

Dopo-cenone? Non si butta via nulla con le ricette di recupero nate in campagna

Pubblicato: Sabato 2 Gennaio 2021



Riceviamo e pubblichiamo un intervento della Coldiretti di Varese.

Gli avanzi del cenone di capodanno? Nulla si butta via e tutto si recupera grazie all'ingegno rurale che, nei secoli, ha visto lo sviluppo di ricette golose che valorizzano la "dispensa" rurale del giorno dopo.

Ma è proprio la "cucina del recupero" ad essere l'asso nella manica dei nostri consumatori: gli esempi non mancano, dalla frittata rognosa con la salsiccia o i salumi avanzati nel cenone. Poi gli gnocchi di pane e strangolapreti: altro piatto storico, quest'ultimo la cui ricetta compare nel 1842 nel libro "La cucina degli stomachi deboli" del Dubini. Il nome, va da sé, è curioso: gli strangolapreti, come si intuisce, hanno un fondo di ironia nei confronti del clero.

"Ottime soluzioni per recuperare il cibo del giorno prima sono polpettoni di carne o tartare di pesce di lago, ma anche frittate di pasta e ratatouille di verdure, che consumano ingredienti difficili da inserire in altre ricette" sottolinea Fernando Fiori, presidente di Coldiretti Varese.

Con la carne macinata e gli avanzi dei salumi si può interpretare, invece, una delle ricette-simbolo della tradizione lombarda: si tratta dei mondeggili, le tradizionali polpette di carne, che le nostre nonne preparavano con pane secco, latte, biancostato, mortadella di fegato, uova, salsiccia e patate. Una curiosità: questa preparazione si diffonde in Lombardia (compreso il Varesotto) sotto l'occupazione spagnola, come dimostra il nome derivato, appunto, dallo spagnolo albondigas (e a sua volta dall'arabo

al-bunduc!)che indica un consimile piatto tutt'oggi in voga nella penisola iberica.

Con lo stesso principio si possono preparare gustosi polpettoni, da accompagnare al purè o a un tortino di verdure preparato con i vegetali avanzati il giorno prima. Altrettanto “rurale” e “antispreco” il tortino di patate e cipolle. I formaggi contenuti nel frigo possono essere utilizzati per impreziosire gustose polente.

La frutta secca in più può essere facilmente caramellata per diventare un ottimo “torrone”, mentre con quella fresca si ottengono pasticciate, marmellate o macedonie. E per dare un nuovo sapore ai dolci più tradizionali, come il pandoro o il panettone, si ricorre spesso alla farcitura con creme.

“Il buon senso della cucina popolare e delle ricette che ottimizzano il recupero della dispensa è anche la risposta al grave fenomeno dello spreco alimentare” sottolinea il presidente Fiori.

“Particolarmente rilevanti a livello nazionale sono gli sprechi domestici che – denuncia Coldiretti – rappresentano in valore l'assoluta maggioranza del totale e sono superiori a quelli nella ristorazione, nella distribuzione commerciale, nell'agricoltura e nella trasformazione. Non si tratta solo di un problema etico ma che determina anche effetti sul piano economico ed anche ambientale per l'impatto negativo sul dispendio energetico e sullo smaltimento dei rifiuti”.

La crescente sensibilità sul tema in provincia di Varese ha però portato oltre sette cittadini della provincia di Varese su dieci a diminuire o annullare gli sprechi alimentari adottando nell'ultimo anno strategie che vanno dal ritorno in cucina degli avanzi ad una maggiore attenzione alla data di scadenza, ma anche la spesa a chilometri zero dal campo alla tavola con prodotti più freschi che durano di più.

UN CITTADINO SU 5 A LETTO PRIMA, MENO BRINDISI MA TRADIZIONE VINCE A TAVOLA

Intanto, ecco i numeri di questo Capodanno 2021: con ristoranti chiusi e piazze vuote, più di un cittadino su cinque (22%) è andato a dormire prima della mezzanotte senza preoccuparsi dei tradizionali botti, mentre il 60% ha aspettato almeno il rintocco delle lancette e un 18% non ha rinunciato, invece, a restare alzato fino a tarda notte. Con il riposo anticipato in molti – continua Coldiretti Varese – hanno rinunciato anche al tradizionale brindisi di mezzanotte con il risultato che quest'anno gli italiani hanno fatto saltare appena 63 milioni di tappi di spumante nelle feste di fine anno, il minimo del decennio per effetto di un taglio del 15% rispetto allo scorso anno. Tra i riti scaramantici si riscopre invece il tradizionale consumo di lenticchie chiamate a portar fortuna sul 78% delle tavole di fine anno, spesso accompagnate dal cotechino o zampone presenti sul 66% delle tavole.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it