

# ORIGINE

IL SAPORE DEL TERRITORIO ITALIANO

[www.origineonline.it](http://www.origineonline.it)



Edizioni L'Informatore Agrario

Tutti i diritti riservati, a norma della Legge sul Diritto d'Autore e le sue successive modificazioni. Ogni utilizzo di quest'opera per usi diversi da quello personale e privato è tassativamente vietato. Edizioni L'Informatore Agrario S.p.A. non potrà comunque essere ritenuta responsabile per eventuali malfunzionamenti e/o danni di qualsiasi natura connessi all'uso dell'opera.

CLARA ALIBORANGE

**L'**olio extravergine di oliva è uno dei prodotti centrali nella dieta mediterranea e occupa un posto molto importante nella nostra gastronomia.

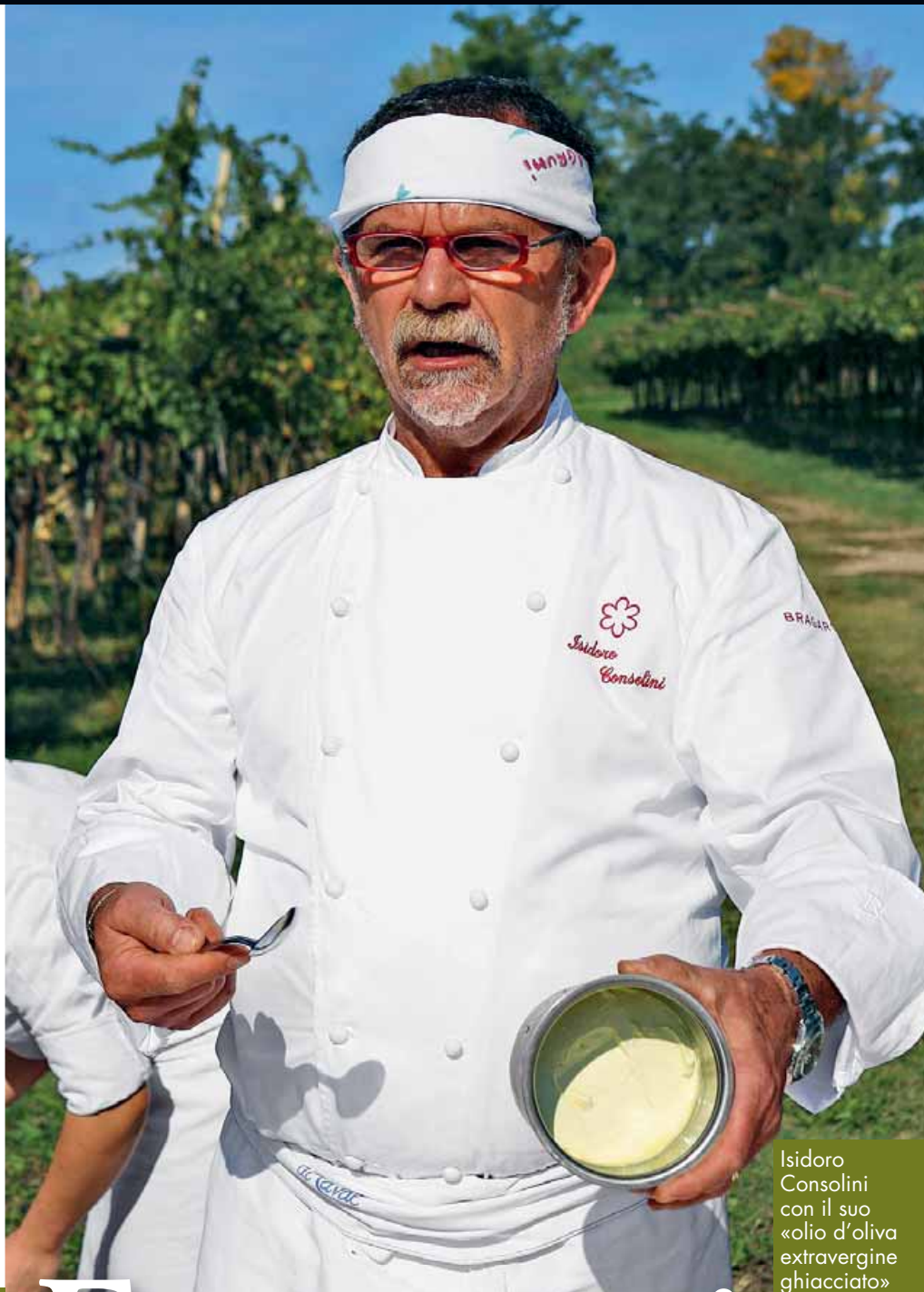
Lo consumiamo crudo come condimento su insalate, verdure, carni e pesci bolliti o arrosto, su minestre e primi piatti, ma anche per cucinare. Ideale per le cotture lente, lo usiamo per la preparazione di sughi, arrostiti, stufati e qualsiasi altra ricetta. L'olio extravergine, come più volte abbiamo raccontato da queste colonne, è più resistente e stabile di altri grassi vegetali al calore e raggiunge il punto di fumo (cioè la temperatura a cui l'olio perde le sue caratteristiche) oltre i 200 °C, al di sopra della temperatura che serve per friggere (180 °C). Per questo è l'ideale anche per questo tipo di cottura.

#### L'OCCASIONE

Il nostro rapporto, se così si può dire, con l'extravergine è di estrema familiarità. Una familiarità che a volte però ci impedisce di allargare oltre la consuetudine il suo utilizzo in cucina.

E proprio oltre la consuetudine vanno alcune preparazioni di Isidoro Consolini, chef e patron del ristorante Al Caval di Torri del Benaco sulla sponda veronese del Lago di Garda (via Gardesana 186 - Torri del Benaco - VR - Tel. 045.7225083 - Fax 045.7225855

*Attraverso alcune ricette di Isidoro Consolini, scopriamo un uso inconsueto e semplice dell'olio extravergine di oliva – in questo caso della dop Garda – che lo vedono protagonista a tutte le temperature e perfino insieme alla frutta*



Isidoro Consolini con il suo «olio d'oliva extravergine ghiacciato»

# Extravergine di oliva, istruzioni per usi insoliti

## INGREDIENTI PER LE RICETTE

**Insalata di pompelmo e basilico con petto di faraona e olio d'oliva extravergine gelato**

## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

4 foglie di basilico; sale e pepe q.b.; 1 pompelmo (o 2 secondo grossezza) o pomelo; 40 g di olio d'oliva extra vergine; 400 g di petto di faraona.

**Fugassa**

## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

100 g di farina di polenta macinata fina; 300 g di farina; 80 g di olio extravergine di oliva; 50 g di zucchero; 8 g di bicarbonato; 150 g di latte.

**Frittelle di persico e verdure con salsa agrodolce**

## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g di filetti di persico; una gamba di sedano; mezzo finocchio; 100 g di zucchine; 4 fiori di zucchine (facoltativi); prezzemolo (per guarnire); olio d'oliva extravergine per friggere.  
 Per la pastella: 300 g di farina; 300 g di acqua gassata; 3 albumi montati a neve; sale e pepe.  
 Per la salsa agrodolce: 100 g di zucchero; un poco di acqua; sale; 30 g di aceto bianco; 1/2 pomodoro pelato e tagliato a dadini.

**Composizione di frutta con olio d'oliva extravergine alla vaniglia**

## INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Ananas, uva, mandarini, fragole, kiwi, mango o altra frutta;  
 Per l'olio alla vaniglia: 200 g di zucchero; 3 baccelli di vaniglia; 200 g di acqua; 75 g di olio d'oliva extravergine.

## OLTRE LA CONSUETUDINE

«Uso pochi ingredienti nei miei piatti, in modo da esaltarne il gusto lasciandoli identificabili, distinguibili» mi dice Consolini, mentre si affaccenda a preparare la prima ricetta nella cucina improvvisata in mezzo alle vigne. E aggiunge: «Ho una vera e propria fissazione per l'olio extravergine di oliva», ovviamente del suo Lago di Garda, e lo usa in modo semplice e innovativo, in ricette facili da realizzare anche a casa. Di seguito ve ne segnalo alcune su cui ho raccolto i suoi commenti (per gli ingredienti vedi il riquadro sopra). Si parte con l'insalata di pompelmo, o meglio di pomelo, e basilico con l'olio extravergine di



Luigi Biemmi enologo dell'azienda Gerardo Cesari mentre racconta i territori di produzione tra le vigne

- info@ristorantealcaval.com - www.ristorantealcaval.com). L'occasione di vedere Consolini all'opera con l'olio extravergine è stata creata all'inizio di ottobre dall'azienda Gerardo Cesari (Cantine di produzione: Loc. Sorsei 3, Cavaion Veronese - VR - Tel. 045.62 60 928 - Fax 045.6268771 con spaccio aziendale; Via Don Cesare Biasi 13/A - San Floriano - VR - Tel. 045.6801210 - cesari-spa@cesari-spa.it - www.cesari-spa.it). Per presentare la vendemmia 2009, valutata tra le migliori degli ultimi anni in Valpolicella, lo staff della Gerardo Cesari ha organizzato una giornata speciale dedicata all'abbinamento tra la cucina di Lago di Garda e i vini dell'azienda, coinvolgendo due noti chef lacustri, Isidoro Consolini, appunto, e Aleandro Luppi, chef e patron del ristorante Vecchia Malcesine (via Pisort, 6 - Malcesine - VR - Tel. 045.7400469 - info@vecchiamalcesine.com - www.vecchiamalcesine.com).

Un originale incontro in sintonia con il profilo dei vini della Gerardo Cesari, fortemente ancorati nello stile ai territori di produzione, nonostante lo spiccato orientamento all'export (il 75% della produzione) farebbe attendere «strizzatine d'occhio» a un gusto marcatamente internazionale, per esempio con un uso eccessivo del legno.

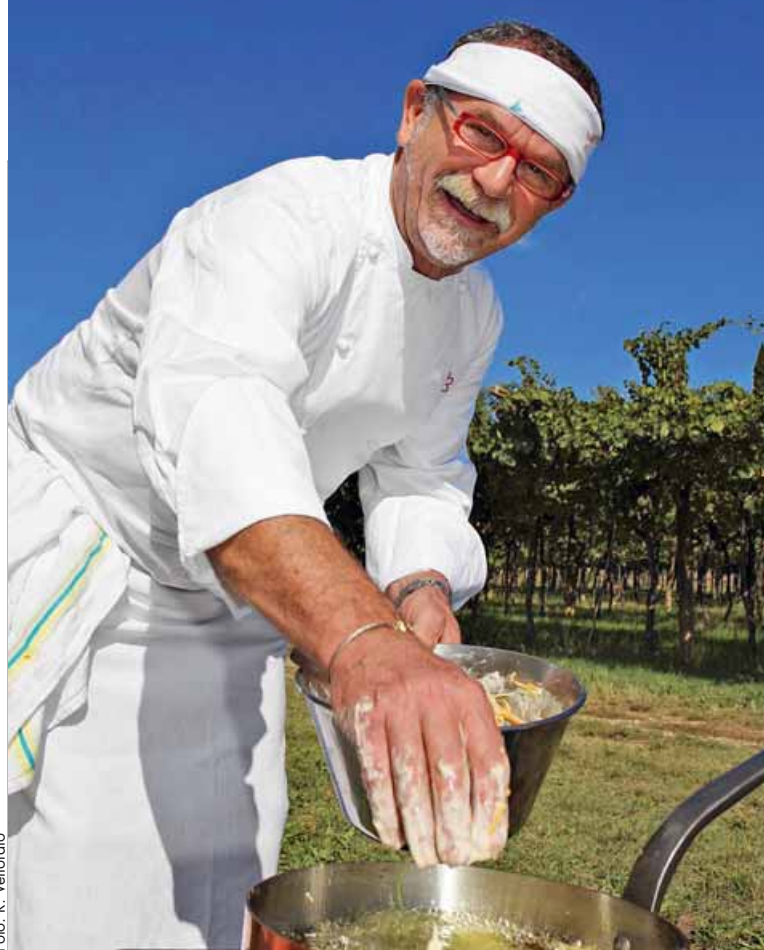
La dimostrazione/lezione di cucina di Consolini ha avuto come sfondo singolare uno dei vigneti aziendali e come protagonista l'olio extravergine d'oliva dop leggero e fruttato della sponda orientale del Garda, un altro degli orgogli aziendali della Gerardo Cesari. Olio extravergine combinato a verdure, carni bianche, pesce locale e frutta, proposto a varie temperature dal freddo dell'olio gelato (da non confondere con il gelato all'olio) sotto forma di morbida mousse, passando alla temperatura ambiente, per giungere ai 180 °C della frittura, con una successione di gusti in crescendo, abbinati al Lugana doc Cento Filari 2008, proveniente dai vigneti di Peschiera e Pozzolengo, denominazione di punta della sponda bresciana del Lago di Garda.



Foto: M.C. Melegari



Foto: M.C. Melegari



salsa agrodolce l'extravergine dà magnifica prova di sé. Le verdure e i fiori di zucca si tagliano alla Julienne, ossia a striscioline sottili sottili, e i filetti di persico pure. Per preparare la pastella c'è qualche piccolo segreto. «La farina (appena salata) – svela Consolini – va amalgamata con la frusta a dell'acqua gassata e alla fine vanno aggiunti gli albumi montati a neve, avendo cura nell'aggiungere tutti gli ingredienti alla pastella di rimestare solo quanto basta. A volte faccio la pastella sostituendo una parte dell'acqua con vino bianco». E mentre Consolini aspetta che l'olio raggiunga la temperatura ottimale per la frittura – cioè 160-180 °C – controllandone la superficie con un termometro a infrarossi, racconta della salsa

agrodolce.

«Anche questa è una preparazione molto semplice che conferisce ai piatti una nota orientaleggiante che va molto bene

con il pesce e con la frittura». Per farla si deve caramellare lo zucchero fino a quando si fanno delle piccole bolle e poi si bagna con l'aceto, si sala e si toglie dal fuoco aggiungendo una dadolata di pomodoro. Quando l'olio è a temperatura comincia il rito della frittura. Consolini prepara le «matassine» di pesce e verdura comprimendole appena tra le mani e le tuffa pericolosamente vicino alla superficie del liquido bollente, con maestria. «La cot-



Insalata di pompelmo e basilico con petto di faraona e olio extravergine gelato

oliva gelato. Il piatto può essere arricchito con petto di faraona per diventare un vero e proprio secondo, come ce lo ha proposto Consolini. «Al posto del pompelmo – racconta Consolini – preferisco usare il pomelo, un grosso agrume dal sapore simile a quello del pompelmo ma meno amaro e dalla polpa più soda e asciutta, che si sgrana meglio e rilascia meno liquidi, quindi più adatto». La polpa del frutto va condita con sale e pepe (se vi piace) e le foglie di basilico spezzettate e posta a corona in un piatto, al centro del quale verrà aggiunto il petto di faraona saltato nell'olio dopo averlo tagliato a striscioline. A questo punto, e proprio prima di servire, sulla faraona si mette la pallina di olio gelato. Ma quali sono gli ingredienti dell'olio gelato? «Si tratta di una emulsione di extravergine, sale e acqua che viene prima montata e poi congelata» dice Consolini come fosse la cosa più facile da fare. In realtà se nella ristorazione si utilizza uno strumento apposito che maneca ed emulsiona sorbetti e gelati da base surgelata, in casa si può fare armandosi di frusta e pazienza montando gli ingredienti in una terrina con del ghiaccio sotto per tenere bassa la temperatura oppure, più semplicemente, con una gelatiera. Ad accompagnare i piatti la «fugassa», fatta oggi con extravergine e «che una volta si faceva con la "frusa", cioè il fondo nero dell'olio» ricorda Consolini. L'olio si aggiunge a farina di frumento e di mais, zucchero, bicarbonato (come lievitante) e il tutto si amalgama con latte bollente, aromatizzando con uno spruzzo di grappa. L'impasto si cuoce al forno o con una piastra elettrica (quelle per le ferratelle morbide abruzzesi o per i waffel). Alla prova della frittura delle frittelle di persico e verdure con

Foto: R. Vettorato



Frittelle di persico e verdure con salsa agrodolce

tura deve essere rapidissima, per questo tagliamo così sottili verdura e persico». A perfetta doratura le toglie con una schiumarola per metterle su una carta assorbente, ma avverte «attenzione alla qualità io ne uso una che costa molto ma assorbe 10 volte di più»: è essenziale un'ottima capacità assorbente per la riuscita del piatto. «La frittella deve rimanere morbida e al tempo stesso avere una superficie croccante. Per ravvivarne la croccantezza, prima di servirle guarnendole con la salsa agrodolce – raccomanda – passatele in forno caldo per qualche minuto».

È possibile abbinare l'olio extravergine di oliva alla frutta? Sì quello Garda dop, magari con la predominanza della tenue varietà Casaliva. A dimostrarlo l'olio extravergine d'oliva alla vaniglia su composizione di frutta di Consolini, in cui la frutta tagliata a fettine – ananas, uva, mandarini, fragole, kiwi, mango, ecc. – viene condita con l'olio alla vaniglia.

Si prepara incorporando allo sciroppo di vaniglia freddo – che si ottiene bollendo acqua, zucchero e i baccelli della vaniglia – l'olio extravergine. Dopo due giorni di macerazione è pronto per condire la frutta, dopo averlo montato con la frusta.

Clara Aliborange