

## GOOD LIFE GOLA PROFONDA

di VALERIO SALA

### FETTE DI PIACERE

Salame, il dono più gustoso del porcello all'uomo. Che il suo sacrificio non sia vano!

Chi resiste di fronte a una fetta di salame? Nutrizionalmente parlando non è proprio il massimo per il suo contenuto di calorie e grassi (meglio consumarlo con moderazione), ma se si tratta di gusto e aroma difficilmente trova rivali a tavola. Si ritiene che abbia origini antichissime, addirittura che a inventarlo siano stati gli antichi egizi, e che alcune carni insaccate, molto simili a salami, risalirebbero addirittura all'anno 1000 a.C: decisamente molto stagionate! Il salame prende il nome dal processo di salatura che subisce mentre stagiona, processo fondamentale per conferire il tipico sapore, a cui concorrono anche il tipo di carne (solitamente di maia-



le ma anche di capra, pecora, cavallo, asino, oca, selvaggina, frattaglie) e le spezie insaccate nell'impasto. A Felino, patria dell'omonimo salame emiliano, all'insaccato è addirittura dedicato un museo storico allestito con attrezzature antiche e nuove per la produzione e la stagionatura.



#### 3 RICETTE RAPIDE



##### ■ Frittata rustica

●Taglia del salame a pezzettini, disponili in una padella antiaderente, fai rosolare a fuoco dolce per alcuni minuti. ●Rompi 2 uova in una terrina, sbattile, aggiungi sale e pepe. ●Unisci al composto 4 cucchiai di parmigiano grattugiato, versa tutto nella padella con il salame. ●Lascia cuocere a calore moderato per circa 4-5 minuti. ●Quando è ben cotta da un lato, rivolta la frittata e falla cuocere dall'altro. Servi. **Consiglio da chef:** il gesto più spettacolare è il salto della frittata, indispensabile per la cottura uniforme. Se non sei esperto, accosta due padelle per girare la frittata senza romperla.



##### ■ Gattò di patate con salame

●Riscalda il forno a 180°. Lessa 1/2 kg di patate, sbucciale e passale con lo schiacciapatate. ●Unisci alle patate 1 o 2 tuorli d'uovo, 15 g di grana, sale, pepe, un pizzico di noce moscata, 75 g di mozzarella a dadini e amalgama per ottenere un composto omogeneo. ●Imburra uno stampo e copri il fondo con carta forno; spolvera con un po' di pangrattato e pressa nello stampo metà del composto. ●Aggiungi le fette di salame, la scamorza a dadini e copri con il resto delle patate. Inforna per circa 40 minuti. **Consiglio da chef:** bucherella la superficie con una forchetta o un coltello, con creatività.



##### ■ Salame con aceto e cipolla

●Taglia la cipolla a fettine molto sottili. ●Metti un filo d'olio in una padella (meglio se antiaderente) e fai rosolare a fuoco lento. ●Taglia delle fette di salame e falle saltare in padella per alcuni secondi fino a quando cambiano colore, gira le fette e ripeti l'operazione. ●Il salame deve scottarsi, non cuocere altrimenti diventa duro. Annaffia con un po' d'aceto e il piatto sarà pronto. **Consiglio da chef:** attento ai tempi di cottura quando fai soffriggere gli ingredienti, le cipolle devono essere solo dorate e non imbrunirsi, altrimenti prendono un cattivo sapore.

### NON SCEGLIERE COME UN SALAME

a cura di Stefano Negrini

#### WEISSHAUS 2008

##### Colterenzio

Pinot bianco 100% dall'aroma di frutti bianchi. Di un luminoso giallo con riflessi verdolini, offre profumi di mela e pera e note minerali.

Prezzo: 11,80 euro



#### LAGREIN GRIESER

##### Rottensteiner

Riserva Doc Select del tipico Lagrein bolzanino: pieno e scuro, con note di viola, cioccolato, liquirizia, frutti di bosco e tabacco.

Prezzo: 11,90 euro



#### ACANTO

##### TerrediFiori

Igt Maremma Toscana da Sangiovese (85%) e Cabernet Sauvignon (15%), di colore rosso rubino offre al naso frutta matura, ribes e mora.

Prezzo: 20 euro



#### ISPRITZ

##### Cantine Riondo

Prosecco spumante, aromi top secret e solo 8,5 gradi alcolici. Un'idea che rende accessibile a tutti lo spritz, aperitivo del Nord.

Prezzo: 3,99 euro



#### CAMPOGIOVANNI

##### San Felice

Elegante e austero, un Brunello di Montalcino di forte struttura. Profuma di frutti di bosco, tabacco, cuoio, rosmarino. Ideale con arrosti, cacciagione, pecorino.

Prezzo: 35 euro



**GULP! ▶▶ 130**

LE QUALITÀ DI SALAME prodotte in Italia. La lunghezza varia dai 10 ai 60 cm, il diametro (calibro) dai 3 cm del cacciatore ai circa 20 cm del crespone. La stagionatura varia a seconda delle dimensioni del salame, e comunque da 2 settimane a 6 mesi.