

alfemminile
alfemminile.com

R CONTENUTO PER GLI ABBONATI

Pasqua in lockdown, i consigli degli chef: "Così vi mettiamo a tavola a casa vostra"

di Sabrina Camonchia



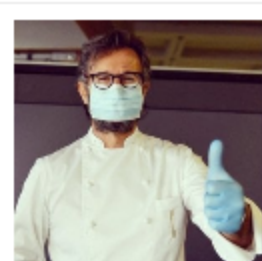
Ricette veloci per un pranzo in smart working, una cena leggera a favore di coprifuoco. E' la cucina anti-assembramenti,

16 MARZO 2021

BOLOGNA - A marzo scorso fu #iocucinoacasa. Dopo un anno, quell'hashtag è ancora valido. La zona rossa non fa sconti: i ristoranti e i bar sono chiusi, aperti solo per asporto. Sperando che sia l'ultimo stop and go per la ristorazione messa in ginocchio dalla pandemia, meglio rispolverare consigli e suggerimenti per una cucina da lockdown, guidati da chef del territorio. Ricette veloci per un pranzo in smart working, una cena leggera a favore di coprifuoco, la spesa mirata anti-assembramenti, l'hamburger goloso per la serie preferita in tv o il cibo orientale sognando viaggi lontani: ecco come orientarsi per evitare la noia gastronomica.

Cracco: "Il 2021 sarà per forza migliore. Peggio di così..."

22 Dicembre 2020



La spesa salta code

Ivan Poletti, di Ca' Shin, parte dal supermercato: "Suggerisco di fare una spesa abbondante a inizio settimana programmando pranzi e cene in modo da evitare di dover fare più volte le code. Consiglio il minestrone di verdure di stagione, le zuppe di legumi (che essendo secchi possono durare parecchio). Nella dispensa di ogni bolognese non può mancare il ragù da dividere in monoporzioni, surgelare e tirare fuori all'occorrenza". Anche Lorenzo Vecchia, chef e socio del ristorante Ahimè, suggerisce la spesa a km zero grazie alle cassette di frutta e verdura che arrivano dall'orto dell'azienda Orsi Vigneto San Vito, Valsamoggia. La consegna è il mercoledì e il venerdì, dalle 17 alle 19, al ristorante di via San Gervasio. Un modo per evitare sprechi in cucina e mangiare sano. "È periodo di radicchi e lattughe fresche a foglia larga: consiglio di trattarle come fossero un pezzo di carne: appena grigliate, accompagnate da una marinatura molto speziata, un piatto che va incontro alla primavera ma che resta attaccato all'inverno".

Arrivano tortellini e lasagne in tubetto, invenzioni da masterchef

22 Gennaio 2021



Non solo tortellino: hamburger e ramen

Il consiglio che sorpassa la tradizione arriva dalle cucine di Sentaku Ramen e Nasty Burger (aperti la sera per delivery). Per una cena golosa davanti a una piattaforma digitale, consigliano il Bacon Chesebruger, con l'aggiunta di cetriolini: gustoso e veloce. Più leggera è la ricetta che arriva dal locale di via Lame: non è difficile cucinare

MENU | CERCA

la Repubblica

ABBONATI | QUOTIDIANO



Bologna, è Gianluca Renzi il nuovo chef de I Portici

di SABRINA CAMONCHIA
17 Settembre 2020



La cucina naturale

Regina della cucina naturale è Pina Siotto, le cui lezioni con alimenti vegetali su Zoom sono una miniera di informazioni per chi vuole cimentarsi con le proprie attrezzature di casa. "Nella maggioranza dei casi, le persone hanno tempo per cucinare solo nel fine settimana. Così propongo lezioni in streaming per preparare le scorte, da utilizzare nei giorni in cui si ha più fretta. Dalle cotture in vaso, che si possono conservare fuori dal frigo, alle indicazioni per diminuire gli sprechi e ottimizzare il tempo a disposizione per mondare gli ortaggi e conservarli pronti per l'uso". Una ricetta veloce per chi è in smart working? "La cottura del riso si può fare per assorbimento, mentre si lavora al pc, senza dover stare in piedi davanti ai fornelli. Quando il riso è cotto si spegne il fuoco e non resta altro che preparare un veloce condimento con le verdure. Le tecniche di cottura della cucina asiatica sono molto utili: veloci, croccanti, colorate e saporite".

I gruppi sui social

"Chiedi allo chef" è l'invenzione social di Luca Giovanni Pappalardo, di Pane e Pannelle. Avviato ai tempi del primo lockdown, il gruppo è "un luogo di confronto artusiano, dove valgono le ricette di tutti, senza performance". Al grido di "Lockdown! No ristorante?", seguono piatti home made, foto e trucchi. Lo chef consiglia di sfruttare il momento per riscoprire la comunità, col giusto distanziamento: "Chiedere lo zucchero al vicino e poi magari portargli la torta che si è fatta. Lo stesso con il pane o con l'arrosto". Da segnalare i corsi della foodblogger e foodstylist Antonella Scialdone sul mondo del pane (pastamadre.net), traslocati sul web e rivolti a quelli che, in casa, vogliono sperimentare l'uso della pasta madre. Il prossimo? Manco dirlo, quello per la preparazione della colomba pasquale.

Da bere? I classici (con due ingredienti)

È Francesco Gallea, gestore e barman di Jukebox Café, a guidarci nella scelta dei drink da bere in casa. "Considerando che è meglio uscire il meno possibile, consiglio due grandi classici come il Martini cocktail e il Gin Tonic, entrambi composti da due soli ingredienti, che spesso sono già nelle nostre case, o che si possono reperire anche nei supermercati. Bere un drink è un'esperienza non replicabile in casa, ma di questi tempi occorre sapersi accontentare".

informazione pubblicitaria



Leggi anche

Ferrara, mangia cibo all'ospedale

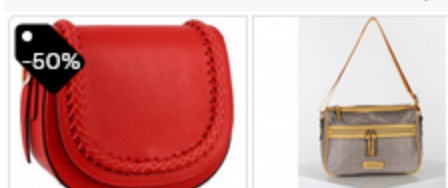
Una superciliegia da entra nel Guinness w

Morì dopo un interve al disco, medico conc e altri 4 a processo

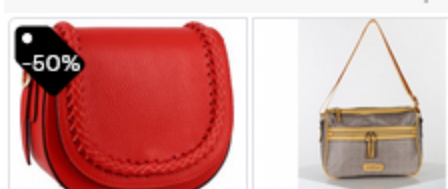
informazione pubblicitaria



informazione pubblicitaria



informazione pubblicitaria



informazione pubblicitaria

