

20 Dicembre 2019

## **Non la solita zuppa... Le ricette per le feste**

Sono il comfort food per antonomasia e si prestano ad accostamenti preziosi



Riscaldano corpo e cuore e fanno subito sentire a casa. Quando il termometro scende, le zuppe sono il *comfort food* per antonomasia, oltre a prestarsi a sperimentazioni, accostamenti inusuali e a poter essere impreziosite con facilità con erbe, spezie e ad essere abbinate a croccanti crostini, frutta secca, cialde di parmigiano, polpettine...

Mentre impazzano ramen e zuppe asiatiche, la tradizione italiana può- e a ragione- rivendicare il primato per varietà di ortaggi a disposizione e varianti regionali. E sotto le feste le zuppe, se aiutano a tenersi leggeri e a fare il pieno di vitamine dribblando malanni di stagione e chili di troppo, possono anche rappresentare un'ottima scelta da servire a tavola.

Ecco quindi una selezione di tre ricette per le feste, pronte ad esaltare con classe e semplicità prodotti di stagione. Il cavolo cappuccio rosso dona un colore insolito alla vellutata, impreziosita da una manciata di chicchi benauguranti di melograno e una nota croccante di mandorle. I finferli spadellati si sposano alla versione nostrana del Potage Parmentier francese, con una piacevole nota aromatica di timo. E la classica zuppa di pesci senza lisce mette d'accordo tutti, anche i più piccoli.

### **Curiosità**

*Con le zuppe si porta a tavola anche la tradizione: basti pensare che il termine ristorante, traduzione da restaurant, è legato indissolubilmente alle zuppe. Quando nel Settecento monsieur Boulanger, un venditore di zuppe, apre a Parigi il primo ristorante moderno, con restaurant si indicavano i brodi "ristorativi" a base di carne. Il termine "minestra" porta in sé l'essenza del servire a tavola perché deriva da "minestrare", ovvero somministrare.*

## **Vellutata di cavolo rosso con mandorle e melograno**

### **Ingredienti per 4 persone**

600 grammi cavolo rosso  
2 patate  
1 scalogno  
50 grammi di panna fresca liquida  
1 melograno  
12 mandorle spellate  
1,5 litri di brodo vegetale  
olio extra vergine di oliva qb  
sale e pepe qb

### **Procedimento**

Fare dorare lo scalogno in una casseruola con olio extra vergine di oliva. Aggiungere il cavolo rosso tagliato a striscioline e fare rosolare a fiamma viva. Aggiungere le patate tagliate a tocchetti e versare il brodo vegetale; portare a bollore, abbassare la fiamma e fare cuocere per 35 minuti circa. Terminata la cottura, aggiungere la panna e frullare fino ad ottenere una consistenza cremosa. Tostare le mandorle in padella per un minuto e distribuirle uniformemente in ogni piatto per donare croccantezza, insieme a qualche chicco di melograno.

## **Crema di patate e porri con finferli al timo**



### **Ingredienti per 4 persone**

250 g porri  
700 g patate  
500 ml brodo carne  
300 g finferli  
olio extravergine di oliva qb  
sale e pepe qb  
timo fresco qb  
pepe bianco qb  
1 spicchio d'aglio

### **Procedimento**

Pulire i funghi e metterli in padella con olio e aglio in camicia. Salare e fare rosolare, aggiungendo del timo fresco. Fare rosolare in una casseruola con olio i porri tagliati a rondelle e fare appassire, aggiungendo un mestolo di brodo. Aggiungere le patate tagliate a tocchetti e coprire le verdure a filo con il brodo, aggiustando di sale e pepe e cuocere 20 minuti. Frullare e mescolare. Servire nei piatti, aggiungendo i funghi e un rametto di timo fresco.

### **Zuppa di pesce con crostini all'aglio**





### **Ingredienti per 4 persone**

500 g fumetto di pesce  
500 g salsa di pomodoro fresco  
300 g rana pescatrice  
300 g calamari  
300 g moscardini  
300 g filetto di merluzzo  
300 g gallinella di mare  
150 g cozze  
150 g vongole  
200 g vino bianco secco  
2 spicchi d'aglio  
1 cipolla bianca  
1 pane casereccio di grano duro  
3 rametti di prezzemolo  
6 cucchiaini olio extra vergine di oliva  
sale e pepe qb

Per il fumetto di pesce:

1 gambo di sedano  
1 carota  
½ cipolla  
2 litri acqua

3 cucchiaini olio extra vergine di oliva

## **Procedimento**

Sfilettare la gallinella di mare. Pulire i moscardini e i calamari, tagliare a fette la coda di rana pescatrice e in piccoli tranci il merluzzo. Mettere tutti gli scarti di pesce (incluse le lisce e la testa della gallinella) a soffriggere con l'olio in una pentola insieme a sedano, carota, cipolla. Aggiungere l'acqua e far bollire per almeno mezz'ora. A parte fare soffriggere con olio extra vergine e uno spicchio d'aglio la cipolla tritata fino a farla dorare. Aggiungere i calamari, i moscardini, la gallinella di mare e la rana pescatrice. Sfumare con il vino bianco. Unire il pomodoro e il fumetto di pesce. Dopo 15 minuti di cottura aggiungere il merluzzo. Portare a cottura altri 15 minuti. Nel frattempo fare aprire le cozze e le vongole- dopo averle accuratamente pulite- in una casseruola con olio extravergine e uno spicchio d'aglio. Filtrare parte del sugo delle cozze e delle vongole e unire alla zuppa, assieme al prezzemolo tritato. Servire nei piatti, aggiungere le cozze e le vongole per ultimo, un piccolo ciuffo di prezzemolo e accompagnando la zuppa con fette di pane che avrete unto con olio e sfregato con aglio e fatto grigliare.