



# LA CUCINA DI CASA DELLE CESARINE

Scopri l'Italia con gusto



Slow Food Editore

# Flavia P.

CATANIA – SICILIA

## Pesci, agrumi e spezie

L'appartamento della cesarina Flavia è situato nel centro storico di Catania, in un palazzo signorile risalente all'Ottocento. Rispecchia i suoi interessi e quelli del marito Antonio che, quando può, la affianca negli eventi. I libri, i quadri, gli oggetti di famiglia e i tanti ricordi di viaggio, che lo arredano, raccontano la loro storia di coppia e di appassionati di cucina.

Nata a Napoli, Flavia fin da piccola stava ore e ore in cucina a osservare la nonna paterna che si dilettava a preparare manicaretti, cercando di memorizzare il procedimento per poi cucinarli da sola. Da lei ha ereditato la passione per i fornelli e l'attaccamento ai sapori e alle ricette della sua terra. «Appollaiata su una sedia per arrivare al tavolo, prestavo la massima attenzione per non perdere alcun passaggio. Annotavo tutto nella mia testa, poi in una volta sola cercavo di ripercorrere il procedimento che aveva permesso la realizzazione di quel cibo succulento».

Più tardi è stata in giro per il mondo per tanti anni e ha sposato un siciliano doc: divisa tra Catania e Roma, grazie agli odori e ai sapori dell'infanzia è riuscita a mantenere un legame con le sue radici, mentre grazie alla

sua cucina, da sempre fatta di contaminazioni, ha provato un senso di appartenenza per tutti i luoghi in cui ha vissuto. «Rientrata definitivamente in Italia, mi mancavano le tavolate con amici italiani e stranieri, mi mancava soprattutto quel senso di condivisione che solo la tavola sa dare, quindi mi sono messa alla ricerca di qualche attività che mi permettesse di cucinare e, al tempo stesso, incontrare persone diverse».

Flavia porta in tavola i piatti tradizionali della Sicilia orientale, scegliendo fra ricette appetitose e prodotti tipici. Non mancano mai gli agrumi e il gusto intenso del mare, preziosità da un attento uso di spezie e aromi coltivati in zona.

Oggi cucina a tempo pieno, non solo come cesarina, dentro le mura domestiche, ma anche girando il mondo per far conoscere le specialità italiane all'estero. «Il cibo è cultura. Attraverso il cibo noi italiani garantiamo alle generazioni future un patrimonio immenso che deve restare intatto ed essere tramandato».



# Pasticcio pasquale di conchiglie

Com'è intuibile dal nome, è una pietanza siciliana pasquale, le cui origini probabilmente affondano nella cucina nobiliare e conventuale dell'area di Palermo. Si tratta di una ricetta un po' desueta, che non si trova comunemente nei libri di cucina, ma di grande effetto e di squisita resa. A me piace molto cucinarla. Come le uova di Pasqua, nasconde al suo interno una sorpresa: sotto un rivestimento di foglie di lattuga, si cela un vero trionfo di sapori legati alla stagione primaverile, in cui si celebra la festività cristiana.

## PER 4 PERSONE

- ▶ 2 etti e mezzo di pasta tipo conchiglie
- ▶ un etto di carne macinata di maiale
- ▶ sedano, cipolla, carota per il soffritto
- ▶ una cipolla lunga mezzo spicchio di aglio
- ▶ un cespo di lattuga un carciofo
- ▶ mezz'etto di fave sbucciate, 75 g di pisellini sgusciati
- ▶ mezzo cucchiaino di semi di finocchio
- ▶ un etto di caciocavallo, 25 g di parmigiano reggiano
- ▶ mezzo bicchiere di vino bianco
- ▶ brodo
- ▶ 25 g di burro, olio extravergine di oliva
- ▶ sale

## TEMPO DI ESECUZIONE

2 ore e mezza

Foderate uno stampo da timballo con carta forno. Adagiatevi le più belle foglie della lattuga, dopo averle sbollentate, e copritelo in modo uniforme. Preparate un battuto di cipolla, sedano, carota e soffriggetelo; aggiungete la carne di maiale, il vino bianco e allungate con il brodo. Unite i semi di finocchio, salate, coprite e lasciate a fiamma bassa fino a quando il ragù non sia completamente asciugato.

Rosolate in una padella la cipolla lunga, l'aglio, le fave, i piselli, il cuore di carciofo e quello della lattuga tagliati a strisciole; coprite e cuocete facendo attenzione che non si asciughino. In ultimo condite con sale, pepe e un filo di olio.

Lessate la pasta in abbondante acqua salata, scolatela molto al dente e conditela con il burro, il parmigiano grattugiato, il ragù di maiale, le verdure e il caciocavallo tagliato a dadini.

Versate la pasta nello stampo foderato con la lattuga, immergetelo in acqua e continuate la cottura a bagnomaria per circa un'ora. Mettetelo, per finire, in forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti circa. Attendete una decina di minuti prima di sfornarlo.







MENÙ INVERNALE

- Insalata di arance e acciughe
- ◆
- Rigatoni con i broccoli arriminati
- ◆
- Falso magro
- ◆
- Zucca in agrodolce
- ◆
- Cassatelle al forno



MENÙ ESTIVO

- Caponatina
- ◆
- Timballo di capellini
- ◆
- Involtini di pesce spada o involtini di carne  
alla messinese (in base alla stagione)
- ◆
- Zucchine al miele
- ◆
- Torta al pistacchio

# Catania

Non si può venire a Catania senza visitare la Piscaria (Pescheria) e partecipare alla sua fervida attività mattutina. L'antico mercato del pesce di Catania, risalente a inizio Ottocento, è un luogo pittoresco, che si può confrontare solo con il gemello mercato della Vucciria di Palermo: un luogo sempre affollato e ricco di colore locale. Passando fra i banchi dei pescivendoli si è catturati dal voci incessante (la *vuciata*) dei venditori, che crea un sottofondo da suq arabo, e si respira la tipica atmosfera di una medina. La Piscaria è stata ricavata in un tunnel scavato nel Cinquecento sotto il palazzo del Seminario dei Chierici e sotto le Mura di Carlo V, di fronte agli Archi della Marina, un tempo immersi nelle acque del sottostante porticciolo di pescatori, oggi riempito e trasformato in verde pubblico, nelle piazze Alonzo di Benedetto e Pardo, nel quartiere Duomo o Terme Achilliane.

