



Le Città dell'Arancia

I sapori di un frutto unico al mondo
1 - 28 febbraio 2006

R
rotifex

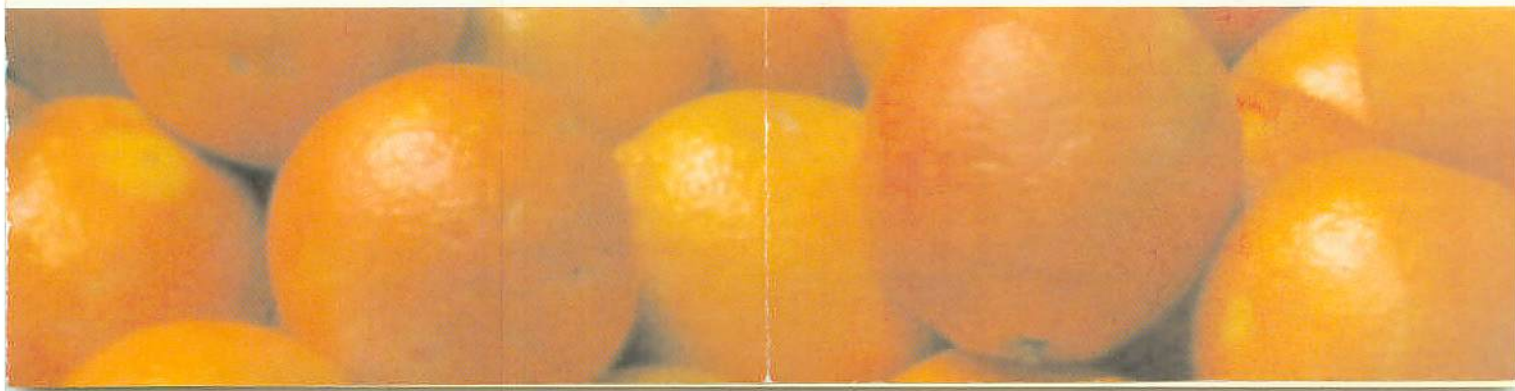


Slow Food®
Lentini

Le Ricette dell'Arancia Rossa



Foto Paolo Barone



Tagliolini all'arancia

(Ristorante Podere il Riccio, Civitella in Val di Chiana)

500 gr di tagliolini, 2 arance, 1 noce di burro, 1 scalogno, sale, pepe, olio e un pizzico di cannella.

Esecuzione: tritare lo scalogno e imbiondirlo assieme alla buccia grattugiata dell'arancia in poco olio e nel burro. Scolare i tagliolini e saltarli nella salsa, aggiungendo il succo delle due arance. Decorare con scorza d'arancia privata della parte bianca e tagliata molto finemente.

Risotto all'arancia e salsiccia di cinta senese

(Ristorante Belsito, Frosinone)

600 gr di riso, 400 gr salsiccia di cinta, 1/4 di cipolla, 1 bicchiere di vino bianco, 150 gr di burro, 150 gr di parmigiano, 2 arance.

Esecuzione: Imbiondire la cipolla tritata con 50 gr di burro, aggiungervi la carne con poco sale e pepe e lasciare evaporare il vino. Versare il riso, farlo tostare per qualche minuto, e continuare la cottura aggiungendo il brodo man mano che serve. Quando il riso è cotto al dente, aggiungere il succo delle arance e le scorze tagliate a julienne sottili, dopo averle private della parte bianca e sbollentate per un minuto. Mantecare col burro e il parmigiano.

Involtino di Pesce Spada all'Arancia rossa

(Giovanni Guarneri, Ristorante Don Camillo, Siracusa)

Pesce spada, cipollotto bianco, uvetta di Corinto, pinoli, pan grattato, arancia rossa, ragusano dop, olio d'oliva (dop monti Iblei), sale, pepe, alloro.

Esecuzione: lessare un cipollotto bianco e tritarlo a coltello, passare in padella con dell'olio d'oliva fino a farlo imbiondire; aggiungere pinoli, uvetta e la scorza di un'arancia tritata a coltello.

Togliere dal fuoco e aggiungere al composto del pan grattato inumidendo con il succo dell'arancia rossa, aggiungere del ragusano dop grattugiato dando la giusta umidità con il succo d'arancia; il composto al tatto dovrà essere morbido ma non appiccicoso. Regolare di sale e pepe. Tagliare delle fette sottili di pesce spada e spianarle delicatamente con un batticarne, farcire con il composto e arrotolarle avendo cura di chiudere bene i lati. Condire del pan grattato con sale e pepe, passare l'involto di pesce spada nell'olio e subito dopo nel pangrattato condito. Cuocere in forno 10 min a 180° aggiungendo tra un involtino e l'altro una foglia di alloro ed una di cipolla.

Capitone all'arancia

(Ristorante Podere il Riccio, Civitella in Val di Chiana)

1 capitone, 1 kg di arance, 1/2 cipolla bianca, 1 spicchio d'aglio, 30 gr di uvetta, 1/2 bicchiere di marsala, poca farina, olio, sale, pepe.

Esecuzione: pulire e tagliare il pesce a tocchetti, infarinarlo e imbiondirlo nel battuto di aglio e cipolla. Tenere da parte un'arancia per la decorazione, ricavare il succo dalle rimanenti arance, e unirlo al marsala e all'uvetta fatta rinvenire in acqua tiepida. Aggiungere il succo al capitone e cuocere a fuoco basso per 30 minuti, regolando di sale e pepe. Poco prima di completare la cottura, ispessire la salsa con un po' di farina. Servire in patti caldi, decorando con fette d'arancia leggermente scottate e caramellate.

Pesce spada con arance e pistacchi

(Ristorante Metrò, Catania)

4 tranci di pesce spada di 2 etti l'uno, 3 arance, 1 limone, un ciuffo di finocchietto selvatico, 2 spicchi d'aglio, un bicchiere di vino bianco, un pezzetto di peperoncino, una manciata di uvetta e una di pistacchi, farina, burro.

Esecuzione: infarinare il pesce spada. In una padella rosolare l'aglio e il peperoncino nel burro. Eliminare l'aglio appena imbiondisce e fatevi insaporire il pesce. Bagnare col vino e, appena sfumato, aggiungere l'uvetta, il finocchietto, e la scorza tagliuzzata di un'arancia. Quando il vino evapora, aggiungere il succo delle arance e del limone e pochi pistacchi schiacciati. Completare la cottura aggiungendo, se necessario, altro succo d'arancia. Servire guarnendo con pistacchi macinati e fette d'arancia

Involto di sarde all'arancia

500 gr di sarde, 2 arance, mollica di pane, una manciata di pinoli, 1 spicchio d'aglio, un ciuffo di prezzemolo, olio, sale pepe.

Esecuzione: pulire le sarde, lavarle e aprirle a "linguata", lasciando unito il dorso. Lavorare la mollica con i pinoli leggermente abbrustoliti, l'aglio e il prezzemolo tritati, il sale, il pepe e l'olio necessario per ottenere un impasto morbido. Arrotolare le sarde attorno a una pallina dell'impasto, deporle in una teglia separandole fra di loro con una fettina d'arancia e una foglia d'alloro. Irrorare con un filo d'olio e il succo delle arance e far cuocere in forno per 15/20 min a 180°.

Filetto in crosta d'arancia

(Ristorante della Pasticceria Navarria, Lentini)

4 fette di filetto, olio, burro, farina, brandy, sale, pepe, rosmarino. Per la crosta: gr 20 buccia d'arancia, gr. 50 di pane bianco grattugiato, gr 10 di pinoli, gr 30 di parmigiano grattugiato, gr 50 di burro, sale e pepe, aglio.

Esecuzione: preparare per tempo la crosta mescolando il pane grattugiato, la buccia d'arancia, i pinoli, il parmigiano, il burro (freddo), aggiungere un po' di aglio tritato, aggiustare di sale e pepe. Amalgamare bene, formare un rotolo di media grandezza e riporlo in frigorifero. Saltare in padella il filetto con olio e burro e un po' di sale e pepe. Aggiungere un poco di rosmarino e fiammeggiare con il brandy. Mettere da parte il fondo di cottura. Tagliare la crosta ben fredda a fettine a poggiarle sui filetti. Passare in forno a 200° finché si ottiene una leggera doratura. Servire nappando con il fondo di cottura e decorando con una fetta d'arancia.

Maialino porchettato all'arancia

(Trattoria dei Cavalieri, Massa Marittima)

1 maialino da 5 kg, il succo di 3 kg di arance. Per il ripieno: 2 kg di carne di maiale macinata, 2 kg di lardo a tocchetti, 500 gr di prosciutto cotto, 1 kg di petto di tacchino bollito e sminuzzato, 3 foglie d'alloro, maggiorana e timo, 10 gr di noce moscata grattugiata, 1 kg di scorza d'arancia tritata, sale e pepe. Per bagnare la crosta: 100 gr di miele di zagara, succo d'arancia.

Esecuzione: farcire il maialino con gli ingredienti del ripieno e cuocere in forno a 170/180°, spennellando di continuo con una salsa ottenuta diluendo il miele nel succo d'arancia.



Arancia ripiena

(Ristorante Podere il Riccio, Civitella in Val di Chiana)

8 arance, 2 limoni, 300 gr di zucchero, 600 ml di acqua, 2 albumi d'uovo, 1 bicchierino di cognac.

Esecuzione: Togliere la calotta superiore delle arance, svuotarle e ricavarne il succo. Aggiungerlo al succo dei limoni, filtrare e versarne metà nel pentolino con l'acqua, assieme al cognac.

Far macerare per un'ora la scorza d'arancia rimasta in acqua fredda. Mescolare di tanto in tanto aggiungendo il succo rimasto e gli albumi montati a neve ferma. Riempire le arance svuotate e far rassodare nel freezer.

Bavarese all'arancia

2 arance, 150 di zucchero, 3 tuorli d'uovo, 4 fogli di colla di pesce, 350 ml panna per dolci, 200 ml di latte.

Esecuzione: grattugiare la parte esterna delle scorze delle arance, scaldare il latte, togliere dal fuoco e unire metà delle scorze grattugiate, lasciando riposare per 15 minuti a recipiente coperto. Aggiungervi il succo di un'arancia. Nel frattempo lavorare in una pentola i tuorli con 100 gr di zucchero fino a renderli spumosi e aggiungere lentamente il latte tiepido aromatizzato. Mettere il recipiente su un fuoco moderato e incorporare i fogli di colla di pesce ammorbiditi in acqua per qualche minuto e strizzati. Continuare a mescolare finché la colla sia tutta sciolta nel latte, evitando l'ebollizione. Togliere dal fuoco, filtrare in un altro recipiente per eliminare eventuali grumi e lasciare raffreddare completamente. Montare la panna aggiungendo un cucchiaino di zucchero e incorporarla al composto delicatamente a cucchiaiate. Versare il composto in uno stampo inumidito e cosparso della buccia grattugiata mescolata con lo zucchero rimasto, tenere in frigo un paio d'ore. Al momento di servire, immergere lo stampo in acqua calda per un attimo e sformare su un piatto guarnendo con scorza d'arancia grattugiata e zucchero.

Gelatina d'arancia

12 arance, zucchero.

Esecuzione: ricavare il succo delle arance e filtrarlo. In una casseruola aggiungere 750 gr di zucchero per ogni litro di succo. Mettere il recipiente a bollire sul fuoco mescolando con un cucchiaino di legno. Eliminare accuratamente la schiuma che si formerà durante l'ebollizione. Quando la gelatina perderà la consistenza liquida e lascerà sul cucchiaino un leggero velo, togliere dal fuoco e versare nei vasetti di vetro.

Tegole all'arancia

(Dal mensile "A tavola")

Per le tegole: 30 gr di zucchero, 30 gr di burro, 30 gr di miele, possibilmente d'acacia, 30 gr di farina, 100 gr di cioccolato fondente. Per la crema: 1 tuorlo, 40 gr di zucchero, 20 gr di farina, 1 arancia.

Esecuzione: In un pentolino scaldare il burro, lo zucchero e il miele fino a ottenere una crema omogenea. Togliere dal fuoco e unire la farina. Su una teglia coperta con carta da forno versare quattro piccole cucchiariate di composto, ben distanti fra di loro e mettere in forno già caldo a 200°. Togliere con una spatola non appena le tegole assumono un colore ambrato. Ripetere fino a esaurimento. Preparare la crema mescolando il tuorlo con lo zucchero, unendovi la farina, il succo e la scorza grattugiata dell'arancia. Fate ispessire su fuoco basso mescolando di continuo e spegnendo al primo bollore. Lasciare raffreddare la crema. Fare sciogliere a bagnomaria il cioccolato spezzettato e intingere la base delle tegole. Poggiare su un vassoio e lasciare rapprendere il cioccolato. Prima di servire, incollate 3 o 4 tegole per volta, spalmandole con la crema.

Scorze d'arancia candite

Le scorze di 1 kg di arance non trattate, 250 gr di zucchero, 3 dl di acqua.

Esecuzione: Ricavare dalle arance le scorze a spicchi, eliminando lo strato interno bianco. Cuocere per 10 min in acqua, scolare e ripetere l'operazione tre volte. Preparare lo sciroppo bollendo acqua e zucchero per 5 min, immergere le scorze e cuocere per 30 min, finché diventano traslucide. Estrarre e mettere ad asciugare

Introdotte, secondo la tradizione, dagli Arabi, le arance in Sicilia hanno una storia antica e rappresentano una risorsa importante per l'agricoltura dell'Isola.

In una zona delimitata, protetta dal vulcano Etna, una mutazione naturale ha dato origine all'arancia rossa, caratterizzata da una colorazione più intensa della buccia e della polpa, e da caratteristiche gustative che la rendono un frutto unico al mondo.

Grazie alla maturazione scalare, le varietà coltivate di arancia rossa: il moro, il tarocco e il sanguinello, assicurano l'approvvigionamento dei mercati da metà dicembre fino a metà aprile.

La complessità gustativa dell'arancia rossa di Sicilia, caratterizzata dalla contemporanea presenza della dolcezza tipica del frutto maturo e da una leggera vena di acre, rende gradevole il suo consumo, non solo come frutto fresco, ma soprattutto nelle preparazioni contenute in questo ricettario.

Altre ricette sull'arancia rossa su:
www.slowfoodlentini.it

