

lifestyle | ricette

QUESTIONE DI SALE

MISTICANZA AL FLEUR DE SAL

Rosa himalayano, profumato di Camargue, integrale
"med" dalle saline di Sicilia. Solo un pizzico, purché speciale

di Cristiana Ceci ricette e cooking Teatro 7 foto Francesca Moscheni

INSALATA DI MISTICANZA E
AGRUMI AL FLEUR DE SEL

(per 4 persone)

● 250g di misticanza ● 1 pompelmo rosa ● 1
arancia rossa ● 1 limone di Sorrento ● 50g di
noci sgusciate ● 10g di menta ● qualche fo-
glia di basilico ● aceto balsamico caramella-
to ● olio d'oliva extra vergine ● fleur de sel

Pelare gli agrumi al vivo. Disporre nei vari plat-
ti l'insalata lavata, aggiungere gli agrumi a pez-
zetti, i gherigli di noce e le erbe. Condire con
olio, aceto balsamico caramellato e pizzichi di
profumatissimo fleur de sel. E servire.

PIATTI E FOTO: L. DI N. / DEBENNE E PACIAC, MILANO

lifestyle | ricette

**CREME BRULÉ CON MELA VERDE
AI CRISTALLI DI SALE MALDON**
(per 10 persone)

● 500g di panna fresca ● 5 tuorli d'uovo
● 500g di succo di mela verde ● 80g di aceto balsamico ● cardamomo ● 80g di purea di mela verde ● 100g di spinacini freschi ● 30g di burro ● sale maldon in cristalli ● pepe

In una pentola, fare ridurre il succo di mela con il cardamomo finché raggiunge la consistenza di uno sciroppo. A parte, ripetere lo stesso procedimento con l'aceto balsamico. Scaldare la panna a fuoco dolce. Intanto mescolare in una ciotola i tuorli e il puré di mela verde, aggiungere anche le due riduzioni (eliminando il cardamomo) e infine unire la panna. Versare il composto in singole ciotoline e cuocere a bagnomaria per 50 minuti circa a 150°C. Una volta pronte, riporre in frigorifero per almeno 4 ore. Al momento di servire, spolverizzare la crema con lo zucchero di canna e con il sale. Saltare gli spinacini nel burro, insaporirli con un pizzico di sale e pepe e disporli sopra la creme brulé. Assolutamente da provare.



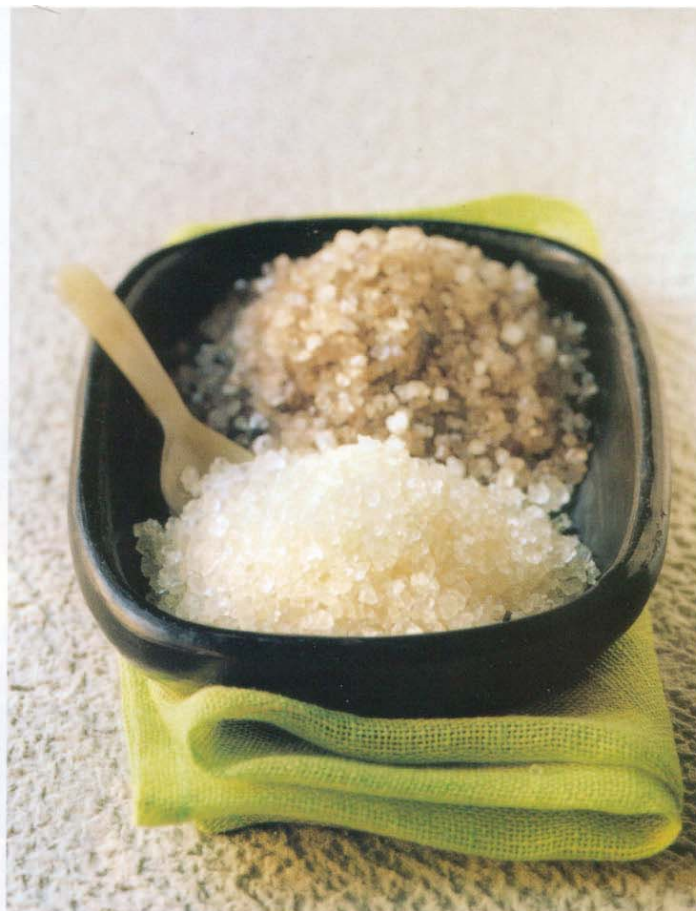
PAPPARDELLE CON FINOCCHI E OLIVE
AL SALE ROSA DELL'HIMALAYA
(per 4 persone)

● 500g di pappardelle ● 2 cipolle rosse ● 2 piccoli finocchi ● 70g di olive taggiasche ● 10 capperi ● 6 acciughe ● 20g di basilico ● olio d'oliva extra vergine ● sale rosa dell'Himalaya ● pepe

Disporre in una teglia da forno i finocchi e le cipolle, spennellarli con olio di oliva e mescolare per bene il tutto. Infornare a 200°C per 30 minuti, finché i finocchi non risultano morbidi. Nel frattempo cuocere le pappardelle in abbondante acqua salata e scolarle al dente. Condire la pasta con i finocchi e le cipolle, aggiungere il basilico tritato, le olive nere, i capperi e le acciughe a pezzettini. Completare con pepe nero e una generosa spolverizzata di sale rosa dell'Himalaya.



lifestyle | ricette



Alungo è rimasto il banale q.b., il "quanto basta" dei ricettari classici. Il sale veniva semplicemente liquidato così, ultimo e bistrattato tra gli ingredienti. Finché gli chef di ultima generazione l'hanno riscoperto come essenziale co-protagonista in cucina, scovando in giro per il mondo qualità di pregio, dagli imprevedibili colori e aromi naturali. E oggi c'è chi punta su cotture e tecniche innovative proprio dilatandone le potenzialità. È il caso di Tomas Kavcic, emergente cuoco sloveno del ristorante Pri Lojzetu Dvorec Zemono di Vipavska, che si è inventato una piastra fatta di sale: aromatizzata con rami di vite bruciati, carapaci di scampi ridotti in polvere e scorza di arancia, la usa come una sorta di griglia dopo averla seccata al sole. Un'ardita estensione della classica cottura in crosta salina. Per escogitare trucchi culinari al sapore di sale, bisogna innanzitutto imparare a conoscerlo bene, ora che vanta molte varianti (si possono acquistare nei negozi di gastronomia ad alta specializzazione, come Peck a Milano). Lasciato da parte il salgemma, cioè il comune sale da cucina, bisogna sapere che il *fleur de sel* della Camargue, dalla grana fine e dalla consistenza croccante, ha un sapore delicato,

adatto alle verdure fresche. I sali affumicati, al contrario, hanno un gusto pieno, perfetto per i carpacci di pesce. Il più decorativo? Quello rosa dell'Himalaya, a cristalli o finissimo, che porta con sé un intenso profumo di mare, per una sfumatura in più su pesci crudi o cotti. Il marino integrale del Mediterraneo è perfetto per pane e focacce, mentre il *maldon*, prezioso e delizioso, viene prodotto solo nella Manica, e si può osare perfino sui dolci. Come fa con la *creme brûlée* Rico Guarnieri, chef insieme a Claudio Colombo Severini del nuovo locale milanese Teatro 7 (in via Civerchio 9, tel. 02 69900702, www.teatro7.com); ristorante multitasking, dove si tengono anche corsi di cucina (perfino per bambini) e si prestano i fuochi a chi voglia improvvisarsi "chef per una sera" (questo il nome dell'iniziativa) sotto l'attenta supervisione dei due patron. «La nostra è cucina italiana all'eggerita, dai profumi di un tempo e nella forma dell'oggi», spiega Guarnieri. «Sali e spezie regalano ai piatti un bouquet di aromi unico, senza l'utilizzo di grassi. A volte basta combinare erbe come menta e maggiorana a un sale affumicato per rendere superbo anche un semplice salmone crudo». Un tutto tondo di sapore. □



lifestyle | ricette

**SALMONE AL SALE AFFUMICATO,
ZUCCHERO DI CANNA E ERBE**
(per 4 persone)

● 4 filetti di salmone ● 50g di menta ● 50g di
maggiorana ● 2 carote ● una manciata di in-
salatina tenera, a piacere ● 300g di zucche-
ro di canna ● 900g di sale grezzo integrale
● sale affumicato

Coprire i filetti di salmone con il sale grezzo e
lo zucchero e lasciar riposare per un giorno in
frigorifero. Togliere il sale e lo zucchero e con-
dire il salmone con menta e maggiorana, quin-
di lasciare in frigorifero ancora per un giorno.
Tagliare infine i filetti a fettine sottili e servirli
crudi, guarniti dall'insalatina e dalle carote ta-
gliate molto fini. Spolverizzare ciascun piatto
con sale affumicato.

lifestyle | ricette

FOCACCIA AL SALE INTEGRALE

(per 8 persone)

● 1kg di farina ● 40g di zucchero ● 100g di burro ● 50g di lievito
● 250g d'acqua ● 250g di latte ● 20g di sale marino integrale fino
del Mediterraneo ● sale marino integrale del Mediterraneo in cristalli

Impastare bene tutti gli ingredienti, aggiungendo il sale fino per ultimo. Lasciare lievitare finché la pasta non appare raddoppiata. Tirare quindi con il matterello per tre volte e dare alla focaccia la forma che si preferisce (quadrata, rotonda o a treccia). Adagiarla su una placca da forno e spennellarla con olio e acqua, lasciare lievitare ancora finché la pasta non raddoppia la sua massa. Cuocere in forno preriscaldato a 200°C, alla fine spolverizzare con i cristalli di sale marino integrale.

