

# CUCINA MODERNA

133  
ricette

## FARINA DI CASTAGNE

PER RAVIOLI, TAGLIATELLE,  
GNOCCHI E CRÊPES

## TORTE DI MELE

nuove idee  
spiegate  
passo  
a passo

preparo  
prima

# stufati e stracotti

IL SECONDO È PRONTO IN FREEZER

**ZUCCA DOLCE E SALATA**  
POLPA, BUCCIA E SEMI CROCCANTI  
NON SI BUTTA NIENTE

Stufato di vitello  
con cipolle rosse in  
crosta di patate  
pag. 35

IN EDICOLA IL 10 OTTOBRE 2019



16



# tipologia e vocazione ...

... le patate non sono tutte uguali: ce ne sono di più farinose e più compatte. Ecco alcune esempi di varietà diffuse e adatte per tutti i giorni

## L'acquisto

Quando le scegliete controllate che non abbiano parti verdi e germogli. Questi infatti contengono solanina, una sostanza tossica. Scartate anche quelle dalla polpa molle o leggermente avvizzita, segno che sono disidratate o mal conservate. Preferite le patate delle stesse dimensioni, così, se le lasciate intere, cuoceranno in modo uniforme.

## Conservazione e pulizia

Le patate durano a lungo ma per averle sempre fresche fatele piccole scorte e tenetele in cassette o sacchetti di carta (in cui respirano), in luogo asciutto (perché non ammuffiscano), al buio e al fresco, ma non in frigo. **Sopra i 10° le patate germogliano** e sotto i 4° diventano molli e meno digeribili. Prima di cuocerle lavatele bene **spazzolandole sotto l'acqua corrente** per eliminare ogni traccia di terra: fate questa operazione se le cuocete con la buccia e ripetetela anche una volta sbucciate. In questo caso, se non le cuocete subito, mettetele in acqua fredda per evitare che anneriscano. Una volta cotte, conservatele in frigo per non più di un giorno.

## Scegliere in base alla ricetta



**ROSSA** Il colore si riferisce alla sola buccia di questa patata la cui polpa è gialla e compatta e il gusto saporito. Perfetta per tutti gli usi, è consigliatissima in padella, nei tortelli, in insalata.

**A PASTA BIANCA** Farinosa e ricca di amido, va bene per purè, crocchette, gnocchi, sfornati e, più in generale, quando l'esigenza è ottenere un composto morbido e facilmente lavorabile.



**A PASTA GIALLA** Soda, compatta, poco farinosa, è perfetta da friggere, cuocere al forno, in umido e lessare. L'importante è che non venga schiacciata, nemmeno a mano, perché risulterebbe comunque collosa.

**NOVELLA** È la patata raccolta in anticipo, prima che si sia completato il suo sviluppo. Per questo motivo ha buccia sottile e polpa tenera ed è ideale da cuocere al forno o in padella senza togliere la buccia.

comprare  
al meglio

## SUGLI SCAFFALI



**LA NUOVA ROSÉ**  
Ideale per gnocchi, purè e frittate, è una nuova patata a buccia rosa e polpa giallo vivace selezionata dal Consorzio Patata di Qualità. Fornisce buone quantità di selenio e di luteina, un prezioso antiossidante.

➤ **Selenella, 1 kg. €1,60**



**SPADELLINI POMODORO MOZZARELLA**

Crocanti gusci di patate con un morbido ripieno in 4 varianti. Vanno saltati in padella con un filo d'olio e una noce di burro e sono pronti in 5 minuti.

➤ **Pastificio Rana, 280 g. € 2,49**



**GNOCCHI FRESCHI**

Sono preparati con sole patate di prima qualità, cotte a vapore e nella propria buccia, senza aggiunta di fecola di patate, né additivi chimici, aromi o conservanti.

➤ **Selenella, 400 g. € 2,50**



**CONTORNO PATATE E CARCIOFI**

Si prepara in padella in 9 minuti il mix di patate e carciofi surgelato insaporito e aromatizzato da una nota d'aglio e un ciuffetto di prezzemolo.

➤ **Esselunga, 450 g. € 2,99**



**DI BOLOGNA D.O.P.**

Di varietà Primura, è una patata di alta qualità a buccia liscia con polpa gialla di media consistenza. In cucina è ideale bollita, in purè o al forno.

➤ **Confezioni da 1,5 a 2,5 kg. €1,30/kg**

## SUL MERCATO

### Varietà da provare

**Nere o violette** Sono una specie antica che è stata riscoperta di recente. Hanno buccia scura e polpa violacea (nella foto). Di gusto un po' dolce sono ottime al forno e per guarnire.

**Ratte** Sono le patate francesi di alta qualità preferite da molti grandi chef. Allungate e con buccia sottile (si possono cuocere e mangiare senza pelarle), sono adatte alla cottura al forno, al vapore o anche in padella.

**Americane o batate** hanno forma allungata e polpa molto dolce che va dal panna al rosa, fino all'arancione e persino al viola. Si possono bollire, fare arrosto e anche gustare crude.

**Peruviane** Lunghe e strette, hanno buccia rossastra e polpa giallo vivo di consistenza e gusto particolari. Ideali in umido.

