

RC_b27

Prodotti Tipici del Lago di Como e dintorni



Olio di oliva

Grazie al clima temperato gli alberi d'ulivo crescono rigogliosi e regalano i loro preziosi frutti. A Lenno potete trovare e vedere l'ultimo torchio artigianale in azione che produce un olio di alta qualità, rinomato in tutta la Lombardia. All'Oleificio Vanini potete comprare direttamente l'olio oppure nei negozi della zona.



Missoltini

Agone (pesce di lago) salato ed essiccato al sole. Devono essere grigliati alla brace e serviti con una mistura di olio e aceto. Potete acquistarli in Lenno presso "Le Specialità Lariane".



Torta Tremezzina

È una torta tipica che potete acquistare presso la Pasticceria La Tremezzina in Lenno. La sua ricetta è brevettata.



Amaretti di Saronno

Tipici biscotti della zona. La stessa casa produce anche il liquore "Amaretto di Saronno".



Pan Mataloch

Pane fatto con nocciole, noci, fichi, uva essiccata



Prodotti della Valtellina

I tipici prodotti della Valtellina potete trovarli in ogni negozio.

I vini sono:

- Sassella
- Grumello
- Inferno

Si può bere bene in:

- Lenno,
- Enoteca in Tremezzo

La Bresaola è carne essiccata e salata

I pizzocheri: pasta di grano saraceno



Pizzoccheri

alla Valtellinese



Pizzoccheri

STORIA

Sono il piatto-simbolo della tradizione valtellinese. Il nome è fatto comunemente derivare dalla stessa radice pit o piz da cui sarebbero originati i termini pizza, pitta, pittula, pinsa e pinza, comuni un po' ovunque in Italia, con significato affine a pezzo, pezzetto, cui può essersi sovrapposto il senso di pinsa, da pinzare = schiacciare, in riferimento alla forma. Meno attendibili appaiono le etimologie dal longobardo bizzo = boccone.



Pizzoccheri

RICETTA

Porzioni

6

Tipologia

Primi piatti asciutti

Stagionalità

Inverno, Autunno

Tempo di esecuzione

45'

Tecnica di cottura

Lessatura, Soffrittura

Utensili

- tagliere trinciante
- pentola
- colapasta
- padella
- zuppiera
- cucchiaio di legno

Ingredienti

- formaggio semigrasso della Valtellina "Casera" 180 g
- pizzoccheri 420 g
- patate 180 g
- verza 180 g
- burro 30 g
- salvia 5 foglie
- pepe q.b.
- sale q.b.

Preparazione

- Pelare e tagliare a pezzi le patate
- Mondare, lavare e tagliare a strisce le verze
- Cuocere in una pentola con acqua salata le patate e le verze
- Tagliare il formaggio a fettine sottili
- A cottura ultimata, unire i pizzoccheri
- Cuocere per 10-15 minuti, scolare ancora al dente
- Nel frattempo rosolare le foglie di salvia nel burro
- Porre i pizzoccheri in una zuppiera
- Unire il formaggio, il burro e la salvia ed amalgamare accuratamente
- Servire, unendo del pepe a parte



Pizzoccheri

NOTE

La preparazione dei pizzoccheri

I pizzoccheri sono oggi commercializzati sotto forma di pasta secca, a base di una miscela di farina di frumento e di farina di grano saraceno ("farina di fraina"), ad opera di alcune aziende valtellinesi. Si presentano tradizionalmente come fettuccine, anche se esistono altri formati.

Volendo realizzare in casa i pizzoccheri (ingredienti per 6 persone):

- Mescolare 12 manciate di farina di fraina e 4 manciate di farina bianca

- Unire 1 cucchiaino di sale ed impastare con acqua fino ad ottenere un impasto duro e liscio.
Lavorare l'impasto non troppo a lungo

- Stendere con un mattarello una sfoglia non troppo sottile 2-3 mm

- Tagliare in forma di fettuccine larghe 1 cm e lunghe 5 cm

Varianti

La verza può essere sostituita dalle biette. Oltre alla salvia, si può insaporire nel burro dell'aglio o della cipolla.

Il formaggio semigrasso della Valtellina è protetto da un marchio di tipicità (Valtellina Casera): per le sue caratteristiche, si veda

L'atlante dei Prodotti Tipici. In sua assenza, può essere sostituito con formaggi tipo Latteria o Fontina.

Abbinamenti

I pizzoccheri sono un piatto unico, abbastanza nutriente. In Valtellina si usa accompagnarli con remolacci crudi, intinti nel sale.

Possono essere convenientemente abbinati a un'insalata e, per esempio, con dolci a base di frutta, quali una charlotte o una mousse di mele renette.

Il vino di accompagnamento deve essere un rosso corposo, particolarmente indicati i Valtellina DOC ed il Valtellina Superiore DOC, un Inferno o un Valgella.



Sciatt

STORIA

Sono un altro piatto-simbolo della tradizione valtellinese



Sciatt

RICETTA

Porzioni

6

Tipologia

Antipasti / Secondi piatti

Stagionalità

Tutto l'anno

Tempo di esecuzione

50'

Tecnica di cottura

Frittura

Utensili

- terrina
- padella

Ingredienti

- Farina di grano saraceno	450 g
- farina bianca 00	220 g
- formaggio tipo bitto o casera	450 g
- grappa	30 ml
- acqua minerale	q.b.
- birra	q.b.
- sale	q.b.
- pepe	q.b.
- olio per friggere	q.b.

Preparazione

Tagliare il formaggio a cubetti.

Lavorare in una terrina le due farine, la grappa e acqua minerale e birra necessarie ad ottenere una pastella ben liscia.

Riscaldare abbondante olio in una padella di ferro.

Con l'aiuto di un cucchiaio versare un cubetto di formaggio prima nella pastella e poi nell'olio bollente.

Friggere fin ad ottenere delle piccole frittelle di colore bruno.

Scolare su carta assorbente.

Servire con una insalatina di stagione.



La lievitazione della pastella

La lievitazione è un processo fisico-chimico per cui una pasta (o, come nel nostro caso, una pastella, cioè un impasto semiliquido) aumenta di volume per effetto dell'aria che vi si incorpora, solitamente a causa di processi fermentativi. L'immissione di aria, che ha lo scopo di rendere meno compatto, cioè più leggero, il composto può essere ottenuto con lieviti naturali o artificiali come il lievito di birra o il baking.

Per gonfiare la pastella degli sciatt, i ricettari indicano comunemente uno dei tre seguenti procedimenti:

- impastare delicatamente la farina con birra e acqua minerale in modo che il gas contenuto nei due liquidi si trasferisca nella pastella

- sbattere a lungo ed energicamente la pastella con la frusta in modo da incorporarle una certa quantità di aria

- impastare la farina con acqua tiepida in cui sia stata sciolta una quantità minima di bicarbonato di sodio e lasciare riposare il composto per qualche minuto prima di friggerlo

Varianti

Le possibili variazioni riguardano principalmente le proporzioni tra la farina di fraina e quella di frumento, fino a un'immissione di quest'ultima per la quantità del 50%.

Alcuni ricettari prescrivono solo farina di fraina.

La frittura degli sciatt è da taluni eseguita, anziché con lo strutto, con abbondante burro bollente.

Abbinamenti

E' un piatto dalle molte risorse.

Gli sciatt possono essere utilizzati per antipasto o come primo piatto, ma tradizionalmente si consumavano anche la mattina a colazione, assieme a un bicchiere di latte fresco, o nel pomeriggio per merenda. Come stuzzichino o nel corpo del pranzo (assieme all'insalata costituiscono un secondo con contorno) si abbinano con uno dei grandi vini rossi della Valtellina non troppo invecchiato.



Polenta uncia



Polenta uncia

RICETTA

Tipologia

Piatto unico composto da polenta condita con abbondante burro e formaggio locale

Difficoltà

facile

Tempo di preparazione

1 ora

Ingredienti

- polenta
- 400 gr di formaggio locale
- 200 gr di burro
- aglio

Preparazione

Preparare la polenta in un paiolo di rame con poco meno di 2 litri di acqua salata

Fare soffriggere in un tegame il burro con l'aglio a pezzetti

Quando la polenta sarà cotta metterla a cucchiariate in una pentola bassa alternando strati di polenta ed abbondantissimo formaggio

Quindi aggiungere il burro soffritto

Servire subito in piatti molto caldi



Risotto

con pesce persico



Risotto con pesce persico

STORIA

Questa ricetta lariana rappresenta una tipica sintesi dell'integrazione di risorse locali (il pesce) e sapere gastronomico regionale (il risotto): il risultato è un piatto ricco, entrato nell'uso della ristorazione più "alta". Il pesce persico (un po' come il lavarello), con carne morbida e delicata, è una preda ambita dai pescatori, non solo nel lago di Como ma anche nel Ceresio e in tutti i laghetti brianzoli. Oggi viene anche allevato e il filetto si trova commercializzato surgelato.



Risotto con pesce persico

RICETTA

Porzioni

6

Tipologia

piatto unico

Stagionalità

tutto l'anno

Tempo di esecuzione

45'

Tecnica di cottura

stufatura, frittura

Utensili

- tagliere
- casseruola
- padella
- mestolo
- cucchiaino di legno

Ingredienti

- filetti di pesce persico 800 g
- burro 100 g
- farina bianca 25 g
- salvia 10 g
- riso 500 g
- brodo vegetale 1,5 l
- cipolla 40 g
- vino bianco secco 1/2 bicchiere
- sale q.b.

Preparazione

Risotto

Tritare la cipolla finemente e rosolarla in una casseruola con 40 g di burro.


Aggiungere il riso, mescolare e, quando è ben caldo, versare il vino, lasciandolo evaporare, sempre rimestando con un cucchiaino di legno.

(nel frattempo) Preparare un brodo vegetale bollente o un court-bouillon di pesce.

Aggiungere il brodo con un mestolo, poco alla volta, continuando a rimestare.

Portare a termine la cottura nel tempo necessario (15-20 minuti).

Preparazione	Filetti di pesce persico
	Rosolare una parte della salvia in una parte del burro rimanente (40 g).
	Infarinare in un piatto i filetti di pesce persico.
	Friggerli con burro in una padella fino a colore dorato.
	Estrarre i filetti e tenerli in caldo.
	A cottura ultimata del riso, adagiarlo su un piatto da portata e disporvi i filetti a corona.
	Riscaldare un po' di burro (20 g) con il resto della salvia e versare sopra il risotto.
	Servire ben caldo.

	Risotto con pesce persico	NOTE
---	----------------------------------	-------------

Sfilettare il pesce	<p>Il pesce persico è generalmente commercializzato in filetti già pronti.</p> <p>Nel caso sia necessario sfilettare un pesce intero, questo deve innanzitutto essere privato della pelle e delle pinne, facendo attenzione alle spine acuminata.</p> <p>Poi, utilizzando un coltello molto affilato, occorre incidere il pesce longitudinalmente sul dorso.</p> <p>Il filetto può allora essere sollevato dalla lisca, man mano che si stacca e cominciando dalla coda.</p> <p>Si continua nello stesso modo per l'altro filetto.</p> <p>I filetti devono essere infine ripuliti sui bordi e dalle piccole lisce presenti.</p>
----------------------------	---

Varianti	<p>Il riso può essere semplicemente bollito e insaporito con burro e salvia.</p> <p>I filetti di persico, invece che infarinati, possono essere passati nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato, ottenendo una specie di cotoletta: la preparazione risulta più ricca ma meno raffinata.</p>
-----------------	--

Abbinamenti	<p>Dal punto di vista nutrizionale e gastronomico il risotto con i filetti di pesce persico è un piatto unico: evitare di abbinarlo soprattutto con altre frittiture.</p> <p>Un'insalata e un dessert a base di frutta sono indicati come accompagnamento.</p> <p>Un vino bianco secco, meglio se con una vena acidula (fra i vini lombardi, il Franciacorta bianco) rappresenta la combinazione ideale.</p>
--------------------	--



I missoltini (misultiti) sono una semiconserva ittica (agoni salati ed essiccati), tipici del lago di Como. Forse proprio all'uso del sale devono il loro nome. I più pregiati sono quelli ottenuti dalla pesca nel mese di maggio (sebbene oggi sia vietato) su fondali sassosi, ove gli agoni vanno a deporre le uova. I missoltini sono ormai una specialità/rarità gastronomica, imparentata con altre formulazioni più povere, come i saracch o l'aringa. Anche l'uso di accompagnarli con la polenta rimanda alle tipiche combinazioni di tutto il pesce azzurro con alimenti ricchi di carboidrati complessi (amido).



Porzioni	6	
Tipologia	antipasto	
Stagionalità	autunno, inverno	
Tempo di esecuzione	10'	
Tecnica di cottura	Cottura alla griglia (o alla piastra)	
Utensili	- batticarne	
	- tagliere	
	- piatto di portata	
Ingredienti	- missoltini	800 g
	- prezzemolo tritato	2 cucchiari
	- olio extravergine di oliva	6 cucchiari
	- aceto	6 cucchiari
	- polenta abbrustolita	600 g
Preparazione	Preparare una polenta, tagliarla a fette	
	Risciacquare i missoltini in acqua tiepida con aceto per eliminare l'eccesso di sale ed il grasso rassegato	
	Con il batticarne, pressare i missoltini delicatamente sul tagliere	
	Porre i missoltini su una griglia sufficientemente calda o, se si usa la piastra, in leggera inclinazione per evitare che friggano nel loro olio	
	Grigliare per pochi minuti	
	Rimuovere le scaglie con un coltello	
	Deporli su un piatto di portata, cospargere con prezzemolo tritato, aceto e olio	
Servire in combinazione alle fette di polenta, anch'esse grigliate		

**Come si mangiano i missoltini**

I missoltini si mangiano tagliandoli longitudinalmente, aprendoli con una leggera azione di leva esercitata dal coltello ed estraendo l'unica lisca centrale. Oltre che assaggiati nei ristoranti lariani, i missoltini possono essere acquistati in loco (nelle zone del centro Lago) e in alcuni negozi di gastronomia specializzata. Una lavorazione impropria può farne decadere la qualità: come quando la salatura è eccessiva o il grasso del pesce non è stato eliminato accuratamente durante la pressatura.

Varianti

Gli agoni nel Rinascimento erano cucinati con uova e succo di melograno. Maestro Martino prima li friggeva e poi li immergeva in una carpionatura di succo d'arance e agresto. Oggi l'agone si può consumare anche in carpione, oppure infarinato e fritto con burro e salvia. Queste varianti riguardano la cucina dell'agone: per i missoltini basterà ricordare la loro sostituzione in piatti più poveri con i saracchi (polenta e saracch) o con l'aringa affumicata.

Abbinamenti

Una polenta calda o una polenta taragna possono sostituire le fette di polenta abbrustolita: in questo caso diventa piatto unico. Il vino di accompagnamento deve essere necessariamente rosso, giovane e ben corposo.



Il carpione è un pesce di acqua dolce molto pregiato, parente della trota, ormai pressoché scomparso (in Italia si trova solo nel lago di Garda, dove la sua pesca è rigidamente regolamentata).

Il carpione ha carni delicatissime, cosicché si usava prolungarne la conservabilità cuocendolo e addizionandolo di una salsa di aceto e verdure.

Il nome di carpione è quindi trasmigrato alla preparazione, che vede l'impiego basilare di diversi tipi di pesce di acqua dolce.

**Porzioni**

6

Tipologia

antipasto

Stagionalità

primavera - estate

Tempo di preparazione

60'

Tecnica di cottura

frittura

Utensili

- tagliere
- padella (o friggitrice)
- schiumarola
- vaso di terracotta
- cucchiaio di legno

Ingredienti

- alborelle 600 g
- agoni n.6
- olio per frittura q.b.
- farina 150 g
- cipolla 1/2
- sedano 1/2 gambo
- carota n.1
- aglio 1 spicchio
- pepe nero n.6 grani
- chiodi di garofano n.3
- prezzemolo tritato 20 g
- timo selvatico (o segrigiola) 1 mazzetto
- aceto 1/2 l
- vino bianco secco 1/2 l
- sale q.b.

Preparazione

Pulire dalle interiora gli agoni e le alborelle, lavarli ed asciugarli.

Infarinarli e friggerli in olio bollente, scolandoli con la schiumarola quando sono croccanti.

Disporre il pesce nel vaso di terracotta.

Tritare le cipolle, l'aglio, il sedano e la carota.

Risolare in poco olio il trito, imbiondendolo, e quindi aggiungere il timo, i chiodi di garofano e i grani di pepe.

Addizionare l'aceto e il vino, portare all'ebollizione.

Versare la salsa sul pesce, dentro la terrina di terracotta, aggiungere il prezzemolo e coprire.

Si può consumare appena raffreddato, ma è conservabile per alcuni giorni al fresco.

**La conservazione del pesce con aceto**

La conservazione con aceto è una tecnica tradizionale diffusa anche per il pesce di mare (saor nel veneto, scapece nell'Italia Meridionale).
L'acidità limita o inibisce lo sviluppo di microrganismi e intenerisce le carni.
In pratica tutti i pesci sono adatti a questo tipo di lavorazione: in altre zone lacustri sono impiegate le anguille, le tinche, le carpe, oltre alle alborelle.
Il carpione è disponibile, già marinato, nei negozi di gastronomia: in questo caso si abbonda con l'aceto per prolungarne la conservabilità.

Varianti

Una variazione interessante alla salsa del carpione è la cosiddetta cunscia, cioè la concia, diffusa nei paesi del Lario meridionale.
Si utilizzano le erbe, la menta e l'allium romanum (purasc) tritati finissimi; mentre al posto dell'aceto e del vino si impiegano aceto con uova sbattute e brodo vegetale aromatizzato.
Ne risulta una specie di zabaione all'aceto.

Abbinamenti

Il carpione si presta ad abbinamenti con altri piatti lariani a base di pesce (risotto con il persico, ecc.), ma anche a minestre.
Il vino di accompagnamento deve essere preferibilmente brioso, rosato o anche rosso, come il Lambrusco Mantovano, a causa della persistenza dell'aceto che appiattirebbe un vino bianco.



Risotto alla milanese



Risotto alla milanese

RICETTA

Ingredienti

- riso	600 gr
- brodo di carne	1,5 l
- acqua bollita	
- burro	120 gr
- un cipollotto	
- una bustina di zafferano	
- di parmigiano grattugiato	120 gr
- sale	
- un goccio di vino rosso	

Preparazione

In una casseruola fate soffriggere, a fuoco dolcissimo e in metà burro, il cipollotto affettato finemente, purchè non si colori troppo.

Dopo 10 min calate il riso, mescolando spesso con un cucchiaino di legno, per tostarlo e non attaccarlo al fondo, quando sarà mantecato aggiungere una spruzzata di vino rosso e mescolare di nuovo.

Quindi versate, un mestolo alla volta, il brodo caldissimo alternato con l'acqua bollita aggiungendone dell'altro quando il precedente è assorbito.

Quando il riso è quasi cotto al dente, versate lo zafferano, mescolando più volte.

Spegnete il fuoco, unite il burro, metà del formaggio grattugiato, mescolate ancora e servite.

Se volete, spolverizzate con il formaggio rimasto.



Ossibuchi

alla milanese



Ossibuchi alla milanese

RICETTA

Ingredienti

- ossobuchi di vitello	n.6 da 250 g
- burro	60 g
- vino bianco	1 bicchiere
- buccia di limone	1/2 frutto
- aglio	1/2 spicchio
- salvia	2 foglie
- rosmarino	1 rametto
- prezzemolo	30 g
- brodo	q.b.
- farina 00	q.b.
- sale	q.b.
- pepe	q.b.

Preparazione

Infarinare gli ossibuchi.
In un largo tegame farli rosolare in metà del burro.
Bagnare con il vino e lasciare evaporare.
Regolare di sale e pepe.
Coprire il tegame e fare cuocere su fuoco basso rigirandoli di tanto in tanto e bagnandoli con il brodo secondo necessità.
Nel frattempo preparare la gremolata tritando finemente l'aglio, il prezzemolo, la buccia di limone, la salvia e il rosmarino.
Poco prima di servire unire la gremolata all'intingolo insieme al rimanente burro.



Gnocchi di zucca



Gnocchi di zucca

RICETTA

Porzioni

4 persone

Ingredienti

- Zucca	1000 gr
- Farina di grano "00"	500 gr
- Ricotta di pecora	250 gr
- Parmigiano grattugiato	200 gr
- Uvetta	100 gr

Tempo di preparazione

90 min (preparazione) + 10 min (cottura)

Cottura

Lessatura

Preparazione

Cuocere in forno la zucca avvolta in un foglio d'alluminio, per un'ora e 10 minuti, in modo asciughi adeguatamente

Lasciare raffreddare, indi impastarla con farina, ricotta e parmigiano

Formare dei cilindri allungati e sezionarli classicamente come per fare degli gnocchetti della lunghezza di tre cm

Inserire in ognuno di essi tre o quattro acini d'uvetta e conformandoli gli gnocchetti a "pallina"

È consigliabile servirli con un condimento a base di burro rosolato, salvia, un pizzico di dado e parecchio formaggio



Gnocchi di zucca

NOTE

Abbinamenti

Vino bianco secco (Italia)



Questo dolce-pasto povero, detto anche Meascia o turta di paisan, deriva probabilmente da un antico nucleo di ricette, del tipo del migliaccio già descritto da Maestro Martino da Como, preparato fra l'altro con "una libbra di cacio del più fresco che possiate avere" e con un'aspersione finale di "bono zucchero et di acqua rosata" e cotto nello stesso forno dove si faceva il pane.

La ricetta proposta utilizza come ingrediente base il pane raffermo, ma ne esistono numerose varianti locali basate su un impasto di farina bianca e farina gialla.



Porzioni

6

Tipologia

dolce

Stagionalità

autunno-inverno

Tempo di esecuzione

60'

Tecnica di cottura

cottura in forno

Utensili

- tagliere

- zuppiera

- tortiera

Ingredienti

- pane raffermo

500 g

- latte intero

1/2 l

- uova

n.2

- amaretti

n.3

- mela

n.1

- pera

n.1

- pinoli

20 g

- uvette

50 g

- liquore amaretto

1 bicchiere

- burro

30 g

- farina bianca

1 cucchiaio

- cioccolato amaro

50 g (scaglie)

- zucchero

75 g

Esecuzione

Tagliare il pane a fettine e ammolloarlo col latte in una zuppiera per circa 2 ore.

Stemperare il pane ammolato con un cucchiaio.

Aggiungere le uova, le uvette precedentemente ammolate in acqua tiepida, i pinoli, la mela e la pera tagliate a fettine, lo zucchero, gli amaretti sbriciolati e il liquore.

Lavorare l'impasto con il cucchiaio e versare in una tortiera imburata e infarinata.

Spolverare l'impasto con lo zucchero e il cioccolato in scaglie e guarnire con il burro a fiocchi.

Cuocere in forno a 200°C per 15 minuti, quindi a 150°C per altri 15 minuti.

Sfornare e servire tiepida o a temperatura ambiente.

**I dolci poveri**

I dolci poveri, come la miascia, sono sovente preparati con frutta secca o fresca, per ottenere una base zuccherina naturale.
Un tempo infatti lo zucchero era molto raro e lo si trovava solo sulla mensa dei ceti più abbienti.
Ne risultano razioni estremamente energizzanti, ma anche piuttosto complete sul piano nutrizionale: la frutta apporta sali minerali e vitamine e nobilita le "calorie vuote" dello zucchero.
In passato, il dolce non era come oggi consumato a fine pasto, ma in alcuni casi in sostituzione del pasto, piuttosto che come merenda, e comunque in occasioni particolari: feste, ricorrenze, doveri di ospitalità.

Varianti

La sostituzione del pane raffermo con un impasto di farina bianca e gialla è ampiamente utilizzata in alcune località del comasco e riportata nei ricettari brianzoli.
Ma la composizione dell'impasto può variare notevolmente in base agli ingredienti disponibili.

Abbinamenti

La miascia può essere consumata fuori pasto o come dessert (in tal caso è consigliabile non abbondare nelle porzioni).
Un vino rosso amabile o liquoroso è consigliato come accompagnamento.



Paradello



Paradello

RICETTA

Ingredienti

- farina bianca	100 g
- zucchero	3 cucchiari
- uova	5
- latte	1 bicchiere
- mela	1
- burro	
- sale	

Preparazione

Sbattete le uova intere con lo zucchero fino ad ottenere un impasto spumoso, aggiungete la farina, il sale, il latte e la mela sbucciata e tagliata a pezzetti.

In un tegame fate sciogliere una noce di burro, fatevi scivolare il composto avendo cura di spargerlo bene con un cucchiaino.

Fate cuocere per circa 10 minuti da ambo i lati.