



Osteria "Al Sasso", ca. 1950

Le ricette e i consigli di Lucio Calao: minestra *maridà* de primavera

Una ricetta che molte persone ricordano è la minestra *maridà*.

La **ricetta classica**: lessare un duello, fegatino, cuore di un pollo. Passarlo in un buon brodo di carne, aggiungere il riso, cuocere per 10 minuti, aggiungere dei tegliolini all'uovo continuare la cottura. Sciogliere della farina in una tazza con del brodo e aggiungerla al tutto, sobbollire per due minuti, spegnere lasciare riposare, servire caldo.

La **versione che vi propongo** è una nostra variante che vede la sostituzione delle frattaglie con della verdure di primavera.

Si parte sempre con la base di un buon brodo: acqua fredda o acqua calda? **Vediamo un classica ricetta per fare un buon brodo**. Si opera sempre con grandi pentole di alluminio o meglio acciaio. Le parti di carni migliori sono: spalla, culaccio, petto, collo e stinco; è ammesso anche un solo osso con tanto midollo. Il rapporto iniziale carne acqua è un chilo di carne quattro litri di acqua. La carne deve essere messa in acqua fredda, poco sale poiché il liquido di cottura si restringe e si rischia che diventi salatissimo. Una volta avviata la bollitura si aggiungono i cosiddetti elementi aromatici: carote, cipolla, porri, un gambo di sedano. Durante i primi trenta o quaranta minuti di bollitura sulla superficie si coagulerà della schiuma, occorre toglierla. Per facilitare la schiumatura si usa un metodo antico e cioè si interrompe la bollitura aggiungendo un mestolo di acqua fredda. In quel momento si schiuma, poi l'acqua riprenderà a bollire. L'operazione si ripete per tre o quattro volte. Complessivamente ci vorranno quattro ore di cottura.

Si filtra il brodo, si tolgono le verdure, si lascia raffreddare, e si formerà in superficie un velo di grasso, lo si toglie con un cucchiaino

E' cosa saputa come avete notato in questa ricetta che **per fare un brodo** si debba partire con acqua fredda, mentre per fare un bollito o lessato si debba partire con acqua calda, ma vediamo se è vero.

L'inventore di **questa teoria fu Liebig** quello degli estratti di carne, i dadi. Diceva: quando la carne è introdotta nell'acqua bollente, l'albumina immediatamente coagula dalla superficie verso l'interno, e in questo stato forma una crosta o guscio che non permette più all'acqua esterna di penetrare all'interno della massa di carne. La carne mantiene la sua succulenza, e il suo sapore è il migliore che si possa avere perché la maggior parte dei componenti sapidi della massa è trattenuta nella carne. Questo se si vuole fare un lessato, al contrario se si vuole fare un brodo.

Oggi sappiamo che tutto questo non è vero. I componenti solubili in acqua sono prodotti poco importanti dei muscoli, e il loro valore nutritivo è trascurabile. Qualunque crosta che si formi sulla superficie della carne non è impermeabile. Il grosso pezzo di carne bollito a lungo conserva la maggior parte delle sue proteine.

Ecco quindi che tutto sommato l'importanza della carne per fare un brodo è relativo, un fatto è certo che facendo un brodo si ha l'opportunità di avere poi della buona carne bollita.

Partendo come dicevamo con un buon brodo, si mette a cuocere il riso assieme a dei pisellini freschi e dei cubetti di patata. A metà cottura si aggiungono i tagliolini, qualche punta di bruscandolo, foglie di *carletti*, punte di asparagi, qualche foglia di rapanello. Si aggiusta di sale e si serve bollente.

“Lavadita” 1 (1996), n. 4.