

FOCUS 3: le ricette di Sandra Salerno e Bruno Barbieri

QUANDO IL FRIGO DIVENTA GOURMET: ECCO I CONSIGLI DI DUE FOOD CELEBRITIES

Cosa c'è nel frigo della blogger Sandra Salerno e dello chef Bruno Barbieri? Le due star dei fornelli aprono per noi il loro frigorifero e propongono 6 ricette e altrettanti abbinamenti con la birra partendo dagli ingredienti dei 6 nuclei familiari tipo del ventunesimo secolo (v. Focus 2)

UNO SGUARDO NEL FRIGORIFERO DI SANDRA SALERNO...

Classe 1967, torinese doc, food writer, foodblogger e consulente enogastronomica, Sandra Salerno ha creato e cura il blog "Un tocco di zenzero" (www.untoccodizenzero.it), piccola enciclopedia culinaria che raccoglie oltre mille ricette fra appetizer e paste fresche, finger food e piccola pasticceria; un luogo dal quale attingere menù inediti per pranzi e cene adatti ad ogni occasione, dalle più formali e raffinate alle più semplici e veloci, ma sempre gourmandes.

Nel 2009 si è aggiudicata il prestigioso primo premio nella categoria food & wine dei Macchianera Blog Awards.

Allora, Sandra, cosa c'è nel tuo frigo estivo?

"D'estate nel mio frigorifero il verde è il colore dominante. Tanti ortaggi, ma anche tanta frutta. E poi, pesce, un po' di carne e formaggi freschi. E, naturalmente, la birra! D'estate mi piace fare abbinamenti con la birra perché è perfetta per la mia cucina veloce e semplice. Faccio piatti leggeri che chiamano birre leggere. Per esempio una delicata blanche per le preparazioni a base di pesce o una tartare di carne cruda o la nota amara di una pils per abbinare formaggi come caprino o mozzarella con un pinzimonio di verdure."

...E IN QUELLO DI BRUNO BARBIERI

Chef Patron del ristorante Cotidie di Londra, Bruno Barbieri, 50 anni, inizia la carriera imbarcato su una nave da crociera come cuoco. Diventa poi uno dei protagonisti della brigata del Trigabolo di Argenta (FE) dove conquista le prime due stelle Michelin.

Da Executive Chef passa alla Locanda Solarola, alle porte di Bologna, poi alla Grotta di Brisighella (RA) e infine all'Arquade, sulle colline veronesi. Negli anni ha raccolto numerosi riconoscimenti di pubblico e di critica, a livello nazionale e internazionale. Complessivamente è lo chef italiano ad aver conquistato il maggior numero di stelle Michelin (7) assieme a Gualtiero Marchesi.

Autore di numerosi libri di cucina e protagonista di molti programmi televisivi per Gambero Rosso Channel, Barbieri è stato scelto come giudice dell'edizione italiana del celebre talent show Masterchef. Ruolo riconfermatogli, dopo il grande successo della prima stagione, anche per l'edizione 2012.

Allora chef, cosa non manca nel suo frigo d'estate?

"Nel mio frigo estivo ci sono un sacco di cose buone. Del pesce, come ventresca di tonno, salmone e pesce azzurro, un sacco di frutta di stagione, quindi pesche, albicocche, ciliegie. E ancora, yogurt, molta insalata e una cosa che non manca mai: la birra, in tutte le sue colorazioni. D'estate, quando torno a casa d'estate mi piace molto regalarmi una birra fresca: in questa stagione è la mia bevanda preferita. Mi piace berla ma anche cucinarci e abbinarle. Le bionde con i crostacei e i frutti di mare, le rosse con la pasta al forno o con le verdure, per esempio una pizza con scarola e olive taggiasche... Le varietà più scure e corpose sono un'idea perfetta con le carni rosse e la selvaggina. Ma la mia preferita è la weizen: ottima con formaggi erborinati e pesci grassi come salmone o tonno."

IL FRIGO DEL SINGLE

Sandra Salerno: Gnocchi con salmone affumicato e pomodorini

In abbinamento con: LAGER

Ingredienti per 4 persone

500 gr di gnocchi / 100 gr di pomodorini / 50 gr di salmone affumicato / 4 pomodorini sott'olio / olio extravergine di oliva / sale / pepe

Procedimento

Per il condimento: tagliare a pezzetti il salmone, affettare i pomodorini, scaldare un cucchiaio d'olio in una padella. Cuocere per qualche minuto i pomodorini e aggiungere a termine cottura il salmone. Spegnerne il fuoco e tenere da parte.

Per gli gnocchi: portare a bollire una pentola d'acqua, cuocere. Scolare quando vengono a galla, saltare nella padella con il condimento. Aggiungere un filo d'olio se necessario.

Servire subito, decorando con i pomodorini sott'olio.

Bruno Barbieri: Tartare di salmone con misticanza, intingolo di alici e pomodori secchi

In abbinamento con: WEIZEN

Ingredienti per 4 persone

1 bafra di salmone / 1 lime / 1 arancia / misticanza (mix di insalate più erbe aromatiche) a piacere / 200 gr di pomodori secchi pronti in olio extravergine e spezie / 5-6 filetti di alici sott'olio / 300 gr di zucchero / 200 gr di sale mixato per marinare il salmone

Procedimento

Marinare per 12 ore il salmone con il mix di zucchero e sale; sovrapporvi l'arancia e il lime a fette. Tagliare a piccoli pezzetti i pomodori secchi aggiungendovi un trito di alici ed erbe secche, origano, timo, semi di finocchio.

Tagliare a fette il salmone, batterlo a coltello, aggiustarlo di sale pepe. Condire con qualche goccia di olio e arancia.

Porre il battuto di pomodori secchi e alici al centro del piatto, aggiungervi la tartare di salmone e guarnire con la misticanza d'insalata.

IL FRIGO DEI COINQUILINI

Sandra Salerno: Pizzette golose

In abbinamento con: LAGER

Ingredienti per 4 persone

1 confezione di pizza pronta / 1 pomodoro / 80 gr di pancetta affumicata / 6 mozzarelle o bocconcini / olio extravergine di oliva / sale / pepe

Procedimento

Stendere la pasta della pizza. Utilizzare un tagliapasta rotondo oppure un bicchiere e ricavare i dischi dall'impasto, metterli in una teglia foderata con carta forno. Condire con qualche goccia d'olio, distribuire le fettine di pomodoro sull'impasto e i dadini di pancetta affumicata. Macinare pepe al momento. Mettere in forno (temperatura 225°) per 10 minuti. Togliere dal forno, distribuire sulle pizzette la mozzarella, infornare per altri 3/4 minuti. Servire subito.

Bruno Barbieri: Uova strapazzate con il frullato di pomodoro e mozzarella con pesto di basilico

In abbinamento con: PILS

Ingredienti per 4 persone

8 uova / 50 gr di mozzarella / 4 cucchiaini di pomodoro / 4 cucchiaini di salsa di pomodoro / 1 cucchiaino di pesto di basilico / 1 cucchiaino di nocciole tritate

Procedimento

Con un piccolo coltello fare un'incisione sulla parte allungata dell'uovo, svuotarlo e separare il tuorlo dall'albume. Rompere l'albume, salarlo e cuocerlo per qualche minuto; aggiungervi un goccio di latte e poi, fuori dal fuoco, il tuorlo. Riempire a strati il guscio con strapazzata, pomodoro, mozzarella, nocciole e pesto, fino al riempimento dell'uovo. Passarlo infine per qualche minuto nel forno molto caldo. Servire le uova su sale grosso.

IL FRIGO DELLA COPPIA SENZA FIGLI**Sandra Salerno: Strascinati con caciocavallo, scarola e pomodorini**

In abbinamento con: BLANCHE

Ingredienti per 4 persone

500 gr di strascinati o di orecchiette fresche / 2 rametti di pomodorini Piccadilly / 250 gr di scarola / olio extravergine di oliva / 1 spicchio di aglio/ sale / peperoncino

Procedimento

Per il condimento: lavare e affettare i pomodorini, lavare bene la scarola, tagliarla a pezzetti. Scaldare 2 cucchiaini d'olio in una padella capiente. Soffriggere per un minuto l'aglio e successivamente eliminarlo. Aggiungere i pomodorini e cuocere per 3-4 minuti. A questo punto mettere nella padella la scarola e cuocere per altri 5 minuti. Salare e aggiungere peperoncino a piacere.

Per la pasta: portare a bollire una pentola d'acqua, cuocere la pasta al dente, scolare; dopodiché far saltare in padella con il condimento. Servire con un filo d'olio.

Bruno Barbieri: Insalata tiepida di orata con verdure all'olio di scalogno e maionese allo yogurt

In abbinamento con: ANALCOLICA

Ingredienti per 4 persone

4 filetti di orata / 200 gr di fagiolini verdi / 2 zucchine / 2 patate / 12 pomodorini ciliegia / 4 cucchiaini di maionese / 1 cucchiaino di senape / 4 cucchiaini di yogurt magro / 1 scalogno / olio extravergine di oliva qb

Procedimento

Tornire tutte le verdure dando una forma a piacere: tonde, allungate a cubetti. Sfilettare le orate e tagliarle a pezzi medio-piccoli. Passare le verdure in padella tenendole leggermente croccanti. Cuocere l'orata a vapore con acqua leggermente aromatizzata per un paio di minuti coperta.

Aromatizzare la maionese con la senape e qualche goccia di limone o di aceto. Aromatizzare lo yogurt con un po' di erba cipollina (a piacere). Aromatizzare l'olio extravergine di oliva con lo scalogno unendo i due elementi e scaldandoli sul fuoco.

Porre le verdure su piatti grandi individuali, sovrapporvi l'orata, condire con un filo di olio extravergine di oliva e guarnire con maionese e qualche goccia di yogurt.

IL FRIGO DELLA COPPIA MULTIETNICA**Sandra Salerno: Cous cous con gamberi, ananas, mandorle e pancetta affumicata**

In abbinamento con: LAGER

Ingredienti per 4 persone

150 gr di cous cous / 8 gamberi / 1 fetta di ananas / 20 gr di mandorle pelate / 1 cucchiaino di pancetta a dadini / olio extravergine di oliva / peperoncino / sale / pepe

Procedimento

Cuocere il cous cous come indicato nella confezione. In una padella cuocere la pancetta per un minuto, i gamberi (già lavati e senza carapace e budellino nero) e infine l'ananas tagliato a pezzetti. Aggiungere un pizzico di sale se necessario e una macinata di pepe.

Unire il cous cous al condimento, insaporire con peperoncino in polvere.

Distribuire nei piatti e servire subito. Può anche essere consumato tiepido.

Bruno Barbieri: Cocotte di gamberi con riso profumato, caponata di verdure, brunoise di ananas e mandorle

In abbinamento con: DOPPIO MALTO

Ingredienti per 4 persone

200 gr di riso basmati / 1 peperone / 2 pomodori maturi / 1 melanzana / 1 piccola cipolla / 12 grossi gamberoni / 3 fette di ananas / 150 gr di mandorle / aglio / timo / olio extravergine

Procedimento

Tagliare le verdure a cubetti medio-grandi; passarli in padella con olio, aglio e timo; aggiustare il tutto di sale e pepe.

Cuocere poi il riso in abbondante acqua salata, leggermente aromatizzata con una foglia di alloro e di sedano. Terminata la cottura, raffreddarlo per qualche istante sotto l'acqua corrente non troppo fredda.

Passare i gamberoni in padella con olio e aglio per qualche minuto. In una capiente ciotola unire il riso alle verdure, aggiungervi i gamberoni e condire il tutto.

In quattro belle ciotole porre il riso con le verdure e i gamberoni; tagliare l'ananas a cubettini piccoli e condirla con olio; passare in padella le mandorle tostandole leggermente. Aggiungere il tutto al riso.

IL FRIGO DELLA FAMIGLIA TRADIZIONALE

Sandra Salerno: Involtini di vitella con pancetta coppata e burrata con pomodorini in bicchiere

In abbinamento con: ALE

Ingredienti per 4 persone

4 fettine di vitella / 12 fette di pancetta coppata / 100 gr di burrata / olio extravergine di oliva / sale / pepe / 2 rametti di pomodorini

Procedimento

Stendere le fette di carne su un tagliere, distribuire sulle fette di carne la pancetta e la burrata (tagliata a dadini), macinare pepe sulla carne. Arrotolare la carne, chiudere con degli stecchini di legno gli involtini. Scaldare un cucchiaio d'olio in una padella capiente, cuocere gli involtini per qualche minuto per parte arrostendoli bene. Terminare la cottura. Salare, pepare.

Pomodorini: affettare i pomodori, condire con olio, sale e pepe. Distribuire nei bicchierini.

Eliminare gli stecchini di legno, affettare gli involtini e servire subito, con i bicchierini di pomodori.

Bruno Barbieri: Battuto di melanzane affumicate con frappé di pomodoro, chutney di frutta e quaglie arrostate

In abbinamento con: ROSSA

Ingredienti per 4 persone

4 quaglie / 2 melanzane / 4 cucchiaini di latte

Per il chutney: 1 mela / 1 pera / 2 pomodori verdi / 1 lime / 1 cipolla / 1 peperoncino / 1 bicchierino di aceto / zucchero pectinato in quantità secondo del peso della frutta tagliata e pulita / 1 grattata di zenzero

Procedimento

Preparare il chutney tagliando la frutta e la verdura a piccoli pezzi; aggiungere lo zucchero pectinato, il succo di lime più la sua buccia grattugiata, l'aceto, il peperoncino; far marinare per un paio d'ore. Cuocere il tutto finché non cominci a raddensarsi.

Tagliare le melanzane a fette, passarle al grill del forno; aggiungerci aglio e menta in foglie. Terminata la cottura, battere le melanzane a coltello e condirle con sale affumicato e olio extravergine di oliva.
Disossare le quaglie, passarle in padella con aglio e rosmarino, salarle, peparle e cuocerle per un paio di minuti.
Per il frappé di pomodoro, tagliare i pomodori a pezzi, marinarli con aglio e basilico e poi passarli in padella per un paio di minuti. Frullare il tutto aggiungendo 4 cucchiaini di latte.
Porre il frappé di pomodoro in piccole fondine, aggiungerci una quenelle di melanzane battute e poi le quaglie; guarnire con qualche goccia di chutney di frutta.

IL FRIGO DELLA FAMIGLIA ALLARGATA

Sandra Salerno: Tortino di alici e sesamo, insalata di songino con ribes rosso

In abbinamento con: PILS

Ingredienti per 4 persone

400 gr di alici (pulite/diliscate) / 2 cucchiaini di sesamo / olio extravergine di oliva / 1 cucchiaino di caciocavallo grattugiato / songino / 1 cucchiaino di ribes rosso / pangrattato / sale / pepe

Procedimento

Lavare e asciugare le alici. Preparare 4 pirottini di metallo: oliare e cospargere con il sesamo il fondo. Mettere il pangrattato in un piatto e impanare le alici. Aggiungere il sesamo, sale, pepe e il caciocavallo; mescolare bene con le mani.

Riempire i pirottini con le alici, formando degli strati. Cospargere del sesamo sull'ultimo strato e infornare (temperatura 180°-200°) per 10/12 minuti.

Nel frattempo preparare l'insalata: condire il songino e il ribes rosso con un filo d'olio, sale e pepe.

Servire il tortino di alici con l'insalata.

Bruno Barbieri: Fonduta di formaggi con macedonia di verdure, bocconcini di pollo, salsa di yogurt e mele

In abbinamento con: LAGER

Ingredienti per 4 persone

2 petti di pollo tagliati a cubetti grossi / 1 patata / 1 carota / 1 piccolo porro / 1 stecca di sedano

Per la fonduta di formaggi: 100 gr di stracchino / 100 gr di scamorza / 100 gr di parmigiano / 1 bicchiere di crema di latte

Procedimento

Tagliare tutte le verdure a piccoli pezzi; passarle in padella con aglio e olio per un paio di minuti tenendole croccanti e aggiustare di sale e pepe. A parte unire tutti i formaggi in una casseruola con la crema di latte, sale, pepe e fondere il tutto a bagnomaria: dovrà risultare una crema densa.

Saltare poi in padella i bocconcini di pollo con olio e aglio; aggiungerci le verdure e terminare la cottura.

Porre un cucchiaino di fonduta di formaggi al centro del piatto; sovrapporvi il pollo e le verdure; nappare infine il tutto con un goccio di salsa yogurt e una brunoise (mele a cubettini) di mele leggermente scottate.

Per info ufficio stampa AssoBirra

Roma

Matteo de Angelis – 06.44160834 – 3346788708 – m.deangelis@inc-comunicazione.it

Simone Silvi – 06.44160881 – 3351097279 – s.silvi@inc-comunicazione.it

Milano

Eugenia Montanaro – 02.8900870 – emontanaro@eidos.net