

INDICE

Ringraziamenti	5		
Prefazione	6		
Introduzione	8		
Cos'è la cottura a bassa temperatura?	12		
Quali attrezzature servono per la CBT?	16		
Il sottovuoto	18		
Le attrezzature per cuocere a bassa temperatura	30		
La preparazione della carne	34		
Iniziamo a cuocere!	36		
Utilizzo delle attrezzature per cuocere CBT	38		
Passaggi per cuocere CBT	44		
I tagli anatomici dei bovini e la loro cottura	46		
Le ricette			
Animelle di vitello dorate all'amaretto con crema di zucca e chip di topinambur	50	Noci di rognone cotto nel suo grasso in crosta con pepe di Sichuan e risottino mantecato alla piemontese	86
Animelle di vitello marinate al cedro con cavolfiori croccanti e crema al Calvados e bottarga	54	Noci di rognone trifolato con spugnole e crema Parmantier	90
Zuppa di pane nero con cervella al grué di cacao e acciughe	58	Millefoglie di trippa allo zafferano, sauternes e chip di pizza Pasquale al formaggio	94
Cervella di vitello e salvia panate alle nocciole	62	Trippa alla milanese con crema di fagioli cannellini	98
Crocchette di cuore di manzo alla senape e manioca al limone	66	Bollito misto con chutney di pomodori verdi, sedano e cipolle di Tropea	102
Fegato confit con cipollotti fondenti, mele e fichi all'aceto di sherry	70	Cappello del prete al vino rosso con polenta alla maracuja	106
Bocconcini di fegato marinato avvolti nella rete di maiale arrosto	74	Gulasch affumicato di biancostato	110
Insalata di lingua di bue e sedano bianco con salsa all'arancia	78	Bistecca di manzo steccata di pancetta, salsa alla senape dolce e nido di spinaci	114
Lingua croccante al latte con sauté di zucca e castagne e coulis di mostarda di mele cotle	82	Tournedos di manzo al pepe rosa con contorno provenzale	118
		Straccetti di manzo al whisky torbato e insalata di spinaci novelli	122
		Magatello di manzo salmistrato al rum con indivia al dragoncello	126
		Polpettone avvolto nello speck con misticanza di germogli	130
		Coda di manzo alla vaccinara	134
		Terrina di coda di manzo al vermut rosso e crema di carote al cumino	138
		Arrosto arrotolato di scamone di vitello in porchetta	142
		Magatello di sanato con spuma tonnata e confettura di peperoni rossi	146
		Cotoletta alla milanese	150
		Costoletta di vitello scaloppata al Moscato passito di Pantelleria e uvetta	154
		Filetto di vitello alla pizzaiola in crosta di origano, crema tiepida di mozzarella di bufala e olive taggiasche	158
		Filetto di vitello lardellato con salsa di bagna cauda e topinambur sabbiosi	162
		Ganascino di vitello al latte con finocchi alla liquirizia	166
		Ossobuco in umido con cuscus di riso allo zafferano	170
		Stinco di vitello con mele al ginepro e cuore di crauto alla senape	174
		Cima alla genovese e stick di Panissa Garam Masala	178
		Testina di vitello con verdure all'agrodolce aromatico	182
		Vellutata di sedano rapa con nervetti caldi al burro all'aglio e funghi chiodini	186



ALLAN BAY

Allan Bay nato a Milano, è laureato alla Bocconi, si è sempre occupato di marketing editoriale. La cucina è sempre stata la sua grande passione: ha sempre cucinato, è il suo hobby prediletto. Non ama la tradizione, ama la commistione di tecniche e prodotti diversi. Dal 1995 è giornalista nel settore eno gastronomico. Cura, fra l'altro, la rubrica settimanale dei ristoranti milanesi su *ViviMilano* del *Corriere della Sera*. Collabora con "La grande cucina professionale & wine" dal 2004. Con Feltrinelli ha pubblicato una fortunata serie di libri di cucina "Cuochi si diventa". Cura la collana di libri di cucina "Il lettore goloso" per Ponte alle Grazie, ha pubblicato con questo editore "La cucina nazionale italiana".



MARCO PIROTTA

Marco Pirotta, nato in provincia di Bergamo ma milanese di adozione, trascorre per "vocazione" molti pomeriggi d'infanzia nel laboratorio di pasticceria e nelle cucine dei ristoranti di parenti innamorandosi della magia dell'arte della cucina. Quindi la scuola alberghiera e poi tanti stage. Dopo esperienze di gestione di ristoranti nel sud Italia, torna a Milano. Dove si avvicina alla cucina d'autore, documentandosi e sperimentando in prima persona l'abbinamento ideale tra materie prime di prima qualità e le nuove tecniche di preparazione e cottura. Grande appassionato di vino consegue il diploma di sommelier professionista AIS e di assaggiatore ufficiale ONAV. Attualmente si occupa di consulenze come free lance, scrive libri di cucina e dal 2009 è nello staff di cucina di *Identità Golose*.



MANUELA VANNI

Manuela Vanni è da sempre appassionata di cucina. Autrice di libri per bambini, è anche una cuoca professionale esperta: è stata titolare e cuoca di un ristorante che proponeva ricette di ispirazione rinascimentale. Scrive abitualmente per riviste di cucina e ha collaborato all'Enciclopedia della gastronomia Garzanti. Da diversi anni si occupa anche di fotografia: gira con Allan Bay per i migliori ristoranti di tutta Italia per conto di diverse case editrici. Le sue foto compaiono abitualmente su "La grande cucina professionale & wine". Collabora con "Gambero rosso", "Style" e "City". Ultimamente è uscito un suo libro fotografico voluto fortemente dalla Motta in occasione dei novant'anni della sua nascita.