

Cucina anti spreco

Tra gli insegnamenti lasciati in eredità dall'Expo, quello dello spreco alimentare è particolarmente sentito. Questo mese noi di Cotto e Mangiato abbiamo quindi pensato di affrontarlo, anche con l'aiuto di tre grandi chef e delle loro ricette anti spreco. Sul fatto che non bisogna sprecare il cibo siamo tutti d'accordo e consapevoli. In Italia, da alcuni anni, si parla di questo tema con cognizione di causa e con grande attenzione però, purtroppo, lo spreco continua. Secondo i recenti dati forniti all'Expo, lo spreco di cibo, dalla dispensa di casa al frigorifero, dai fornelli al bidone della spazzatura, costa circa 6,7 euro a settimana per famiglia. Sono circa 650 grammi di cibo ancora utilizzabile che noi buttiamo nella spazzatura, per un totale di 8,4 miliardi di euro all'anno. Cifre che globalmente fanno paura e fanno riflettere. Grande impatto sulla filosofia della cucina anti spreco ha avuto il progetto di Massimo Bottura con il Refettorio Ambrosiano di Greco, a Milano. Un ristorante che lo chef dell'Osteria Francescana di Modena ha realizzato con Davide Rampello e la Caritas. Al Refettorio Ambrosiano ogni giorno sono stati raccolti tutti gli "scarti" delle cucine dell'Expo, poi utilizzati per cucinare per i poveri da 44 chef stellati che si sono alternati nei sei mesi dell'Esposizione. Un progetto che oggi Bottura vuole esportare in altri Paesi. In questo speciale, oltre alle ricette fatte esclusivamente per Cotto e Mangiato Magazine dai tre chef Andrea Berton, Davide Oldani e Massimo Bottura, abbiamo inserito anche una serie di idee sul riciclo degli ingredienti realizzate dalla redazione e dal nostro chef. Con i consigli e la creatività di Cotto e Mangiato magazine porterete come sempre in tavola dei piatti veramente unici e di successo.

LA POSTA

La vera cotoletta

In occasione di un recente viaggio a Milano, ho assaggiato in una trattoria la cotoletta alla milanese, quella autentica per intenderci, frita nel burro. Aveva un sapore particolarissimo, che mi è piaciuto molto. Una volta rientrato a casa, ho provato a prepararla, ma il sapore non era lo stesso, anzi, sapeva quasi di bruciato. Dove ho sbagliato? Grazie e complimenti per il vostro bel giornale!

Giacomo, Sestri Levante

Caro Giacomo, per una frittura perfetta, bisogna tenere in considerazione il punto di fumo dell'olio o, nel tuo caso, del burro. Il punto di fumo è la massima

temperatura che questi grassi possono raggiungere prima di deteriorarsi. Nel burro è bassa, intorno ai 130°C. Se con la frittura hai superato questa temperatura, ecco spiegato l'errore. Un rimedio facile consiste nell'utilizzare il burro chiarificato, che contiene meno acqua e può raggiungere temperature più elevate. Lo trovi in vendita al supermercato. Ma se continui a seguirci, imparerai presto a realizzarlo anche in casa!

Un perfetto bagnomaria

Gentile redazione, spesso nelle vostre ricette suggerite la cottura a bagnomaria: è davvero indispensabile? O è possibile sostituirla con quella classica? Inoltre,

sapete dirmi da dove arriva questo strano nome? Grazie e a presto!

Vittoria, Empoli

La cottura a bagnomaria è indispensabile per alcune preparazioni. Più lenta e delicata di quella classica, avviene a temperature inferiori, poiché l'alimento da cuocere è inserito in un recipiente posto a sua volta in un pentolino pieno d'acqua, che non deve superare la temperatura di 100°C. Molto usata in pasticceria, è adatta alla preparazione di creme e salse. Quanto all'origine del nome, sembra derivi da un'antica alchimista di nome Maria, probabilmente vissuta nell'Alto Medioevo. Un abbraccio.