

Gusto

«25 x 4» Le ricette low cost proposte dalla chef Cristina Cerbi dell'Osteria di Forno

Cina povera, ricca di gusto



Chiella

Lu si ha spandere vino su tutto, servilo a temperatura ambiente. Inutile il condimento a terra e a sera va in cucina, ma ha un profumo inimitabile, molti condimenti, come per esempio il prosciutto crudo, il cotechino, il salame, i vitelli. Sono Cristina Cerbi e Luca Caraffini, lei la cucina, lui la cucina. «In una città come la nostra, che è un po' come una città, c'è una cucina che è un po' come una città, c'è una cucina che è un po' come una città, c'è una cucina che è un po' come una città...»



SFORMATINO DI PARMIGIANO CON ASPARAGI

Costo circa 5,00 euro

INGREDIENTI
Ingegneria 150 g latte (0,30 euro), 200 g pasta (0,20 euro), 200 g di Parmigiano-Reggiano (1,00 euro) 2 uova e 2 tuorli (0,20 euro), un macerato di asparagi (1,50 euro), 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, 30 g di cipolla tritata (0,12 euro), sale marino e sale q.b. **Per ogni porzione gli ingredienti.**
Fare scaldare il latte e il tuorlo di uovo, unire un pizzico di sale, poco macerato e 50 g di Parmigiano. Mescolare bene, spugnare girandola come si fa a bollire, fare raffreddare e unire 2 uova intere e 2 tuorli. Mescolare per amalgamare e filtrare con un colino fine. Ungere 4 stampini (tipo da creme per pasticcini), riempire con il composto e spingere in una teglia in cui punte verso l'alto dell'acqua calda, infornare a 180°C per 30'. Nel frattempo preparare la salsa di Parmigiano, mettere sul fuoco la panna montata, aggiungere il Parmigiano, fare restringere fino a quando non si addensano. Trarre 20 g di cipolla, fare rosolare e appoggiare gli asparagi tagliati a pezzettoni, dopo circa 10 minuti unire le punte tritate da parte, portare a cottura e salare. Servire gli sformatini di Parmigiano tagliati e accompagnati dalla salsa di Parmigiano e dagli asparagi.



TAGLIOLINI DI PASTA ALL'UOVO CON CIPOLLE ROSSE DI PARMA AL LAMBRUSCO E PROSCIUTTO CRUDO

Costo circa 5,50 euro

INGREDIENTI
300 g di tagliolini (1,10 euro), 4 cipolle rosse di Parma circa 500 g (0,75 euro), 1 fetta di prosciutto crudo di Parma (0,80 euro), 2,00 euro, un bicchiere di lambrusco e vino rosso secco (0,50 euro), 100 g di olio extravergine di oliva (0,10 euro). **Per la pasta** 300 g di farina 00 (0,30 euro), 3 uova intere (0,40 euro), 1 cucchiaino di acqua.
Fare la pasta. Affettare le cipolle, mettere in una padella, unire l'olio, sale q.b. E quando iniziano a soffriggere, unire il bicchiere di vino rosso e un bicchiere di acqua. Quando tutto il liquido si sarà asciugato, le cipolle inizieranno a colorire e a diventare rosse, unire il prosciutto (gradatamente sminuzzare la parte iniziale che risulta più asciutta) la ghialla e il condimento, fare rosolare. Cuocere i tagliolini in abbondante acqua salata e quando risultano ancora al dente, scolarli. Fare di cuocere nella padella insieme al sugo di cipolle.



CONIGLIO DISSOSSATO IN PADELLA AI PROFUMI DELL'ORTO

Costo circa 4,00 euro

INGREDIENTI
1 coniglio di circa 1 kg (0,40 euro), 2 spicchi di aglio (0,10 euro), 300 g di olio extravergine di oliva (0,30 euro), un macerato di ortive (aglio, salvia, rosmarino, maggiorana) (0,20 euro), Sale q.b. e un bicchiere di vino bianco (0,50 euro).
Dissossare il coniglio, fare rosolare una spicchio di aglio insieme a un rametto di rosmarino, origano, foglie, unire il coniglio e salare. Quando il coniglio inizierà a prendere colore, unire un bicchiere di vino bianco, fare evaporare, unire il macerato di erbe e farlo asciugare a un lieve spicchio di aglio e il maggiorana. Unire un bicchiere di acqua e portare a cottura.



SEMIFREDDO ALLO ZABAIONE CON SALSA ALLE FRAGOLE E SCAGLIE TORTE DI CIOCCOLATO FONDATE

Costo circa 1 euro

INGREDIENTI
Per la salsa: 100 g di zucchero (0,10 euro), 200 g di marmello d'arancio (0,30 euro), 3 uova intere, 3 tuorli (1,20 euro), 200 g di panna fresca (0,30 euro), 1 cucchiaino di fragole tritate (0,20 euro), 20 g di cioccolato fondente e 10 g di zucchero (0,12 euro).
Fare lo zabaione montando la uova con il zucchero, quando inizieranno a spumare, unire il marmello e fare cuocere a bagnomaria fino a quando la crema non venterà il cucchiaio (circa 10 minuti a fuoco lento). Farlo raffreddare, quindi unire alla panna montata e riporre per un'ora in frigorifero con congelatore a -18°. Preparare la salsa facendo cuocere la fragole insieme da parte a due decoltroni: cioè il zucchero e un cucchiaino di acqua. Quando sono sfuocate, frullarle. Mettere la salsa al centro di un piatto, con un cucchiaio fare tre palline di semifreddo, decorare con scaglie di cioccolato e la fragola rimasta.

NOTA I prezzi scritti a fianco degli ingredienti sono quelli indicati dal cuoco e contrattati al supermercato. Qualche variazione è ovviamente possibile, ma lo spirito del «25x4» è quello di cucinare bene spendendo poco: se qualche prezzo «fuori», ci auguriamo non venga messo in discussione il senso dell'iniziativa.