

Sandwich e panini da chef per un pic-nic d'autore

Dalla scelta del pane ai consigli per gli abbinamenti elettivi, la chef Francesca Marsetti spiega come si realizzano pranzi al sacco gourmet



Emblema del pasto frugale, spesso visto come soluzione di ripiego per una pausa pranzo mordi fuggi, il panino si prende una rivincita e conquista le luci della ribalta nella sua versione gourmet. A fare la differenza sono ingredienti selezionati, un'accurata scelta del pane, salse preparate al momento e, come per ogni ricetta di successo, un mix vincente di contrasti ed equilibri, oltre ad un uso sapiente di tecniche di cottura, dalle più semplici alle più avanzate. Le premesse per un risultato pronto a stupire il palato sono due: pochi ingredienti, ma di grande qualità. Realizzare panini gourmet può essere anche una strategia vincente per i locali che intendono allargare la clientela, diffondendo con semplicità la cultura della buona cucina, racchiusa tra due fette di pane.

Francesca Marsetti, personal-chef, docente all'Accademia del Gusto e volto noto al grande pubblico grazie alla partecipazione in tv a 'La prova del cuoco', svela alcuni segreti per realizzare panini d'autore, non senza sfatare con semplicità alcuni pregiudizi. "Invito sempre a realizzare panini gourmet con quello che si ha già in casa, purché sia ovviamente selezionato. Trovo assurdo dare una lista della spesa chilometrica per preparare un panino, che richiede davvero quantitativi minimi. E poi è un banco di

prova interessante per la creatività di chi lo prepara”. Le regole cui attenersi scrupolosamente sono poche ma ferree: “I salumi non vanno mai scaldati, lo stesso discorso vale per le salse. Attenzione alle temperature anche per i formaggi: per un risultato filante, il panino deve essere messo in forno aperto sulle due metà, ma se usiamo il gorgonzola o formaggi dalle consistenze più morbide il panino va scaldato chiuso. Il pane deve essere croccante fuori e morbido all’interno: è indispensabile avere il forno già caldo e non superare i 160-170 gradi”. La scelta del pane deve essere più che meditata in base alla farcitura.



Fondamentale quindi un’alleanza con il fornaio di fiducia: “Il consiglio è di prediligere pani dai sapori definiti, magari realizzati con farine di antiche varietà di grano”. Quanto agli abbinamenti, ecco i più felici: “Il pane integrale si sposa alla perfezione con formaggi e affumicati. Quello bianco smorza ingredienti dal sapore più deciso: dalle costine alla salsiccia, allo sgombero”. E poi ci sono i pani speciali, per un risultato- anche cromatico- d’assoluto effetto: “Un panino alla rapa rossa è perfetto con salmone affumicato, dressing di panna acida e insalata ghiaccio o romana. Un panino alla clorofilla si abbina a funghi trifolati, fontina valdostana e a una generosa grattata di pepe”. Se spopolano gli hamburger d’autore, i panini gourmet alzano ulteriormente l’asticella, con tagliata di manzo con spuma di parmigiano, petto di pollo cotto a bassa temperatura e pomodori confit e perfino la cassoela. E in Franciacorta la Marsetti ha lanciato il “pork corn”, un croccante panino al mais con costine di maiale cotte a bassa temperatura e una ratatouille colorata di verdure estive. Per una gita fuori porta e un picnic d’autore la chef consiglia sandwich gourmet, con il classico pane da tramezzino, con panini al latte o all’olio: “Il pane in cassetta, preparato artigianalmente, va rivalutato. È molto versatile ed è ideale per un pranzo d’asporto. Ha dalla sua la conservabilità e riesce a mantenere alla perfezione e a lungo le sue caratteristiche. La scelta può ricadere anche su focacce: quella genovese è buona anche dopo qualche ora”.

Si parte dalla scelta del pane: perfette le farine di varietà di grano antiche

Alla Vineria Cozzi in Città Alta i cestini da pic-nic

La storica insegna “Vineria Cozzi” in Città Alta dal 1848, gestita da 32 anni da Francesca Milionario e dalla figlia Simona Magnati, è il punto di riferimento oltre che per la cucina, per la preparazione di pic-nic d’autore. Nei cestini di vimini dal sapore vintage, la proposta è di baguette del territorio, da quella con hamburger di salamella e taleggio a quella con porchetta, crema d’uovo alla senape e verdure croccanti. Non manca il panino vegetariano, con formaggio di capra, crema d’olive e verdure di stagione. Il tutto è accompagnato dalla panzanella estiva con verdure di stagione, acciughe e pane

tostato, dall'ovetto perfetto e dal sacchetto di pop-corn della casa. E per chiudere in bellezza, tiramisù al caffè con cioccolato fondente o latte in piedi ai lamponi. La versione 'king' propone un vero e proprio menù, dall'uovo in tazza con fonduta e tartufo nero alla faraona alle erbe e in terrina al pistacchio, dalla fregola sarda con burrata e basilico al risotto con friarelli e cozze. "L'idea è nata sei anni fa quando abbiamo iniziato a fare ristorante mobile con il nostro Ape- spiega Simona Magnati-. Ogni occasione è buona per un pic-nic: lavoriamo bene per addii al celibato, cresime, comunioni, compleanni e party in giardino. Abbiamo anche allestito un pic-nic d'inverno in casa, davanti al caminetto acceso. L'idea piace anche agli stranieri: un gruppo di un'azienda tedesca ha deciso di salutarsi dopo un meeting di lavoro in città con un pic nic sulle mura". Nel cestino tutto l'occorrente per un perfetto déjeuner sur l'herbe, con tanto di grafica e design messi a punto con il celebre fumettista Antonio Bonanno: telo impermeabile, tovaglia bianca, piatti e posate in legno di betulla.