

La ricetta del mese

VELLUTATA DI PORRI

E' una tipica minestra invernale, da preparare da questo momento fino a primavera, quando l'"anima centrale" è tenera e si taglia con facilità. Molto apprezzato dai Romani, il porro era particolarmente tenuto in considerazione da Nerone, che pare ne mangiasse assai per tenere limpida la voce.

INGREDIENTI per 4 persone

- 50 gr di burro
- 1 l di brodo di dado vegetale
- ½ l di latte
- 1 Kg di porri (si utilizza solo la parte bianca)
- 2-3 patate
- 2-3 cucchiaini di farina
- timo e noce moscata

PROCEDIMENTO

Si tagliano a fettine sottili i porri e le patate, si mettono poi in una pentola a rosolare col burro, mescolando con un mestolo di legno; quando l'impasto comincia a imbiondire si incorporano prima 2-3 cucchiaini di farina bianca e successivamente il brodo ed il latte, continuando a mescolare per un paio di minuti. Si abbassa quindi la fiamma e si copre con un coperchio, ricordandosi di controllare di tanto in tanto che il composto non attacchi al fondo. Quando la minestra avrà assunto un invitante aspetto vellutato (dopo circa 30-40 minuti) si aggiungerà una noce moscata grattugiata ed un po' di timo; ancora qualche minuto di cottura e la minestra si potrà versare in una zuppiera, spolverizzando a piacere con grana grattugiato e magari immergendovi anche qualche crostino di pane.

LA CESTA DI DICEMBRE

La Stagione consiglia ...

FRUTTA

arance, cachi, clementine, kiwi, limoni, mandarini, mapo, mele, melograne, pere.

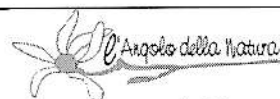
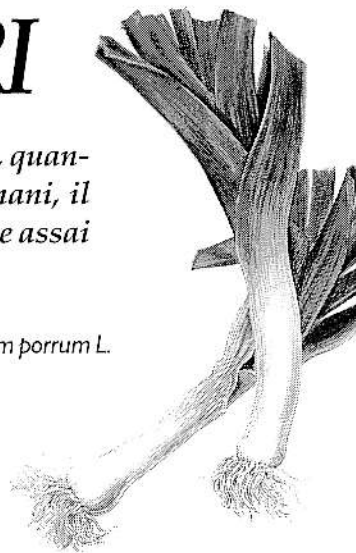
VERDURA

barbe, bietola, carciofi, cardoni, carote, cavolo (broccoli, cappuccio, cavolfiore, cavolini di Bruxelles, nero, verza), cetrioli, cicoria, cipolle, cipolline, finocchi, insalata, pomodori, porri, rape, spinaci, zucche.

Lo sapevate che, riguardo alle innumerevoli proprietà curative della salvia, i medici dell'antica e illustre Scuola Salernitana si chiedevano: "Perché muore l'uomo che ha la salvia nel suo giardino?". Come dire che se la salvia può guarire tanti mali a rigor di logica dovrebbe tener lontana anche la morte.

Mirto

Allium porrum L.



Marmellata di Biancospino



Il nome botanico *Crataegus Oxyacantha* (dal greco) fa riferimento alle robuste spine che proteggono i rametti di questo bell'arbusto. Noto per le eccellenti proprietà cardiotoniche, scoperte dai medici americani Jennings e

Clement nel XIX secolo, il *Biancospino* lo si incontra facilmente lungo le siepi e nella macchia, insieme ad altre specie caratteristiche di questo habitat come mirto, prugnolo, rosa canina, salsapariglia, corbezzolo, ecc. Per la preparazione di infusi si utilizzano per lo più i delicatissimi fiori bianchi, raccolti in boccio all'inizio della primavera; per un'originale marmellata si ricorrerà ai frutti, colorati di un bel rosso e pervenuti a maturazione nei mesi di Ottobre e Novembre.

Sconosciuta alla stragrande maggioranza dei cultori delle cose fatte in casa e di quanti prediligono sperimentare i generosi doni della natura, questa ricetta regala forse un po' di serenità da ... spalmare sul pane.

INGREDIENTI

½ Kg di frutti di biancospino - 300 gr di zucchero di canna - 1 bicchiere di vino bianco secco - la parte gialla di mezzo limone - 1 bicchierino di prugnolino (o di sherry).

PROCEDIMENTO

Lavare i frutti e metterli in una pentola insieme al vino ed al limone tagliato a fettine; cuocere a fuoco lento per mezz'ora e passare al setaccio, dopodiché unire lo zucchero e rimettere sul fuoco finché la marmellata non avrà acquisito la giusta consistenza.

Se, andando a far bacche, avremo trovato, magari dopo le prime gelate, anche qualche frutto maturo di *Rosa Canina* (di cui parlerò diffusamente in uno dei prossimi numeri de *L'Aurelia*), li potremo tranquillamente aggiungere alla ricetta sopra descritta, al posto di qualche frutto di biancospino ma soprattutto dopo essersi assicurati di aver tolto la fastidiosa peluria che avvolge i semi; ne risulterà una simpatica variante, che aggiungerà un tocco di ulteriore originalità a questa ricetta.