

Cinzia Gregorutti - Luísa Vassallo

ATAVOLA con gli HOBBIT

Ricette e menu
della Terra di Mezzo

Prefazione di Paolo Gulisano

ANCORA

Cinzia Gregorutti, nata a Imperia nel 1985, è studentessa presso il Liceo scientifico «Vieusseux» di Imperia. Appassionata lettrice di J.R.R. Tolkien e pasticceria casalinga, studia canto moderno e ha partecipato a diversi concorsi canori.

Luisa Vassallo, nata nel 1965 a Imperia, dove vive e lavora, si è diplomata in scienze religiose con una tesi sulla religiosità del teatro. Autrice di novelle e poesie, ha curato per Ancora, con G.B. Gandolfo, alcune antologie dedicate alla poesia religiosa del Novecento italiano. Appassionata dell'opera tolkieniana fin dalla prima adolescenza e buona casalinga quando gli impegni glielo consentono, ha saputo coniugare queste eterogenee passioni nel presente testo.

Cinzia Gregorutti - Luisa Vassallo

A TAVOLA CON GLI HOBBIT

*Ricette e menu
della Terra di Mezzo*

ANCORA

Prefazione

«Una festa a lungo attesa»

John Ronald Reuel Tolkien non cessa di stupirci. A cinquant'anni dall'uscita del suo capolavoro, *Il Signore degli Anelli*, egli continua a incantare e affascinare milioni di lettori.

Tolkien, attraverso i suoi *Hobbit*, ha saputo parlare al cuore stesso dei lettori, per invitarli a non cedere alla tentazione dello scoraggiamento, del cinismo, della bruttezza e del male.

Un'opera straordinaria, *Il Signore degli Anelli*, ricca di temi, di simboli, di personaggi, con una trama complessa e appassionante, l'epopea di un gruppo di eroi chiamati all'impresa di fermare il male. Eppure, la grande epica del *Signore degli Anelli* si apre con un capitolo intitolato «Una festa a lungo attesa»: tutto comincia nel pacifico mondo della Contea, con una festa di compleanno, allietata da abbondanti libagioni. Un esordio che, forse non a caso, ricorda quello del primo romanzo di Tolkien, *Lo Hobbit*, quando Bilbo Baggins riceve la visita dei Nani della Montagna venuti a chiedergli aiuto per recuperare il loro tesoro sottratto dal drago Smog. Prima ancora di illustrare il loro progetto i Nani mettono alla prova Bilbo e la sua ospitalità dando fondo alla sua dispensa: in pochi minuti torte e pan di spagna, tè e caffè, birra chiara e scura, brioche imburrate e marmellate, formaggio e polpettone e tutto quello che c'è in casa Baggins finiscono tra le fauci dei nani, e una nuova amicizia prende vita... Così iniziava la bella fiaba dello *Hobbit*, e la sua maestosa ed epica continuazione, *Il Signore degli Anelli*, ricomincia da una grande tavolata.

Il cibo, per Tolkien, evidentemente è un elemento della storia tutt'altro che marginale, tanto che c'è un aspetto della trama che non può non risaltare: l'impresa che si deve realizzare è il compito non di

un solo eroe, ma di una compagnia, la Compagnia dell'Anello, una parola questa che significa, letteralmente, «coloro che condividono il pane».

Il mangiare insieme, la convivialità, l'ospitalità che si manifesta in primo luogo nell'offrire da mangiare e da bere all'ospite che bussa alla porta, sono prerogative umane antichissime, segni di civiltà e di socialità: chi condivide il pane condivide un bisogno importante, quello di sfamarsi, ma mette anche in comune con gli altri sé stesso, il proprio tempo, i propri pensieri, spesso i propri sentimenti.

Nel *Signore degli Anelli* la malvagia barbarie degli Orchi si manifesta anche nel fatto che essi non consumano pranzi: sbranano e divorano avidamente e velocemente, spesso in piedi, senza gusto e senza stile, solo per soddisfare impellenti necessità. Invece gli Hobbit, gli Elfi, e grazie al cielo anche gli Uomini, pranzano e cenano insieme, su tavole imbandite, chiaccherando tra di loro, narrando storie, ridendo o discutendo. È a tavola che spesso, nel *Signore degli Anelli* come nella vita quotidiana, nascono accordi, amicizie, compagnie, o realtà anche più straordinarie: è nel corso di una cena, che vede riuniti intorno a una tavola imbandita i propri amici, che Gesù lascia in dono alla Chiesa il suo fondamento, l'Eucaristia, ovvero sé stesso sotto forma di pane e vino, e la prima manifestazione della sua divinità era avvenuta – non a caso – a Cana, nel corso di un pranzo di nozze, dove il primo dei miracoli era consistito nel trasformare acqua in ottimo vino.

Condividere il cibo significa dunque manifestare il proprio amore: da quello più grande, che è sacrificio totale di sé, a quello più semplice e quotidiano, fatto di cura, di preoccupazione, di attenzione nella scelta degli ingredienti, delle ricette, di tutto ciò che può dare gioia a chi si ama.

Il Signore degli Anelli è una grande epica della compagnia, dove nascono amicizie impensabili come quella fra Gimli e Legolas, o si realizzano vincoli più tenaci di ogni paura come quello tra Frodo e Sam, e dove il cibo e i pranzi non sono un elemento trascurabile, poiché si tratta di un'amicizia concreta, solida, e quindi conviviale. I nostri eroi dividono fatiche, rischi, sofferenze, ma anche speranze, gioie, e quei momenti di riposo insieme, davanti al fuoco, allietati dalle poe-

sie elfiche e dagli aromi provenienti da fumanti scodelle. Nell'epica tolkieniana, solenne, drammatica, eppure così umana, semplice, realistica, i protagonisti mangiano e bevono insieme, in una straordinaria apologia della concretezza. Sia che si tratti di consumare frugali frettolosi pasti, con il nemico alle calcagna, sia che si indulgi nelle feste della Contea o che si assapori la delicata cucina elfica, il cibo è in questa storia una presenza significativa. Lo è anche quando ci suggerisce, nel caso del *lembas* – il pane di via, il viatico degli Elfi dato agli Hobbit per sostenerli nelle fatiche – dei richiami suggestivi...

L'impresa consiste dunque nel condividere fatiche e gioie, pericoli e vittorie, fame e cibo. Non c'è vera amicizia, non c'è vera gioia, se non quella che nasce dallo stare insieme. «Molti vorrebbero sapere in anticipo che cosa verrà servito in tavola – dice Gandalf – ma coloro che hanno faticato per preparare il banchetto desiderano serbare il loro segreto: perché la sorpresa rende le parole di elogio più altisonanti».

I lettori nelle pagine che seguono potranno finalmente scoprire questi segreti che danno gusto e gioia alle tavole della Terra di Mezzo, con succulenti cibi e buone bevande, così che la festa sia grande e la Compagnia resti salda.

PAOLO GULISANO

Nota delle autrici

Le numerose informazioni che J.R.R. Tolkien ci ha fornito circa le abitudini alimentari nella Terra di Mezzo, e in particolare presso il popolo degli Hobbit, ci hanno indotto a compiere una ricerca approfondita tra le pagine de *Il Signore degli Anelli*, *Lo Hobbit* e *Il Silmarillion*.

Spesso l'autore si è soffermato su alcuni particolari in modo così puntuale, preciso e realistico (gusto, consistenza, ingredienti usati, tempi di cottura, ecc.) che non è stato difficile trovare ricette che sicuramente sono in uso presso la Contea.

Altre volte, invece, la narrazione è così ricca di avvenimenti e di ritmo che l'aspetto culinario risulta marginale anche se non completamente dimenticato.

Accade, per esempio, che nel brano in cui Pipino si trova a gironzolare nella cittadella di Minas Tirith in attesa della battaglia, in un clima di sottile tensione, Tolkien non dimentica di informarci che, insieme a Beregond, si reca nelle dispense della compagnia delle Guardie dove riceve pane, burro, formaggio e mele. Oppure quando racconta che Frodo e Sam, in viaggio verso Mordor, stanchi, provati e consapevoli che l'epilogo è ormai prossimo, banchettano con Faramir consumando vino giallo pallido, fresco e fragrante, pane e burro e carni salate, frutta secca e del buon formaggio rosso. E come non raccontare nel capitolo de *Lo Hobbit* intitolato «Dalla padella nella brace» che Bilbo, affamato, guardando qua e là in cerca di qualcosa da mangiare (ma le more erano ancora in fiore e non c'erano nocciole) mangiucchia un po' di acetosella e tre fragole selvatiche, che non erano un granché?

Episodio dopo episodio l'elenco di queste informazioni diventa un vero e proprio carnet d'ingredienti, cibi e bevande tipiche delle

A tutte le ore nella Contea



Prima colazione

Pane (p. 99), formaggio, mele (da p. 87), birra profumata (p. 37)
Pane (p. 99), miele (p. 99 e 102), crema gialla (p. 61)

Merenda a metà mattina

Brioche dei Nani (p. 45)
Torta di mele (p. 149)
Spiedini di frutta (p. 142), pane (p. 99)

Pranzo

Pan focaccia abbrustolito (p. 100), burro e miele
Birra (p. 37)
Stufato di coniglio alle erbe aromatiche (p. 58)
Pesci e patate alla Sam Gamgee (p. 113)
Spiedini (da p. 79)
Funghi (da p. 69)
Erba pipa (p. 19)

Ora del Tè

Tè alla frutta o Tè all'idromele (p. 145)
Biscotti (da p. 41)
Brioche dei Nani (p. 45)

Cena

Pizza (da p. 117)

Polpettone (da p. 127)

Pollo freddo e sottaceti (p. 123)

Funghi e pancetta della signora Maggot (p. 69)

Birra (p. 37)

Vino (p. 153)

Pane (p. 99)

Minestra (da p. 91)

Crostata di more del Puledro Impennato (p. 65)

Pan di spagna (p. 95)

Per terminare

Un boccale di idromele (da p. 75)... o un buon caffè (da p. 53)

Spuntino di mezzanotte

Pasticcini al miele (p. 109)

Marmellata di lamponi alla Bifur (p. 83)

Crostata di more del Puledro Impennato (p. 65)

Un bicchiere di vino (p. 153)

Per lunghi viaggi

Lembas (da p. 79)

Abbacchio

Uno scassinatore veramente spettacoloso e di prim'ordine, a questo punto, avrebbe svuotato le tasche agli Uomini Neri (ne vale quasi sempre la pena se ci si riesce), portato via l'abbacchio dallo spiedo, fatto sparire la birra e infine se ne sarebbe andato senza che nessuno si accorgesse di lui.

Lo Hobbit, p. 49

Abbacchio arrosto

Lavate l'agnello e fatelo macerare per 2 ore in un recipiente con del limone, un bicchiere di vino bianco e ricopritelo con dell'acqua. Trascorso questo tempo asciugatelo e mettetelo in una teglia (non unta) nel forno caldo a 200° e fatelo rosolare su ogni lato.

Aggiungete il vino restante, l'aglio, il rosmarino, la salvia, il timo (essenziale!) e un cucchiaio di olio. Sbucciate le patate, tagliatele a spicchi grossi e aggiungetele all'abbacchio facendole rosolare insieme alla carne. Salate e pepate.

Ultimate la cottura mantenendo la temperatura a 200° ancora per 1 ora circa, quindi servite subito l'abbacchio intero con le patate di contorno.

per 6 persone

1 kg di agnello
1 rametto di rosmarino
1 mazzetto di timo
alcune foglie di salvia
1 spicchio d'aglio
5 patate medie
3 cucchiaini d'olio d'oliva
1 limone
2 bicchieri di vino bianco
(possibilmente secco)
acqua
sale
pepe

Abbacchio stufato

Disossate la carne, togliete il grasso in eccesso e tagliatela a pezzetti. Lavatela sotto l'acqua corrente e fatela macerare per circa 1 ora, in un contenitore coperto, con il succo dei limoni e l'aglio sbucciato e tagliato a pezzetti.

Pelate e tagliate le patate, le carote, le cipolle e il cavolo. Disponete quindi uno strato di patate sul fondo di una pentola capiente, aggiungete le altre verdure, gli aromi tritati e la carne. Salate, pepate e continuate a disporre gli ingredienti a strati fino ad esaurimento.

Versate quindi il brodo coprendo a filo gli ingredienti disposti. Accendete il fuoco e fate bollire la carne e le verdure a fuoco lento per circa 1 ora e mezza controllando di tanto in tanto che gli ingredienti adagiati sul fondo della pentola non si attacchino.

per 6 persone

1 kg di coscia e costolette
di agnello
4 cipolle
1 kg di patate
250 ml di brodo
1 mazzettino di timo
1 mazzetto di prezzemolo
1 pizzico di erba cipollina
4 carote
1 spicchio d'aglio
400 g di cavolo
succo di 3 limoni
3 spicchi d'aglio
brodo
sale
pepe

Bevanda degli Ent

Sembrava acqua, anzi acqua dal sapore molto simile a quello dei flutti dell'Entalluvio, che avevano ristorato la loro sete vicino ai margini del bosco; eppure in questa vi era qualche ineffabile fragranza o sapore, che ricordava loro il profumo di una foresta lontana trasportato da lungi sulle ali di una fresca brezza notturna. L'effetto dell'elisir incominciò a manifestarsi nelle punte dei piedi, quindi invase man mano ogni parte del corpo, portando seco nell'ascesa freschezza e vigore sino alla cima dei capelli.



Elisir degli Ent

Mettete le erbe pulite e private del gambo in una teiera.

Fate bollire l'acqua, quindi versatela nella teiera. Lasciate il tutto in infusione per circa 10/15 minuti.

Filtrate e dolcificate con un po' di miele d'acacia. Si può servire calda, ma è ottima anche fredda con l'aggiunta di 1 o 2 gocce di essenza di menta per ogni bicchiere.

per 4 persone

1 l di acqua
10 foglie di malva
alcune fogliette di timo
40 foglie di salvia
2 fiori di lavanda
1 bel mazzetto di menta
miele d'acacia
alcune gocce di essenza
di menta (facoltativo)

Birra

Qualcuno chiese della birra chiara, qualcuno della birra scura, uno il caffè e tutti delle torte; così tennero lo Hobbit molto occupato per un po' di tempo.

Lo Hobbit, p. 22

Birra profumata

Mescolate la birra ben fredda con l'idromele e lo zucchero. Servite in un boccale precedentemente raffreddato aggiungendo al tutto un pizzico di noce moscata.

1 boccale di birra chiara fredda
1 cucchiaino di idromele dell'Occidente (vedi p. 76)
1/2 cucchiaino di zucchero
1 pizzico di noce moscata

Sorbetto alla birra

Portate a ebollizione lo zucchero con l'acqua quindi togliete dal fuoco e fate raffreddare. Montate a neve ben ferma gli albumi con lo zucchero a velo vanigliato e aggiungeteli delicatamente allo sciroppo di acqua e zucchero insieme alla birra. Aggiungete quindi gli acini di uva, rimescolate il tutto e mettete il composto ottenuto nel freezer per circa un'ora.

Al termine di questo tempo rimescolate nuovamente il sorbetto con cura e rimettetelo nel freezer fino a quando sarà indurito.

Servite in coppette fredde.

per 6 persone

800 ml d'acqua
400 g di zucchero
800 ml di birra rossa
4 albumi d'uovo
25 g di zucchero a velo vanigliato
50 acini di uva fresca o appassita

Biscotti e Gallette

Questo fu quanto Beorn promise di fare: per il loro viaggio verso la foresta avrebbe dato un pony a ciascuno, e un cavallo per Gandalf, e li avrebbe caricati tutti di cibo sufficiente per molte settimane, se amministrato con cura, e imballato così da poter essere trasportato il più facilmente possibile – noci, farina, vasi di frutta secca, pentole rosse di coccio piene di miele, e gallette che sarebbero durate a lungo, piccole quantità delle quali sarebbero bastate a sostenerli per lunghi tratti di strada. La ricetta di questa gallette era uno dei suoi segreti; ma c'era dentro del miele – come la maggior parte del suo cibo – ed erano buone da mangiare, anche se facevano venire sete.

Biscotti alle gocce di miele

Intiepidite a bagnomaria il miele e unitevi i tuorli sbattuti, la farina e gli albumi montati a neve ben soda. Ungete la piastra del forno e distribuitevi il composto a cucchiariate. Cuocete in forno preriscaldato a 180° per circa 25 minuti. Quando i biscotti sono ancora caldi spennellate-
li con poco miele. Servite freddi.

per 4 persone

250 g di farina
6 uova intere
20 g di burro
(per ungere la teglia)
200 g di miele

Galette al burro

Versate la farina sulla spianatoia e disponete al centro il burro ammorbidito, lo zucchero, lo zucchero vanigliato, l'uovo intero e impastate sino ad ottenere un composto sodo e liscio. Fate riposare in un luogo fresco per circa 1 ora. Stendete quindi l'impasto ottenendo una sfoglia di circa 1/2 cm. Ritagliate i biscotti con apposite formine e metteteli sulla teglia imburrate. Infornate per circa 15 minuti a 180° nel forno precedentemente riscaldato. Sfornateli, lasciateli raffreddare e spolverateli con zucchero a velo.

per 4 persone

250 g di farina
1/2 bustina di lievito
1/2 bustina di zucchero vanigliato
125 g di zucchero
125 g di burro
1 uovo intero

Biscotti caserecci

Versate la farina e lo zucchero sulla spianatoia e disponete al centro la vanillina, le uova intere e il burro precedentemente sciolto a bagnomaria. Impastate energicamente e stendete la pasta fino ad ottenere una sfoglia di circa 1 cm. Ritagliate i biscotti con apposite formine, disponeteli sulla placca ricoperta con la carta da forno o leggermente imburrate, infornate e cuocete per circa 15 minuti a 180° nel forno precedentemente riscaldato fino a che prendano colore.

per 6 persone

400 g di farina
125 g di burro
175 g di zucchero
1/2 bustina di vanillina
2 uova intere

Biscotti per il tè

per 4 persone

250 g di farina
1 bustina di lievito
1 grossa noce di burro a
temperatura ambiente
50 g di zucchero
1 uovo intero
200 ml di latte
la scorza grattugiata
di 1/2 limone
1 pizzico di sale

In una terrina mescolate la farina, il lievito, la scorza grattugiata del limone e il pizzico di sale. Incorporate il burro e lavorate il composto sino ad ottenere una pasta friabile e morbida.

Aggiungete lo zucchero e l'uovo intero e lavorate ancora aiutandovi con una forchetta. Aggiungete il latte poco a poco sino ad ottenere una pasta ben soda.

Fate scaldare il forno regolato a 230°.

Stendete la pasta ottenendo una sfoglia di circa 2 cm di spessore e ritagliate dei cerchi con uno stampino o con un bicchiere cui avrete precedentemente unto e infarinato il bordo.

Disponete i dischi ottenuti su una teglia unta e infarinata e spennellate con poco latte tiepido. Infornate e lasciate cuocere per 10 minuti sino a che i biscotti non siano ben gonfi e dorati.

Toglieteli dalla teglia e adagiateli su una griglia. Ricopriteli con un tovagliolo in modo che i biscotti conservino la loro morbidezza raffreddandosi e servite freddi insieme al tè.

A piacere si può aggiungere nell'impasto dell'uvetta o delle scaglette di cioccolato.

Brioche

Una grossa caffettiera era stata appena posata a terra, i pan di Spagna erano spariti, e i Nani cominciavano un giro di brioche imburrate, quando si sentì bussare forte.

Lo Hobbit, p. 22

Brioche dei Nani

Fate sciogliere il lievito nel latte tiepido insieme a 1 cucchiaino di zucchero, aggiungete la farina, impastate e fate un panetto che lascerete lievitare per circa 1 ora in un luogo tiepido.

Quindi preparate un secondo impasto con la restante farina, il sale, lo zucchero, la scorza grattugiata del limone, le uova intere e il burro ammorbidito.

Una volta ottenuto un impasto morbido e omogeneo, unite il panetto già lievitato formando così un nuovo impasto che metterete a riposo per circa 3 ore in un luogo tiepido.

Passato questo tempo, rimaneggiatelo e infarinatelo leggermente, quindi lasciatelo riposare per tutta la notte, coperto, sempre in una stanza tiepida.

Il mattino successivo stendete la pasta formando una sfoglia rettangolare di 2/3 mm di spessore, quindi tagliatela ricavando dei triangoli isosceli.

Avvolgete i triangoli su se stessi partendo dalla base. Sistemate i cornetti ottenuti sulla piastra da forno unta e infarinata ed eventualmente pennellateli con poca acqua e zucchero. Lasciateli riposare per circa 15 minuti.

Accendete il forno a 180° e, quando sarà ben caldo cuocete le brioche per circa 15 minuti sino alla loro doratura.

per 10 persone

Per il primo panetto
75 g di farina di grano tenero
25 g di lievito di birra fresco
30 ml di latte tiepido

Per l'impasto principale
250 g di farina di grano duro
1 pizzico di sale
50 g di zucchero
1 scorza di limone grattugiata
3 uova intere
150 g di burro

Le brioche sono ottime farcite sia con marmellata che con crema. Noi consigliamo la crema alle mele riportata in questo ricettario a p. 62.

Brodo

«Qualche foglia di timo, di lauro e di salvia basteranno, prima che l'acqua si metta a bollire», disse Sam.

«No!», rispose Gollum. «Sméagol non è contento. E Sméagol non ama foglie puzzolenti. E non mangia erbe né radici, no tesoro, non prima di morir di fame o di malattia, povero Sméagol.»

«Sméagol finirà in un po' d'acqua bella calda, quando quest'acqua si metterà a bollire, se non fa quel che gli si dice», ruggì Sam.

Il Signore degli Anelli, p. 791

Brodo di verdure

Mettete le verdure pulite e tagliate a pezzi in una pentola con 3 litri di acqua fredda. Unite il pomodoro intero e lo spicchio d'aglio. Portate a ebollizione e aggiungete gli altri ingredienti. Fate cuocere per 1 ora a fuoco lento. Salate e filtrate.

per 8 persone

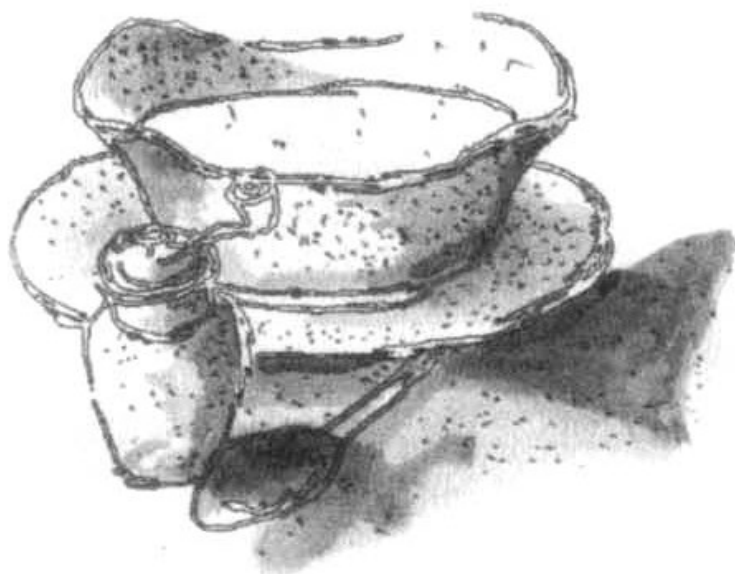
2 carote
1 gambo di sedano
1/2 cipolla
1/2 porro
1 pomodoro
1 spicchio d'aglio
1 rametto di timo
1 foglia di alloro
alcune foglie di basilico
1 rametto di prezzemolo
4 foglie di salvia
2 zucchine
sale

Brodo di pesce

Mettete in una pentola circa 3 litri di acqua, il pesce precedentemente ben spurgato sotto l'acqua corrente e gli altri ingredienti tagliati a pezzetti. Salate e lessate per circa 1 ora a fuoco moderato, schiumando di tanto in tanto.

per 8 persone

1 lisca di sogliola intera
ritagli di pesce vario
1/2 porro
1 carota
1 rametto di timo
1 foglia di alloro
1 spicchio d'aglio
sale



Brodo di carne

per 8 persone

1 pezzo di scamone
1 pezzo di biancostato
1 gambo di sedano
1 carota
1 grossa cipolla
1 spicchio d'aglio
sale

Versate le verdure lavate e tagliate a pezzi in una pentola contenente 3 litri di acqua fredda e portate a bollore. Aggiungete la carne e fate sobbollire per 1 ora e mezza circa o finché non sia tenera tenera. Salate. Filtrate il brodo, scrematelo e rimettetelo sul fuoco per altri 15 minuti.

Caffè

La mattina seguente Bilbo si alzò col primo sole negli occhi. Saltò su per vedere che ora fosse e per andare a metter sul fuoco il latte e il caffè – e scoprì di non essere affatto a casa sua. Così si mise a sedere col desiderio irrealizzabile di lavarsi e spazzolarsi ben bene. Non poté fare né l'una cosa né l'altra, e nemmeno avere caffelatte, panini e marmellata a colazione, solo pecora e coniglio freddo.

Lo Hobbit, p. 131

Caffè alla Omorzo

Mettete lo zucchero in una tazzina e fatelo sciogliere con una piccola parte del caffè caldo.

Aggiungete l'idromele ed il rimanente caffè bollente.

Sovrapponete un abbondante cucchiaino di panna liquida o, se preferite, un cucchiaino di panna montata su ogni tazzina, cercando di evitare che gli ingredienti si mescolino fra loro, e servite.

per 4 persone

4 tazzine di caffè
8 cucchiaini di zucchero
4 bicchierini di idromele
(vedi pag. 76)
4 cucchiaini di panna

Caffè freddo

Aggiungete al caffè ancora caldo lo zucchero e il cacao mescolando bene. Lasciate raffreddare.

Montate la panna con la vaniglia e aromatizzate-la con il mezzo bicchiere di maraschino.

Versate il caffè in bicchierini di vetro che avrete precedentemente raffreddato nel freezer o in un cestello con del ghiaccio.

Aggiungete la panna montata e decorate con scaglie di cioccolato fondente.

per 4 persone

4 tazzine di caffè ristretto
1/2 cucchiaino di cacao
amaro in polvere
2 cucchiaini di zucchero
1 pizzico di vaniglia
1 bicchiere di panna
fresca da montare
1/2 bicchierino
di maraschino
20 g di scaglie
di cioccolato fondente

Caffè Olorin

Aggiungete, al posto dello zucchero, mezzo bicchierino di zabaione per ogni tazzina nel caffè ancora caldo e servite. Aggiungete, se vi fa piacere, un pizzico di cannella.

per 4 persone

4 tazzine di caffè
2 bicchierini di zabaione
1 pizzico di cannella
(per tazzina)

Caramelle al caffè

per 6 persone

300 g zucchero
200 ml di caffè
concentrato
200 ml di latte
1 cucchiaio di miele
poco burro
2 cucchiaini di farina

Prendete una casseruola, mettetevi dentro tutti gli ingredienti e mescolate energicamente fino ad ottenere un composto perfettamente omogeneo. Ponete la pentola sul fuoco e mescolate ancora fino al primo bollore. Abbassate la fiamma e lasciate bollire per mezz'ora girando di tanto in tanto. Quando il composto si sarà addensato versatelo su un piano di marmo unto con poco burro.

Lasciatelo intiepidire e appena si sarà un poco indurito, tagliate dei quadretti con un coltello la cui lama avrete unto nel burro. Lasciate raffreddare completamente, sfregate la caramelle con un pezzo di tela per togliere l'unto in eccesso e avvolgetele in foglietti di carta velina.

Coniglio

«Fuoco, fuoco! È pericoloso, sì che lo è. Brucia, uccide. E porterà i nemici, sì, li porterà.»
« Non credo », ribattè Sam. « Non vedo perché dovrebbe, se tu non ci metti sopra della roba bagnata soffocandolo. Ma se così sarà, che sia pure così. Io in ogni caso intendo rischiare. Voglio cucinarmi uno stufato di coniglio. »

Il Signore degli Anelli, p. 791

Stufato di coniglio alla Samvise Gamgee

Passate i tranci di coniglio nella farina e metteteli a rosolare in una casseruola con l'olio. Quando saranno ben dorati, scolateli e metteteli da parte.

Tritate finemente insieme il prosciutto, la cipolla, la carota, il sedano, l'aglio, il prezzemolo e i funghi ammollati. Fateli rosolare nel fondo di cottura del coniglio.

Tagliate i funghi porcini e uniteli al soffritto insieme al pomodoro. Lasciate sobbollire per 5 minuti quindi aggiungete il coniglio, il succo del limone, il dado, il sale e il pepe. Spruzzate il tutto con il vino bianco.

Fate cuocere in una pentola coperta per circa 30-45 minuti a fuoco moderato, mescolando spesso.

per 6 persone

1 coniglio a tranci
250 g di porcini
10 g di funghi secchi
ammollati
50 g di prosciutto crudo
1 mazzetto di prezzemolo
1 cipolla media
1 carota
1 gambetto di sedano
1 spicchio d'aglio
300 g di pomodoro
maturo a pezzetti
1 dado da brodo
4 cucchiaini di olio d'oliva
1/2 limone
2 cucchiaini di farina
bianca
1 bicchiere di vino
bianco secco
sale
pepe



Stufato di coniglio alle erbe aromatiche

per 6 persone

1 coniglio
timo, alloro, origano,
dragoncello,
prezzemolo
vino bianco
sale
pepe
olio

Prendete una capiente casseruola. Scaldate poco olio e sistematevi il coniglio. Rosolatelo per bene, quindi aggiungere il vino bianco e le erbe mescolate assieme. Coprite e cuocete 50 minuti rimestando spesso.

Stufato di coniglio burro e salvia

per 6 persone

1 coniglio da 1 kg
50 g burro
2 rametti di salvia
sale

Lavate il coniglio e tagliatelo a pezzi. Mettetelo in una teglia larga e bassa, insieme al burro e alla salvia. Fate rosolare a fuoco vivace, salate e coprite. Proseguite la cottura a fuoco lento per circa 45 minuti rimestando spesso.

Crema

«Ecco la mia bella dama!», disse Tom Bombadil, inchinandosi davanti a lei. «Ecco la mia Baccador tutta vestita di verde e d'argento e cinta di fiori! È apparecchiata la tavola? Vedo crema gialla e miele, e pane bianco e burro; vedo riuniti assieme latte, formaggio, verdi erbe e bacche mature. Sarà sufficiente per noi? È pronto il nostro pranzo?»

Il Signore degli Anelli, p. 172

Crema gialla

In una casseruola sbattete i tuorli d'uovo fino ad ottenere una spuma soffice. Unite il latte, lo zucchero, la farina, il sale e la scorza grattugiata del limone.

Accendete il fuoco a fiamma moderata per circa 10 minuti cercando di non portare a bollitura il composto.

Togliete dal fuoco quando la crema si sarà addensata e fate raffreddare.

A piacere si possono aggiungere due cubetti di cioccolato bianco durante la cottura.

*per guarnire 2 strati
di 1 torta*

6 tuorli d'uovo
400 ml di latte
150 g di zucchero
120 g di farina
1 pizzico di sale
1 scorza grattugiata
di limone
2 cubetti di cioccolato
bianco a piacere

Crema pasticceria

Scaldate metà dose di latte in un pentolino e unitevi la scorza di limone oppure la stecca di vaniglia. A parte, in una terrina, sbattete lo zucchero, i tuorli, l'uovo intero e mescolate bene fino a ottenere una spuma di colore chiaro. Unite la farina, il pizzico di sale e mescolate ancora incorporando il latte restante.

Togliete dal latte la stecca (o le scorzette del limone) e unite il composto preparato.

Mescolate subito e con energia per evitare che il latte bollente cuocia i tuorli e formi dei grumi.

Quando avete ottenuto un composto omogeneo, ponete il pentolino su fuoco bassissimo e continuate a mescolare finché la crema si addensa. A fuoco spento aggiungete il burro. Lasciate raffreddare mescolando di tanto in tanto e aggiungendo, se necessario, ancora 1 cucchiaio di latte freddo.

*per guarnire 2 strati
di 1 torta*

2 tuorli d'uovo
1 uovo intero
125 g di zucchero
50 g di farina
500 ml di latte
1/2 stecca di vaniglia o
qualche pezzetto
di scorza di limone
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di burro

Crema alle mele

- 500 g di crema pasticcera soda e fredda
- 250 g di polpa di mele cotte
- 1 cucchiaio di idromele (facoltativo, vedi p. 75)
- 1 pizzico di cannella in polvere (facoltativo)

Questa crema è ottima dentro le brioche tiepide appena sfornate (p. 45).

Sbucciate le mele, tagliatele a pezzetti e mettetele a cuocere in un pentolino con poca acqua. Quando saranno diventate morbide toglietele dall'acqua di cottura e frullatele o schiacciatele con una forchetta.

Incorporate alla crema pasticcera fredda la polpa di mele così ottenuta, anch'essa fredda, mescolando accuratamente gli ingredienti con delicatezza.

Volendo si può aromatizzare la crema con un cucchiaio di idromele e con un pizzico di cannella in polvere.

Crostata di more

Quando il signor Cactaceo e Nob tornarono con le pietanze, essi si erano già lavati e traccannavano grossi bicchieri di birra. La tavola fu apparecchiata in un batter d'occhio. C'erano minestra calda, carne fredda, una crostata di more, pagnotte di pane fresco, panetti di burro e una mezza forma di formaggio invecchiato; l'insieme poteva competere con i migliori pasti della Contea e il buon cibo semplice e sano dissipò gli ultimi dubbi di Sam (già notevolmente diminuiti dalla bontà della birra).

Il Signore degli Anelli, p. 207

Crostata di more del Puledro Impennato

Disponete la farina a fontana ed al centro mettete il burro a pezzetti, un uovo intero e un tuorlo, lo zucchero e la buccia grattugiata del limone, e impastate. Formate una palla e, dopo averla avvolta in un canovaccio, mettetela in frigo per mezz'ora. Lavate le more, asciugatele e mettetele a cuocere in un pentolino fino a che non diventano morbide con 50 g di zucchero e qualche fogliolina di menta possibilmente appena colta.

Stendete la pasta frolla e foderate con essa una tortiera ben imburrata e leggermente infarinata. Cospargetene il fondo con le nocciole tritate molto finemente e riempitela con le more cotte. A parte, sbattete l'uovo con lo zucchero restante e, dopo avervi unito la panna liquida, versate il composto ottenuto sulla crostata. Infornate a 180° per 40 minuti circa.

Togliete la crostata dalla tortiera e adagiatela su di un piatto di portata, decorato con foglioline di menta e servite fredda.

per 8 persone

Per la pasta

300 g di farina
200 g di burro
150 g di zucchero
1 uovo intero
1 tuorlo d'uovo
la buccia grattugiata
di 1 limone

Per la copertura

500 g di more
100 g di zucchero
80 g di nocciole
1 uovo
3 cucchiaini di panna
alcune foglie di menta

Funghi

Improvvisamente trasse un enorme cesto da sotto il sedile: «Stavo quasi per dimenticarmene», disse. «La signora Maggot ha preparato questo per il signor Baggins, con tanti auguri.» Lo pose giù, e si avviò seguito da un coro di ringraziamenti e di buona notte. Guardarono scomparire nella notte nebbiosa i pallidi cerchi di luce intorno ai fanali. D'un tratto Frodo rise: dal cesto chiuso che aveva in mano veniva un buon odore di funghi.

Il Signore degli Anelli, p. 139

Funghi e pancetta della signora Maggot

Pulite i funghi e separate le cappelle dai gambi. Tritate i gambi insieme alla pancetta e soffriggeteli a fuoco basso in un tegame con poco olio. A fine cottura bagnateli col vino e lasciate sfumare. Aggiungete lo spicchio d'aglio e la maggiorana tritata, fate insaporire bene il tutto, quindi sistematelo nel tegame le cappelle dei funghi, abbassate la fiamma, salate, pepate e incoperchiate. Lasciate cuocere per 30 minuti agitando di tanto in tanto il tegame. Servite subito.

per 4 persone

800 g di funghi (se possibile porcini piccoli)
150 g di pancetta
1 spicchio d'aglio
1/2 bicchiere di vino bianco secco
maggiorana
2 cucchiaini di olio d'oliva
sale
pepe

Funghi alle erbe di primavera

Pulite bene i funghi, tagliate i gambi e scavate un po' all'interno le cappelle, conservando la polpa. Tritate finemente gambi e polpa. Fateli appassire in una padella con l'aglio e poco olio. Unite il prezzemolo e il basilico tritati, salate e pepate.

Levate la pentola dal fuoco e amalgamate con una cucchiainata di pangrattato. Distribuite il composto all'interno delle cappelle. Ponete in una pirofila unta con poco olio le cappelle. Salate, pepate e spolverizzate con del timo fresco tritato. Passate in forno a 170° per 20 minuti circa.

per 4 persone

8 funghi porcini pangrattato
1 mazzetto di prezzemolo fresco
20 foglie di basilico a foglia larga fresco
1 mazzetto di timo fresco
1 spicchio aglio
olio d'oliva
sale
pepe

Porcini al forno

per 3 persone

6 funghi porcini grandi
8 pomodori maturi
olio d'oliva
2 uova intere
pangrattato
80 g di parmigiano
grattugiato
2 spicchi d'aglio
sale
pepe

Lavate bene i funghi e staccate il gambo dal cappello. Togliete delicatamente con un cucchiaino parte della polpa del cappello fino ad ottenere un incavo che sarà poi riempito con il ripieno. Tritate insieme i gambi e la polpa del cappello, rosolateli in un poco d'olio e aggiungete l'aglio. Cuocete per circa 15 minuti.

Aggiungete i pomodori passati, salate, pepate e lasciate cuocere ancora per una mezz'ora. Nel frattempo sbattete in un terrina le 2 uova intere con il parmigiano e il pangrattato che amalgamerete ai pomodori. Riempite i cappelli dei porcini con l'impasto ottenuto e infornate per circa 40 minuti a 180°.

Porcini fritti

per 4 persone

600 g di funghi porcini
1 uovo intero
poca farina
abbondante olio d'oliva
sale

Tagliate i funghi a pezzi, infarinateli e passateli nell'uovo intero sbattuto. Friggetene pochi per volta in abbondante olio bollente. Ritirateli quando saranno diventati ben dorati cercando di non raccogliere troppo olio, asciugateli su carta assorbente e passate sul piatto da portata. Salate. Servite subito, ben caldi.

Tortini ai funghi

Sbucciate gli scalogni e tritateli finemente. Pulite i funghi e tagliateli a fettine sottili. Fate soffriggere lo scalogno in una casseruola con l'olio, quindi aggiungete i funghi e lasciate cuocere fino a quando il liquido che emettono si sarà consumato. Condite con sale e pepe e fate raffreddare.

Stendete la pasta in una sfoglia spessa 1/2 cm e usatela per rivestire il fondo e i bordi di quattro tegliette imburrate del diametro di circa 10 cm. Mescolate in una terrina le uova intere, il formaggio, la noce moscata, il sale e il pepe. Distribuite i funghi nelle teglie, cospargeteli con l'erba cipollina e versatevi sopra il composto di uova e parmigiano.

Fate cuocere i tortini nel forno per 20 minuti a 200° circa. Servite subito.

per 4 persone

2 scalogni
300 g di funghi
olio d'oliva
sale
pepe
1 pizzico di polvere
di noce moscata
200 g di pasta sfoglia
2 uova intere
50 g di parmigiano
grattugiato
1 mazzetto di erba
cipollina tritata
burro

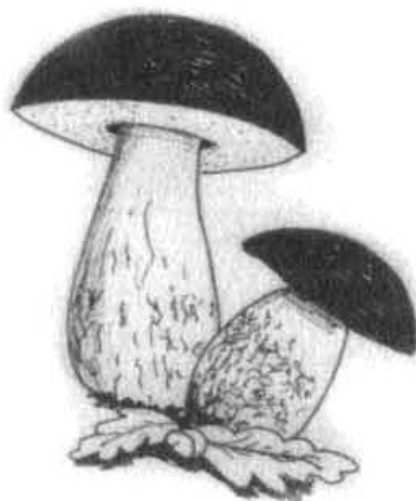
Trotelle ai funghi porcini

Spaccate le trotelle e togliete accuratamente le lisce. Fatele macerare nel vino bianco per 1 ora con il sale, il pepe e il timo.

Cuocete i pesci in una padella con l'olio aggiungendo verso fine cottura il vino bianco rimasto. A parte, cuocete i funghi porcini precedentemente affettati per cinque minuti con prezzemolo, olio e l'aglio tritato. Quando la cottura delle trotelle sarà terminata ricopritele con i funghi e irroratele con dell'olio crudo.

per 6 persone

6 trotelle da 200 g
ciascuna
600 g di funghi porcini
freschi
olio d'oliva
1 bicchiere di vino
bianco secco
1 rametto di timo
aglio
sale
pepe
prezzemolo



Zuppa di patate e funghi

per 4 persone

500 g di patate
olio d'oliva
250 g funghi porcini
sale
pepe
1 bicchiere di vino
bianco
1 cucchiaio di farina
1 spicchio d'aglio
1 ciuffo di prezzemolo,
1 di maggiorana
e 1 di timo
alcune fette di pane
100 g di parmigiano
grattugiato

Sbucciate, affettate e lessate le patate in poca acqua. Contemporaneamente pulite, affettate e soffriggete i funghi porcini nell'olio aggiungendo lo spicchio d'aglio battuto, il prezzemolo, la maggiorana e il timo. Salate e pepate, bagnate con il vino bianco che lascerete sfumare.

Spolverate i funghi con la farina e unitevi le patate lesse e schiacciate nell'acqua di cottura. Fate bollire per 15 minuti a fiamma dolce, mescolando di tanto in tanto. Friggete in una padella le fettine di pane, mettetele in una pirofila, copritele con la zuppa e cospargete il tutto con il parmigiano grattugiato.

Idromele

«Ah! Simili ad oro cadono le foglie al vento, lunghi innumerevoli anni come le ali degli alberi! I lunghi anni sono fuggiti, come rapidi sorsi del dolce idromele, in aerei saloni oltre l'Occidente, sotto le azzurre volte di Varda ove le stelle tremolano al canto della sua voce, una voce sacra di regina. Chi riempirà ormai per me la coppa?»

Il Signore degli Anelli, p. 468

Idromele di Lórien

Fate sciogliere il miele in 2,5 l di acqua, quindi fate sobbollire il composto per 15 minuti circa. Fate raffreddare il tutto portando il liquido a una temperatura di circa 25°.

Intanto che il composto si raffredda, fate sciogliere il lievito in un bicchiere scarso di acqua tiepida lasciandolo coperto per circa 10 minuti. Aggiungete quindi il lievito, il nutriente e l'acido citrico direttamente nella pentola con il miele, aggiungendo ulteriore acqua tiepida per arrivare a 5 litri di liquido totale.

Mescolate quindi il tutto molto energicamente in modo da ossigenare bene i componenti.

Coprite il recipiente e lasciate fermentare l'idromele nella pentola, in una stanza con temperatura costante di circa 20° per circa due settimane.

Trascorso questo tempo, travasate il composto in un bottiglione cercando di non rovesciare in questo anche il lievito che si sarà depositato sul fondo della pentola nel frattempo.

La seconda fermentazione nel bottiglione dovrà quindi proseguire per circa 5 mesi sempre in un ambiente con temperatura media e costante di circa 20°.

È consigliabile travasare l'idromele ogni mese in un altro bottiglione, in modo da eliminare man mano un po' del deposito che si forma sul fondo del recipiente.

Trascorso questo secondo periodo, imbottigliate l'idromele ottenuto e lasciatelo maturare nelle bottiglie, in luogo fresco, per ancora circa 1 anno.

2 kg di miele
1 bustina di lievito
per vini
1/2 cucchiaino
di nutriente per lievito
1/2 cucchiaino di acido
citrico
3 l di acqua minerale



Idromele dell'Occidente

700 g di alcool a 90°
5 g di cannella in canna
3 chiodi di garofano
800 g di miele
2 l di acqua
1 scorza di limone

Lasciate macerare per 10 giorni la cannella, i chiodi di garofano e la buccia di limone nell'alcool, in un vaso di vetro ben chiuso. Trascorso il tempo necessario filtrate.

Mescolate il miele con l'acqua e fate bollire fino a ridurre di metà il volume del composto. Lasciate intiepidire e versate il tutto nell'alcool. Quando il liquido sarà raffreddato, imbottigliate. L'idromele è pronto in un paio di mesi.

Lembas

Gran parte del cibo consisteva in dolci estremamente sottili, di farina infornata, bruni all'esterno, ed all'interno d'un bianco cremoso. Gimli ne prese uno, guardandolo con aria sospettosa. «Galette», disse sottovoce, rompendo un angolino croccante e rosicchiandolo. La sua espressione cambiò tosto, ed egli divorò avidamente il resto del dolce. «Basta, basta!», esclamarono gli Elfi ridendo, «quel che hai mangiato è sufficiente per un lungo giorno di marcia. Noi le chiamiamo lembas o pan di via, e sono più nutrienti di qualsiasi cibo fatto dagli uomini, e senza dubbio di gran lunga più gradevoli delle galette.»

Pan di via della partenza

Mescolate il burro, il miele e la panna fino ad ottenere una crema soffice e vellutata. Dividete l'albume dell'uovo dal tuorlo e sbattete quest'ultimo con il latte. Versate una piccola parte del composto in una ciotolina e tenetelo da parte: verrà pennellato sul pan di via prima della cottura. Unite il latte col tuorlo alla farina e mescolate cercando di evitare che si formino dei grumi. Aggiungete lo zucchero, il burro, la panna e il miele precedentemente mescolati, il lievito e, da ultimo, l'albume dell'uovo montato a neve.

Mescolate fino ad ottenere una pasta morbida. Rovesciate l'impasto su una tavola leggermente infarinata e spianellate con il matterello ottenendo una sfoglia di medio spessore. Tagliate i biscotti a rombi o a quadrotti.

Mettere il tutto su una teglia leggermente imburrata e infarinata o ricoperta con un foglio di carta da forno, ricordando di tenere i lembas ad almeno 1 cm di distanza uno dall'altro.

Pennellate la superficie con il composto di uovo e latte avanzato e cuocete in forno già caldo per 12-13 minuti a 250°. Servite freddi e, se non siete in viaggio e vi fa piacere, accompagnate il pan di via con un po' di crema gialla (vedi p. 61).

per 4 persone

300 g di farina
1 bustina di lievito
per dolci
100 g di zucchero
1 uovo intero
250 ml di latte
100 g di miele
50 g di burro
50 g di panna fresca

Lembas di Lothlórien

per 4 persone

400 g di farina
200 ml di latte freddo
200 g di zucchero
2 albumi montati a neve
2 cucchiaini di miele
d'acacia

Mescolate la farina, lo zucchero e il latte fino ad ottenere una pasta omogenea ed elastica. Stendete la pasta fino ad ottenere una sfoglia sottile che ritaglierete a rombi. Intanto montate a neve ben ferma l'albume dell'uovo e, facendo attenzione a non smontarlo, aggiungete il miele.

Ponete un cucchiaino di questo composto nel centro di ogni rombo e richiudete su se stesso formando dei triangoli di pasta doppia.

Ponete i dolci sulla placca rivestita con carta da forno, nel forno già caldo e cuocete per 8-10 minuti a 200°.

Lembas di Granburrone

per 3 persone

3 uova intere
250 g di miele
la buccia grattugiata
di 1/2 limone
alcune gocce di aroma
di fiori d'arancio
75 g di farina
di mandorle
50 g di burro
100 g di farina di grano
duro
1 pizzico di sale

Fate sciogliere il burro in un pentolino a bagnomaria. Mescolate il miele con le farine, aggiungete la buccia grattugiata del limone, le uova intere, il burro, l'aroma di fiori d'arancio e il sale. Amalgamate tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto morbido e cremoso.

Scaldate il forno a 200°. Fasciate la placca con carta da forno e, servendovi di un cucchiaio, mettetevi i lembas cercando di distanziarli bene gli uni dagli altri.

Infornate. Cuociono rapidamente: sono pronti quando hanno un colore marroncino esternamente e dorano nel centro.

Mettete sul piatto di portata... o nello zaino prima del vostro viaggio.

Marmellata

«Adesso ci siamo tutti!» disse Gandalf, osservando la fila di tredici cappucci (i migliori cappucci staccabili, quelli della festa) e il proprio cappello che pendevano dall'attaccapanni.

«Una bella compagnia davvero. Spero che ci sia ancora qualcosa da mangiare per i ritardatari! Che cosa ci sarà? Del tè? No, grazie tante! Per me un gocciolo di vino rosso, direi.»

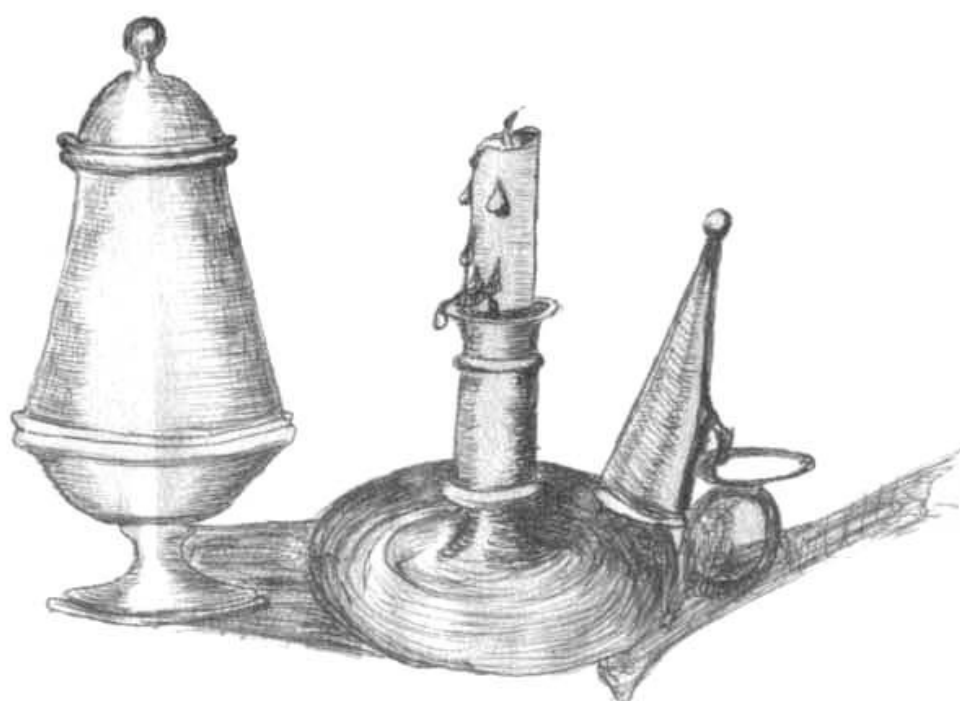
«E marmellata di lamponi e torta di mele!» disse Bifur.

Marmellata di lamponi alla Bifur

Pulite, sciacquate e asciugate con molta delicatezza i lamponi. Passateli al setaccio, fino ad ottenere 1 kg di purea, che metterete nella pentola con lo zucchero. Ponete la pentola sul fuoco molto basso e, sempre girando con il cucchiaino possibilmente di legno, portate a lentissima ebollizione. Schiumate in superficie e continuate molto lentamente la cottura per circa 25 minuti. Versate su un piattino inclinato una goccia di marmellata: se questa scorrerà lentamente, la marmellata sarà pronta.

Versatela quindi in vasi di vetro, ben puliti e asciutti, lasciate raffreddare, ponete un po' di paraffina all'imboccatura e chiudeteli ermeticamente.

1,3 kg di lamponi
1 kg di zucchero
succo di 1/2 limone



Marmellata di mele con frutta secca

per 6 persone

5 mele
1 pezzetto di scorza
di limone
2 cucchiaini di miele
mille fiori
2 cucchiaini di zucchero
di canna
5 chiodi di garofano,
1 pezzetto di cannella
(facoltativo)
1 manciata di noci
e di nocciole sgusciate
panna

Sbucciate le mele, tagliatele a pezzetti e ponetele in una casseruola. Unite la scorza di limone, il miele, lo zucchero e le spezie. Versate 1/2 bicchiere d'acqua e ponete sul fuoco, a fiamma vivace. Quando il composto è ben caldo, coprite con un coperchio e abbassate il fuoco al minimo. Cuocete 10-15 minuti fino a quando le mele saranno morbide e un po' sfatte e il liquido quasi completamente assorbito. Eventualmente levate il coperchio e alzate la fiamma durante gli ultimi minuti di cottura.

Eliminate i chiodi di garofano, la cannella e la scorza di limone e distribuite il composto in coppette individuali. Servite la marmellata tiepida, dopo aver cosperso la superficie con la frutta secca grossolanamente tritata. Servite a parte un bricco di panna freschissima con cui irrorare la composta di mele. Spolverizzate a piacere con cannella in polvere.

Mele

Ricevettero pane, burro, formaggio e mele: le ultime rimaste della provvista invernale, piene di grinze ma sode e dolci; ricevettero altresì un recipiente in cuoio pieno di birra e coppe e piatti in legno.

Il Signore degli Anelli, p. 918

Mele ripiene con biscotti

Lavate le mele, privatele del torsolo con l'apposito attrezzo, senza sbucciarle. Riempite la cavità con i biscotti e le mandorle (o noci) sbriciolate insieme. Infornate e cuocete per circa 15 minuti a forno già caldo.

per 6 persone

6 grosse mele
100 g di biscotti o
amaretti
50 g di mandorle (o noci)

Mele meringate

Sbucciate le mele in tondo senza dividerle in spicchi, togliete il torsolo e nel buco mettete lo zucchero. In una teglia, leggermente imburrata, allineate le mele, ungetele con poco burro fuso e cuocete in forno a 170° per mezz'ora circa. Nel frattempo sciogliete il cioccolato con poco latte. Quando le mele sono cotte versate sopra ognuna un po' di cioccolato. Ricoprite con gli albumi montati a neve ferma e cospargete con le mandorle tritate. Ponete ancora in forno caldo e lasciate meringare e dorare leggermente gli albumi.

per 4 persone

4 mele
100 g di cioccolato
al latte
80 g di zucchero
50 g di mandorle
50 g di burro
3 albumi d'uovo
latte

Amaretto di semi di mela

Mettete i semi in un po' di alcool per mezza giornata. Intanto preparate uno sciroppo con l'acqua e il restante alcool e fatelo raffreddare. Aggiungete lo sciroppo ottenuto all'alcool e ai semi e lasciate riposare per circa 40 giorni in un recipiente ben sigillato a temperatura ambiente. Al termine di tale periodo filtrate e lasciate trascorrere ancora 1 mese prima di utilizzare l'amaretto.

120 g di semi di mela
di qualunque tipo
500 ml di alcool puro
600 g di zucchero
750 ml di acqua

Caramelle alle mele

per 6 persone

200 ml di acqua

150 g di sciroppo di mele

350 g di zucchero

Versate in un pentolino gli ingredienti e mescolate accuratamente fino a ottenere un composto perfettamente omogeneo. Mettete sul fuoco a fiamma moderata e, sempre mescolando, fate sciogliere completamente lo zucchero fino a caramellarlo.

Ungete un piano in marmo o una teglia con del burro e fate colare delle cucchiainate di liquido ancora calda, ottenendo dei dischetti.

Lasciate indurire e raffreddare. Staccate dal piano con delicatezza e confezionate a piacere.

Minestra

C'era minestra calda e carne fredda.

Il Signore degli Anelli, p. 207

Minestra di fagiolini in crema

Tritate aglio e cipolla e fateli appassire a fuoco lento nell'olio. Unite le patate e i fagiolini tagliati a pezzetti e fateli insaporire. Versate quindi il brodo, regolate di sale e pepe e cuocete, con il coperchio, per circa 40 minuti.

Togliete dal fuoco e passate la minestra. Fatela cuocere per qualche minuto ancora e, tolta dal fuoco, unite il tuorlo e la panna. Mescolate e servite subito, aggiungendo a piacere dei crostini di pane.

per 8 persone

700 g di fagiolini
4 patate
2 cipolle
2 spicchi d'aglio
1 tuorlo d'uovo
100 g di panna liquida
sale
pepe
olio di oliva
1,5 l di brodo
crostini di pane

Minestra bianca di «tate»

Fate soffriggere la cipolla tagliata a pezzetti nell'olio con lo spicchio d'aglio.

Aggiungete le patate precedentemente sbucciate e tagliate a dadini. Fatele insaporire nel soffritto, quindi aggiungete l'acqua, il prezzemolo tritato, il sale e il pepe.

Lasciate sobbollire per circa un'ora a fuoco lento. A fine cottura aggiungete il riso o la pasta di vostro gradimento.

Servite calda con parmigiano grattugiato e un filo di olio extra vergine di oliva crudo.

per 8 persone

600 g di patate
1 cipolla
olio d'oliva
prezzemolo
1 pugno grande di riso
o 1 manciata di pasta
da minestra
1 spicchio d'aglio
2 l di acqua (circa)
sale
pepe

Minestra alla Tom Bombadil

per 8 persone

erbe selvatiche
(quantità a piacere):
finocchio spontaneo
bietola
rosolaccio
crescione
porro agreste
cardo
cicoria
acetosella
romice
latticrepolo
cicerchia
ruchetta
boragine
strigolo
maggiorana
300 g di pasta
(possibilmente
fatta a mano)
1 cipolla
4 spicchi d'aglio
1 sedano
1 piccolo mazzetto
di prezzemolo
1 fetta di guanciale
di maiale (a piacere)
olio d'oliva
scaglie di formaggio
fresco

Preparate un soffritto con cipolla, aglio, sedano, prezzemolo. Aggiungete il guanciale di maiale con l'olio d'oliva. Versate circa 1 litro d'acqua e lasciate cuocere per circa 20 minuti. Unite quindi le erbe selvatiche, precedentemente pulite e tagliate, e fate cuocere per circa un'ora.

Versate la pasta e, a cottura ultimata, unite a piacere del formaggio fresco a scaglie.

Servite calda.



Pan di Spagna

«Venite dentro a prendere un po' di tè» riuscì a dire Bilbo dopo aver tratto un profondo respiro.

«Preferirei un po' di birra, se per voi è lo stesso, mio caro signore», disse Balin dalla barba bianca, «ma un po' di torta mi va benissimo: pan di Spagna, se ne avete.»

«Altro che!» si trovò a rispondere Bilbo, con sua gran sorpresa, e si trovò anche a correre in cantina per riempire un boccale di birra da mezzo litro e poi in dispensa a cercare due pan di Spagna belli rotondi, che aveva cotto nel pomeriggio per lo spuntino dopo cena.

Pan di Spagna

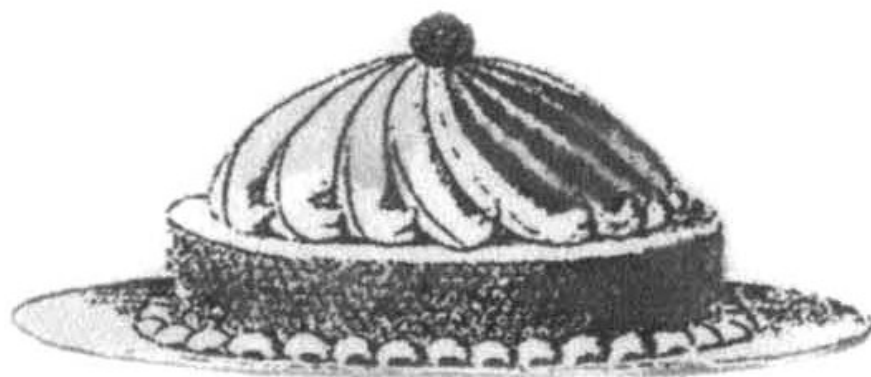
Separate i tuorli d'uovo dall'albume e sbattete bene i tuorli con l'acqua calda.

Aggiungete lentamente lo zucchero a velo e la vanillina fino ad ottenere un composto spumoso e omogeneo. Montate a neve ben densa gli albumi d'uovo e incorporateli al composto mescolando dal basso verso l'alto con delicatezza per cercare di non smontarli. Aggiungete quindi la farina e la maizena mescolate insieme precedentemente con il lievito.

Mettete in forno già caldo a 200° per circa 20 minuti.

per 6 persone

3 uova intere
3 cucchiaini di acqua calda
150 g di zucchero a velo
1 bustina di vanillina
60 g di farina
60 g di maizena
1 cucchiaino di lievito
in polvere



Pane

Finalmente Gandalf spinse via piatto e boccale – aveva mangiato due enormi filoni di pane (con una montagna di burro, miele e mascarpone) e bevuto almeno un litro di idromele – e tirò fuori la pipa.

Lo Hobbit, p. 150

Pane tradizionale

PREPARAZIONE DEL LIEVITO MADRE

Impastate tutti gli ingredienti con acqua tiepida e fate lievitare in luogo tiepido, a circa 20°, per circa 6 ore. Si consiglia di eseguire questa fase della preparazione in serata.

La mattina seguente aggiungere metà farina rispetto al peso dell'impasto, più il 50% di acqua rispetto al peso totale della farina. Impastate e fate riposare a temperatura ambiente per 24 ore fino al mattino seguente.

Ripetete questa operazione al mattino ed alla sera fino a raggiungere circa 2 kg di impasto (aggiungete sempre quantità di farina pari alla metà del peso dell'impasto del lievito madre e in più il 50% di acqua rispetto al peso totale della farina).

300 g di farina
1 tuorlo d'uovo
5 g di lievito di birra
acqua tiepida

Non scoraggiatevi: se non volete partire dal lievito madre usate del buon lievito di birra in cubetti!

PREPARAZIONE DEL PANE

Una volta ottenuto il lievito madre, deponetelo sulla spianatoia e aggiungete 8 kg di farina ed acqua tiepida nella misura del 50%. Impastate energicamente e, quando la pasta risulterà elastica e morbida, togliete 200 g di pasta che userete come lievito madre per l'impasto successivo, conservandolo in un recipiente con un po' di olio sopra in un luogo fresco per un massimo di 15 giorni. Aggiungete acqua salata all'impasto rimasto e lavorate ancora per almeno 10 minuti. Fate lievitare tutta la notte. Il mattino seguente impastate ancora per cinque minuti, formate le pagnotte, lasciate lievitare ancora 1 o 2 ore a seconda della stagione e della temperatura, dopo di che, infornate a 180° per circa 30 minuti (i tempi variano a seconda della dimensione delle pagnotte). Ottimo il forno a legna.

lievito madre
8 kg di farina
acqua tiepida
sale

Pane semplice della Contea

per 4 persone

250 g di farina
di grano tenero
250 g di farina
di grano duro
1 panetto di lievito
di birra
1 cucchiaino raso
di zucchero
2 cucchiai di olio
extravergine d'oliva
sale

In una tazza ponete un po' d'acqua tiepida, scioglietevi lo zucchero e aggiungete il panetto di lievito di birra sbriciolato. Lasciate riposare per circa 10 minuti fino a quando il lievito non fiorirà in superficie.

Setacciate la farina e disponetela a fontana sulla spianatoia. Aggiungete il sale e l'olio, quindi versate il lievito sciolto e impastate fino ad ottenere una pasta leggermente elastica ed omogenea. Coprite l'impasto con un canovaccio e lasciatelo lievitare circa 1 ora in un luogo tiepido. Riprendete l'impasto, dividetelo in porzioni della grandezza voluta, dandogli la forma desiderata, disponeteli in una placca da forno, quindi lasciate lievitare per altri 30 minuti. Ponete la placca in forno già caldo a 200° e lasciate cuocere per circa 30-45 minuti a seconda delle dimensioni delle pagnotte.

Pan focaccia abbrustolito

focaccia (possibilmente
di farina integrale)
olio d'oliva extra-vergine
peperoncino piccante
macinato (a piacere)

Fate abbrustolire la focaccia in forno o sulla brace. Condite con olio d'oliva crudo e cospargete di peperoncino piccante macinato grossolanamente.

Pane dolce rustico

Mescolate le farine con lo zucchero. Unite il lievito, il burro, il sale e il latte. Lavorate gli ingredienti in una terrina fino a ottenere un impasto morbido. Adagiatelo sull'asse da lavoro infarinato, unite la frutta secca tritata tenendone due cucchiai da parte e continuate a impastare fino a ottenere un composto elastico. Formate una palla e incidetela con un taglio a croce. Copritela con un canovaccio e lasciatela lievitare in un luogo tiepido a circa 20° per circa un'ora. Dividete l'impasto in due stampi da plum cake leggermente imburrati. Spennellate la superficie con del miele e distribuitevi sopra la frutta secca rimasta. Lasciate riposare per 30 minuti. Infornate a 200° per 40 minuti circa. Lasciate raffreddare il pane, sformatelo e servitelo affettato con marmellata o burro e miele.

per 4 persone

250 g di farina bianca
150 g di farina di semola
50 g di mandorle
sgusciate
50 g di nocciole sgusciate
50 g di gherigli di noce
50 g di burro fuso
1 bustina di lievito
di birra
100 g di zucchero
miele
4 cucchiai di latte tiepido
1 pizzico di sale

Pane del compleanno

Mescolate insieme gli ingredienti fino a quando avrete ottenuto un composto morbido e omogeneo. Versate il composto in uno stampo da pane o in una teglia infarinata e cuocete a 200° per circa mezz'ora.

per 4 persone

300 ml di birra
300 g di farina
1 bustina di lievito
3 cucchiai da tavola
di zucchero

Torta di pane al miele

per 6 persone

1/2 kg di pane secco
800 ml di latte
4 cucchiaini di miele
3 cucchiaini di uvetta
2 cucchiaini di pinoli
2 mele
1 noce di burro
2 uova intere
il succo di 1/2 limone

Tagliate a fette il pane togliendo la crosta esterna. Mettetelo a bollire nel latte insieme al miele e fatelo cuocere lentamente fino a disfarsi. Sbucciate le mele, togliete il torsolo, tagliatele a pezzetti e mettetele in un tegame con poca acqua e il succo di limone. Fate cuocere finché non si spappolano.

Quando il pane e le mele sono pronte riunitele insieme e passatele in una terrina. Aggiungete il burro, mescolate e lasciate raffreddare. Incorporate le uova intere già sbattute con un pizzico di sale, l'uvetta precedentemente bagnata e strizzata, i pinoli. Mescolate bene e versate il composto in una teglia imburata e spolverata con un velo di pangrattato.

Cuocete in forno a circa 200 ° finché non raggiunge una lieve colorazione.

Torta di pane al formaggio

per 6 persone

midolla di 1/2 kg di pane
raffermo
200 ml di latte
3 uova intere
50 g di burro
250 g di formaggio
morbido

Spezzettate il pane e ammollatelo in un po' di latte tiepido finché non si sarà ammorbidito. Strizzatelo bene e aggiungetevi le uova intere, il burro fuso e il formaggio. Mescolate bene e versate il composto in una teglia imburata. Cospargete la superficie della torta con una spolverata di pangrattato e parmigiano. Infornate a 180° finché non sarà ben gonfia e dorata. Servite la torta di pane tiepida.

Panna e Fragole

Ví fu un tale traboccare di ogni genere di prodotti che i giovani Hobbít nuotavano quasi nelle fragole con panna, per poi sedere sui prati all'ombra dei susini mangiando a non finire; costruivano con i noccioli piccole piramidi o sculture raffiguranti teschi di guerrieri, e si spostavano a mangiare altrove.

Il Signore degli Anelli, p. 1218

Fragole nella neve

Mettete le fragole in una ciotola e schiacciatele con una forchetta. Aggiungete un po' alla volta lo zucchero e mescolate con cura. In un altro contenitore mettete le chiare d'uovo, il pizzico di sale e montate a neve ben ferma.

Aggiungete la panna montata, le fragole schiacciate e versate tutto nelle coppe. Decorate a piacere con le fragole avanzate.

per 8 persone

1 kg di fragole
500 g di zucchero
4 albumi d'uovo
1 pizzico di sale
200 g di panna montata
alcune fragole
per decorare

Coppa ricca di fragole con panna

Pulite le fragoline di bosco e ponetele in una ciotola con lo zucchero a velo e la vanillina. Coprite e mettete in frigo per circa 1 ora. Dividete quindi il tutto in 4 parti e distribuite in coppette preventivamente raffreddate. Aggiungete il gelato.

A parte, montate la panna e amalgamatela con i lamponi schiacciati. Mescolate fino a quando la panna sarà diventata di un bel colore rosso.

Mettetela quindi nella tasca da pasticciere e spruzzatela nelle coppette. Completate decorando a piacere con le ciliegie candite.

per 3 persone

250 g di fragoline di bosco
2 cucchiaini di lamponi passati al setaccio
2 cucchiaini di gelato alle fragole
200 g di panna montata ben zuccherata
1 bustina di zucchero a velo
1 bustina di vanillina
ciliegie candite
per guarnire

Mousse di fragole

per 3 persone

200 g di panna
100 g di zucchero
25 g di colla di pesce
(circa 3 fogli)
150 g di fragole
vino bianco

Montate la panna aggiungendo lo zucchero verso la fine. Nel frattempo fate ammollare la colla di pesce in poca acqua fredda per alcuni minuti. Strizzatela e fatela sciogliere in poco vino bianco scaldato.

Pulite le fragole, frullatele e incorporatele alla panna con tutti gli altri ingredienti.

Bagnate il fondo di alcuni stampini con un goccio di vino bianco o di liquore dolce e riempiteli con il composto. Mettete il tutto in frigo per alcune ore.

Semifreddo alle fragole

per 10 persone

400 ml di latte
80 g di zucchero
1 scorza di limone
2 uova intere
30 g di farina
100 g di fragole
500 ml di panna
120 g di zucchero a velo
alcune gocce di limone

Fate bollire il latte con metà dello zucchero e la scorza di limone. Sbattete i tuorli d'uovo con lo zucchero rimanente. Togliete dal fuoco il latte eliminando la scorza di limone e incorporate i tuorli con lo zucchero. Aggiungete la farina e fate cuocere fino a quando la crema non si sarà addensata.

Pulite le fragole, frullatele e unitele alla crema raffreddata. A parte montate la panna e aggiungetela al tutto. Montate quindi a neve anche gli albumi con lo zucchero a velo e alcune gocce di limone. Aggiungete al resto e mettete a rapprendere in freezer per 4-5 ore.

Servite decorando con panna montata e fragole tagliate a metà.

Pasticcini al miele

«Questi dolci», esclamò Gimli, «sono persino migliori dei pasticcini al miele dei Beorniani, e vi faccio un gran complimento, perché i Beorniani sono i dolceri più bravi ch'io conosca; ma di questi tempi non sono molto larghi nel distribuire i loro pasticcini.»

Il Signore degli Anelli, p. 458

Pasticcini soffici al miele

Fate scaldare il miele con il burro appena quanto basta a farlo sciogliere, togliete la casseruola dal fuoco e aggiungete l'uovo intero e due tuorli, lo zucchero, la farina e il bicarbonato. Lavorate gli ingredienti fino ad avere una pasta omogenea, profumatela con la scorza di limone, la cannella e i chiodi di garofano. Spianate la pasta alta circa 1 cm e ritagliate dei biscotti piccoli. Metteteli su una teglia leggermente unta e infarinata e spennellateli con il tuorlo d'uovo rimasto sbattuto con la panna.

Volendo si possono decorare i pasticcini con mezza mandorla ciascuno. Cuocete in forno a circa 180° per circa 10 minuti.

per 6 persone

500 g di farina
10 g di bicarbonato
100 g di burro
1 pizzico di cannella
1 pizzico di chiodi
di garofano
1 uovo intero e 3 tuorli
scorza di limone
100 g di zucchero
100 g di miele
20 g di panna

Pasticcini al miele delle Terre del Sud

Sbattete con energia l'albume con un pizzico di sale. Incorporate il miele e, sempre sbattendo con energia, cercate di ottenere una crema leggera e spumosa alla quale unirete successivamente l'amido e la polpa di cocco.

Con un cucchiaino adagiate sulla piastra da forno tanti mucchietti uguali di questo composto e cuocete a 200° finché saranno dorati. Serviteli freddi.

per 4 persone

200 g di miele d'acacia
50 g d'amido di mais
50 g di polpa di noce
di cocco grattugiata
1 albume
sale

Pesci e Patate

«Pa-ta-te», disse Sam. «La delizia del Gaffiere, una meravigliosa zavorra per uno stomaco vuoto. Ma non ne troverai; perciò, inutile cercare. Ma sii bravo Sméagol, e va' a prendermi le erbe, e io avrò una migliore opinione di te. E poi, se incominci a comportarti bene e non tornerai subito indietro, ti cuocerò delle tate uno di questi giorni. Davvero: fritto misto di patate e pesce servito da Sam Gamgee. Non potresti rifiutare una cosa del genere!»

Il Signore degli Anelli, p. 792

Pesci e patate alla Sam Gamgee

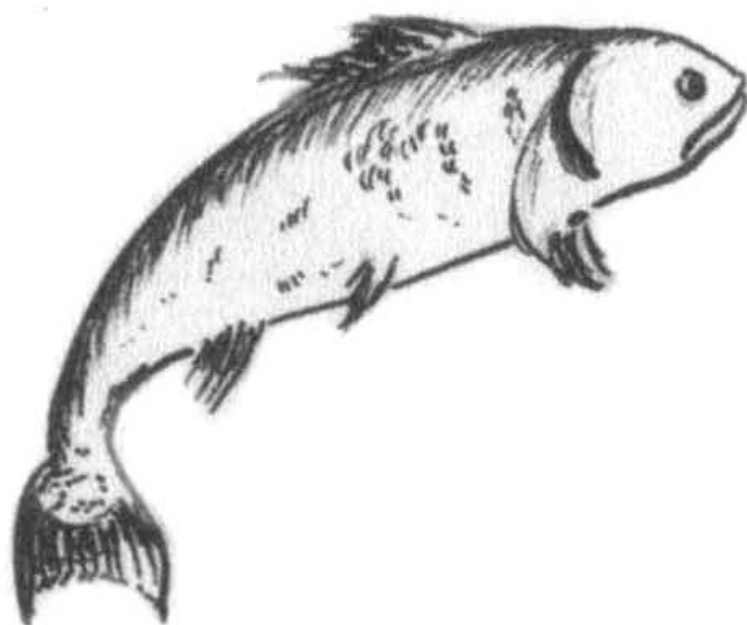
Sbucciate, tagliate e asciugate le patate. Preparate i pesci, lavateli sotto l'acqua corrente, asciugateli perfettamente, tuffateli nel latte freddo e passateli nella farina. Sistemate quindi i pesci in un setaccio e scuoteteli in modo da far cadere la farina in eccesso.

Mettete abbondante olio in una padella a bordi alti e portatelo a temperatura molto alta. Friggete subito le patate e poi passate alla frittura pochi pesci alla volta in modo che la temperatura non si abbassi mai troppo.

È consigliabile friggere i pesci per circa 5 minuti, fino a quando avranno preso una doratura chiara e saranno diventati leggermente croccanti. Condite con abbondante aceto.

per 4 persone

500 g di merluzzo
500 g di patate
200 ml di latte
farina di grano duro
olio per friggere
sale
aceto per condire



Sarde e patate alla brace

per 6 persone

800 g di sarde
1 rametto di rosmarino
olio d'oliva
400 g di patate
sale
pepe

Passate le sarde lavate ed asciugate in un piatto con un po' d'olio, quindi disponetele su una graticola che metterete sul fuoco o, se siete in campagna, direttamente sulla brace.

Sbucciate le patate e affettatele finemente per uno spessore di 2-3 mm. Ponete le fette ottenute sulla graticola, irrorate pennellando con un rametto di rosmarino intinto nell'olio. Salate e pepate. Rivoltate le sarde e le patate e servitele ben calde.

Pizza

«E pizza* e formaggio!» disse Bofur.

Lo Hobbit, p. 23

* Come meglio spiegato nella *Mappa mangereccia della Terra di Mezzo* (p. 157), nel testo originale non si parla di pizza ma di *mince pie*, un tipico dolce inglese – di cui comunque forniamo la ricetta al termine di questa parte – che i bambini, la sera della vigilia di Natale, lasciano sull'uscio di casa insieme a un bicchiere di latte per ringraziare Babbo Natale.

Pizza classica

Sbriciolate il lievito in una tazza, aggiungete acqua tiepida e un cucchiaino di zucchero, coprite e lasciate a riposo per circa 10 minuti in attesa della fioritura del lievito.

Disponete la farina a fontana sulla spianatoia, fate un incavo nel centro e versatevi l'acqua e il lievito. Impastate, aggiungendo, se necessario, altra acqua tiepida fino ad ottenere una pasta liscia e consistente. Fate un panetto e lasciatelo lievitare in una terrina, coperto da un tovagliolo, per circa 2 ore in ambiente tiepido. Passato questo tempo, lavorate nuovamente la pasta per qualche minuto, stendetela in una teglia o nella placca del forno unta d'olio. Aggiungete gli ingredienti che più gradite e mettete la pizza in forno caldo, lasciandola cuocere per circa mezz'ora. Servite appena sfornata.

per 4 persone

300 g di farina
di grano duro

sale

olio

acqua

1 cucchiaino di zucchero

20 g di lievito di birra



Pizza alla Merry e Pipino

per 4 persone

Per la pasta
vedi ingredienti della
Pizza classica

Per la copertura
funghi misti freschi
4 patate medie
100 g di pancetta
(o speck)
formaggio
(tipo mozzarella)
1 spicchio d'aglio
1/2 mestolo di brodo
di verdura
1 pizzico di maggiorana
50 g di noci tritate
grossolanamente
olio
sale
pepe

Procedete con l'impasto e la lievitazione come nella ricetta classica. Preparate intanto gli ingredienti per la copertura. In un tegame scaldate l'olio, insaporitevi lo spicchio d'aglio e toglietelo quando è dorato. Aggiungete i funghi puliti, lavati e tagliati a fettine sottili. Aggiungete il brodo, coprite e cuocete a fuoco moderato fino a quando saranno diventati morbidi, aggiungendo ancora poco brodo se necessario. Regolate di sale e pepe.

Lavate le patate, mettetele in un tegame con la buccia in abbondante acqua e lessatele a fuoco medio. Quando vedrete che potete bucarle facilmente con una forchetta, levatele dall'acqua, sbucciatele e schiacciatele fino ad ottenere una soffice purea.

Quando la pasta della pizza è circa a metà cottura, toglietela dal forno. Cospargetevi sopra la purea di patate, aggiungete la mozzarella, i funghi, la maggiorana, la pancetta e le noci. Conditte il tutto con un pizzico di sale e di pepe. Rimettete in forno fino a cottura ultimata.

Prima di servire aggiungete un filo di olio crudo.

Mince pie

Unite le mele sbucciate e tagliate a pezzetti con l'uva sultanina e poi mescolate con lo zucchero, la buccia d'arancia e di limone e le spezie. Aggiungete la spremuta di limone, il succo d'arancia e, eventualmente, il brandy. Aggiungete l'olio. Mescolate bene e poi chiudete in un vaso sigillato ermeticamente.

Tagliate a dischi la pasta sfoglia e mettetela su un vassoio unto. Aggiungete con un cucchiaino il preparato di frutta tritata e cuocete a forno caldo per circa 20 minuti. Gli stessi dolci si possono preparare mettendo la frutta su uno strato di pasta sfoglia o tra due sfoglie sigillate.

450 g di mele
250 g di uva sultanina
1 cucchiaino di buccia di arancia grattata
1 cucchiaino di buccia di limone grattata
250 g di miele o di zucchero di canna
1 cucchiaino di un misto di polvere di chiodo di garofano, zenzero, noce moscata e cannella
2 cucchiaini di spremuta di limone
150 ml di succo di arancia
1 bicchierino di brandy o sherry (facoltativo)
50 ml di olio
pasta sfoglia

Pollo

«Metti su qualche uovo, da bravo!» gli gridò dietro Gandalf, mentre lo hobbit si avviava tutto rigido verso le dispense. «E già che ci sei, tira fuori il pollo freddo e i sottaceti.»

«Sembra che sappia cos'ho in dispensa meglio di me!» pensò il signor Baggins, che si sentiva completamente a terra e cominciava a chiedersi se la più sciagurata delle avventure non gli fosse piombata addirittura in casa.

Pollo freddo e sottaceti

Fate bollire le cosce di pollo in acqua fredda insieme alla carota, al sedano e a mezza cipolla per circa mezz'ora. Lessate le patate tagliate a cubetti. A cottura ultimata, tagliate a pezzetti la polpa del pollo, unite le patate, affettate finemente l'altra carota e la restante mezza cipolla crude.

Aggiungete sottaceti (cetriolini, cipolline ecc.) e a piacere altre verdure di stagione e uova sode. Strofinare con l'aglio la superficie interna del piatto da portata, disponetevi il pollo e le verdure, aggiungete la senape diluita in un cucchiaino di brodo, salate e condite con olio e aceto a vostro piacimento. Mescolate bene e fate riposare in frigorifero per 3 o 4 ore prima di servire a tavola.

per 6 persone

6 cosce di pollo
4 o 5 patate
1 cucchiaino di senape non piccante
1 cipolla
2 carote
1 gambo di sedano
1 spicchio d'aglio
sale
olio
aceto
sottaceti
2 uova sode

Pollo alla birra e funghi

Tagliate il pollo in 8 pezzi. Fateli rosolare in una casseruola con l'olio e, quando saranno dorati, cospargeteli con la farina, mescolate e bagnate con la birra. Aggiungete lo spicchio d'aglio, l'alloro, il timo, il rosmarino e la salvia tritati grossolanamente, i funghi puliti e tagliati a pezzettoni ed infine il sale.

Cuocete a fuoco basso per 1 ora circa girando i pezzi di pollo di tanto in tanto.

Quando il pollo sarà quasi cotto, tagliate la pancetta a striscioline e fatela rosolare in un padellino senza olio insieme alla cipolla che avrete affettata finemente.

A cottura ultimata mettete i pezzi di pollo in un piatto di portata, guarnite con la pancetta e le cipolle e coprite con il liquido di cottura. Servite caldo.

per 8 persone

1 pollo
2 grosse fette di pancetta affumicata
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
4 funghi porcini
250 ml di birra scura
1 foglia di alloro
1 rametto di timo
4 foglie di salvia
1 rametto di rosmarino
farina
olio
sale

Polpettone

«È polpettone e insalata!» disse Bombur.

Lo Hobbit, p. 23

Polpettone di carne

Ammorbidite la mollica di pane nel latte, lasciate riposare per qualche minuto, quindi schiacciate e sminuzzate finemente con la forchetta. Unite la carne trita, l'uovo intero, il parmigiano e la noce moscata. Quando l'impasto sarà uniforme, dategli la forma di una pagnotta e passate nella farina.

Nel frattempo ungete una pentola con l'olio e rosolatevi la cipolla e la carota tagliata a pezzetti. Depositare il polpettone nella pentola facendo attenzione a non romperlo e rosolatelo bene da tutte le parti girandolo delicatamente con due spatole di legno. Aggiungete il vino che lascerete evaporare e cuocete in pentola per 45 minuti controllando spesso che non asciughi. Se necessario aggiungete acqua o brodo. Voltate il polpettone di tanto in tanto e servite caldo.

per 6 persone

300 g di carne trita magra e fresca
300 g di salsiccia
3 fette di pane private della crosta
30 g di parmigiano grattugiato
1 uovo intero
4 cucchiaini di olio d'oliva
1 bicchiere scarso di vino bianco secco
1 carota
1 cipolla
100 ml di latte molto caldo
farina bianca
una grattata di noce moscata
sale
brodo

Polpettone di coniglio

Passate al tritacarne un coniglio disossato, le cipolle e il pane ammorbidito nel latte. Aggiungete pepe, sale, spezie e le uova intere. Mescolate bene unendo le patate crude grattugiate.

Formate con l'impasto ottenuto il polpettone e fatelo rosolare in una padella con poco olio. Cuocete per circa un'ora bagnandolo ripetutamente con latte. Servite caldo.

per 4 persone

1 coniglio disossato
2 cipolle
2 fette di pane
latte
spezie varie a piacere
2 uova intere
2 patate crude grattugiate
olio
sale
pepe

Polpettone alle verdure

per 6 persone

400 g di patate
500 g di spinaci
1 cipolla
1 carota
100 g di piselli
100 g di zucchine
100 g di parmigiano
grattugiato
2 uova intere
2 cucchiaini di pane
grattato
burro
sale
pepe

Lessate le patate con la buccia in acqua salata. A parte lessate le altre verdure rispettando per ognuna i tempi di cottura.

Scolate gli spinaci strizzandoli e insaporiteli in padella con poco burro e la cipolla tagliata. Aggiungete i piselli, le zucchine e la carota. Salate e pepate.

Sbucciate le patate, schiacciatele con una forchetta e mettete il purè ottenuto in una terrina con poco burro fuso e le verdure. Mescolate il tutto, aggiungete le uova intere, il pane e il parmigiano grattugiati e salate. Date al composto una forma cilindrica e mettetelo in un recipiente da forno precedentemente imburrito e spolverizzato con altro pane grattato.

Fate cuocere per un ora in forno caldo a 180° e servitelo a piacere tiepido o freddo.



Ragù

«... erbe aromatiche e coniglio al ragù...»

Il Signore degli Anelli, p. 784

Ragù di carne

Tagliate la carne, la pancetta e il salame a pezzetti e metteteli in un tegame capiente a bordi alti. Aggiungete i due cucchiai d'olio, rosolate la carne e versatevi il vino. Coprite con un coperchio per qualche minuto e poi lasciate evaporare a pentola scoperta.

Affettate la cipolla a pezzettini, tritate la carota, pulite l'aglio e aggiungete il tutto alla carne insieme, se vi fa piacere, al peperoncino intero.

Pelate e spremete i pomodori, tagliateli a pezzetti e aggiungeteli alle verdure.

Salate e fate cuocere a pentola coperta, a fuoco basso, fino a quando la carne non risulterà tenera alla forchetta.

250 g di carne di vitello
250 g di maiale
150 g di pancetta
1 salamino piccante
2 cucchiai d'olio d'oliva
1/2 cipolla
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
(facoltativo)
1/2 bicchiere di vino
bianco secco
1 kg di pomodori maturi
1 mazzetto di prezzemolo
1/2 carota
sale
pepe

Ragù classico

Tritate la cipolla, il sedano e la carota. Fate saltare in padella finché le verdure siano ben rosolate. Aggiungete la pancetta tagliata a pezzetti, il manzo e il maiale. Sfumate con il vino bianco e, una volta evaporato, sfumate con il vino rosso. Aggiungete il brodo e lasciate cuocere finché il tutto sarà bene amalgamato.

Pulite e spellate i pomodori. Spremeteli e tagliateli a pezzettini. Versate quindi il latte caldo e i pomodori nella padella. Regolate di sale e pepe e lasciate sobbollire finché non avrà raggiunto la giusta consistenza.

2 cipolle
1 pezzo di sedano
2 carote
200 g di pancetta
300 g di manzo macinato
300 g di maiale macinato
1 bicchiere di vino
bianco
1 bicchiere di vino rosso
200 ml di brodo
1 kg di pomodori maturi
500 ml di latte
sale

Sottaceti

«E già che ci sei, tira fuori il pollo freddo e i sottaceti.»

Lo Hobbit, p. 23



Giardiniera sottaceto

Pulite le verdure, lavatele e tagliatele in pezzetini regolari. Mettete sul fuoco una pentola con l'aceto, lo zucchero, il sale e 3 foglie d'alloro.

Portate ad ebollizione e poi immergete le verdure in questo ordine: i cavolfiori per 10 minuti, le carote per 5 minuti, le cipolline, i cetrioli ed i peperoni per 3 minuti, il sedano per 2 minuti.

Scolate le verdure e mettetele ad asciugare su un canovaccio, poi riunitele e mettetele in un barattolo di vetro ben pulito e asciutto, aggiungendo qualche foglia d'alloro e qualche grano di pepe, fino a colmare il barattolo stesso.

Filtrate l'aceto di cottura e versatelo sopra le verdure in modo che ne siano ricoperte. Chiudete bene il barattolo e mettetelo in un luogo fresco e poco luminoso, per almeno un mese, prima di consumare.

4 peperoni
600 g di cipolle piccole
8 carote
2 sedani
2 cavolfiori
600 g di piccoli cetrioli
4 l di aceto bianco
2 cucchiaini di sale grosso
2 cucchiaini di zucchero
qualche foglia di alloro
pepe in grani a piacere
sale

Spiedini

Si trascinava ancora dietro parte dell'attrezzatura: una piccola esca, due casseruole di cui la più piccola era infilata nella più grande; all'interno di queste, un cucchiaino di legno, una piccola forchetta a due denti e degli spiedini.

Il Signore degli Anelli, p. 790

Spiedini golosi

Tagliate il pane a dadini dello spessore di 2 cm circa e fatelo tostare in forno.

Pulite e lavate i pomodori e tagliateli a spicchi.

Pulite e lavate i peperoni e tagliateli a fette piuttosto larghe.

Tagliate tutti gli altri ingredienti delle stesse dimensioni del pane.

Procuratevi degli spiedini in legno di grosse dimensioni e infilate gli ingredienti alternando il pane o la polenta con la verdura, il caciocavallo e i salumi.

per 4 persone

1 forma di pane in cassetta o 1 confezione di pan carrè
200 g di prosciutto cotto
200 g di wurstel
200 g di polenta fredda tagliata a cubetti
200 g di caciocavallo
5 pomodori
2 peperoni

Spiedini di funghi e maiale

Scegliete dei funghi con cappelli piuttosto piccoli e tutti uguali. Lavateli, scartate i gambi e immergeteli in acqua e succo di limone.

Tagliate la carne a dadini grandi come i funghi. Lavate quindi il peperone, privatelo dei semi e tagliatelo a pezzetti.

Dividete ogni fetta di pan carrè in quattro parti e preparate gli spiedini, infilando alternativamente un quadretto di pane, uno di maiale, un fungo, una foglia di salvia e ripetendo gli ingredienti fino a riempire il bastoncino.

Salate e pepate, spolverizzate con un poco di erba cipollina, spennellateli con l'olio e metteteli a cuocere sulla griglia calda girandoli diverse volte e spennellandoli spesso con un rametto di rosmarino intinto nell'olio. Ritirateli dalla griglia quando li vedrete ben dorati e croccanti.

per 4 persone

300 g di funghi
il succo di 1 limone
400 g di lonza di maiale
4 fette di pan carrè
qualche foglia di salvia
un rametto di rosmarino
sale
pepe
olio d'oliva
erba cipollina
1 peperone rosso

Spiedini alla brace

per 4 persone

1/2 petto di pollo
4 salsicce
1/2 petto di tacchino
1 peperone giallo
rosmarino
salvia
sale
1 limone
1 tazzina di olio d'oliva

Tagliate a pezzettoni tutta la carne e, ad eccezione della salsiccia, mettetela in un recipiente con sale e limone lasciandola macerare per circa mezz'ora. A questo punto, dopo aver tagliato a pezzettoni e aver salato il peperone, infilate i pezzi di carne in modo alternato sugli spiedini, intervallandoli di tanto in tanto con i peperoni. Preparate una salsetta con olio e limone e salvia. Mettete sulla brace gli spiedini e, mentre cuociono, cospargeteli con la salsetta, usando un rametto di rosmarino. Cuocete fino a quando la carne non diventa dorata. Servite caldi.

Spiedini di formaggio

per 4 persone

8 fette di pan carrè
300 g di formaggio a dadini (tipo provolone o caciotta stagionata)
100 ml di latte
2 uova sbattute e pane grattato per impanatura (facoltativi)

Tagliate il pan carrè in quattro parti e il formaggio a dadini di uguale grandezza. Per i più golosi si consiglia di impanare gli ingredienti. Infilate negli spiedini alternando pane e formaggio. Ammorbidite il tutto versandovi sopra il latte. Lasciate riposare per circa mezz'ora. Ungete una teglia, girate gli spiedini affinché si unghano un po' e poneteli in forno già scaldato a 180°. Servite quando saranno ben dorati.

Spiedini di maiale alla birra

Tagliate la lonza a fettine dello spessore di circa 5 mm.

Lavate la mela, tagliatela a spicchietti che farete marinare nel succo del limone diluito in mezzo bicchiere d'acqua.

Infilzate sugli spiedini le fettine di carne ripiegate a metà, alternandole alle foglie di alloro, agli spicchi di mela scolati e ai salsicciotti.

Fate scaldare l'olio in una larga padella e fatevi dorare gli spiedini rigirandoli più volte. Bagnate con la birra, salate, pepate e fate cuocere a fuoco medio per circa 15 minuti, finché risulteranno ben dorati. Serviteli caldi.

per 8 persone

300 g di lonza di maiale
8 salsicciotti
1 mela
olio
100 ml di birra chiara
1/2 limone
5 foglie di alloro
sale
pepe

Spiedini misti di tonno

Tagliate il tonno a pezzi e mettetelo a marinare in olio, aglio, prezzemolo, sale e pepe. Alternate sugli spiedini i pezzi di tonno con gli altri ingredienti.

Ungete con la marinata e cuocete in una casseruola a fuoco moderato per circa 10 minuti.

per 6 persone

1 kg di tonno fresco
1 barattolino di olive
200 g di funghetti
4 pomodori grossi
olio d'oliva
aglio
prezzemolo
sale
pepe

Spiedini di frutta

per 4 persone

3 mele
4 kiwi non troppo maturi
3 pesche fresche
o sciroppate
2 banane
1 ananas
1 grappolo d'uva

**Per conservare
gli spiedini**

1 l di succo di mela
succo d'arancia
succo di 1/2 limone

Sbucciate la frutta, tagliate a dadini le mele, i kiwi, le pesche, l'ananas. Lavate l'uva e infilate i vari tipi di frutta alternandoli sullo stecchino. Se non servite subito gli spiedini potete conservarli in luogo fresco immergendoli in una terrina contenente la miscela dei succhi di frutta che avrete precedentemente mescolato secondo le proporzioni che più gradite.

Tè

«Bilbo Baggins al vostro servizio!» disse lo Hobbit, troppo sorpreso per poter far domande. Quando il silenzio che seguì divenne imbarazzante, aggiunse: «Stavo proprio per prendere il tè; volete avere la cortesia di venire a prenderne una tazza con me?».

Un po' troppo formale, forse, ma l'intenzione era gentile. E d'altra parte voi che cosa fareste, se vi arrivasse un Nano inaspettato e appendesse le sue cose nel vostro ingresso senza una parola di spiegazione?



Tè con la frutta

Sbucciate e tagliate a fette le pesche e le albicocche e mettetele in una caraffa di vetro o in una grossa teiera. Tagliate a fettine sottili l'arancio senza togliere la buccia che avrete accuratamente lavato e mettetelo nel recipiente con l'altra frutta.

Preparate il tè. Zuccherate mentre è ancora caldo, fate raffreddare e versate nella caraffa. Servite freddo.

per 4 persone

2 pesche gialle mature
3 albicocche
1 arancia
zucchero
1 caraffa di tè
(preferibilmente
English Breakfast tea)

Tè all'idromele

Preparate il tè. Versatelo nella tazza. Aggiungete 20 ml di idromele e 1 pizzico di cannella. Se vi fa piacere potete ammorbidire il tutto con 1 cucchiaino di panna liquida e poco zucchero o miele.

per ogni tazza

tè (preferibilmente
Earl Grey tea)
20 ml di idromele
(vedi p. 76)
1 pizzico di cannella
1 cucchiaino di panna
liquida (facoltativo)
zucchero o miele
(facoltativo)

Torta di mele

«... e torta di mele!» disse Bifur.

Lo Hobbit, p. 23

Torta di mele

Sbucciate le mele, tagliatele a fettine adagiandole in un piatto e cospargetele col succo del limone, un cucchiaino di zucchero e di vino.

Lavorate lo zucchero e la panna, aggiungete i due tuorli, la farina e alla fine incorporate gli albumi montati a neve. Se necessario ammorbidite l'impasto aggiungendo un poco di latte freddo.

Infine unite al tutto il lievito. Versate l'impasto in una teglia imburrata e infarinata di circa 24 cm di diametro e spargetevi sopra le mele con il succo.

Cuocete, senza preriscaldare il forno, a 200° per circa 30 minuti.

per 8 persone

2 mele grandi
150 g di farina di grano
tenero
50 g di amido di mais
150 g di zucchero
2 uova intere
200 ml di panna
1 bustina di vanillina
1 bustina di lievito
succo di 1 limone
latte
1 cucchiaino di vino
bianco secco

Vino

«Gandalf, Nani e signor Baggins! Ci siamo riuniti nella casa del nostro amico e compagno cospiratore, questo eccellentissimo e audacissimo Hobbit – voglia il cielo che i peli dei suoi piedi non cadano mai! Lode grandissima al suo vino e alla sua birra!»

Lo Hobbit, p. 28

Vino composto di arancio amaro

Fate macerare gli ingredienti nel vino per 10 giorni, quindi filtrate.

Due bicchierini dopo un pasto hobbit hanno effetto digestivo.

1 l di vino tipo Malaga
100 g di scorze di arance
amare
10 g di radice di genziana
10 g di coriandolo
1 pizzico di cannella

Vin brulé

Sbucciate la mezza arancia e il mezzo limone, avendo cura di non togliere anche la pellicina bianca e amara dei due agrumi.

Versate in un tegame il vino, aggiungete lo zucchero, la stecca di cannella, i chiodi di garofano, la noce moscata e la buccia dell'arancia e del limone, quindi mescolate. Ponete il tegame su fuoco moderato e portate ad ebollizione, mescolando di tanto in tanto con un cucchiaino di legno, lasciando bollire per qualche minuto e fiammeggiando la superficie per fare evaporare l'alcool. Togliete quindi dal fuoco e fate riposare alcuni momenti. Filtrate e servite ben caldo.

per 3 persone

1/2 l di vino rosso
corposo
100 g di zucchero
4 chiodi di garofano
1 stecca di cannella
la buccia di 1/2 limone
e di 1/2 arancia
un pizzico di noce
moscata

