

# V SETTIMANA DELLA CUCINA ITALIANA NEL MONDO #VIVERE ALL'ITALIANA



## PROPOSTA DI MENÙ / *MENUVORSCHLAG* da / aus „La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene“

in occasione della Video-Presentazione / aus Anlass der Online-Präsentation

### „BUON COMPLEANNO PELLEGRINO“ (1820/2020)

Chiacchierando con Pellegrino Artusi ... nel bicentenario della sua nascita ...  
Ricette e segreti di cucina per palati moderni ... / *Eine Plauderei mit Pellegrino Artusi ... zum 200. Geburtstag ... Rezepte und Küchegeheimnisse für moderne Feinschmecker ...*

**Giovedì 26 Novembre 2020 / Donnerstag, 26. November 2020**

„La cucina è una bricconcella; spesso e volentieri fa disperare, ma dà anche piacere, perché quelle volte che riuscite o che avete superato una difficoltà, provate compiacimento e cantate vittoria“  
(Pellegrino Artusi, *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, Prefazio)



### **Principii / Fingerfood**

Crostini di fegatini di pollo (Ric. 110)

*Crostini mit Hühnerleber*

Frittata di cipolle (Ric. 147)

*Omelette mit Zwiebeln*

### **Antipasto / Vorspeise**

Carciofi ripieni (Ric. 419)

*Gefüllte Artischocken*

### **Primo / Zwischengericht**

Risotto coi funghi (Ric. 76)

*Reis mit Pilzen*

### **Secondo / Hauptgang**

Seppie coi piselli (Ric. 500)

*Tintenfische mit Erbsen*

### **Dolce / Nachspeise**

Zuppa inglese (Ric. 675)

*Zuppa inglese*

### **Crostini di fegatini di pollo (Ric. 110)**

Sapete già che ai fegatini va levata la vescichetta del fiele senza romperla, operazione questa che eseguirete meglio operando dentro a una catinella d'acqua. Mettete i fegatini al fuoco insieme con un battutino composto di uno scalogno, e in mancanza di questo di uno spicchio di cipollina bianca, un pezzetto di grasso di prosciutto, alcune foglie di prezzemolo, sedano e carota, un poco d'olio e di burro, sale e pepe, ma ogni cosa in poca quantità per non rendere il composto piccante o nauseante. A mezza cottura levate i fegatini asciutti e, con due o tre pezzi di funghi secchi rammolliti, tritateli fini colla lunetta. Rimetteteli al fuoco, legateli con un pizzico di pangrattato fine e uniteci un po' d'agro di limone.

Vi avverto che questi crostini devono esser teneri e però fate il composto alquanto liquido, oppure intingete prima, appena appena, le fettine di pane nel brodo.

### **Crostini mit Hühnerleber**

*Ihr wisst sicher, dass man, um die Hühnerleber zu entnehmen, zuerst die Gallenblase beseitigen muss, ohne sie zu verletzen – eine Manipulation, die man am besten in einer Schüssel mit Wasser vornimmt. Man nimmt 1 Scheibe weiße Zwiebel, 1 Stückchen Fett vom Schinken, einige Blätter Petersilie, etwas Sellerie und Mohrrübe, etwas Öl und Butter, dazu Pfeffer und Salz und setzt alles zusammen mit den Hühnerlebern auf Feuer. Alle Zutaten verwendet man nur in kleinen Mengen, sonst wird die Mischung zu pikant oder gar penetrant. Wenn sie halbgar sind, hebt man die Hühnerlebern heraus, gibt 2 oder 3 getrocknete (eingeweichte) Pilze dazu und zerkleinert die Leber sehr fein mit dem Wiegemesser. Dann gibt man sie wieder in den Kochtopf, setzt noch etwas Brühe zu und lässt alles zu Ende kochen. Vor dem Servieren legiert man mit feinen Semmelbröseln und träufelt ein wenig Zitronensaft hinein. Diese Crostini müssen weich sein, darum hält man die Würzmischung flüssig oder taucht die Brotscheiben vor dem Bestreichen sehr vorsichtig ein wenig in Fleischbrühe.*

### **Frittata di cipolle (Ric. 147)**

Preferite cipolle bianche e grosse, tagliate a costole larghe mezzo dito e gettatele nell'acqua fresca per lasciarvele almeno un'ora. Prima di buttarle in padella col lardo od olio, asciugatele bene in un canovaccio e quando cominciano a prendere colore salatele alquanto, come salerete le uova prima di versarle sopra la cipolla che avvertirete non prenda il nero per troppa cottura.

### **Omelette mit Zwiebeln**

*Nehmt große, weiße Zwiebeln, zerschneidet sie in 3 cm dicke Streifen und lasst sie wenigstens eine Stunde lang in frischem Wasser stehen. Bevor ihr sie mit Speck oder Öl in die Pfanne gebt, müssen sie gut mit einem Tuch trocken gedrückt werden. Wenn sie anfangen Farbe zu bekommen, werden sie etwas gesalzen, ebenso wie die Eier, die dann über die Zwiebeln gegossen werden. Vorsicht, dieses Omelette brennt leicht an.*

### **Carciofi ripieni (Ric. 419)**

Tagliate loro il gambo alla base, levate le piccole foglie esterne e lavateli. Poi svettateli come i precedenti ed aprite le loro foglie interne in maniera da poter recidere con un temperino il grumolino di mezzo, e tolgli il pelo se vi fosse nel centro, serbate soltanto le tenere foglioline per unirle al ripieno. Questo, se dovesse, ad esempio servire per sei carciofi, componetelo delle foglioline anzidette, di 50 grammi di prosciutto più grasso che magro, di un quarto di cipolla novellina, aglio quanto la punta di un'unghia, qualche foglia di sedano e di prezzemolo, un pizzico di funghi secchi fatti rinvenire, un pugnello di midolla di pane d'un giorno, ridotta in bricioli, e una presa di pepe. Tritate prima il prosciutto con un coltello, poi ogni cosa insieme colla lunetta e con questo composto riempite i carciofi che condirete e cuocerete come i precedenti. Alcuni libri francesi suggeriscono di dare ai carciofi mezza

cottura nell'acqua prima di riempirli, il che non approvo, sembrandomi che vadano a perdere allora la sostanza migliore, cioè il loro aroma speciale.

### **Gefüllte Artischocken**

*Man entfernt die kleinen, äußeren Blätter, schneidet die Stengel vollständig ab und wäscht die Artischocken. Dann entfernt man die Spitzen, öffnet die inneren Blätter so, dass man mit einem Federmesser das Herz in der Mitte herausschneiden kann, beseitigt daran das Heu und hebt nur die zarten Blättchen auf, um sie der Füllung zuzusetzen. Diese bereitet man zum Beispiel für 6 Artischocken auf folgende Art: Man nimmt die eben genannten Blätter, dazu 50 g Schinken (eher fett als mager), 1/4 einer Zwiebel, ein Spätzchen von 1 Knoblauchzehe, einige Blätter Sellerie und Petersilie, 1 Prise getrocknete Pilze (eingeweicht), 1 Handvoll Brotkrume vom Vortag, die man zerkrümelt, und 1 Prise Pfeffer. Zuerst zerkleinert man den Schinken mit einem Messer, dann sämtliche Zutaten zusammen mit dem Wiegemesser, und mit diesem Gemisch füllt man die Artischocken und gibt sie zum Garen in den Ofen. Einige französische Bücher geben die Empfehlung, die Artischocken erst in Wasser halbgar zu kochen und sie dann zu füllen, der ich nicht zustimme, da mir scheint, dass die Artischocken dadurch das Beste, nämlich ihr besonderes Aroma verlieren.*

### **Risotto coi funghi (Ric. 76)**

Per questo risotto io mi servo dei funghi porcini, i quali in alcuni paesi chiamansi *moretti*. Funghi in natura, perché vanno poi nettati e scattivati, metà peso del riso. Fate un battuto con poca cipolla, prezzemolo, sedano, carota e mettetelo al fuoco con tre cucchiainate d'olio, se il riso fosse grammi 300, da servirsi cioè a tre persone. Quando il battuto avrà preso colore, fermatelo con sugo di pomodoro e acqua, conditelo con sale e pepe e fatevi bollir dentro uno spicchio d'aglio intero, che poi getterete via prima di passare il soffritto, il quale rimetterete a fuoco, per cuocervi i funghi, prima tritati alla grossezza poco meno del granoturco; cotti che siano metteteli da parte. Il riso fatelo, così crudo, soffriggere con un pezzo di burro, poi tirate a cuocerlo con acqua calda versata a un ramaiuolo per volta; a mezza cottura mescolateci dentro i funghi e prima di servirlo dategli sapore col parmigiano. Sarà mangiato volentieri anche fatto con un pugno di funghi secchi invece di quelli freschi.

### **Reis mit Pilzen**

*Zu diesem Gericht bevorzuge ich Steinpilze. (Man kann aber auch andere Pilzsorten verwenden.) Bemisst die Pilze nach dem halben Gewicht der Reismenge, weil sie noch gewaschen und geputzt werden müssen. Man zerkleinert wenig Zwiebel, Petersilie, Sellerie und Mohrrübe. Handelt es sich um eine Mahlzeit aus 300 g Reis für 3 Personen, so setzt man obige Würzmischung mit 3 Esslöffeln Öl auf das Feuer. Hat sie Farbe angenommen, gibt man Tomatensauce und Wasser hinzu, salzt und pfeffert und kocht anschließend eine ganze Zehe Knoblauch darin, die man aber herausnimmt und fortwirft, bevor man das Ganze durch das Sieb passiert. Die passierte Sauce setzt man mit den etwa auf die Größe von Maiskörnern zerkleinerten Pilzen wieder auf. Wenn die Pilze gar sind, stellt man sie beiseite. Der Reis wird roh mit Butter gebräunt und dann mit warmem Wasser aufgegossen, Kelle für Kelle. Bei der Hälfte der Kochzeit rührt man die Pilze darunter, und vor dem Servieren würzt man noch mit Parmesan. Statt frischer Pilze lassen sich auch getrocknete verwenden.*

### **Seppie coi piselli (Ric. 500)**

Fate un battuto piuttosto generoso con cipolla, uno spicchio d'aglio e prezzemolo. Mettetelo al fuoco con olio, sale e pepe, e quando avrà preso colore passatelo da un colino strizzando bene, In questo soffritto gettate le seppie tagliate a filetti, ma prima nettatele com'è indicato al n. 74, bagnatele con acqua, se occorre, e quando saranno quasi cotte versate i piselli grondanti dall'acqua fresca in cui avrete tenuti in molle.

## **Tintenfische mit Erbsen**

*Eine größere Zwiebel, eine Knoblauchzehe und Petersilie fein hacken und in Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Danach alles durchsieben. Die Tintenfische putzen, in Streifen schneiden und in die Pfanne zu den gehackten Zutaten geben. Gegebenenfalls Wasser zugießen und wenn der Fisch gar ist, die in frischem Wasser eingeweichten Erbsen zugeben.*

## **Zuppa inglese (Ric. 675)**

In Toscana – ove, per ragione del clima ed anche perché colà hanno avvezzato così lo stomaco, a tutte le vivande si dà il carattere della leggerezza e l'impronta, dov'è possibile, della liquidità – la crema si fa molto sciolta, senza amido né farina e si usa servirla nelle tazze da caffè. Fatta in questo modo riesce, è vero, più delicata, ma non si presta per una zuppa inglese nello stampo e non fa bellezza. Eccovi le dosi della crema pasticcera, così chiamata dai cuochi per distinguerla da quella fatta senza farina.

Latte, decilitri 5  
Zucchero, grammi 85  
Farina o, meglio, amido in polvere, grammi 40  
Rossi d'uovo, n. 4  
Odore di vaniglia

Lavorate prima lo zucchero coi rossi d'uovo, aggiungete la farina e per ultimo il latte a poco per volta. Potete metterla a fuoco ardente girando il mestolo di continuo; ma quando la vedrete fumare coprite la brace con una palettata di cenere o ritirate la cazzaruola sull'angolo del fornello se non volete che si formino bozzoli. Quando s'è già ristretta continuate a tenerla sul fuoco otto o dieci minuti e poi lasciatela diacciare. Prendete una forma scannellata, ungetela bene con del burro fresco e cominciate a riempirla nel seguente modo: se avete una buona conserva di frutta, come sarebbe di albicocche, di pesche o anche di cotogne, gettate questa, per la prima, in fondo alla forma e poi uno strato di crema e uno di savoiardi intinti. Se, per esempio, le scannellature della forma fossero diciotto, intingete nove savoiardi nell'alkermes e nove nel rosolio bianco e coi medesimi riempite i vuoti, alternandoli. Versate dell'altra crema e sovrapponetela alla medesima degli altri savoiardi intinti nel rosolio e ripetete l'operazione fino a riempirne lo stampo.

I savoiardi badate di non inzupparli troppo nel rosolio perché lo rigetterebbero; se il liquore fosse troppo dolce, correggetelo col rhum o col cognac. Se il tempo avesse indurita la conserva di frutta (della quale in questo dolce si può fare anche a meno), rammorbiditela al fuoco con qualche cucchiata di acqua, ma nello stampo versatela diaccia.

Questa dose può bastare per sette od otto persone. Nell'estate potete tenerla nel ghiaccio e per sformarla immergete per un momento lo stampo nell'acqua calda onde il burro si scioglia. Saranno sufficienti grammi 120 o 130 di savoiardi.

## **Zuppa inglese**

*In der Toskana, wo man aus klimatischen Gründen, aber auch aus reiner Gewohnheit alle Lebensmittel leicht und, wenn möglich, in flüssiger Form zubereitet, ist diese Creme dünn, ohne Stärke oder Mehl, und wird in einer Kaffeetasse serviert. Sie ist dann zwar delikater, eignet sich aber nicht zu einer „englischen Suppe“ in der Form und sieht auch nicht sehr gut aus.*

*Hier sind die Mengen für eine „Crema pasticcera“, wie die Köche sie nennen, um sie von einer Creme ohne Mehl zu unterscheiden: 85 g Zucker, 4 Eidotter, 40g Mehl, besser noch Stärke, 5 dl Milch, etwas Vanillewürze (wenig).*

*Zuerst wird der Zucker mit den Eidottern verrührt, dann kommt das Mehl und zuletzt in kleinen Mengen die Milch dazu. Der Topf wird auf starkes Feuer gesetzt und ständig umgerührt. Sobald er aber zu dampfen beginnt, zieht man ihn auf schwächeres Feuer, damit sich keine Klumpen bilden. Wenn die Masse etwas fester geworden ist, lässt man sie noch 10 Minuten auf dem Feuer und dann abkühlen. Man nimmt eine gerillte Form, bestreicht sie mit Butter und füllt sie auf folgende Weise: Wenn man eine gute Fruchtkonserve hat, wie Aprikose, Pfirsich oder Quitte, gibt man sie als erstes auf den Boden der Form, darauf eine*

Schicht Creme und eine Schicht Löffelbiskuits (Savoirdi), von denen die Hälfte in Alkermes und die andere Hälfte in weißen Likör (Rosolio) getaucht und dann abwechselnd in die Vertiefungen eingepasst werden.

Man gießt dann wieder Creme darauf, wieder eine Schicht Löffelbiskuits und so fort, bis die Masse verbraucht ist. Man sollte die Savoirdi nicht zu stark mit Likör nässen, weil sie sich sonst nicht an die Creme binden. Ist der zur Verfügung stehende Likör zu süß, streckt man ihn mit Rum oder Cognac. Zu hart gewordene Fruchtkonserven können mit Wasser am Feuer flüssig gemacht werden, kommen aber abgekühlt in die Form. Die aufgeführte Zutatenmenge reicht für 7 oder 8 Personen. Im Sommer sollte das Dessert mit Eis gekühlt werden. Um es dann aus der Form zu nehmen, taucht man es kurz in warmes Wasser, damit sich die Butter (vom Einstreichen) löst.

**BUON APPETITO!  
GUTEN APPETIT!**

**Le ricette sono state tratte dai seguenti testi: / Die Rezepte sind folgenden Texten entnommen:**  
*Pellegrino Artusi, La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, BUR, 2010  
*Pellegrino Artusi. Die Klassische Kochkunst Italiens*, Kosmos Verlag, 2005 (leicht aktualisiert)

### **Dispensa bibliografica / Bibliografische Hinweise**

Alberto Capatti, *Pellegrino Artusi. Il fantasma in cucina*, Mondadori, 2019  
Alberto Capatti (a cura di), *Pellegrino Artusi, La scienza in cucina e l'arte di mangiare bene*, BUR, 2010  
*Pellegrino Artusi. Die Klassische Kochkunst Italiens*, Kosmos Verlag, 2005  
Alberto Capatti e Andrea Pollarini (a cura di), *Pellegrino Artusi. Autobiografia*, SlowFood Editore, 2019  
Alberto Capatti, *La ricetta della ricetta*, SlowFood Editore, 2020



**Un'iniziativa organizzata dall'Accademia Italiana della Cucina (Delegazione Francoforte), dall'Istituto Italiano di Cultura di Colonia e dalla Deutsch-Italienische Vereinigung e.V. di Francoforte, in collaborazione con la Fondazione Casa Artusi e la Frankfurter Stiftung für deutsch-italienische Studien e il patrocinio del Consolato Generale d'Italia di Francoforte**

**Eine Veranstaltung der Accademia Italiana della Cucina (Delegazione Francoforte), des Istituto Italiano di Cultura Colonia und der Deutsch-Italienischen Vereinigung e.V., in Zusammenarbeit mit der Fondazione Casa Artusi und der Frankfurter Stiftung für deutsch-italienische Studien, unter der Schirmherrschaft des Italienischen Generalkonsulats Frankfurt**