

# LA CUCINA ELEGANTE

## TEORIA DEL FRIGGERE

Pallida, unta, molle è una frittura mal riuscita. La vostra sia dorata, asciutta, croccante.

Per questo occorre una buona pratica, puntellata su d'una solida teoria, che riassumo in pochi punti capitali:

La padella sia larga e profonda, preferibilmente della forma speciale senza manico e munita del cestello interno che vedete nella fotografia: il liquido, pure essendo abbondante, arriverà soltanto a metà altezza, e un inutile manico non sarà causa di pericolosi ribaltamenti.

Il grasso più usato per friggere, e più consigliabile in Italia, anche economicamente, è l'olio d'oliva; ma puro come fosse per condimento, perché non produca schiuma né odore sgradevole. Sconsiglio strutti, grassi animali adottati nella cucina napoletana e in molte cucine straniere.

Quando riponetelo l'olio dopo averlo usato, passatelo sempre da un colino fine, perché non restino briciole di frittura; e conservatelo riparato dall'aria e dall'umidità.

La quantità dell'olio nella padella sia abbondante, perché ciò che deve friggere sia completamente immerso, e perché la temperatura subisca una minore alterazione all'immersione dell'oggetto freddo.

Il fuoco sia molto largo e forte, appunto per ristabilire a tutta velocità la temperatura dell'olio al suo grado iniziale.

Sappiate quindi soprattutto valutare con esattezza la temperatura dell'olio nei suoi tre gradi distinti, per proporzarli alla qualità di ciò che avete da friggere.

**I Grado: Olio poco caldo:**

Gettando nell'olio un pezzetto di pane o una foglia di prezzemolo si produce un leggero fremito di bollicine: Temperatura buona per cuocere sostanze crude, contenenti acqua che deve evaporare (come patate a fette), pesci di grandezza media, in cui il calore deve penetrare per cuocere le carni interne, alcuni tipi di dolci.

**II Grado: Olio caldo:**

Intorno al pezzetto di pane gettato per prova, si produce un bollore molto più accentuato e crepitante, con un leggero fumo inodore. Si usa per completare la cottura dei tipi precedenti, e per sostanze già cotte internamente, che richiedono soltanto una rapida colorazione e solidificazione della superficie, in modo da formare la crosta che racchiude e contiene la parte semiliquida interna. Così crocchette, oggetti impanati o immersi nella pastetta, beignets, cotolete alla Villeroy ecc.

**III grado: olio molto caldo.**

Il fumo che si produce comincia ad avere odore. E' necessaria per oggetti piccoli, in cui la colorazione e la cottura dev'essere contemporanea e istantanea. Soprattutto per i piccoli pesci, per patate trifolate ecc.

Ricordarsi di friggere pochi oggetti per volta, sempre per non abbassare troppo la temperatura dell'olio.

Se non avete l'apposito cestello che facilita l'operazione, quando togliete i fritti dall'olio, adoperate la schiumarola con garbo, soltanto a crosta formata, per danneggiarla il meno possibile.

Nel friggere il pesce, che avete sempre prima passato nella farina, tenete conto che logicamente la temperatura dovrà essere inversamente proporzionale alla grossezza dei pesci. E non friggete pesci troppo grandi, o a fette troppo grosse.

Capirete che i pesci più grossi, se mi sono ben spiegata, necessitano una temperatura d'olio non troppo elevata per permettere un maggior tempo di cottura prima che si formi la crosta che impedisca al calore di arrivare all'interno; soltanto quando arete la sicurezza della cottura interna, potrete rosolarli a fuoco più brillante.

Ed ora che le idee principali mi sembrano risplendenti di chiarezza, vi darò la migliore delle ricette per pastetta da friggere, in cui potrete immergere tutto quello che vi garba: un giorno frutta, un altro pesce o cervella: o anche verdure svariate come in queste fotografie che oggi vi presento, di cavoli e finocchi precedenti lessati.

### FORMULA DELLA PASTETTA.

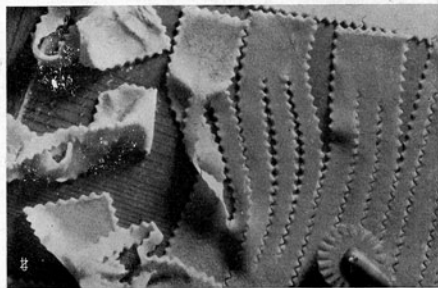
In una scodella, 150 gr. di farina, un po' di sale, due cucchiaini d'olio, un rosso d'uovo, un bicchiere scarso di acqua tiepida. Sbattete bene. Due ore di riposo. All'ultimo momento incorporate tre chiare battute a neve. Fot. 1 e 2

La fig. 1 mostra cavoli e finocchi immersi nella pastetta e la fig. 2 li mostra mentre friggono. Fot. 3 e 4

Immergete a metà questo miracoloso ferretto a forma d'alveare prima nell'olio bollente, poi in una pastella ottenuta con un bicchiere di latte, un etto di farina, un uovo intero e poco sale, passatelo nell'olio molto caldo, dove in pochi secondi vedrete staccarsi dei delicatissimi reticolati che sgoccerate bene, e servirete ciascuno guarnito di marmellata. Fot. 5

Questi sono i Galani, Cenci o Gasse che dir si voglia, ottenuti con una pasta di 250 gr. di farina, 25 di burro, 25 gr. di zucchero, due uova intere, un cucchiaino di acqnavite, e un poco di sale, tirata a sfoglia e così ritagliata, frita e spolverizzata infine di nuvole di zucchero a velo.

E. V. QUATTROVA



(Foto Basini)