



NOTIZIE DI CIBO

GOLOSO CHI LEGGE

GIALLO VACANZA

Un lago prosciugato in una tenuta vinicola nella Maremma toscana riporta alla luce un segreto del passato.

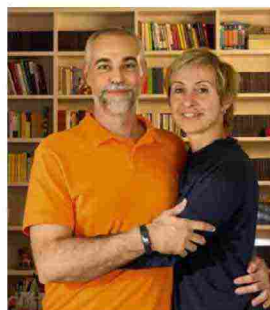
Vino, cibo e misteri nel nuovo romanzo della coppia Malvaldi-Bruzzone

+ 8 titoli da assaporare in pieno relax

«**U**n albume d'uovo contiene, sospese in acqua, più di dieci proteine diverse. Ulteriori dieci sono contenute nel tuorlo, insieme a sei o sette tipi di acidi grassi differenti; in tutto quasi trenta componenti di partenza, ognuno con la propria composizione chimica, che ne regola la struttura molecolare e supramolecolare, la quale è sensibilissima a cambiamenti anche minimi sia a livello chimico che a livello fisico.

Il che spiega perché è così difficile fare la pasta alla carbonara.

Prima di iniziare a cucinare, mi piace allineare di fronte a me sul banco tutti gli ingredienti, in fila come soldati pronti a obbedire ai miei ordini; quando uno ha figli adolescenti, sono soddisfazioni. Quel giovedì pomeriggio, sull'attenti, gli ingredienti schierati erano pochi, ma giusti. Otto uova, pecorino, parmigiano, sale, pepe e il guancialetto. E poi gli spaghetti, certo. Spaghetti, mi raccomando.



Marco Malvaldi e Samantha Bruzzone, compagni nella vita, firmano il secondo romanzo giallo insieme. Qui potete leggerne un estratto.

La carbonara è un piatto per le occasioni un po' particolari: sa di pace fatta, di relax, di ritorno a casa – tipicamente, la richiesta viene fatta da Virgilio quando rientra da un congresso in Giappone, dopo una settimana a mangiare pesce crudo con o senza riso, perché la mensa nei congressi degli ingegneri è ottimizzata al fine di nutrire le persone in modo unanime nel minor tempo possibile e in maniera salutare,

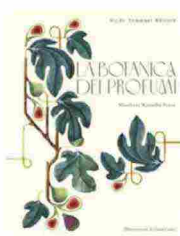
e nulla come il sushi raggiunge l'obiettivo. Questa volta, invece, è stata richiesta a gran voce dai bimbi, come risarcimento per aver passato una sera senza sapere dove fosse finita mamma, oltre che da Virgilio, come risarcimento per aver passato una sera coi bimbi da solo – se facessi il conto io delle sere che ho passato da sola coi bimbi altro che carbonara, due settimane alle Maldive tutti gli anni, ma transeat. E poi la carbonara piace anche a me. Mi piace mangiarla, ma soprattutto prepararla. È una delle occasioni in cui il piccolo chimico che è in me si sveglia e gode a fare le cose come vanno fatte.

I primi passi sono questione di gusti personali: quante uova usare (io uso un uovo intero e un tuorlo a persona che così coi chiari avanzati faccio le meringhe), quanto e quale formaggio aggiungere (in casa Martini&Rossi si verte su pecorino maremmano e parmigiano in quantità uguali, cinquanta grammi a testa). Si rompono le uova, si sbattono, si aggiunge il formaggio. Si ottiene in questo modo un conglomerato della consistenza dell'asfalto, che va scaldato per sciogliere i grassi del formaggio e denaturare le proteine delle uova. E qui occorre ricordarsi del Secondo Principio della Termodinamica della Carbonara, quello che non va infranto, pena la condanna a mangiarsela tutta e fare anche finta che sia buona: mai superare i sessantadue gradi.

Un uovo è fatto di due terzi di albume e un terzo di tuorlo, e questo lo sanno tutti; l'albume è una soluzione di proteine in acqua, il tuorlo è un miscuglio di acqua, proteine e grassi, e anche questo è universalmente noto. Quello che non

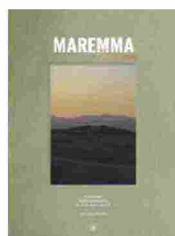


La cucina a vista nei ristoranti, creata dallo chef Joël Robuchon nel 2003, è ancora attualissima. L'autore la chiama «aperta» e da quel punto di vista privilegiato narra ciò che i cuochi vedono mentre la gente, in sala, mangia. T. Melilli, *Cucina aperta*, 66hand2nd, 14,25 euro.



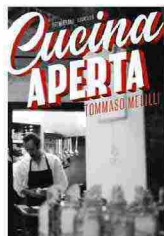
Gli aromi ci accompagnano costantemente, anche in cucina. Per esempio la fava tonka sapete da cosa deriva? Una rassegna per scoprire il mondo affascinante dei profumi. N.R. Pezza, *illustrazioni G. Cairo, La botanica dei profumi*, Guido Tommasi Editore, 25 euro.

La visione della Maremma che ci regala questo libro si allontana, a ragione, da quella «nostalgica dei butteri, dei briganti e dell'acquacotta». Un viaggio per scoprire i sapori autentici di questa terra. *Maremma toscana*, a cura di Aldo Fiordelli, Gruppo Editoriale, 20 euro.



Se i ristoranti tre stelle Michelin vi affascinano (o, al contrario, vi irritano) e i misteri vi intrigano, ecco il libro perfetto per voi. Un romanzo giallo che va dietro le quinte di un mondo scintillante. L. Iaccarino, *Qualcuno sta uccidendo i più grandi cuochi d'Italia*, EDT, 15 euro.

Una rassegna affettuosa dei piatti della cucina giapponese più cari all'autore (sono sue anche le illustrazioni). I sapori e i profumi mescolati ai ricordi danno un gusto unico a ogni piatto. M. Noriko, *I miei piatti preferiti. La cucina giapponese di tutti i giorni*, Einaudi, 18 euro.



tutti sanno è come comportarsi con le proteine in questione per convincerle a fare ciò che vogliamo noi, e cioè scorrere in una crema morbida.

Le proteine sono lunghe molecole lineari, a spaghetti, che quando sono in acqua si raggomitano; in questo stato, acqua più gomitioli, la soluzione ha una viscosità simile alla bava di lumaca – accettabile come sciroppo per la tosse, ma non come alimento. Per formare una crema dobbiamo denaturarle, e cioè srotolare i gomitioli, e per farlo abbiamo due modi a disposizione: meccanicamente (sbattiamo) o termicamente (scaldiamo). Alcune proteine si srotolano meglio nel primo modo, altre nel secondo.

Siccome siamo Homo sapiens e abbiamo due mani e un cervello, di solito adoperiamo tutti e tre, e nell'usare la seconda metodologia – scaldare – dobbiamo fare attenzione. Una volta denaturati, cioè srotolati, i filamenti proteici se continuiamo a scaldare possono nuovamente riaggrovigliarsi fra loro, cioè non arrotolandosi di nuovo su se stessi, ma formando una rete – questo processo si chiama coagulazione, e dà un solido di consistenza gelatinoso/grumosa, dovuto all'acqua che rimane intrappolata nelle maglie della rete proteica, e non vogliamo che questo accada. Per dirla con George Orwell: denaturazione, buono – coagulazione, cattivo.

Qui abbiamo un problema: una



Sopra un piatto di carbonara, protagonista del passo tratto dal nuovo romanzo giallo di Marco Malvaldi e Samantha Bruzzone, *La regina dei sentieri*, Sellerio editore Palermo, 16 euro. sellerio.it

delle proteine dell'albume, la conalbumina, denatura a 61 gradi e, in presenza del ferro contenuto nel tuorlo, comincia a coagulare intorno ai 63. Per essere sicuri di srotolare ma non di coagulare, per evitare sia l'effetto bava che l'effetto uova strapazzate, abbiamo una sola via: non superare i 62 gradi, appunto.

Semplice come principio, ma non facile da realizzare praticamente.

La prima volta che ho fatto la carbonara secondo tutti i crismi della chimica mi sono armata di termometro, di pentola con l'acqua bollente e di ciotola di alluminio dove avevo sbattuto le uova e il formaggio. La procedura è la seguente:

1) Si tiene la ciotola immersa nell'acqua bollente, sempre mescolando, finché il contenuto non raggiunge i 62 gradi.

2) Quando si raggiunge detta temperatura si leva la ciotola dall'acqua e si aspettano uno-due minuti affinché l'inerzia termica si inverta e la crema inizi a raffreddarsi.

3) Nei due-tre minuti in questione si tiene la mano sinistra sotto l'acqua fredda imprecando con vigore perché l'alluminio è un ottimo conduttore di calore e scalda tutto quello con cui è a contatto, che sia crema o che sia mano non importa.

4) Si ripete il procedimento finché l'ustione alla mano non è più sopportabile; a questo punto si esclama «secondo me è pronta» e si butta la pasta.

E così ho fatto finché, qualche anno fa, non mi sono comprata un robot da cucina col termostato. Con questo, la procedura si riduce a tre soli passi:

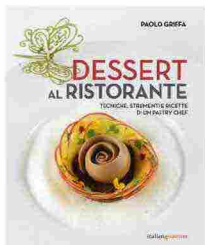
1) Si sbattono le uova (nel robot) per denaturare le proteine, e poi si aggiunge il formaggio (grattugiato dallo stesso robot).

2) Si imposta il termostato a 62 gradi e si mette un timer da dieci minuti.

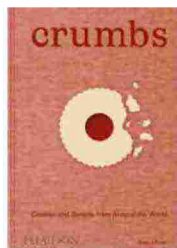
3) Ci si fanno allegramente gli affari nostri mentre il robot fa tutto lui. ■

2024 © SELLERIO EDITORE

Il sorriso solare di Paolo Griffa insieme alla sua grande tecnica si ritrovano in tutti i suoi piatti, specialmente nei dessert che sono l'ultima cosa che si gusta e che deve lasciare un buon ricordo. Trenta ricette con la loro storia. Paolo Griffa, *Dessert al ristorante*, Italian Gourmet, 59 euro.



Un ricettario che vi farà viaggiare mentre cucinerete e poi gusterete i più famosi dolcetti e biscotti tradizionali di tutto il mondo: da quelli all'uvetta dell'Iran a quelli con cocco e zenzero della Repubblica Dominicana, passando per i nostri brutti e buoni. Ben Mims, *Crumbs*, Phaidon, 39,94 euro.



PRIMO, ESSERE GENTILI

«Cosa succederebbe se dedicassimo al servizio la stessa passione, la stessa attenzione ai dettagli e lo stesso rigore che dedichiamo al cibo?». Questo approccio lungimirante e vincente solo agli ospiti del ristorante Eleven Madison Park di New York (sotto la sua direzione nominato numero uno al mondo), ma anche a tutte le persone che lavorano con lui. Will Guidara, *Un servizio pazzesco*, Roi Edizioni, 25,90 euro.

