

Quando i piatti DIVENTANO PREZIOSI QUADRI D'AUTORE

◆ **Libri di cucina e dintorni** Meret Bissegger ci fa riscoprire, grazie anche ai prodotti di Pro Specie Rara e dei Presìdi Slow Food, quanto variopinte possono essere le verdure invernali. — NATALIA FERRONI

Chi ha detto che l'inverno culinario è poco variato e povero di colori? Anzi, che sono poche le verdure da portare in tavola? Per ricredersi basta gettare un occhio alle varietà orticole che coltiva Pro Specie Rara: barbabietola di Chioggia, un tubero tondo con anelli rossi e bianchi in alternanza; cavolo nero; carota lunga e gialla (dentro e fuori) del Doubs; coste dagli steli di un rosso intenso; cavolfiore bianco, giallo o viola...

Oppure, sfoglia il libro «La mia cucina con le verdure autunnali e invernali», l'ultimo libro della cuoca Meret Bissegger di Malvaglia. Ben 40 le specie di ver-

dure stagionali presentate con foto in circa 380 pagine: quanti colori offre la natura!

Dopo il successo di «La mia cucina con le piante selvatiche», Meret Bissegger offre indispensabili consigli per preparare piatti insoliti e gustosi anche nel periodo più freddo dell'anno: dalle barbabietole ai cavoli, dalle zucche alle castagne, dalle pastinache alle spezie, ogni ingrediente contribuisce a creare nuove armonie e combinazioni cromatiche in cucina.

«Con il fotografo Hans-Peter Siffert – racconta l'autrice – abbiamo girato il Ticino, la Svizzera tedesca e l'Italia. Abbiamo visitato aziende biologiche di

piccole e grandi dimensioni, produttori di verdure di nicchia, li abbiamo ripresi nei campi, ai mercati o alle fiere, e abbiamo raccolto molti saperi e impressioni. In questo libro raccontiamo storie di produttori, ma soprattutto spieghiamo come preparare e cucinare, in chiave attuale, differenti verdure stagionali, quelle che vengono prodotte alle nostre latitudini».

Ecco, un aspetto al quale Meret Bissegger ci tiene tanto e che, nel libro, mette in rilievo con pagine di reportage sul lavoro di piccole e medie aziende di agricoltura biologica: il rapporto di lunga data con diversi agricoltori. «So quant'è duro stare continuamente con la schiena piegata e quanto preziosi, quindi, siano i frutti delle loro fatiche». Lei, che ama dire che accanto alle spezie, alle erbe aromatiche e alle piante selvatiche, le verdure sono gli ingredienti che preferisce e che costituiscono il piatto forte della sua cucina. Così, accetta di buon grado anche prodotti non sempre perfetti. Leggendo la prima parte del libro si scoprono il valore di un'agricoltura biologica e di un consumo consapevole.

«Tramite semplici ricette ben illustrate, con proposte di abbinamenti e molti trucchi vogliamo dimostrare come queste verdure un po' neglette possano sedurre il palato con gusti inaspettati» conclude Meret Bissegger.

Insomma, utili suggerimenti sulla preparazione e la conservazione delle verdure e tante idee per presentare piatti originali fanno di questo libro un'inesauribile fonte d'ispirazione. ●



Meret Bissegger, sempre a stretto contatto con gli agricoltori, qui con Renzo Cattori di Cadenazzo.

Foto: Hans-Peter Siffert

Le zucche preferiscono temperature costanti e miti: vanno anche conservate in casa.



ALTRI LIBRI GUSTOSI
RICETTARI&CO



Mille modi per cucinare verdure invernali e locali
Quaranta le specie di verdure stagionali presentate con foto in circa 380 pagine: quanti colori offre la natura! **La mia cucina con le verdure autunnali e invernali**, di Meret Bissegger e fotografie di Hans-Peter Siffert, ed. Casagrande.

INSALATA DI SEDANO E FETA

Ingredienti

- ⇒ 200 g di gambi di sedano tagliati a fettine
- ⇒ 300 g di feta a cubetti
- ⇒ ½ melograno sgranato
- ⇒ 1 cipollina rossa affettata
- ⇒ 1 c. di olive snocciolate
- ⇒ 1 c. di menta secca

- ⇒ pepe di Tasmania
- ⇒ ½ limone, succo e scorza grattugiata
- ⇒ 2 c di olio d'oliva
- ⇒ 1 c di olio al limone

Preparazione

Mescolare tutti gli ingredienti.



Grande effetto con dimensioni mignon, o «no finger, no party»
Le idee sono i doni più preziosi, anche in cucina... ecco ricette di monoporzioni per soddisfare ogni esigenza, dal classico cocktail party all'aperitivo informale. Con consigli su quanti pezzi servono e come combinarli. **Fingerfood in festa**, di Denis Buosi, ed. Biblioteca culinaria.



Il grande classico della cucina italiana rivisitato
Il Cucchiaino d'Argento è dal 1950 il manuale di cucina italiana per eccellenza. Ora, la nuova versione ha anche ricette di grandi chef italiani, della cucina internazionale e consigli per una sana alimentazione. **Il cucchiaino d'Argento**, di Il cucchiaino D'Argento, in vendita a Coop City Lugano.



La chimica del bigné e altre esplorazioni nel mondo del cibo
Un libro scientifico, ma con pochissime formule. Un libro di cucina, ma con poche ricette. Insomma, un libro sul perché di certi ingredienti e di certe preparazioni dell'autore del blog italiano «Scienza in cucina». **La scienza della pasticceria**, di Dario Bressanini, ed. Gribaudo.



Ingredienti facili da trovare, procedimenti semplici
Porta il nome come il nuovo programma televisivo di quest'anno della foodstar italiana: 200 ricette alla portata di tutti accompagnate, contrariamente ai precedenti libri, da una fotografie del piatto. **Molto bene**, di Benedetta Parodi, ed. Rizzoli, in vendita a Coop City Lugano.

AMARO BRAULIO

STAGIONATO
DUE ANNI IN
BOTTI DI ROVERE.

BRAULIO
BORMIO

Marche in azione da Coop.
Da martedì 16 dicembre a sabato 20 dicembre 2014, fino ad esaurimento delle scorte

**PERCHÉ A NATALE
SPESSE LA FAMIGLIA
SI ALLARGA.**

19.50
invece di 29.60
L'Original,
2 x 800 g,
(100 g = 1.22)

19.95
invece di 29.90
Moitié-Moitié,
2 x 800 g,
(100 g = 1.25)

C'E SEMPRE UN'OCCASIONE

In vendita nei grandi supermercati Coop