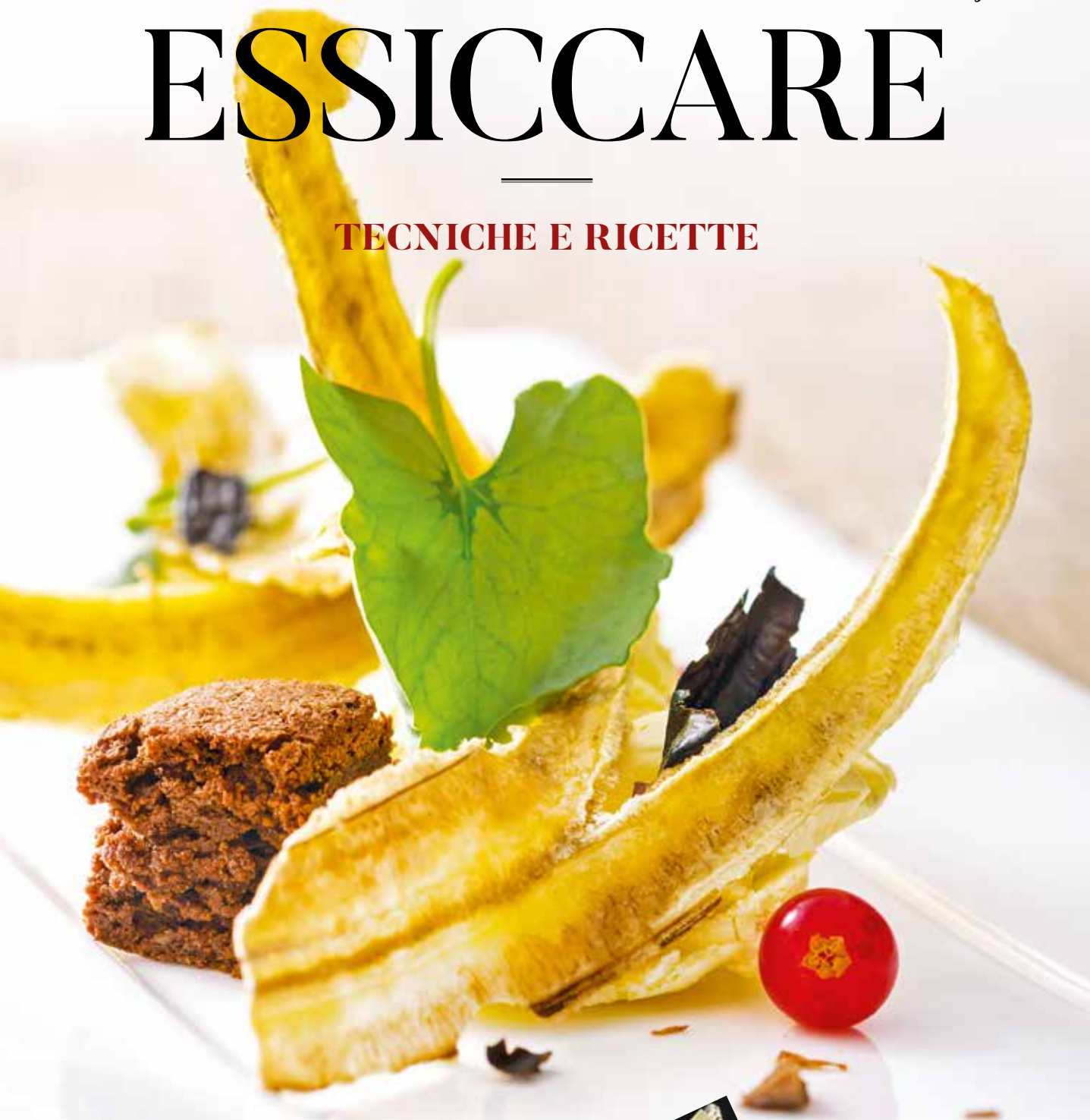


Stefano Masanti


Signature

ESSICCARE

TECNICHE E RICETTE



BIBLIOTHECA CULINARIA



INTRODUZIONE



- 6 **Perché essiccare?**
I pregi di una tecnica antica di conservazione
- 10 **Prima di iniziare**
Considerazioni e preparativi per l'essiccazione
- 16 **Metodi e tecniche di essiccazione**
Procedimenti e strumenti più utilizzati
- 30 **Conservazione dei prodotti essiccati**
Impedire il riassorbimento dell'umidità

RICETTE



- 32 **VEGETALI**
- 34 Insalata cruda, cotta, liquida ed essiccata
- 36 Zuppetta di lamponi, caprino e germogli
- 37 Crema di castagne secche con caviale di lavarello e panna acida
- 38 Tagliolini di mais con “farina” di funghi, salsa di Taleggio e prezzemolo
- 40 Spaghetti al pomodoro rinforzato
- 42 Risotto con verdure essiccate
- 44 Stracci di pasta ai piselli con ragù di legumi essiccati
- 45 Gelato di albicocche secche con crema di cioccolato caramellato e sciroppo di cardamomo
- 46 “Millefoglie” di mele essiccate, salsa di lamponi e mirtilli
- 48 Zuppa di cioccolato bianco e fiori essiccati
- 50 Banana split 2.0
- 52 Pera essiccata con sorbetto di pera e Parmigiano 36 mesi
- 54 Succo ricco di frutta
- 55 Mousse di mandarino, arancia essiccata, pompelmo in polvere e succo di lime in gelatina



- 56 **LATTICINI**
- 58 Casseruola di verdure al forno con yogurt in polvere
- 60 Tagliolini al tartufo nero con ricotta di capra essiccata
- 61 Gamberi rossi marinati con polvere di Taleggio e menta
- 62 Panna “stracotta”
- 64 **PESCI & CROSTACEI**
- 66 Ravioli di ricotta in brodo istantaneo di pesce
- 68 Insalata di gamberi e patate in consistenza
- 70 Tartare di dentice
- 72 Katsuobushi di salmone
- 73 Risotto ai frutti di mare con “tartufo” di capesante
- 74 Branzino al prezzemolo e coriandolo, latte caramellato e riso nero
- 76 Seppia alla seppia
- 78 Baccalà alle olive nere essiccate in brodo di cavolo rosso
- 80 **CARNI**
- 82 Galletto alle erbe amare
- 84 Agnello da latte in crosta di grano saraceno soffiato
- 86 Filetto di manzo, indivia e tartufo, polvere di rosmarino
- 87 Costoletta di vitello in crosta di patate
- 88 Salsiccia di maiale con polenta
- 90 Costine di maiale in agrodolce laccate con aglio essiccato e insalata frita
- 92 Carpaccio di manzo, polvere di lattuga, zenzero e frutto della passione

Prima di iniziare

CONSIDERAZIONI E PREPARATIVI PER L'ESSICCAZIONE

Ogni alimento, di origine vegetale o animale, possiede delle caratteristiche fisiche e organolettiche diverse. Due pesche, anche se colte dallo stesso albero, non saranno mai identiche (una potrebbe essere stata più esposta al sole o raccolta con qualche giorno di anticipo rispetto all'altra).

Alla luce di questa variabilità di base, quando ci si accinge ad essiccare i cibi, ottenere i risultati desiderati e replicarli nel tempo può sembrare inizialmente difficile.

Per trarre il meglio da ciascuno è necessario tenere in considerazione una gamma di fattori e magari tenere degli appunti sui primi esperimenti. Si riveleranno sicuramente utili per perfezionare la propria tecnica e guidare delle scelte successive.

DA VALUTARE PRIMA DI ESSICCARE

- **Tipologia dell'alimento**
- **Quantità di acqua contenuta nell'alimento**
- **Dimensione e conformazione dell'alimento**
- **Eventuale utilizzo dell'alimento essiccato**
- **Quantità di prodotto da essiccare**

LA TIPOLOGIA DELL'ALIMENTO

Le due macrocategorie alimentari, animali e vegetali, presentano ovvie differenze, ma una ulteriore suddivisione si rivela utile quando si devono considerare specifici trattamenti termici. La pasta, essendo un prodotto lavorato, rimane fuori da questa categorizzazione:

| Vegetali | Animali |
|------------------|-----------|
| Verdura e legumi | Carni |
| Frutta | Latticini |
| Funghi | Uova |
| Erbe | Pesci |
| Fiori | Molluschi |
| Alghe | Crostacei |

QUANTITÀ DI ACQUA CONTENUTA NELL'ALIMENTO

Conoscere la quantità d'acqua contenuta nell'alimento, la tipologia di tessuto e la concentrazione di sali e zuccheri, è fondamentale per scegliere il metodo e il tempo di essiccazione più idonei. Ad esempio, a

parità di peso di alimenti diversi, più è alta la percentuale di acqua nell'alimento, maggiore sarà il tempo necessario ad essiccarlo. Infatti, una fetta di patata dello spessore di mezzo centimetro, a parità di temperatura di essiccazione, impiega molto meno tempo a disidratarsi rispetto a una fetta di cetriolo di pari dimensioni e peso. La prima contiene circa l'80% di acqua, la seconda vicino al 96%. Per carni e pesci è consigliabile un trattamento con sale o zucchero prima dell'essiccazione. L'azione igroscopica di queste sostanze aumenta la disidratazione e, di conseguenza, accelera il processo di essiccazione.

CONTENUTO DI ACQUA NEGLI ALIMENTI

| Verdure | Alimento | % su peso |
|---------------|----------|-----------|
| Aglio | | 80 |
| Asparagi | | 92 |
| Barbabietole | | 91 |
| Biete | | 94 |
| Broccoli | | 90 |
| Carciofi | | 84 |
| Carote | | 92 |
| Cavolfiori | | 90 |
| Cetrioli | | 96 |
| Cicoria | | 95 |
| Cipolle | | 92 |
| Finocchi | | 93 |
| Funghi | | 93 |
| Indivia belga | | 94 |
| Lattuga | | 95 |
| Melanzane | | 92 |
| Patate | | 80 |
| Peperoni | | 90 |
| Pomodori | | 94 |
| Porri | | 85 |
| Prezzemolo | | 87 |
| Radicchio | | 94 |

| | | |
|-----------------------|--|------------------|
| Rape | | 93 |
| Rapanelli | | 95 |
| Sedani | | 88 |
| Spinaci | | 90 |
| Zucche | | 94 |
| Zucchine | | 93 |
| Legumi freschi | | |
| Alimento | | % su peso |
| Fagioli | | 62 |
| Fagiolini | | 90 |
| Fave | | 80 |
| Piselli | | 76 |
| Frutta | | |
| Alimento | | % su peso |
| Albicocche | | 86 |
| Amarene | | 84 |
| Ananas | | 86 |
| Arance | | 87 |
| Avocado | | 64 |
| Banane | | 76 |
| Castagne | | 41 |
| Cachi | | 82 |
| Ciliegie | | 86 |
| Cocomeri | | 95 |
| Fichi | | 81 |
| Fragole | | 90 |
| Kiwi | | 84 |
| Lamponi | | 84 |
| Limoni | | 89 |
| Mandarini | | 81 |
| Mele | | 85 |
| Meloni | | 90 |
| Nespole | | 85 |
| Pere | | 85 |
| Pesche | | 90 |
| Pompelmi | | 91 |
| Prugne | | 87 |
| Uva | | 80 |
| Carni | | |
| Alimento | | % su peso |
| Agnello | | 70 |

Insalata cruda, cotta, liquida ed essiccata

Un gioco voluto di consistenze, questa ricetta offre una gamma di texture: liquide, croccanti e "al dente". Le verdure essiccate hanno più compiti: devono donare croccantezza, una particolare cromaticità e un sapore concentrato. Le stesse potrebbero essere proposte anche sotto forma di un pinzimonio rivisitato. In tal caso suggerisco di valutare l'utilizzo di un olio aromatizzato (al rosmarino o al peperoncino) per dare più carattere all'intangolo.



Essiccatore ventilato

PER 4 PERSONE

Insalata essiccata

- 4 foglie di insalata belga
- 4 foglie di radicchio di Treviso
- 4 foglie di insalata di Bassano
- 4 fette sottili di carota
- 4 fette sottili di zuccina
- 4 fette sottili di pomodoro
- 4 fette sottili di sedano
- 8 rametti di prezzemolo

Insalata liquida

- 50 g di lattuga
- 10 ml di olio extravergine di oliva
- 5 ml di aceto di vino bianco
- 1 g di gomma xantana
- Sale e pepe

Insalata cotta

- 25 g d'insalata frisée
- 25 g di spinaci novelli
- 10 ml di olio extravergine di oliva
- Sale

Insalata cruda

Insalate da taglio a piacere

Condimento

- 20 ml di olio extravergine di oliva
- 5 g di senape
- Sale

Insalata essiccata

Lavare accuratamente tutte le verdure e disporre sia le foglie d'insalata che le verdure nei cestelli dell'essiccatore ventilato e disidratare in base ai parametri espressi nella tabella alle pagine 22-23.

Insalata liquida

Lavare la lattuga e liquefarla con l'aiuto di una centrifuga o un frullatore. Emulsionare con l'olio e l'aceto, quindi regolare di sale e pepe e terminare con la gomma xantana per legare leggermente.

Insalata cotta

Scaldare l'olio in una padella antiaderente e unire l'insalata frisée e gli spinaci, precedentemente lavati. Cuocere per 20 secondi muovendo le foglie nella padella con una spatola in silicone. Regolare di sale e tenere al caldo.

Presentazione

Suddividere nei piatti le insalate, cotte, crude ed essiccate. Guarnire con gocce di insalata liquida. Emulsionare la senape con l'olio e il sale e condire il tutto.



Risotto con verdure essiccate

Oltre all'aspetto estetico molto piacevole, le verdure essiccate aggiungono a questo piatto una complessità gustativa interessante. Il risotto diventa una sorta di base aromatica e ogni forchettata cambia di gusto in base alla verdura che si degusta. Un gioco di sapori molto divertente.



Essiccatore ventilato

PER 4 PERSONE

Risotto

250 g di riso Carnaroli
1 litro di brodo vegetale
50 ml di olio extravergine di oliva
alla cipolla*
50 g di Parmigiano Reggiano
10 ml di olio extravergine di oliva
Sale

Verdure essiccate

30 g di carote essiccate
20 g di zucchine essiccate
20 g di sedano essiccato
20 g di rape essiccate
20 g di barbabietola essiccata
20 g di verza essiccata
(vedi pagine 22-23 per istruzioni
precise sull'essiccazione delle
singole verdure)

Risotto

Scaldare l'olio extravergine di oliva in una casseruola dal fondo pesante e tostare il riso per 3-5 minuti. Portare a ebollizione il brodo vegetale, salarlo e aggiungerlo gradualmente al riso fino a cottura (circa 15-18 minuti).

A cottura ultimata, rimuovere dal fuoco, aggiungere l'olio alla cipolla e il Parmigiano. Coprire con un coperchio per 2 minuti prima di mantecare.

Presentazione

Suddividere il risotto nei piatti e completare con le verdure essiccate.

* Frullare 200 ml di olio extravergine di oliva con 70 g di cipolla essiccata. Filtrare e conservare al riparo dalla luce.

Insalata di gamberi e patate in consistenza

Gli amidi sono molto facili da essiccare e danno degli ottimi risultati. In questa ricetta ho utilizzato due tecniche di essiccazione differenti per ottenere due prodotti dalle consistenze completamente differenti, una sabbiosa e l'altra croccante e golosa.



Essiccatore ventilato



Microonde



Forno ventilato

PER 4 PERSONE

Gamberi

200 g di code di gamberi rossi di Sicilia
20 ml di olio extravergine di oliva
Sale e pepe

Patate viola essiccate (polvere)
100 g di patate viola lessate con la buccia

Patate gialle (chips)
100 g di patate gialle con la buccia
10 ml di olio extravergine di oliva
Sale

Patate arrostiti
4 patate novelle
Olio extravergine di oliva
Sale

Purea di patate viola
50 g di patate viola lessate e schiacciate
50 g di latte
30 g di burro
5 g di sale

Finitura
Olio extravergine di oliva
Sale

Gamberi

Sgusciare i gamberi e rimuovere le teste e il filo intestinale. Disporre la metà tra due fogli di acetato. Battere con un pestacarne fino ad ottenere una lamina sottile. Congelare rapidamente. Condire l'altra metà dei gamberi con olio; sale e pepe.

Patate viola essiccate (polvere)

Pelare le patate e schiacciarle. Stenderle su carta da forno disporre nei cestelli dell'essiccatore ventilato. Essiccare a 60 °C per 12 ore poi ridurre in polvere con l'aiuto di un frullatore.

Patate gialle (chips)

Lavare e asciugare le patate. Con l'aiuto di una mandolina, affettarle ad uno spessore di 1 mm. Spenellare con l'olio e salare. Stendere le patate su carta da forno e cuocere nel forno a microonde (funzione crisp) per 3-4 minuti alla massima potenza.

Patate arrostiti

Lavare e asciugare le patate. Tagliarle a metà, spennellare con olio e cuocere per 30 minuti nel forno ventilato a 200 °C. Regolare di sale.

Purea di patate viola

Unire il latte e il burro in una piccola casseruola e portarli a bollore. Aggiungere le patate e mantecare fino ad ottenere un composto liscio. Regolare di sale e tenere al caldo.

Presentazione

Estrarre il carpaccio di gamberi dal congelatore. Con l'aiuto di un coltello, tagliare dei triangoli o altre forme geometriche a piacere. Suddividere nei piatti e condire con poco olio extravergine di oliva e sale. Aggiungere un cucchiaino di purea di patate viola, le chips di patate gialle e le patate arrosto. Completare con alcuni gamberi marinati e terminare con la polvere di patate viola.





Essiccato, disidratato, liofilizzato, friabile, croccante: nell'universo gastronomico queste parole, che evocano un'assenza di linfa vitale, comunicano anche delle sensazioni visive, gustative e uditive ben precise.

La delicata *tuile* di polenta che si scioglie sulla lingua, l'essenza concentrata del pomodoro essiccato che si sprigiona al contatto col palato, la sapidità particolare dello stoccafisso fanno parte di un repertorio di percezioni piacevoli riconducibili a uno stato *extra dry*.

La sottrazione dell'acqua contenuta negli alimenti, per via del calore o del passaggio dell'aria, è un metodo di conservazione ben collaudato, ma anche un sistema per cambiare le consistenze degli stessi in un modo radicale.

Avendo forzato le frontiere del gusto ed esasperato quelle dell'estetica, le esplorazioni dei gastronomi più curiosi si spostano in questo territorio sensoriale diverso, dove la struttura delle materie influisce sull'equilibrio del piatto.

In quest'opera **Stefano Masanti** esamina varie tecniche per privare i cibi della loro naturale umidità. Valuta i risultati prodotti da strumenti diversi: il forno tradizionale - il forno a microonde e l'essiccatore ventilato - e offre una gamma di ricette per dimostrare come ingredienti essiccati possono avere ruoli sorprendenti in piatti d'autore.

