



ABITUDINI CULINARIE SPAGNOLE

di Ileana M. Pop



Continuando la nostra indagine sulle abitudini culinarie spagnole, non possiamo non sederci a tavola con la famiglia madrileña al completo. Il menù del sabato è perfettamente intercambiabile con quello della domenica e in generale si preferisce aspettare che la famiglia sia riunita per preparare e consumare i piatti più tipici; questo

anche a costo di trasferire al sabato i piatti pensati per la domenica e viceversa.

La colazione domenicale, quasi mai prima delle ore 11, prevede una bella tazza di cioccolata calda e un paio di **churros**, dolci fritti dall'aspetto allungato e ricurvo. Il madrileño DOC non resisterà alla tentazione di inzuppare il **churro** nella cioccolata e di usarlo praticamente come cucchiaino per gustarla... e con tutta probabilità non si limiterà a mangiarne solo due.

Ecco qui una ricetta veloce veloce per chi volesse mandare in estasi le proprie papille gustative:

Ingredienti: un bicchiere d'acqua bollente, un bicchiere di farina, un pizzico di sale. Mescolare il tutto fino a ottenere una pastella omogenea, abbastanza densa.

Intanto mettere a scaldare dell'olio d'oliva in una padella.

Versare il composto in una pistola per biscotti o in una tasca da pasticciere (qui usano la **churrera**, ma non credo che sia reperibile in Italia) e farlo scendere lentamente in padella. Lasciar friggere un paio di minuti, fino a raggiungere un colore dorato.

Preparare della cioccolata calda e servire con i **churros** spolverati di zucchero.

Visto che si pranza quasi sempre intorno alle 15, c'è tutto il tempo di digerire la bomba della colazione e di far posto nello stomaco per la pietanza spagnola più conosciuta.

La **paella** è il famoso piatto giallo a base di riso e zafferano che la Spagna è riuscita a espatriare con enorme successo e che riempie le pance di grandi e piccini. Ne esistono di vari tipi: di mare, di terra, mista, vegetariana e così via, anche se l'unica e originale è



la *paella valenciana*. Un po' come la pasta, si presta a numerose variazioni sul tema e ogni famiglia trova la sua versione migliore di tutte le altre.

La preparazione non è rapidissima, ma una volta che si è presa la mano si va a occhi chiusi. A grandi linee si procede così:



si prepara un soffritto (aglio, cipolla, peperone rosso e verde, pomodoro sbucciato). Se si pensa di farla mista, cioè di terra e di mare, bisogna aggiungere la carne (pollo, maiale, coniglio) e i calamari a questo punto e si lascia cuocere il tutto circa dieci minuti. A parte, intanto, si preparano le vongole e le cozze.

A questo punto vanno aggiunti tanti bicchieri d'acqua quanti i commensali, più parte dell'acqua rilasciata dalle cozze e dalle vongole (mezzo bicchiere, più o meno).

Dopo circa 20 minuti di cottura si aggiunge un pugno di gamberetti e le vongole precedentemente preparate e si dosa il riso: un bicchiere ogni due bicchieri d'acqua (per una *paella* per 6 persone saranno 6 bicchieri d'acqua e 3 di riso). Mescolare bene il riso con il soffritto, aggiungere una bustina (o due) di zafferano e guardare l'orologio: in 20 minuti sarà pronta. Da questo momento in poi non mescolare e non aggiungere acqua almeno che non si presenti molto secca! La *paella* non è un risotto e il riso non deve rilasciare l'amido. Se inizia ad attaccarsi, cercare di rimuovere il riso dando dei colpetti alla pentola.

E qui arriva il trucco di molte casalinghe spagnole: per non farla attaccare alla pentola (l'ideale sarebbe usare una *paellera*, padella a due manici pensata apposta per la preparazione di questo piatto), dopo cinque minuti di cottura sulla fiamma, consigliano di trasferire il tutto in forno (a 200°) per altri 15 minuti (20 minuti in tutto, come abbiamo detto prima).

Prima di infornarla, disporre le cozze aperte sulla superficie del riso, qualche gambero e strisce di peperone rosso. Sforzare e lasciar riposare coperto con un panno per 5 minuti prima di servire. Si può mangiare spremendoci sopra del limone (a gusto).

E per concludere l'*excursus* culinario in terra spagnola, ecco uno dei piatti più gettonati all'ora di cena: la ***tortilla de patatas***.

Un abbozzo di ricetta (la mia ricetta):

Ingredienti per quattro persone:

2 patate medie

5 uova

1 cipolla (c'è una vera e propria diatriba sulla presenza o meno della cipolla nella ricetta della *tortilla*, ma io la trovo più saporita così)



Sbucciare le patate e tagliarle in lamine sottili. Tritare la cipolla.

Mettere a scaldare in una padella due dita di olio d'oliva. Quando l'olio sarà tiepido, abbassare il fuoco e versare le patate e le cipolle con un pizzico di sale. Lasciar cuocere per 15 minuti, mescolando di tanto in tanto. Quando le patate si saranno ammorbidite, alzare il fuoco e farle dorare.

Intanto sbattere le uova in un recipiente capiente.

Quando le patate saranno pronte, toglierle dall'olio, farle sgocciolare bene e unirle alle uova nel recipiente.

Togliere l'olio di cottura delle patate e versare il composto di uova, patate e cipolle nella padella. Non sarà necessario aggiungere altro olio: sarà sufficiente la patina rimasta nella padella dall'olio precedentemente usato per friggere le patate e la cipolla.

Far cuocere a fuoco alto fino a quando i bordi della frittata non si saranno induriti. Girarla con l'aiuto di un piatto e farla cuocere sull'altro lato per un altro paio di minuti.

Gli spagnoli la mangiano volentieri sia calda che fredda, accompagnata sia da pane che da maionese, con le mani o con forchetta e coltello. Insomma, è un piatto estremamente versatile e non eccessivamente complicato da preparare.

In bocca al lupo ai temerari che si accingeranno a provare queste ricette (e un grazie a mia suocera per aver condiviso con me e con Faronotizie i suoi segreti)!