoco lento nel vino rosso con una o due foglie di alloro. Dopo di che le passerete col passavverdure, deve risultare una crema piuttosto densa

Il risotto lo farete nel solito modo:

fate soffriggere dolcemente un poco di cipolla, tostatevi il riso e aggiungete brodo vegetale unirete al riso a metà cottura la passata di pere e finirete la cottura sempre mescolando

L'uva il mio consiglio è di usarla comunemente in cucina e non solo per i dolci e se poi sarà uva spina vuol dire che faremo a quanto dicono una maggior riserva di vitamine, e chi sa se è vero.

### Insalata di pollo, radicchio ed uva

E' un piatto da realizzare svelto, non particolarmente costoso, e bello da portare in tavola

Usate il petto di pollo che se possibile cuocerete intero, conserva meglio il sapore, ma se non avete tempo potete benissimo usare filetti di pollo che taglierete a filettini.

Comunque il petto di pollo o i filetti, soffriggeteli con poco olio e con una o due foglie di alloro, verso fine cottura spremete del limone. Oppure se preferite il gusto del vino, verso fine cottura versate una tazzina di vino, fate evaporare. Preparate l'insalata tagliando il radicchio a striscioline, lavate e togliete i semi ad una ventina di acini di buona uva da tavola, tagliate a dadini una mela nuova, mescolate con il pollo tagliato a striscioline anche lui, sale e pepe. Potete condire con dell'olio di oliva, ma è molto meglio se accompagnerete con una salsa allo Yogurt. Lo Yogurt lo emulsionerete con olio di oliva, i cucchiaini di curry in polvere e ricordate che il curry, fa bene alla salute, ci sta ben un rametto di aneto tritato. La salsa versatela e mescolatela all'ultimo momento

## Salsa alla uva spina per pesce e carne

Innanzitutto chiarisco una cosa che io ho scoperto non da molto: di uva spina ce ne è di due varietà, quella dolce, che resta sempre asprigna, ma che potete consumare fresca in tavola, e quella che potete consumare solo cotta, ottima sempre per torte e dolci, ma anche e soprattutto per salse da carne e da pesce, come questa che vi riporto copiata da un quaderno di mia madre, ma che credo non sia niente altro che una classica salsa inglese

250 gr uva spina, pochi gr di burro, 100 gr di panna liquida

lavate gli acini e tagliate le due estremità, mettete la noce di burro in un pentolino, versate gli acini e cuocete a fuoco basso, quando cominciano a rompersi, passateli ad un colino a maglie fitte, spremeteli, fino a fare restare nel colino semi e bucce, rimettete al fuoco e aggiungete la panna a fuoco dolce, non fatela bollire. Invece della panna potete fare una besciamella non troppo soda. È ottima sul pesce alla griglia, io la ho provata su saragheti alla griglia, mi è piaciuta. Dovrebbe andare bene anche con arrosto di maiale.

## Porcini

Da noi è troppo asciutto, ma dei porcini si trovano al supermercato, per ora va così

Comunque con pochi funghi che sceglierete sodi, altrimenti lasciate perdere, potete insaporire del pesce o anche del semplice pollo

## Cosce di pollo ai porcini

8 cosce di pollo, 8 fette di pancetta tesa, un sei etti di funghi, vino bianco, brandy, menta, olio, sale, pepe, limone.

Io personalmente alla nepitella, menta selvatica o mentuccia, preferisco a volte la melissa, più delicata, ha un leggero aroma di limone e lieve sentore di menta, col pesce ed anche in questa ricetta, mi sembra sposi meglio.

Involgete le cosce di pollo nella pancetta, e mettetele a soffriggere nell'olio in cui avete fatto imbiondire qualche fettina di cipolla, rosolate a fuoco basso prima col vino e poi con una generosa spruzzata di brandy, quando l'alcool è evaporato unite i funghi a fettine, la menta selvatica, sale e pepe, bagnate con del brodo (poco) e fate cuocere. Sistematele sul piatto di portata con i funghi sui quali sta bene aggiungere del limone spremuto ( se piace, a me sembra pleonastico, ma così è la ricetta, dicono )