

Pisci ri uovu

ovvero

Frittata di caciocavallo e prezzemolo

Il pesce si cucinava fritto in padella e quindi quando in padella si facevano le uova (frittata) erano e sono dette in ragusano, Pesce di uovo.

Ingredienti:

4 uova, 100 grammi di caciocavallo stagionato grattugiato, un ciuffo di prezzemolo, pepe nero.

Sbattere le uova con una frusta, aggiungere il pepe nero, un poco per volta incorporare nelle uova il caciocavallo grattugiato e il prezzemolo tritato grossolanamente.

Continuare ad amalgamare gli ingredienti in modo da ottenere un composto omogeneo. Attenzione non occorre aggiungere sale, la sapidità è già fornita dal caciocavallo.

Riscaldare un filo d'olio d'oliva in una padella antiaderente, versare in padella il composto, abbassare la fiamma e cuocere con coperchio. Rigarare la frittata quando occorre.

Nota bene: la frittata risulterà a causa del caciocavallo particolarmente soffice e spugnosa. Utilizzando un caciocavallo semi stagionato (che si può grattugiare con una grattugia a mulinello), la frittata risulterà più morbida e di gusto più delicato.

Sprugghia pitittu *ovvero* *(sveglia l'appetito) Mousse di caciocavallo*

Il gusto del caciocavallo ragusano si sposa benissimo con l'olio d'oliva e l'origano.

Ingredienti:

100 grammi di caciocavallo stagionato grattugiato, un cucchiaino da caffè di origano, olio QB.

Versare dentro una ciotola dai bordi alti il caciocavallo grattugiato quindi aggiungere l'olio d'oliva a filo e contemporaneamente mescolare con una frusta o una forchetta.

Dovrete ottenere un composto meno liquido possibile quindi aggiungete olio solo quanto necessario ad ottenere una crema.

Completate la mousse aggiungendo e mescolando l'origano.

Per una mousse più piccante potete aggiungere peperoncino rosso tritato.

La mousse può essere utilizzata per realizzare tartine, bruschette, tramezzini ma è anche squisita su verdure cotte al vapore o crude.

Caciocavallo panato

Il caciocavallo ragusano viene spesso servito come antipasto arrosto sulla piastra (cacio all'argentiera). Questa è invece una mia personalissima variante.

Ingredienti:

30 grammi di caciocavallo semi stagionato (da 2 a 6 mesi), pane grattugiato, una foglia di radicchio o di lattuga.

Assolutamente indispensabile è utilizzare una padella antiaderente.

Tagliare una fetta di caciocavallo uniformemente spessa circa 1 cm larga circa 5 cm e lunga circa 8 cm.

Senza assolutamente ungere la padella antiaderente, porla sul fuoco con dentro la fetta di caciocavallo e accanto un cucchiaio di pane grattugiato. Appena riscaldato il caciocavallo inizierà a rilasciare il grasso e quindi muovendo la padella scivolerà sulla superficie raccogliendo il pane grattugiato. Muovendo dunque la padella sul fuoco e facendo scorrere la fetta di formaggio, questa incorporerà il pan grattato panandosi perfettamente da sola. Quando avrà incorporato il pane grattato se occorre aggiungetene altro.

Rigirate la fetta e ripetete l'operazione su l'altro lato.

Otterrete una fetta perfettamente panata, la panatura sarà abbrustolita al punto giusto.

Servire su una foglia di radicchio o di lattuga con l'aggiunta di qualche oliva nera.

Pisci ri uovu ca sarsa

ovvero

Uova fritte in salsa di pomodoro

Il pesce si cucinava fritto in padella e quindi quando in padella si facevano le uova (frittata) erano e sono dette in ragusano, Pesce di uovo.

L'abbinamento delle uova con salsa di pomodoro e caciocavallo è antichissimo e nasce nell'ipparino dove da sempre si coltiva il pomodoro.

Ingredienti:

2 uova, 70 grammi di caciocavallo semi stagionato, 5 pomodori maturi, ½ cipolla, foglie di basilico.

Tritate finemente la cipolla e soffriggetela in una padella media (25cm diametro). Aggiungete a pezzetti i pomodori scottati e pelati, salate la salsa e cuocete a fuoco lento per circa 5 minuti.

Aggiungete le foglie di basilico. Rompete le uova nella salsa, salatele leggermente e lasciatele cuocere finché non rapprendano. Tagliate il caciocavallo a dadini di circa ½ cm per lato. Spegnete la fiamma e aggiungete sulle uova i dadini di caciocavallo.

Attenzione: i dadini di caciocavallo vanno aggiunti solo dopo aver terminato la cottura altrimenti tenderanno a filare.

Un ulteriore accorgimento è non salare troppo le uova o la salsa in quanto il caciocavallo ha già una notevole sapidità.

Saltinbocca alla ragusana

Ricetta facilissima, da preparare rigorosamente al volo altrimenti il saltinbocca rischia di indurirsi.

Ingredienti:

Fettine di lacerto girello o di spalla, fettine molto sottili di caciocavallo semi stagionato grandi quasi quanto le fettine di lacerto, fettine di crudo o di speck.

Tagliate le fettine di caciocavallo semi stagionato circa 2 millimetri di spessore e tenetele pronte da parte. Tenete pronte anche le fettine di prosciutto crudo o speck.

Preparate le fettine di lacerto girello tagliando la parte esterna fibrosa, per evitare che una volta cotta la fettina si arricci.

Riscaldare una padella antiaderente con coperchio. Ungete con un filo d'olio d'oliva.

Mettere le fettine in padella e farle rosolare velocemente da un lato, girarle e mentre il lato è ancora caldo adagiare sopra la fettina di caciocavallo e poi la fettina di prosciutto o speck.

Il caciocavallo fonderà leggermente saldando la carne al prosciutto. Se l'operazione viene effettuata velocemente il calore della carne stessa basterà a saldare i tre ingredienti altrimenti potete coprire la padella per un paio di minuti con il coperchio.

Servire con sopra qualche goccia di olio d'oliva.

Attenzione non salate la carne, è sufficiente la sapidità del caciocavallo e del prosciutto.

Polpette di zucca e caciocavallo

Sfidate chi le assaggia a riconoscere gli ingredienti.

Ingredienti:

500 grammi di zucca gialla, 200 grammi di caciocavallo stagionato grattugiato, circa 200 grammi di pane grattugiato, un uovo, ½ cipolla, prezzemolo.

Soffriggere brevemente la cipolla in un tegame, aggiungete la zucca tagliata a dadini o a fettine e lasciate cuocere con il coperchio a fuoco basso per una decina di minuti circa senza aggiungere acqua. Non appena la zucca sarà diventata morbida, riducetela in poltiglia schiacciandola con una forchetta. Togliete il coperchio e fate cuocere qualche altro minuto a fuoco più vivace, avendo cura di mescolare con un cucchiaino di legno, di modo che la zucca si asciughi ma non si attacchi.

Lasciare raffreddare per almeno mezzora quindi aggiungere il caciocavallo e il pane grattugiato. Infine aggiungere l'uovo, il prezzemolo tritato e un po di pepe nero macinato. Otterrete un composto adatto ad essere lavorato come polpette, se troppo morbido aggiungete altro pane grattugiato.

Non dovrebbe essere necessario regolare il composto di sale, ma in caso dopo aver assaggiato fatelo.

Formare le polpette, adagiarle su un vassoio e lasciarle in frigo almeno un'ora prima di friggerle.

Parmigiana di zucchine

Piatto dietetico in quanto si può anche non utilizzare olio o burro.

Ingredienti:

6 - 7 zucchine verdi fresche, 200 grammi di caciocavallo semi stagionato, circa 50 grammi di caciocavallo stagionato grattugiato, circa 100 grammi di pane grattato, passata di pomodoro rustica condita, pepe nero.

Eliminate le due estremità delle zucchine, quindi togliete la buccia solo da due lati opposti. Fate a fettine di circa 2 millimetri di spessore le zucchine, magari grazie ad una affettatrice.

Sistemate le zucchine sul fondo di una teglia antiaderente rettangolare di circa cm 25 per 35, in modo da formare uno strato compatto, sistemare un'altro strato di zucchine magari in senso inverso.

Coprire lo strato di zucchine prima con la passata di pomodoro già condita e salata, poi con la metà del pane grattato e infine con uno strato sottile di fettine di caciocavallo semi stagionato.

Coprire con un ulteriore strato di zucchine, avendo cura stavolta di peparle leggermente. Infine coprire il tutto con una abbondante spolverata di pan grattato e caciocavallo stagionato grattugiato, in modo da realizzare una volta cotto, una crosta dorata e croccante. A piacere bagnare la crosta di pane e caciocavallo con un filo di olio di oliva.

Cuocere in forno a 200 gradi avendo prima coperto la teglia con un foglio di alluminio per circa ½ ora, togliere la copertura di alluminio e cuocere ulteriormente in forno per altri 10 minuti circa al fine di fare dorare e indurire la crosta.

Attenzione: se il caciocavallo usato è sufficiente a dare sapidità alle zucchine non sarà necessario salarle.

Mulinciana a Parmigiana

ovvero

Parmigiana di melanzane

Piatto usatissimo a Ragusa soprattutto in estate.

Ingredienti:

2 kg di melanzane fresche, 300 grammi di caciocavallo semi stagionato, circa 50 grammi di caciocavallo stagionato grattugiato, circa 100 grammi di pane grattato, passata di pomodoro rustica condita.

Eliminate le due estremità dalle melanzane, quindi togliete la buccia. Affettare le melanzane in senso longitudinale, realizzando fette di circa 1 cm di spessore. Pungete le fette con una forchetta, cospargetele con un pizzico di sale ciascuna, sistematele in uno scolapasta e lasciatele spurgare per almeno 2 ore. Asciugate le fette con un panno o con carta e friggetele a fuoco medio con poco olio (l'olio va aggiunto in padella man mano che viene assorbito dalla melanzana). Se usate olio d'oliva il gusto risulterà decisamente più forte.

Sistematte le melanzane sul fondo di una teglia antiaderente , in modo da formare uno strato compatto.

Coprire lo strato di melanzane prima con la passata di pomodoro già condita e salata, poi con la metà del pane grattato e infine con uno strato di fettine di caciocavallo semi stagionato.

Coprire con un ulteriore strato di melanzane.

Infine coprire il tutto con un velo di passata di pomodoro. Spolverate sopra il pan grattato e infine il caciocavallo stagionato grattugiato, in modo da realizzare una volta cotta, una crosta.

Cuocere in forno a 200 gradi per circa ½ ora.

Attenzione: si sconsiglia di aggiungere olio in quanto la melanzana fritta è già abbondantemente unta.