

I sapori della vita

Immagini dell'autore

**Luigi Marcone**

**I SAPORI DELLA VITA**

*Racconto*

BOOK  
**SPRINT**  
EDIZIONI

**[www.booksprintedizioni.it](http://www.booksprintedizioni.it)**

Copyright © 2015  
**Luigi Marcone**  
Tutti i diritti riservati

## Mangiar bene

Cosa significa mangiar bene?

Riempirsi fino a che lo stomaco accende la lucetta rossa e ti avverte che è arrivato, sforzarsi fino all'ultimo boccone di torta e alzarsi da tavola con la soddisfazione di aver mangiato di tutto e di più, in abbondanza e senza aver tralasciato nulla! E se qualcuno dovesse chiedere cosa si è mangiato, rispondere con naturalezza "non ricordo ma sto scoppiando" .

Può sembrare un'esagerazione, ma per alcuni "questo è mangiar bene" soprattutto in Campania.

Un esempio? Mi trovavo a lavorare in un locale dove si faceva soprattutto banchettistica, discutendo con il titolare dei vari menù per matrimoni da proporre, si intromise un suo conoscente che, dopo tanto parlare, se ne uscì dicendo che la soddisfazione più grande del suo matrimonio era stata fare tanta roba da mangiare che i suoi invitati; all'ottava ora del banchetto, non ce la facevano più ed era contento di questo, altro che preoccuparsi della qualità, degli abbinamenti dei gusti e sapori... Io non so se rimasi sconvolto o disgustato, ma questa è la realtà.

Vita dura per ristoranti che vogliono tenere una giusta coerenza rispetto ai luoghi in cui si trovano.

Mi spiego meglio.

Un ristorante dovrebbe tenere una specifica varietà di piatti ed usare i prodotti tipici del proprio territorio.

Se un ristorante si trova in un luogo di mare è giusto servire prodotti di mare, (pesce, crostacei, ecc.)

Allo stesso tempo si può inserire anche qualche piatto di carne, verdura, ma sarebbe impensabile mettere come specialità della casa un piatto a base di cinghiale, lepre o funghi porcini.

Del resto, se un ristorante si dovesse trovare su un cucuzzolo di una montagna, come si può pensare di poter trovare del pesce fresco?

Per assurdo c'è gente che lo chiede, e per di più ci sono ristoranti che lo offrono.

Volendo, se il ristorante è sul Vesuvio, si potrebbe pure fare, ci si mette in macchina e si va al porto di Napoli o di Pozzuoli e si prende; ma come si spiega che un ristorante che si trova lontano dal mare, riesce ad offrirti un piatto a base di pesce allo stesso prezzo, o addirittura a meno di un ristorante che si trova sul porto?

Qualcuno imbroglia, bara, inganna.

Analizziamo la situazione: se si va a prendere il pesce in una pescheria, non lo si trova sempre fresco, però un giorno prima lo si può ordinare e il pescivendolo lo fa trovare; una pescheria che si trova fuori "porto" che va a prendere del pesce, ha già dei costi, come il trasporto, quindi, quando fa pagare il prodotto si fa pagare anche il trasporto. Se un chilo di vongole costa al mercato nove euro, come minimo una pescheria lo fa pagare dieci euro e cinquanta, o undici; e quindi come ci mettiamo con i prezzi dei ristoranti? Come si spiegano queste offerte "sotto costo"

proposte sia da quelli in riva al mare che in collina o in montagna?

I ristoranti, e se non fanno così non lavorano, si trovano a dare di tutto e di più non perché son pazzi ma perché la clientela chiede il basso costo e ignora la qualità; ma chi ci perde in tutto questo sono gli stessi consumatori. Perché?

Gestire i tanti prodotti freschi in un ristorante non è facile, per lo più vengono congelati e serviti come “freschi”; ma ci sono i controlli sanitari, direte voi, ma il congelato illegale viene fatto a casa o in depositi nascosti. Si possono acquistare salse, ragù già pronti, verdure grigliate, fritte e congelate; un cuoco può avere tutta la professionalità di questo mondo, ma spesso è costretto a lavorare così, anche perché non esistono più le “vecchie brigate di cucina” formate come minimo da quattro/cinque elementi, adesso se in cucina ci sono un paio di cuochi è già tanto e quindi, a volte, si è costretti a trascurare la qualità e andare avanti perché bisogna essere veloci, rapidi, e servire la massa dei clienti indistinti. Se disgraziatamente il ristorante in cui si lavora ha una sala da cento, centoventi posti allora il nostro bistrattato cuoco oltre al già straordinario lavoro per il ristorante si deve moltiplicare in “stile super eroe” per sobbarcarsi il sovraccarico dei matrimoni, comunioni e battesimi. Ormai la ristorazione in Campania è diventata come la Rai, trovi di tutto di più e spesso senza qualità. E forse non solo in Campania...

Allora così facendo come si può offrire al cliente un livello qualitativo?

A mio avviso basterebbe un po' di cultura culinaria, frequentare i mercati per farsi un'idea dei prezzi dei prodotti di qualità e magari smettere di fare gli abbuf-

fini. Così si inizierebbe a saper selezionare i ristoranti che si adeguerebbero, facendo un menù magari più ristretto ma certamente più qualitativo, ricercando il miglior rapporto qualità-prezzo; così anche chi lavora in cucina potrà mostrare le proprie qualità creando, eseguendo piatti ben congegnati, ben studiati e infine ben eseguiti; così la distinzione e il guadagno, tra i veri chef e i “cuoci pietanze” verrebbe finalmente e oggettivamente riconosciuta e ricercata!



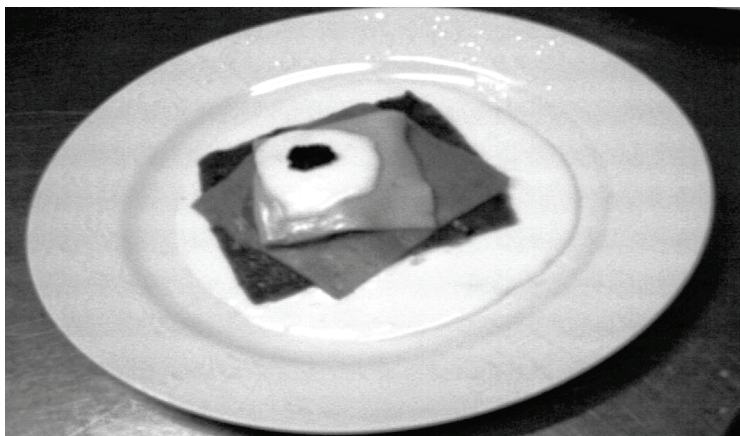
## Creazione di un piatto

La realizzazione di un piatto è estremamente importante, soprattutto se si cerca di creare un piatto nuovo. Quali sono gli ingredienti che bisogna avere per creare tale piatto?

Ci vuole una buona base culinaria, cioè avere una buona conoscenza tecnica di cucina e conoscere e saper fare dei fondi di cottura (fondo bruno, fondo bianco, fondo di pesce il cosiddetto fumé, Roux ecc.); una buona conoscenza di salse; sapere le varie differenze di cottura perché a piatti diversi corrispondono cotture diverse (fuoco lento, medio, veloce); avere un'ottima conoscenza degli alimenti, delle spezie, in pratica avere le giuste competenze su tutto ciò che si usa per fare un piatto.

Il mio stile in cucina, ad esempio, parte dal presupposto che nulla più si può inventare, ma modificare cambiando le modalità.

## *Lasagna vegetariana alla scarola*



*Come è nato questo piatto:*

Dovevo fare un menù per un evento di degustazione di vini denominato “Viaggio nel Cru di Borgogna”, il 6 febbraio 2004.

In genere, quando si fanno questi eventi, ad ogni portata viene abbinato un vino e stop. In questa occasione, siccome bisognava presentare dei vini in pompa magna, ho dovuto studiare a fondo le caratteristiche di ognuno di essi. Quindi per un primo che andasse bene per il “Pernand Vergelesses Premier Cru les Vergelesses-Antonin Guyon”, il pesce era impensabile, infatti il vino era rosso (a meno che non avessi fatto un piatto di pesce molto strutturato) e poi perché il locale in cui lavoravo non era in una zona di mare. Farlo a base di carne non mi andava, era troppo scontato, dovevo fare qualcosa a base di verdura, non troppo delicato ma neanche troppo forte di sapore, e

doveva appartenere ad una tradizione Campana naturalmente da me modificata. Ricordo che l'idea mi venne in mente prima che mi stesse per uscire il fumo dalle orecchie: la pizza di scarole.

La scarola è una verdura che si trova nel periodo autunnale, ottobre/novembre, dal gusto un po' amaro-gnolo, viene usata in varie ricette e una di queste è la "pizza di scarole".

La pizza di scarole è un piatto napoletano, per quanto mi riguarda e per intenderci assomiglia ad un rustico; viene fatta con l'impasto della pizza (pasta lievitata).

### *Pizza di scarole*

Si prende la scarola le si levano le foglie più verdi, si taglia, si lava e la si fa asciugare; si prende un tegame dai bordi alti, si mette uno spicchio d'aglio, dell'olio d'oliva e lo si fa rosolare bene; si toglie l'aglio e si mette la scarola, la si condisce con sale e pepe, poi si aggiungono dei filetti di alicie sott'olio, dell'uva sultana, pinoli, olive nere di Gaeta, e si fa cuocere; a cottura ultimata la si fa raffreddare .

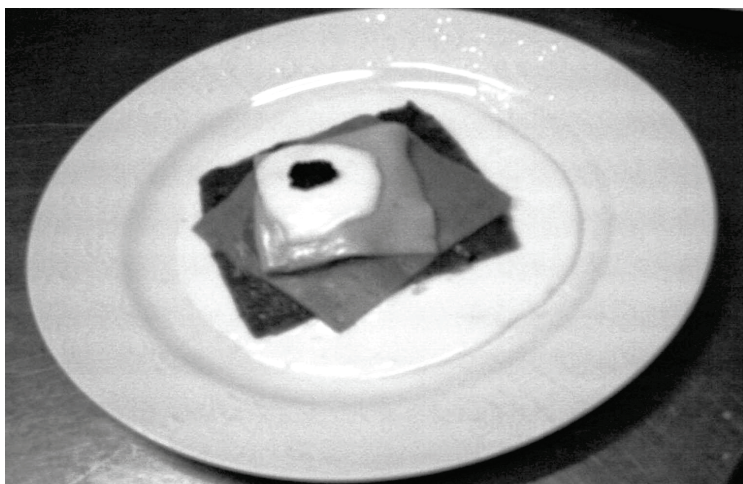
Si prende la farina e la si mette a fontana, si prende un pezzo di lievito e lo si mette a sciogliere in acqua appena tiepida, la si mette al centro della fontana, si sala, si aggiunge un goccio d'olio d'oliva o dello strutto e si impasta; quindi vengono fatte due pagnotte e si fa crescere, così quando sono ben lievitate si prendono e con un matterello si stendono e si formano due dischi, uno lo si mette sulla teglia a bordi alti, e lo si riempie di scarola l'altro serve per chiudere; si mette in forno a 180 gradi per circa 45 minuti.

Tradizione della mia famiglia vuole che venga fatta a pranzo il giorno della vigilia di Natale, per tenerci “leggeri per il cenone” anche se ovviamente non mangiamo solo la pizza di scarole...

Ritornando al piatto da me inventato, decisi di fare un primo rappresentando la pizza di scarole.

Doveva essere un piatto stravagante ma conosciuto nel sapore.

Adesso gustatevi questa ricetta...



*Lasagna vegetariana alla scarola con crema al formaggio.*

Preparare tre tipi di sfoglie di pasta: bianca, nera, e rossa; tutte e tre devono avere tre misure diverse, la nera più grande della rossa e la rossa più grande della bianca.

Per la sfoglia bianca miscelare 250g di farina 00 e 250g di farina di grano duro, disporre su un piano a