

## Nonna Ada in cucina. Marista vi racconta la cucina romanesca: minestre come le faccio io

Inviato da Marista Urru  
venerdì 08 gennaio 2010

Trattorie di Roma, che dire, per me restano inarrivabili, anche il piatto in apparenza più semplice, diviene poesia, e poesia sono le minestre romane completate con un tocco da re, olio extravergine di oliva, ma di quello "bbono", meglio se "casareccio, del contadino che tira su i suoi olivi come dio comanda, e ce ne son parecchi ancora di questi sognatori.

La ricetta tradizionale voleva il battuto col lardo. Lo ricordo bene , nella grande cucina del tempo che fu, si preparava dal mattino, presa la battilonta dal gancio al quale era appesa, gli "odori" venivano battuti con energia : colpi secchi di lama di un coltello adatto all'uso, sempre quello ben riposto nella coltelliera di legno vicino alla battilonta, con la aggiunta di una bella striscia di lardo profumato, riducevano verdure e lardo ad una pasta cremosa che veniva versata nel tegame per il sugo, un soffritto vero che ormai fa parte dei ricordi, allora il lardo non faceva male e non ci faceva ingrassare, ora è tutta una altra storia. Comunque possiamo ammodernare, mantenendo gran parte del gusto, sull'onda dei ricordi.

Minestra di broccolo ed arzilla:

Voglio cominciare da questa semplice ed ottima ricetta, che mi sembra sia caduta in disuso, ma che vi assicuro è un piccolo capolavoro del gusto.

Intanto parliamo dell'arzilla: altro non è che la razza e ce ne sono di due specie, quella detta liscia, senza pietruzze , e quella chiodata, questa è più saporita anche se è più impegnativa da pulire. Ricordo che in casa lo facevano facendo scorrere molta acqua corrente mentre la spazzolavano con una specie di spazzola rigida, poi la mettevano nella

pentola, dopo averla eviscerata e lavata, con acqua fredda in cui avevano aggiunto il mazzetto degli odori: sedano (immaneabile), cipolla, carota e prezzemolo.. Bollirà per circa 20/25 minuti, poi toglietela dal brodo. Pulite la arzilla, toglieete pelle e cartilagini e testa; cartilagini e testa, vengono rimesse nel brodo a bollire per almeno altri 20 minuti, poi il brodo, datemi retta, passatelo al colino fitto.

Fate un bel soffritto con olio, aglio e filetti di alici sottosale ben lavate, vi verserete le cimette di broccolo romano, che vanno cotte e saltate per qualche minuto a fuoco vivo ( io qui mi scosto dalla ricetta ed il broccolo lo metto a soffriggere dopo averlo lessato al dente, in modo che le cimette non si "spappolino", insaporisco con sale e peperoncino e fumo una mezza bicchierata di vino bianco a fuoco vivo, a questo punto aggiungo una mezza tazza di pomodori pelati , poi dopo qualche minuto verso il brodo di pesce passato nel soffritto e quando bolle, butto la pasta. La arzilla lessa la condisco a parte con olio limone e prezzemolo.

## Pasta e patate

Lo so già, molte si diranno: " e che, questa viene a raccontarci la pasta e patate?"

Si, perché i piatti semplici , di uso comune , son quelli che si prestano meglio a mille piccole modifiche: provate una pasta e patate a casa mia, poi andate a casa della sora Giovanna, poi che so dalla sora Peppa, ed avrete tre minestre ottime, ma diverse, se poi potesse esser qui la "sora Lella", o qualche altro trattore ormai in paradiso, assaggereste, non una pasta e patate, ma un capolavoro.

Cannolicchi ,  
olio, cipolla, prezzemolo, costa interna  
di sedano, carota, uno o due pomodorette, meglio se spellati, o comunque una punta di passata di pomodoro, pepe e sale, patate , ameno una media patata a persona

Fate un battuto,  
magari usate del buon guanciale, e se avete necessità di sgrassarlo, fatelo bollire pochi minuti, a me bastano 1 o due credo, non ho mai controllato, poi unitelo alle verdure: sedano poco, carota, prezzemolo e cipolla.  
Ho un ricordo preciso: il battuto del lardo( e noi useremo il guanciale), avveniva insieme al prezzemolo ed a foglie di sedano, e si metteva in pentola per primo, allora noi metteremo in pentola una goccia di olio di oliva, i pomodorette spellati e vi faremo soffriggere guanciale e verdure, poi dopo poco aggiungeremo la cipolla tritata sottile, poi ancora poca carota a pezzi piccolissimi, giriamo, attenti a non asciugare il fondo, se mai aggiungiamo poco brodo vegetale, ci versiamo le patate a pezzi. Per una buona minestra regolatevi così: tagliatene almeno una in pezzi piccolissimi, che nella cottura si "squaglieranno" dando la

giusta cremosità, il resto in pezzi normali poi cercate di mettere qualche pezzo di patata più consistente, senza esagerare, sale e pepe, aggiungete acqua o brodo vegetale, evitando il dado che vi copre il gusto!

Quando le patate sono cotte ( ricordatevi che dovete girarle qualche volta ), buttate la pasta, magari prima se serve aggiustate di brodo, regolatevi, deve venire un po' fitta, e questa dose di brodo ve la dovete trovare da soli, dipende tutto da assorbimento di patate più o meno farinose, da tipo di pentola, di fuoco.

Piccole attenzioni, dalle quali deriva un gusto eccezionale. Quando è scodellata, potete aggiungere un filo di olio se vi piace e ci vorrebbe una buona grattata di vero pecorino. Provate .

## Pasta e ceci

Alcune di voi , più brave di me, metteranno i ceci a a bagno dalla sera prima con una punta di bicarbonato, oppure se ancora li vendono li compereranno ammollati, anche se a Roma li ammollano col baccalà e non a tutti piace mangiare per forza ceci che sanno di baccalà.

Comunque sia, avuti i ceci, magari aprendo un paio di scatole di buona qualità o di barattoli di vetro, che sarebbe meglio, mettete a soffriggere olio oliva, almeno tre spicchi di aglio ancora "vestito" ( con la buccia) e schiacciato , poi aggiungete i ceci, sale pepe, rosmarino fresco

Acqua a coprire.

A parte fate il soffritto: aglio, pomodoro pelato a pezzetti, acciughe dissalate e tritate. Quando i ceci sono cotti versate il soffritto e fate insaporire il tutto, buttate giù i cannolicchi a minestra impiattata, tolto il rosmarino e gli agli, olio oliva e pepe.

Comunque anche in questo tipo di minestra un piccolo accorgimento è quello di schiacciare un parte dei ceci perché la minestra "riempia la bocca" lasciandosi ben assaporare.

