



# MEDITERRANEO *Food Festival*

**PRESENTAZIONE PIATTO IN CONCORSO**

**Istituto "Prealpi"  
Saronno (VA) - LOMBARDIA**

**24 25 26** MARZO 2019



ENTE AUTONOMO FIERE DI  
**FOGGIA**

 [terre\\_e\\_sole](#)  [Terre e Sole](#)  [@TerreeSole](#)

 [TERRE e SOLE "Mediterraneo Food Festival"](#)

 [www.terreesole.it](http://www.terreesole.it)

**#terreesole**

**#fieragate**

**#mediterraneofoodfestival**

**CONCORSO NAZIONALE**  
**IL FUTURO DELLA CUCINA ITALIANA**  
*“Una questione Sociale”*

# Manifesto del Cuoco

## PICCOLO PRESUPPOSTO PRIMA DI INIZIARE:

L'antica figura dello chef nasce proprio con la scoperta dei primi cibi ovvero ai tempi in cui tutto ebbe inizio , poiché colui che prepara , taglia , cuoce una qualsiasi derrata alimentare è definibile cuoco .

## CHI È DEFINIBILE CHEF AI GIORNI NOSTRI ?

Lo chef è una figura professionale della ristorazione, responsabile della cucina. È incaricato dell'impostazione del menù, delle ricette e dell'intera sorveglianza della loro realizzazione, sceglie e forma il personale necessario a costituire una valida brigata di cucina che lo supporti. Si tratta di un cuoco altamente qualificato, competente in tutti gli aspetti della preparazione del cibo.

## QUAL È IL SIGNIFICATO DELLA PAROLA "CHEF" ?

La parola chef è stata ridotta dal termine chef de cuisine, vocabolo francese derivante dal latino caput usato per indicare il capo o comandante, ma può essere inteso anche come padrone o direttore, fatto che crea spesso qualche confusione. Il titolo di chef compare per la prima volta nella haute cuisine del XX secolo. Oggi è spesso usato per riferirsi a qualsiasi cuoco professionista, indipendentemente dal rango, anche se nelle cucine più tradizionali, si riferisce ad un ruolo ben preciso.

## COME FARE PER DIVENTARE CHEF ?

Quasi tutte le imprese che preparano grandi quantità di cibo, quali ad esempio ristoranti ed hotel, assumono uno chef per supervisionare l'andamento della cottura. Gli chef sono solitamente addestrati tramite un sistema di apprendistato, nel quale dall'inizio della loro carriera compiono numerose mansioni, tutte finalizzate alla preparazione di alimenti, fino a quando finalmente non hanno guadagnato l'esperienza necessaria per diventare uno chef.

Uno chef apprendista, per distinguerlo da uno esperto, è solitamente appellato con il nome di "chef-commis". Inoltre, vi sono scuole culinarie per la formazione di chef situate nei principali centri di cuisine del mondo, quali Parigi, San Francisco, New York, Tokyo ed altre importanti città nel mondo. Gli apprendisti freschi di laurea sono impiegati spesso dal ristorante in cui hanno completato gli studi. Ci sono inoltre programmi in alcune scuole superiori e in università, disponibili per cuochi e chef.

# Presentazione Piatto in Concorso

## Denominazione piatto: ANTIPASTO

Zuppeta bianca di cozze e fave al caciocavallo e finocchietto

### Ingredienti:

Cozze tarantine sgusciate 400gr; fave fresche di Zollino o gelo 400gr; finocchietto selvatico o aneto 20gr; 1 cipolla bianca 200gr; 1 spicchio aglio  
olio di oliva E.V.O. 10 cl.; scorza di un limone; pepe in grani q.b.

**Difficoltà:** 1  2  3  4  5

**Porzioni:** 2  4  10

**Tempo di preparazione:** 30 minuti

**Tempo di cottura:** 45 minuti

**Abbinamento Vino/Birra/Bevanda analcolica:**

Vino: SAN SEVERO BIANCO



### **Elaborazione:**

Pulire le cozze e porle a scottare in un tegame con coperchio. Sgusciarle e metterle da parte. Privare le fave del baccello se fresche, e dopo avere tolto anche la pelle, metterle a sbianchire per 3 minuti in acqua bollente quindi tenerle da parte. In un saut , versare un filo d'olio e mettere ad imbriondire uno spicchio di aglio privato dell'anima e tritato finemente, insieme alla cipolla bianca tritata brunoise a fuoco moderato. Aggiungere le cozze e le fave, aggiustare con pizzico di sale. Servire in un contenitore del tipo ermetico per conserve, completando con scorza di limone a filini, caciocavallo a sfilaccini, un filo di olio ed un pizzico di pepe in grani schiacciato a pestello.

### **Breve descrizione di accompagnamento riferita alla storia, alle ricorrenze ed eventuali aneddoti e curiosit .**

Spazio esclusivo al territorio pugliese per questo piatto da entrée unendo le due massime espressioni del prodotto tipico: cozze e fave ovvero mare e terra . L'antica tradizione del Mar Piccolo si unisce alla storia contadina del Salento sprigionando profumi unici nel loro genere, rispecchiando le caratteristiche di un territorio che si contraddistingue e d  il massimo della sua espressione attraverso l'arte del mangiare a kilometro zero.

# Presentazione Piatto in Concorso

## Denominazione piatto: PRIMO PIATTO

Casoncelli ripieni di trota e scorza di limone con crema e foglie di cime di rapa con croccante di pane tostato all' olio di oliva.

### Ingredienti:

PER I CASONCELLI: 300g farina 00, 3 uova medie a pasta gialla, 1kg di cime di rapa  
2 trote fresche circa kg. 1; burrata di Andria 500gr; 1 cipolla 200gr; 1 spicchio  
d' aglio; 2 acciughe sotto sale; olio E.V.O. di Nardò; 1 limone; 1 arancia; sale q.b.;  
pepe q.b.; peperoncino q.b.; pane grattugiato grossolanamente 150gr.

**Difficoltà:**  1  2  3  4  5

**Porzioni:**  2  4  10

**Tempo di preparazione:** 1 ora

**Tempo di cottura:** 30 minuti

### Abbinamento Vino/Birra/Bevanda analcolica:

Vino: ROSE' DELLA QUERCIA EXTRA DRY NERO DI TROIA 100%



### **Elaborazione:**

Pasta fresca all'uovo realizzata a mano (casoncelli) setacciare la farina e disporla a fontana sull'asse quindi incorporare le uova ed eseguire la lavorazione per la pasta fresca. Lasciare a riposo per circa 30 minuti. Pulire e sfilettare le trote e ricavare solo la carne dai filetti. In un sauté versare un filo d'olio ed unire uno spicchio d'aglio in camicia a fuoco moderato. Togliere l'aglio ed unire la polpa della trota e sminuzzare durante la cottura. Aromatizzare con scorza di arancia, un cucchiaino di succo di arancia fresco ed aggiustare di sale. Versare in una terrina ed appena tiepido impastare per preparare una farcia morbida per i casoncelli. Stendere la pasta fresca e modellarla per la realizzazione dei casoncelli quindi farcire e chiudere. Mettere a riposare qualche minuto prima della cottura. Intanto passare per qualche minuto la burrata col cutter ad immersione per ottenere una crema liscia. Pulire le cime di rapa e separare le foglie dagli steli. Sbianchire le foglie in una casseruola quindi immergerli in acqua e ghiaccio per qualche minuto. In una casseruola con poca acqua fredda immergere gli steli delle cime di rapa e sbollentarli fino ad intenerirli quindi con la stessa acqua di cottura passarli al cutter ad immersione e ridurli in crema; aggiustare di sale. Prendere un sauté con un filo d'olio imbiondire mezzo spicchio di aglio tritato finemente ed aggiungere le foglie di cime di rapa per un minuto. Aggiustare di sale ed unire un pizzico di peperoncino. Tostare il pane grattugiato grossolanamente con un filo d'olio. Cuocere i casoncelli. Disporre un cucchiaino di crema di burrata sul piatto e disporvi i casoncelli. Salsare con la crema di cime di rapa e le foglie. Aggiungere una manciata di pane grattugiato tostato ed un pizzico di pepe, quindi un filo d'olio d'oliva. Completare con una grattugiatina di scorza di limone.

### **Breve descrizione di accompagnamento riferita alla storia, alle ricorrenze ed eventuali aneddoti e curiosità.**

La realizzazione di un piatto che mischia i sapori di nord e sud semplicemente unendo la passione della cucina di una volta utilizzando materia prima del territorio e le sue tradizioni caratterizzando una parte importante della nostra storia che almeno per quanto riguarda l'enogastronomia siamo stati in grado di non porre confini. Una pasta fatta in casa da secoli tipica del territorio lombardo con una farcia alla trota della Valsassina condita con un sugo a base di cima di rapa ed olio d'oliva cellina di Nardò.

La nota insolita della burrata per dare spessore a questo piatto e richiamare il territorio anche dal profilo lattiero caseario.

# Presentazione Piatto in Concorso

## Denominazione piatto: SECONDO PIATTO

Polpo scottato su base di crema di asparagi bianchi di cantello e pomodori ciliegini al forno

### Ingredienti:

Polpi freschi 2,5 kg; asparagi bianchi di Cantello 500 gr ; olio E.V.O. del Gargano 20cl; sale q.b. ; infiorescenze di cime di rapa 60 gr; pomodori Ciliegini 500 gr

**Difficoltà:** 1  2  3  4  5

**Porzioni:** 2  4  10

**Tempo di preparazione:** 30 minuti

**Tempo di cottura:** 1 ora

### Abbinamento Vino/Birra/Bevanda analcolica:

Vino: BIANCO FIANCO I.G.P. DEL SALENTO





### **Elaborazione:**

- 1: pulire i polpi e metterli a bollire in acqua già calda e leggermente salata.
- 2: nel frattempo lavare i pomodorini e privarli del picciolo quindi eseguire un piccolo taglio a croce su ognuno. Intingerli in una piccola quantità di miele di Orsara quindi disporli su carta forno su una leccarda ed aggiungere solo un pizzico di sale. Porre in forno a 200 gradi per 3-4 minuti.
- 3: per la crema di asparagi, portare ad ebollizione dell'acqua in una casseruola ed immergere gli asparagi di Cantello mondati solo nella parte bassa dello stelo aggiungendo un pizzico di sale e qualche goccia di succo di limone con una piccola scorza. Cuocere per pochi minuti quindi tagliare le cime degli asparagi e tenerle da parte. Frullare la restante parte con un po' di acqua di cottura con un cutter a immersione aggiustando di sale se necessario.
- 4: saltare le cime degli asparagi con un filo d'olio in un sauté per pochi minuti ed aggiungere solo l'olio utilizzato per saltarli, alla crema precedentemente preparata.
- 5: dai polpi precedentemente bolliti ricavare i tentacoli e farli saltare in padella antiaderente con olio extravergine di oliva.
6. verranno serviti in un contenitore ermetico da conserve ponendo in fondo la crema di asparagi, disponendo sopra i tentacoli ricavati dal polpo ed unendo al centro il pomodorino al forno e sminuzzando sopra l'infiorescenza delle cime di rapa.

### **Breve descrizione di accompagnamento riferita alla storia, alle ricorrenze ed eventuali aneddoti e curiosità.**

Per la realizzazione di questo piatto si è cercato di unire la tradizione pugliese ed il mare con la tradizione lombarda e la terra. Gli asparagi di Cantello di produzione contadina Lombarda le cime di rapa esempio di produzione contadina pugliese. Le due culture contadine di due territori appartenenti ai poli estremi dello stivale molto diverse tra di loro per profumi e gusti ma unite dalla forza, dai sacrifici e dal sudore dei contadini.

# Presentazione Piatto in Concorso

## Denominazione piatto: DESSERT

Crema dessert di Ricotta Forte su Bisquit alle mandorle e fondente al cioccolato

### Ingredienti:

PER LA PANNA COTTA: Ricotta forte pugliese (scuante) 400g, latte condensato 400g, panna fresca liquida 200 ml, gelatina in fogli 2;

PER IL BISCOTTO: Farina di mandorle di Conversano 150 g, zucchero a velo 130g, albume di un uovo, miele 1 cucchiaino, scorza di una arancia, sale fino q.b.

SALSA AL CIOCCOLATO: cioccolato extra fondente 200gr , panna fresca 60gr, zucchero di canna 20gr, cedro candito 100gr, mandorle di Conversano in fogliame gr100 .

**Difficoltà:** 1□ 2□ 3■ 4□ 5□

**Porzioni:** 2□ 4□ 10■

**Tempo di preparazione:** 30 minuti

**Tempo di cottura:** 15 minuti

### Abbinamento Vino/Birra/Bevanda analcolica:

Liquore: RATAFIA, AZIENDA TORO



### **Elaborazione:**

Per la panna cotta si inizia setacciando la ricotta e renderla in crema a cui successivamente verrà aggiunto il latte condensato. Dopo verranno uniti i due fogli di gelatina, precedentemente ammorbiditi in acqua fredda, alla panna liquida, mescolando fino a sciogliere completamente la gelatina. Verranno uniti i due composti mescolando per unire uniformemente gli ingredienti. Versare negli stampini o nei contenitori di servizio e porre in abbattitore per il tempo necessario. Per la base al biscotto bisogna unire in una ciotola la farina di mandorle allo zucchero a velo e all'albume, aromatizzando il tutto con il miele, la scorza d'arancia e il pizzico di sale. In fine il composto verrà disteso su una teglia con carta-forno per 3 minuti a 195 gradi.

Lasciare a raffreddare e cappare col coppapasta secondo diametro o forma per il servizio. Preparare la salsa al cioccolato sciogliendo a bagnomaria o in microonde il cioccolato precedentemente tritato insieme alla panna fresca e ad un cucchiaino raso di zucchero di canna. Servizio al piatto: disporre il biscotto sul piatto ed adagiarvi sopra la panna cotta. Completare versando sopra a filo la salsa al cioccolato fondente e disporvi a decorare nodino di filetto di cedro candito e mandorla tostata.

### **Breve descrizione di accompagnamento riferita alla storia, alle ricorrenze ed eventuali aneddoti e curiosità.**

Sfruttando il periodo più intenso di produzione della ricotta forte pugliese, che va da ottobre a maggio, ho voluto rendere omaggio ad uno dei più antichi prodotti della storia casearia di Puglia. Ho conosciuto questo prodotto in un territorio dove i profumi sono ben diversi da quelli del sud, a Saronno. Mi sono lasciato conquistare dal gusto particolare ed intenso al punto da cimentarmi, ed è proprio il caso di dire così, nella realizzazione di un dessert che sposi in pieno il tema del festival ma che unisca anche l'innovazione nelle proposte dei prodotti del territorio. Il gusto intenso e deciso della ricotta forte pugliese ingentilito con una parte di panna fresca neutra ed i profumi degli agrumi con le note croccanti delle mandorle di Conversano, hanno dato vita alla mia proposta.

## Patrocini Istituzionali



COMUNE DI FOGGIA



CAMERA DI COMMERCIO  
FOGGIA



UNIVERSITÀ  
DI FOGGIA



CONSIGLIO  
DELL'ORDINE NAZIONALE  
DEI TECNOLOGI ALIMENTARI



## Istituti Partner



I.I.S.S.  
L. EINAUDI

## Aziende Partner



ANTICO DEMANIO  
- CASEIFICIO -



PRODOTTI DI TERRA DAUNIA  
www.agricolaciuffreda.it

