LABORATORIO DI CUCINA CON LE ERBE SELVATICHE

Aromi e profumi di campo e di montagna nella nostra cucina

Giovedì 9 maggio 2013

Quelle che, alle 19.00 in punto, nella cucina della casa aperta di Piedicastello sono state accolte dalla "donna in campo" Chiara March, dall'esperta botanica Emma Clauser, e dall'attenta cuoca Friederike Oursin.

Quelle che, sono state rapite dalle attente spiegazioni di Emma sulle erbe di alliaria, della consolida, del luppolo e dell'ortica e ancora dal silene e poi dal sambuco e dal tarassaco e che assorte pensavano: ma ce l'avrò nel campo? Sarà o non sarà quella?

Quelle che, prima hanno visionato foglie, radici, fiori, poi le hanno cucinate e, per il piacere del nostro palato, mangiato anzi …….. gustate.

Quelle che, prima di iniziare a "lavorare" hanno brindato con vino bianco fresco della "Emma", acqua, succo e fiori di sambuco. Buono e dissetante.

Quelle che, sotto l'attenta supervisione di Friederike, hanno preparato nell'ordine:

fette di pane spalmato con una crema di burro e alliaria

fiori di sambuco, fiori di tarassaco, fiori di trifoglio e foglie di consolida fritti

cime di luppolo condite

con vinaigrette e l'uovo

E per finire gli spaetzle di ortica e silene con burro fuso e salvia.

Quelle che, soddisfatte e satolle, si sono salutate per … rivedersi giovedì prossimo per la seconda puntata di questa bella avventura con le erbe di campo.

LE RICETTE:

PANE CON BURRO E ALLIARIA: tritare finemente le foglie di alliaria. Mescolarle con il burro morbido e spalmare sul pane.

FIORI MISTI FRITTI: mescolare farina e acqua fredda frizzante. Immergere i fiori e poi metterli in padella con abbondante olio bollente.

CIME DI LUPPOLO: lessate in acqua bollente e condite con una vinaigrette di olio, aceto di qualità, senape, sale e pepe.

UOVO (NON IN CAMICIA MA QUASI): foderare una coppetta con la pellicola, ungerla bene di olio. Spaccare dentro l'uovo stando attenti a non rompere il rosso. Mettere un po' di sale. Chiudere la pellicola e formare una pallina tipo mozzarella (cercare di far uscire tutta l'aria). Annodare con spago di cucina. Immergere le palline in acqua bollente per 5/6 minuti massimo. Tagliare la sommità e aiutandosi con un cucchiaio far scivolare l'uovo nel piatto.

SPAZTLE DI ORTICA E SILENE: lessare le foglie di ortica e silene. Aggiungere le uova, farina, sale latte e impastare. Con la macchinetta fare gli spatzle e cuocere in acqua bollente. Condire con burro fuso e salvia.