

INTRODUZIONE  
P. 9

COME FARE  
LA PASTA A MANO  
P. 15

COME FARE LA PASTA  
DI GRANO DURO  
P. 21

COME FARE  
LA PASTA ALL'UOVO  
P. 18

DOMANDE FREQUENTI  
P. 22

<b>uno</b>	<b>Erbe e frutta a guscio</b>	<b>P. 26</b>
<b>due</b>	<b>Verdure</b>	<b>P. 54</b>
<b>tre</b>	<b>Legumi</b>	<b>P. 86</b>
<b>quattro</b>	<b>Patate e gnocchi</b>	<b>P. 108</b>
<b>cinque</b>	<b>Pesce e frutti di mare</b>	<b>P. 130</b>
<b>sei</b>	<b>Carne</b>	<b>P. 152</b>
<b>sette</b>	<b>Pasta in brodo</b>	<b>P. 200</b>
<b>otto</b>	<b>Ravioli e tortelli</b>	<b>P. 222</b>

GRAZIE! GRAZIE!  
P. 246

INDICE  
P. 250

## LA STORIA DELLE 'NONNE DELLA PASTA'

La mia prima visione di una nonna italiana fu un paio di ginocchia. La proprietaria, Maria, sedeva in un angolo seminascosto dell'ampia veranda della casa della famiglia Cardinale a Serra de' Conti, Marche. Produttori di vino di visciola, fatto cioè con le locali ciliegie selvatiche, avevo passato con i Cardinale il tempo di un'intervista, dopodiché mi avevano invitato a condividere un pasto più tardi quello stesso giorno. Arrivai da loro in una di quelle serate calde e perfette di tarda estate, con la luna che faceva virare il cielo a un'opalescente color prugna. Il giardino era bordato da pioppi, e lanterne antivento punteggiavano il cielo notturno, diffondendo un bagliore suggestivo. Il lungo tavolo su cavalletti era stato posizionato fuori, sul terrazzo, vicino alla porta della cucina: era carico di grosse brocche gelate di verdicchio con la calura dell'aria che creava goccioline di condensa sulla superficie del vetro.

Era una delle prime volte che venivo invitata in una casa italiana, e nonna Maria aveva allestito un banchetto. Innanzitutto arrivarono gli antipasti: saporito Parmigiano Reggiano, scaglie di pecorino giovane e agliose fette di un locale salame spalmabile chiamato ciauscolo. Poi giunsero in tavola paffuti ravioli ripieni di ricotta, conditi con un sugo semplice preparato con cubetti di pomodori saltati in padella, basilico e fragrante olio d'oliva. Seguì un ricco piatto di carne: coniglio disossato e arrotolato ripieno di un abbondante trito di foglie di finocchio selvatico e aglio, quindi brasato nel vino bianco. Non potevo credere che tutto quello fosse l'opera di una sola persona e non di un team di consumati chef. Tutti sorrisero e indicarono i recessi ombrosi, dove scorsi le sopra menzionate ginocchia. Alla fine riuscirono a convincere nonna Maria a raggiungere la tavola, ma lei rifiutò di sedersi. Dopo una serie di sorrisi e incantevoli espressioni di modestia, scomparve di nuovo nella sua cucina.

Per chi vive in Italia – ma anche per chi vive altrove – è difficile non subire il fascino dell'ossessione nazionale per la pasta. La cittadina dove abito, Cingoli, con solo 10.000 abitanti, dà lavoro a due negozi di pasta fresca. È un articolo preso assai sul serio, a cui si annette grande importanza. Il cane del mio vicino si ciba felicemente di pasta; pur essendo entrambi sposati, il mio elettricista torna a casa della mamma per pranzo ogni giorno, mentre sul suo furgone l'idraulico ha un fornello a bombola per quando deve fare interventi troppo lontani dalla casa della madre. Nel parlare con il cordiale direttore del supermercato del posto, Alessandro, gli chiesi quale conoscenza avesse delle locali ricette di pasta... e naturalmente lui suggerì di coinvolgere sua nonna, un'altra Maria (87 anni).

La famiglia allargata di Alessandro abita in una schiera di case in pietra nella città vecchia. L'ordinata cucina di Maria era scurita dal rivestimento di pannelli in legno, con una luce centrale a sospensione e una finestrella. Era quello il suo regno, e lei vi si affacciava, mostrandomi piccoli pacchetti di soffritto



## TROFIE CON SALSA AL BASILICO DI ROSETTA

DOSI PER 4 PERSONE

### PER LA PASTA

400 gr di farina 00 o farina multiuso  
180 ml di acqua bollente - o in quantità  
sufficiente per compattare l'impasto

### PER LA SALSA AL BASILICO

2 cucchiaini di pinoli  
1 grosso spicchio di aglio  
75 ml di olio extra vergine di oliva  
150 gr di foglie di basilico fresco  
4 cucchiaini di formaggio prescinsêua  
o yogurt tipo greco  
80 gr di grana padano o parmigiano  
reggiano grattugiato  
20 gr di pecorino sardo grattugiato  
1/2 cucchiaino di sale fino

### PER SERVIRE

150 gr di fagiolini spezzati in due  
(opzionale)

Il pesto alla genovese è tra i condimenti più conosciuti al mondo. Il termine pesto è diventato sinonimo di qualsiasi combinazione di erbe e frutta a guscio che stiano bene insieme. Rosetta e le sue amiche aggiungono al pesto un 'poco tradizionale' formaggio fresco chiamato *prescinsêua*, dal sapore agro come lo yogurt e di consistenza simile alla ricotta. L'hanno scelto perché è buono, certo, ma anche perché è un'alternativa meno costosa di altri formaggi. Ho chiamato la ricetta di Rosetta 'con salsa al basilico' invece del tradizionale 'al pesto', perché risulta più cremosa.

Il pesto alla genovese è servito con le trofie. Solo di recente si produce questo tipo di pasta con trafilatura al bronzo, ma fino a poco tempo fa il pastificio locale di Sori ne commissionava la preparazione alle signore della zona. Tra le quali anche Rosetta, che dopo essersi sposata voleva avere una piccola entrata mentre cresceva i figli, e così imparò a farle. Dice che le ci è voluta molta pratica per imparare a fare il giusto movimento e la pasta tutta della stessa misura; ora le viene naturale ed è talmente brava da essere stata ospite in programmi tv e YouTube (Pasta Grannies, per nostra fortuna).

Mettete la farina in una ciotola e aggiungete gradualmente l'acqua. Con una forchetta fate un impasto morbido ma non appiccicoso. Su una spianatoia infarinata lavoratelo fino a renderlo liscio. Ci vorranno circa 10 minuti. Coprite la pasta con la ciotola in modo che non si secchi e lasciatela riposare per 30 minuti.

Prendetene un pezzettino (all'incirca grande come un pisello) e stendetelo sulla spianatoia con il palmo della mano verso l'esterno, dandogli la forma di un fuso. Tirate indietro il palmo in diagonale, premendo delicatamente ma con decisione sulla pasta con il lato della mano. Il pezzetto di pasta si dovrebbe attorcigliare come un cavatappi. Se non riuscite a mano, potete sempre provare con un raschietto. Preparate la salsa passando al mixer tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo. Assaggiate e salate, se necessario.

In una casseruola grande portate l'acqua a ebollizione, salate e riportate a bollore, versate le trofie e fate cuocere per circa 2 minuti. Assaggiate per verificare la cottura. Scolate la pasta con una schiumarola e mettetela in una grossa ciotola. Se volete, sbollentate per 3 minuti dei fagiolini e aggiungeteli alla pasta. Quindi unite la salsa al basilico. Non serve aggiungere altro formaggio.



*È meglio preparare la pasta il giorno prima, perché ci vuole un po' di tempo per prendere la mano.*



## RASCHIATELLI CON PEPERONI ROSSI DI MARIA

DOSI PER 4 PERSONE

### PER LA PASTA

400 gr di farina di semola rimacinata  
180-200 ml di acqua tiepida  
2 gr (1/2 cucchiaino) di sale

### PER IL SUGO

2-4 peperoni rossi allungati (a seconda della taglia)  
3-4 cucchiari di olio extravergine di oliva  
2 spicchi d'aglio affettati  
6-7 grossi pomodori maturi e saporiti  
un mazzetto di basilico  
sale

### PER SERVIRE

ricotta salata grattugiata

Preparate l'impasto della pasta come descritto a p. 21. Dividete l'impasto in pezzi della grandezza di un'albicocca e fatene dei rotolini circa dello spessore del germoglio di un asparago, o simile - né troppo sottili né troppo spessi - a meno che non vogliate che i raschiatelli vengano così, naturalmente. I raschiatelli di Maria sono lunghi tre dita, perciò prendete la misura delle prime tre dita sul rotolino di pasta e tagliate dei pezzi della stessa lunghezza. Per dargli la forma, mettete le dita sul bordo esterno di

Maria e suo marito sono agricoltori, hanno vigneti e coltivano grano. Maria dice: "Siamo proprietari di questa fattoria, ma i miei genitori erano braccianti e lavoravano nei campi tutti i giorni. Quando avevo circa otto anni, mi chiesero di fargli trovare la pasta pronta al ritorno a casa. E così fu. Da allora preparo i raschiatelli. Più persone ci sono, più grossi i raschiatelli possono essere. Guardate questo. In dialetto è chiamato dieci-dita." Maria pianta tutte le dita, pollici compresi, in un rotolino di impasto e lo tira da una parte all'altra della spianatoia. "Sono grandi quasi quanto un baccello di fave, ma così si sfamano in fretta tante persone".

Da scrupolosa coltivatrice, il campo di Maria a metà estate è pieno di rigogliose piante di pomodoro e peperone in file perfettamente allineate. "Il segreto per essere dei buoni orticoltori è dare alle piante tanto amore, a cominciare dal terreno." I suoi peperoni sono della varietà chiamata peperone di Senise: un peperone rosso dalla buccia sottile, allungato, dall'aspetto un po' ammaccato, che è molto dolce. In estate, i portici ombrosi di casa sua sono ornati di peperoni messi a essiccare. È improbabile che troviate i peperoni di Senise al vostro mercato locale, quindi scegliete un qualsiasi peperone rosso allungato, come il Romano.

un pezzo di impasto e tiratele da un lato all'altro, premendo. Maria usa entrambe le mani contemporaneamente per velocità. Una volta preparati, potete lasciarli ad asciugare, ma ricordate che impiegheranno più tempo a cuocere.

Per preparare il sugo, rimuovete la parte fibrosa dei peperoni e tagliateli a strisce sottili. Scaldate l'olio in una padella a fuoco medio-basso. Buttate i peperoni con l'aglio e lasciate ammorbidire il miscuglio senza che caramelli, mescolando spesso; dovrebbero volerci circa 10 minuti.

Tagliate i pomodori a pezzetti, aggiungeteli in padella con un pizzico di sale e cuocete il tutto a fuoco lento, finché non otterrete un sugo denso, corposo, il che dovrebbe richiedere circa 25 minuti. Se le verdure non si sono sfaldate a sufficienza prima che i succhi siano evaporati, aggiungete un po' d'acqua. Se vi è più comodo, preparate questo sugo in anticipo. Staccate le foglie di basilico dal gambo e aggiungetele mescolando.

Portate a ebollizione una pentola d'acqua, salatela e buttate la pasta. Quando sale in superficie, lasciatela sobbollire per 4-5 minuti; il tempo dipende dalle dimensioni dei vostri raschiatelli. Addentatene uno per verificare la cottura. Scolate la pasta. Mescolate i raschiatelli col sugo, aggiustate di sale e impiattate con abbondante ricotta salata grattugiata.



## TAGLIATELLE 'PAGLIA E FIENO' COI PISELLI DI ROSA

DOSI PER 6 PERSONE

### PER LA 'PAGLIA'

300 gr di farina 00 o farina multiuso  
3 uova

### PER IL 'FIENO'

300 gr di farina 00 o farina multiuso  
2 uova  
100 gr di spinaci freschi

### PER IL CONDIMENTO DI PISELLI

3 cucchiaini di olio extravergine di oliva  
50 gr di pancetta dolce a cubetti  
1 grossa cipolla affettata fine  
200 gr di piselli fini (freschi o surgelati, a seconda del periodo dell'anno)  
250 gr di passata  
sale

### PER SERVIRE

parmigiano reggiano grattugiato

Rosa è una signora vivace, allegra e minuscola che per raggiungere comodamente la spianatoia ha bisogno di un rialzo. Ora pensionata, una volta lavorava come cucitrice. Per lei preparare la pasta è un compito che le dà grande soddisfazione. Quando le ho chiesto quale fosse il segreto per fare bene la pasta, Rosa ha alzato le spalle. "Beh, è quello che fai, no? Devi avere una buona farina e impastarla bene," ha risposto mentre continuava a stendere la pasta con vigore. Rosa dice che: "l'aggiunta di spinaci rende l'impasto più fragile, perciò è meglio usare il mixer per amalgamare gli spinaci con le uova e formare un liquido" perché così l'impasto resta più uniforme.

Questo piatto viene dall'Emilia Romagna, dove in autunno i funghi possono prendere il posto dei piselli.

Preparate i due tipi di pasta (paglia e fieno) come descritto a p. 18. Per la pasta agli spinaci, fate come dice Rosa e amalgamate gli spinaci e le uova prima di aggiungerli alla farina, poi proseguite con la normale preparazione dell'impasto. Stendete i due impasti in grandi dischi di circa 2 mm di spessore. Mentre le sfoglie riposano, preparate il condimento di piselli. Scaldate l'olio d'oliva in una padella e aggiungete la pancetta. Friggetela per far rilasciare il grasso, poi aggiungete la cipolla affettata. Continuate a rosolare finché la cipolla si sarà ammorbidita: ci vorranno circa 7 minuti. Buttate i piselli e la passata e salate. Aggiungete una tazza d'acqua e lasciate ridurre il sugo finché non sarà denso al punto che quando ci passate il cucchiaio attraverso riuscite a scorgere per un istante la base della padella.

Arrotolate la sfoglia gialla come fosse un tappeto e tagliate la pasta da un capo all'altro a formare delle striscioline della larghezza di circa 7 mm. Scrollatele, poi ripetete l'operazione con la sfoglia agli spinaci. Rosa stende le due sfoglie insieme, come si vede nella foto, ma è molto più facile farlo separatamente. Mischiate le striscioline con le dita.

Portate a ebollizione una grossa pentola d'acqua salata. Buttate la pasta e quando l'acqua torna a bollire cuocete per 2-3 minuti, assaggiando per verificare la cottura.

Tenendo da parte un paio di mestoli di acqua di cottura nel caso vogliate ammorbidire il misto di piselli, scolate le tagliatelle e mescolatele al sugo, che i due colori dovranno prendere in modo uniforme. Servite con abbondante parmigiano reggiano.



