

LA CUCINA
ITALIANA

I RACCONTI DELLE RADICI



Ministero degli Affari Esteri
e della Cooperazione Internazionale



NOSTALGIA E NUOVI ORIZZONTI

Lo ricordo bene mio nonno Giovanni quando parlava dei parenti «argentini». Originario di Verona, era stato «acquisito» da Milano, visto che si era trasferito con la famiglia ancora in fasce, al punto che parlava correttamente anche il dialetto come i ragazzini

di Porta Genova dove era andato ad abitare. Era sempre emozionato quando ricordava quella parte di famiglia che era andata a cercare fortuna nell'altro mondo. Quell'altro mondo era Rosario, Argentina, una terra lontanissima per lui che aveva viaggiato poco e sempre in treno o a bordo della sua Fiat 850. E ricordo le telefonate dall'apparecchio nero attaccato alla parete nella stanza dove c'era la mobilia più bella, con il volume della voce altissimo solo perché gli interlocutori erano così distanti. Un po' come in uno sketch di Walter Chiari dove si urlava più forte nella cornetta quando aumentava la distanza. Sono fili del telefono, e sono i fili che legano molte famiglie del nostro Paese al resto del mondo. Una rete invisibile e tenace di legami, molto fitta e con diramazioni in tutto il pianeta. Di persone che sono partite con poche cose in una valigia e molte di quelle cose erano ingredienti di cucina. Le caciotte, i pomodori secchi,

le conserve, qualche testa di aglio, e poi certo una foto sgualcita tenuta nella tasca della giacca, quella più vicina al cuore. In quelle valigie c'erano i ricordi della terra, le istantanee del paese che si lasciava con la malinconia nel cuore e la paura dell'ignoto ma anche con quella speranza negli orizzonti che caratterizza l'identità italiana. Questo volume racconta la cucina di chi è partito e che ha accarezzato i ricordi dell'Italia lontana a tavola. Ricette che provengono da tutto il globo ma che parlano italiano.

Maddalena Fossati Dondero

Direttore di *La Cucina Italiana*



SOMMARIO

2	Premessa
5	Presentazione L'essenza dell'italianità
6	Le storie e le ricette Gli autori
9	Introduzione Lontano, vicino a casa
10	Rotte migratorie L'Italia nel mondo
	In libreria
18	Glorioso Cheesesteak
26	Un napoletano ai Caraibi
	Le testimonianze
19	I miei gnocchi del cuore
27	Ricordi di pane e di latte
34	Orgoglio e cannelloni
35	È arrivata la Gubana!
35	Memoria del gusto

RICETTE

13	Ñoquis del 29
14	Sausage and peppers
17	Italian chippers' fish and chips
21	Aussie spag bol
22	Baña cauda di Papa Francesco
25	Milanese a la napoletana
28	Polenta con carote e piselli
31	Cioppino
32	Spaghettieis
37	Muffuletta
38	Chicken parmesan
41	Fugazzeta
42	Spaghetti with meatballs
45	Apizza
46	Fernet e coca

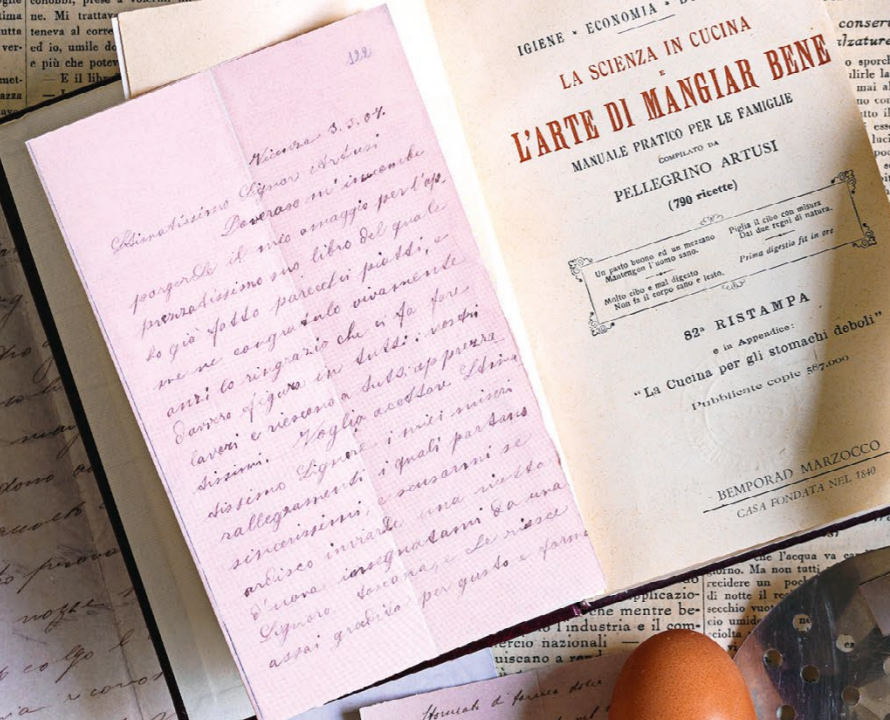
LA CUCINA ITALIANA

GIORNALE DI GASTRONOMIA PER LE DONNE E PER I BUONGUSTAI
CUCINA CASALINGA - ALTA CUCINA - CUCINA CONVIVIALE - CUCINA FOLCLORICA
CUCINA DEI DEBOLI - CUCINA ALBERGHIERA - ARTE DELLA TAVOLA - RICETTARI
SOCIETA' ANONIMA NOTARI (Istituto Editoriale Italiano) - Via Monte Napoleone, 45 - Telefono N. 70-357
N. 2 - ANNO IV - 15 Febbraio 1932 - OGNI NUMERO CENT. 50 - ABBONAMENTO ANNUO L. 10 - INSEZIONI: L. 4 AL MILLIMETRO - ESCE IL QUINDICI DI OGNI MESE

Parliamo di Pellegrino Artusi

Una figura alta, slanciata; figura giovanile nonostante i capelli bianchi; figura distinta e signorile, mi accoglie nel salotto, con un sorriso. L'intimità stanza dove la signora mi riceve è tutta una festa di sole, di fiori, di piante verdi, di luce.
— Si accomodi signora, e mi permetta di offrirle un caffè. Con una tazza davanti, stando sedute attorno al tavolo, si discorre meglio.
— E' vero. Ciò dà subito un'idea di intimità affettuosa, anche a chi non si conosce poco...
— Ma che hanno subito stampato fra loro. Probabilmente quest'epoca di leggerezze.

tenere. E' tanto cara, ha un aspetto di nonna buona, trattengo lo slancio di scendere al collo.
Il sole che sta per tramontare, lo stappando inverno fiorentino, le cime delle piante...
— Quanto deve aver sofferto!
— Spaventosamente. Quando io lo conobbi, prese a volermi un bene. Mi trattava come un figlio. Teneva al corso ed io, unile da e più che poterlo. E il libro...



IGIENE - ECONOMIA - BUON GUSTO
L'ARTE DI MANGIAR BENE
MANUALE PRATICO PER LE FAMIGLIE
Pellegrino Artusi
(790 ricette)
82^a RISTAMPA
e in Appendice:
"La Cucina per gli stomaci deboli"
Bemporad Marzocco
CASA FONDATA NEL 1890



...ar meglio, spender meno...

PRESENTAZIONE L'ESSENZA DELL'ITALIANITÀ

Nelle loro valigie piene di ingredienti, gusti e ricette per continuare a sentirsi a casa, gli emigranti italiani hanno portato con sé anche un innato, peculiare talento per la contaminazione, che da sempre riesce a trasformare le tradizioni individuali in un patrimonio collettivo

DI MASSIMO MONTANARI E ELISABETTA MORO

CONFRONTARSI, MESCOLARSI, INVENTARE

DI MASSIMO MONTANARI

Milanese a la napoletana, ovvero la quintessenza dell'italianità. Lontani dal loro Paese, gli italiani si incontrano e si confrontano. A Buenos Aires mettono insieme le loro cose. Il Nord si incontra col Sud, la cotoletta alla milanese con la salsa di pomodoro - e con l'origano e la mozzarella che richiamano la pizza. Frutto della lontananza? Di una solidarietà fra migranti che, laggiù oltre l'oceano, mescolano le esperienze e per sentirsi italiani inventano soluzioni nuove, quasi dei patchwork che riassumono le tradizioni del Paese? Certo, è così. Ma quei meccanismi di condivisione, quelle «invenzioni» che tengono insieme cibi e sapori diversi, città e territori lontani, non fanno che riprodurre esperienze che gli italiani conoscono e praticano da secoli. Quella «milanese alla napoletana» non è molto diversa dalla cotoletta «bolognese» che alla milanese aggiunge, anch'essa, formaggio e salsa di pomodoro, e la ripassa al forno dopo la frittura. Varianti tante, invenzioni tante, nella cucina italiana, da sempre abituata - da quando esiste, cioè almeno dal Medioevo, ben prima che il Paese esista come unità politica - a confrontare e mescolare esperienze. Fenomeno dapprima elitario, circoscritto alle cucine e alle tavole dei signori, che poi si estende su scala più ampia e popolare. Ma il meccanismo, il metodo è costante: mettere insieme prodotti, ricette, gusti, non limitandosi a sommarli ma moltiplicandoli, così dando vita a una straordinaria ricchezza collettiva. Il

«classico» ragù napoletano non è stato forse affiancato da un (apparentemente) incomprensibile «genovese», oggi vanto della città partenopea? E gli spaghetti di Napoli non sono stati conditi con un altrettanto (apparentemente) incomprensibile ragù «bolognese»? Quegli «spaghetti di Napoli al ragù bolognese» furono, sul finire dell'Ottocento, una geniale invenzione piemontese per creare un piatto-simbolo dell'Italia unita: pasta del Sud, condimento del Nord. Da Torino, patria dell'unità nazionale, quel piatto ha fatto il giro d'Italia e poi del mondo. Voglio dire che le ibridazioni non appartengono solo alla cucina dei migranti, ma sono parte essenziale della cucina italiana, che magicamente sa trasformare il locale in nazionale. Per questo la *Milanese a la napoletana* non va letta come stravagante invenzione degli italiani d'Argentina, ma come vera quintessenza dell'italianità.

LA CUCINA DELL'ANIMA

DI ELISABETTA MORO

L'uomo è ciò che mangia» ha detto il filosofo Ludwig Feuerbach. Ma quando l'uomo emigra, allora il mangiare diventa la sua casa dell'anima. Le ricette le sue orazioni. I sapori la sua memoria. E la tavola domenicale la linfa che alimenta il suo albero genealogico, riportandolo nel profondo delle radici, ma anche proiettandolo con nuovi rami verso il futuro. Perché il rapporto che gli uomini hanno con l'alimentazione è analogo al rapporto che hanno con il linguaggio. Cibo e parola sono naturali e culturali insieme, e obbediscono a regole parzialmente inconse apprese addirittura nel

periodo prenatale. C'è chi parla in proposito di «alimentazione materna» proprio come si parla di «lingua materna». Perché le prime esperienze alimentari, lasciano tracce indelebili. E diventano ancora più evidenti nei piatti degli italiani all'estero. Che hanno trasformato pomodoro, parmigiano, mozzarella e basilico in altrettanti colori d'italianità. Gli italiani, infatti, portano sempre con sé il bagaglio a mano della cultura gastronomica. Lo dimostra la fiorentissima storia della cucina italiana all'estero, che da qualche tempo sforna ricette nuove e antiche al tempo stesso. Come gli *spaghetti with meatballs* italoamericani, eredi degli spaghetti alla chitarra con i pallottini abruzzesi e dell'uso delle polpettine negli sfornati di pasta del Regno delle Due Sicilie. O come la pizza con le vongole, che non è né una novità né un'assurdità, visto che a metà del Settecento nei vicoli di Napoli, dove la pizza è nata, sul disco lievitato condito con aglio e olio si mettevano alici e arselle. Di fatto chi emigra conserva e contamina, ricorda e rinnova. Così la tavola tricolore della domenica è ancora oggi un rito, in cui la patria viene rievocata nei pentoloni di ragù e negli odori delle lasagne abbrustolite. Un tempo preparate dalle nonne, oggi acquistate già fatte. Perché se è difficile trovare il tempo per cucinare, in compenso è vitale ricordare, per rinnovare il senso di una identità. Ma in fondo che cos'è davvero l'identità? È proprio la casa dell'anima. E se pensiamo che la parola greca *diáita* - dalla quale derivano l'italiano *dieta*, l'inglese *diet*, lo spagnolo *dieta* - significa proprio dimora, allora diventa evidente che tutte le cucine italiane, nessuna esclusa, sono le fondamenta della nostra comunità nel mondo.

GLI AUTORI



MASSIMO MONTANARI

È professore emerito dell'Università di Bologna e docente di Storia medievale e Storia dell'alimentazione. Presso l'Università di Bologna ha fondato il master Storia e cultura dell'alimentazione. Presiede il comitato scientifico che ha redatto il dossier di candidatura della cucina italiana all'Unesco.



ARIANNA CONSIGLIO

Ha studiato alla Alma, Scuola internazionale di cucina italiana a Colorno (Parma). Si è formata lavorando in diversi ristoranti, tra cui Contraste, a Milano, dove con lo chef Matias Perdomo impara a «pensare» il cibo, non solo a prepararlo. Ora è responsabile del ristorante di Exit Pastificio Urbano a Milano.



ELISABETTA MORO

È professore ordinario di Antropologia culturale all'Università di Napoli Suor Orsola Benincasa. Titolare presso l'Università di Napoli Federico II dell'insegnamento di Storia della gastronomia dei paesi del Mediterraneo. Membro dell'Assemblea della Commissione Nazionale Italiana Unesco. Dirige il Museo virtuale della Dieta Mediterranea.



EMANUELE FRIGERIO

Cresciuto nella pasticceria di famiglia, dopo la Scuola Alberghiera Amerigo Vespucci di Milano ha lavorato in alberghi tra Francia e Italia, prima di tornare a Milano, dove oggi lavora come pasticciere, consulente e insegnante. È alla costante ricerca di dosaggi sostenibili e tecniche nuove, anche nella cucina salata.



SIMONE CINOTTO

È professore di Storia contemporanea all'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo. Studioso di storia dell'alimentazione, ha pubblicato, tra gli altri, i libri *The Italian American Table*; *Soft Soil, Black Grapes: The Birth of Italian Winemaking in California*; e l'ultimo, *Gastrofascismo e Impero. Il cibo nell'Africa Orientale Italiana, 1935-1941* (Mimesis, 2022).



ILARIA CASTELLI

Ex consulente finanziario, si è qualificata chef al Politecnico di Milano, ha lavorato nelle cucine di grandi alberghi, frequentato l'Atelier de Cuisine Marocain a Essauira e seguito corsi di cucina a Barcellona, San Pietroburgo, in Oman e in Polonia. Nella sua attività di chef a domicilio punta su una cucina salutare e antispreco.

A cura di LA CUCINA ITALIANA IN COLLABORAZIONE CON IL MINISTERO DEGLI AFFARI ESTERI E DELLA COOPERAZIONE INTERNAZIONALE

Progetto MADDALENA FOSSATI Coordinamento MARIA VITTORIA DALLA CIA

Redazione LAURA FORTI

Art Director BRENDAN ALLTHORPE Impaginazione RITA ORLANDI
Photo Editor ELENA VILLA Segreteria di redazione MONICA OGGIONI

Ricerca e testi storici SIMONE CINOTTO

Testi delle ricette LAURA FORTI, VALENTINA VERCELLI Testi delle interviste LAURA PACELLI, SARA TIENI Revisione testi STUDIO DIWA

Foto delle ricette DAVIDE MAESTRI Styling BEATRICE PRADA

Ringraziamo

Fondazione Archivio Diaristico Nazionale per le lettere autografe; Fondazione Paolo Cresci per la foto storica nell'ultima pagina.
Lidia Bastianich, Maria Donati e Rodrigo D'Erasmus per le foto di famiglia. Emporio Mikica per gli oggetti.



Al mio cugino Nereo Neri
Viaggio da Corricella
al Brasile

18 Gen. Partenza da casa col cuore spetto come
1911 in una morsa preoccupato del
futuro, disgustato del presente, dormo
a Cremona.

19 Gen. Da Cremona a Genova nulla d'impor-
tanza fuorchè un dolore crescente
e continuo specialmente quando
salutavo gli ultimi conoscenti a
Cremona. Alle 6 mi sveglia, messo
ra dopo sono alla stazione mi un-
nisco di un biglietto e mi involto
fra una folla salmente irrequieta
che a stento colle mie due valigie
riesco a dirigere i miei passi là
ove la mente vuole.

All'arrivo del Diretto questo viene
assorbito con uno slancio tale che
invece di viaggiatori mi sembrano
affamati e mi ricordari degli assal-
ti ai ferri di Milano nei Pro-
messi Sposi. Finalmente anch'io

INTRODUZIONE

LONTANO, VICINO A CASA

La storia della cucina dei migranti italiani raccontata in quindici ricette

DI SIMONE CINOTTO

«**G**razie per il salame e i funghi che mi avete mandato, con i funghi ho fatto il sugo e ho pensato a voi», scriveva alla mamma un immigrato ligure in Argentina. Tra 1876 e 1976, 27 milioni di persone lasciarono l'Italia, la stessa popolazione del Paese al momento dell'Unità, nel 1861.

Per molti di loro il cibo rappresentò insieme la ragione per partire e ciò che più continuò a legarli all'Italia. Gli emigranti di fine Ottocento lasciavano campagne tra le più povere d'Europa e una dieta quotidiana basata su polenta e pane nero; la carne e il pane di grano rappresentavano sogni che soltanto «La Merica» poteva realizzare. Oltre alla fame, gli immigrati portarono con sé le tradizioni culinarie delle feste – i piatti «tipici» come i tajarin con 40 tuorli piemontesi o la tavola di San Giuseppe siciliana – e l'idea che la cucina avrebbe tenuto insieme famiglie separate da oceani e confini. All'estero le condizioni erano migliori: in Argentina e in Australia mangiavano carne di manzo tre volte alla settimana invece che tre volte all'anno. Molte ricette dell'emigrazione, come il *chicken parm* italoamericano, sostituiscono le verdure dei piatti originali con la carne, o fanno un grande uso di aglio, peperoncino e salsa di pomodoro, ingredienti piccanti e speziati identificati come «italiani».

Le particolarità della Grande Emigrazione Italiana furono decisive: l'alto numero di migranti e la loro concentrazione in comunità distinte, Little Italy, creò nuovi mercati per le industrie della

pasta, del pomodoro in scatola, dei formaggi e dell'olio d'oliva, dando inizio all'esportazione globale del Made in Italy. I contadini, portandosi i semi nelle tasche durante il viaggio, iniziarono a ogni latitudine a coltivare ortaggi «italiani»: broccoli, zucchine, melanzane. A Toronto, dove l'inverno è rigidissimo, interravano i loro amati alberi di fico per poi reimpiantarli in primavera. Per dare da mangiare ai tanti immigrati, uomini soli a cui solamente in seguito si ricongiungevano donne e bambini, nacquero moltissimi ristoranti che servivano la «cucina italiana».

Dall'Argentina alla Francia, dalla Germania al Brasile, l'incontro fra tradizioni culinarie regionali italiane e culture differenti diede origine a piatti molto diversi e tuttavia con un'«aria di famiglia». Non conosciamo i nomi delle autrici delle ricette nate nelle cucine di alloggi dove per la prima volta c'erano l'acqua corrente e la stufa a gas, o nei cantieri dove il «padrone» affidava loro il compito di cucinare per molti uomini, ma sappiamo che furono chef-imprenditori come il Salvatore Lupo della *muffuletta* o il Dario Fontanella degli *Spaghetteis* a inventare cibi divenuti iconici. Il valore affettivo del cibo dell'emigrazione continua oggi, nell'epoca di Skype e Zoom, nell'esperienza dei tanti italiani che ancora emigrano. Il fenomeno del «pacco da giù», in cui la famiglia in Italia mette cibi deliziosi e ricchi di memorie da inviare ai figli, testimonia dell'immutato valore del cibo come elemento di identità per gli italiani nel mondo. I piatti che proponiamo testimoniano delle tante cucine delle radici con cui essi hanno costruito e rinnovato la loro identità attraverso il tempo e le generazioni.

ROTTI MIGRATORIE

L'ITALIA NEL MONDO

Ecco le mete della grande emigrazione italiana, che in circa un secolo ha prodotto nelle terre di arrivo nuove tradizioni culinarie. Mantendendo sempre vivo il legame con le origini

PRIMA FASE: 1870-1900

Le rotte europee dell'emigrazione stagionale e temporanea (Francia, Svizzera) diventano permanenti.

A queste si aggiungono le destinazioni transatlantiche (Argentina, Brasile, Stati Uniti) nel quadro del popolamento e sviluppo di questi Paesi

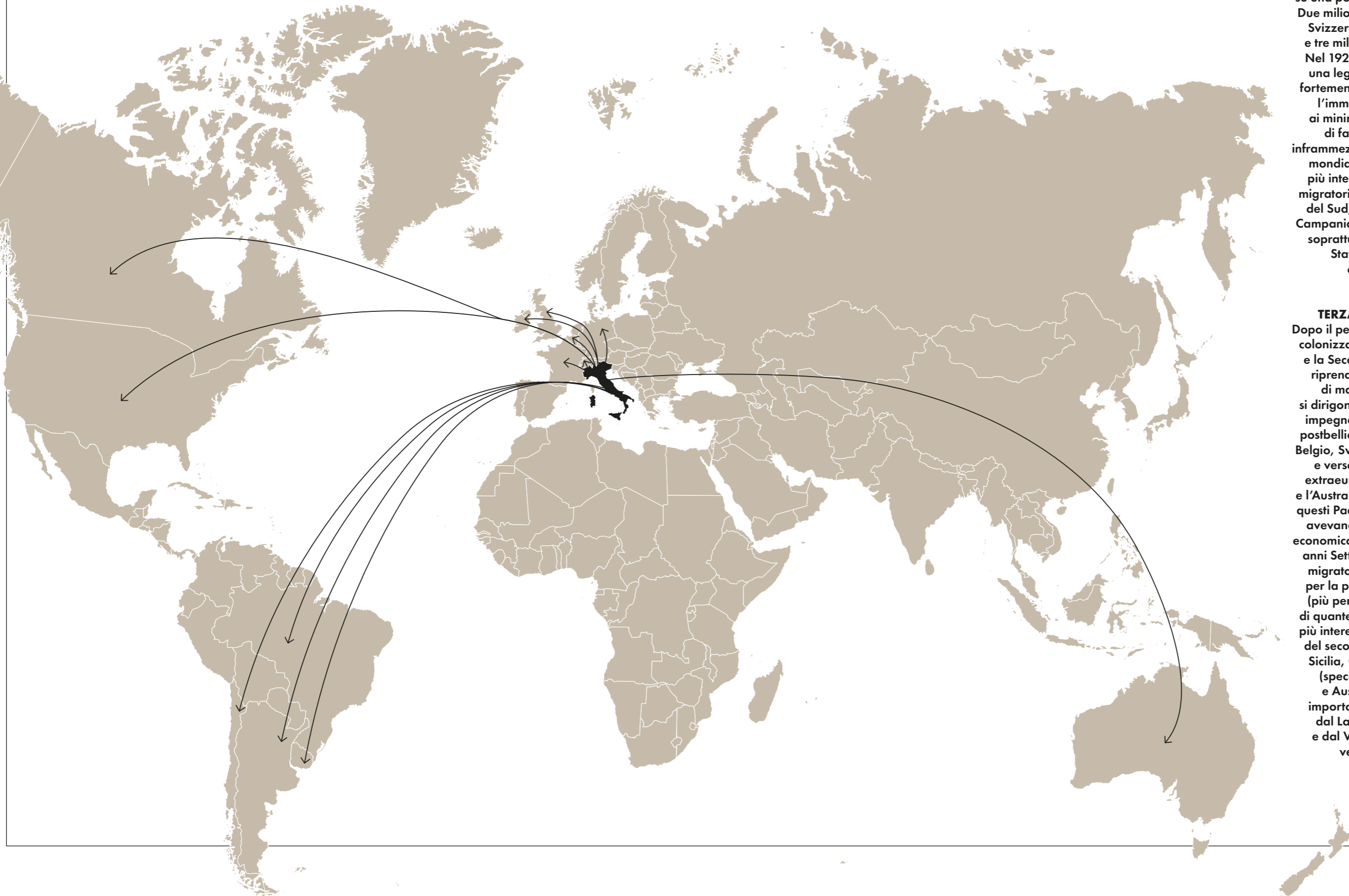
e dell'abolizione della schiavitù nelle Americhe. Le regioni italiane più interessate dal fenomeno migratorio di massa sono quelle del Nord e del Centro, in particolare Veneto (Brasile) e Piemonte (Argentina), e in misura minore Liguria e Toscana (California).

SECONDA FASE: 1900-1930

I flussi migratori toccano il loro picco con la modernizzazione dei trasporti e un mercato del lavoro internazionale stimolato dall'industrializzazione dei Paesi del Nord Europa e del Nord America. Sei milioni di italiani vivono fuori dell'Italia su una popolazione di 35 milioni. Due milioni emigrano in Francia, Svizzera, Belgio e Germania e tre milioni nei soli Stati Uniti. Nel 1924 gli USA introducono una legge sull'immigrazione fortemente restrittiva che riduce l'immigrazione dall'Italia ai minimi termini, chiudendo di fatto questo periodo inframmezzato dalla Prima guerra mondiale. Le regioni italiane più interessate dal fenomeno migratorio di massa sono quelle del Sud, in particolare Sicilia, Campania, Calabria e Basilicata, soprattutto in direzione degli Stati Uniti, ma anche dell'Argentina.

TERZA FASE: 1950-1975

Dopo il periodo fascista, la tentata colonizzazione in Etiopia e Libia e la Seconda guerra mondiale riprendono i flussi migratori di massa. Molti di questi si dirigono verso il Nord Europa impegnato nella ricostruzione postbellica (Germania, Francia, Belgio, Svizzera, Gran Bretagna) e verso nuove destinazioni extraeuropee come il Canada e l'Australia. L'emigrazione verso questi Paesi, che nel dopoguerra avevano conosciuto un boom economico, declina all'inizio degli anni Settanta: nel 1976 il saldo migratorio italiano è positivo per la prima volta nella storia (più persone entrano in Italia di quante ne escono). Le regioni più interessate dall'emigrazione del secondo dopoguerra sono Sicilia, Campania e Calabria (specialmente in Canada e Australia), ma vi sono importanti catene migratorie dal Lazio, dalla Sardegna e dal Veneto (in particolare verso l'Australia).





LA STORIA

ÑOQUIS DEL 29

*Un piatto-portafortuna
diffuso in **Sud America**
alla fine dell'Ottocento,
che sa di accoglienza
e di solidarietà*

Preparare e mangiare gnocchi di patate il giorno 29 di ogni mese è una tradizione degli emigranti italiani in Argentina, Uruguay e Cile, alla quale si accompagna il rito di porre del denaro sotto il piatto dopo avere mangiato, come dono e portafortuna. Il 29 è il giorno che precede l'arrivo dello stipendio, quando ormai le risorse del mese possono essere quasi esaurite. Alcuni pensano perciò che questa usanza sia nata quando gli italiani giunti da tempo in Argentina, e ormai in migliori condizioni economiche, invitavano a pranzo i loro connazionali appena immigrati e in difficoltà, e facevano scivolare delle monete sotto il piatto di ñoquis per aiutarli ad arrivare alla fine del mese più serenamente.

Una curiosità: in lunfardo, la lingua creola italoargentina, la parola *ñoqui* si riferisce a un lavoratore scansafatiche, di solito un dipendente pubblico, che si presenta al lavoro solo alla fine del mese per ricevere lo stipendio. Ma c'è anche una spiegazione leggendaria: san Pantaleone, un martire vissuto nell'Alto Medioevo, avendo chiesto del pane a dei contadini veneti in un 29 di luglio, fu da questi invitato alla loro modesta tavola per condividere gli ultimi gnocchi. Dopo che Pantaleone se ne fu andato, i suoi generosi ospiti trovarono con grande sorpresa delle monete sotto il piatto.

LA RICETTA

Cuoca Ilaria Castelli

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 40 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

2 litri passata di pomodoro
1,5 kg patate
300 g farina
4 tuorli
3 spicchi di aglio
zucchero
basilico
formaggio grattugiato
olio extravergine di oliva
sale

Bucherellate le patate, appoggiatele su una teglia coperta con carta da forno e infornatele a 180 °C per 1 ora. Sforinatele, pelatele e schiacciatele con uno schiacciapatate.

Impastate le patate, caldissime, con la farina, i tuorli, una presa di sale e, se volete, pepe o noce moscata.

Lavorate il composto finché non sarà omogeneo, poi dividetelo in piccoli filoncini, quindi ricavate gli gnocchi e rigateli sui rebbi di una forchetta.

Scaldare in una casseruola 4-5 cucchiai di olio con 3 spicchi di aglio schiacciati, che poi toglierete.

Unite la passata di pomodoro, con 2 cucchiaini di zucchero, e cuocetela con un coperchio leggermente scostato per circa 40 minuti. Aggiustate di sale alla fine.

Lessate gli gnocchi in acqua bollente salata, scolandoli appena vengono a galla.

Conditeli con il sugo e serviteli completando con basilico e formaggio grattugiato.

LA STORIA

SAUSAGE AND PEPPERS

Nei primi anni del Novecento, molti italiani del Sud migrano verso gli **Stati Uniti**.

Il sapore acceso delle loro cucine si ritrova in questo street food dei giorni di festa

Insieme alle zeppole, è il mangiare più comune delle feste di strada italoamericane, religiose e civili, in molte città degli Stati Uniti, come la festa di San Gennaro che si celebra per due settimane in settembre nella Little Italy di New York o il Columbus Day, il 12 ottobre. Le salsicce, i peperoni e le cipolle vengono grigliati su una piastra calda unta di olio nelle bancarelle o sui food truck allineati al bordo della strada, tra giostre e venditori di souvenir, e servite in un piatto o in un panino, chiamato *hoagie roll*.

LA RICETTA

Cuoca Ilaria Castelli

Impegno Facile

Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g pomodori pelati
120 g vino rosso o Marsala
4 salsicce
4 panini tipo sfilatino
4 spicchi di aglio
1 cipolla dorata
1 peperone verde
1 peperone giallo
1 peperone rosso
origano secco
peperoncino secco
olio extravergine di oliva
sale

Scaldare 2 cucchiai di olio in un tegame e rosolatevi le salsicce per 4-5 minuti, finché non saranno delicatamente colorite; alla fine toglietele dalla pentola.

Affettate finemente la cipolla.

Mondate i peperoni e tagliateli a strisce di circa 8 cm.

Raccogliete peperoni e cipolle nel tegame delle salsicce e fateli appassire per 18-20 minuti. Infine salate, unite l'aglio, cuocete per 1 minuto, sfumate con il vino e fatelo ridurre della metà.

Aggiungete i pelati, 1 cucchiaio di origano e ½ cucchiaino di peperoncino (se vi piace il sapore piccante), mescolate bene e riunite le salsicce.

Portate a bollore, abbassate il fuoco e cuocete per circa 20 minuti.

Servite le salsicce e i peperoni nei panini. Sono buoni anche con la polenta o per condire una pasta corta.





LA STORIA

ITALIAN CHIPPERS' FISH AND CHIPS

*La curiosa vicenda
di un cibo britannico che,
portato a **Dublino** dagli
emigrati laziali nel secondo
dopoguerra, per gli irlandesi
diventa italiano*

Diverse famiglie della provincia di Frosinone immigrate in Inghilterra avevano conosciuto la tradizione del *fish and chips* e, spostatesi in Scozia, ne erano diventate leader di mercato, talvolta servendolo da carretti ambulanti equipaggiati con una caldaia per friggere, talvolta in piccoli negozi. Dopo la Seconda guerra mondiale, gli immigrati si trasferirono a Dublino, aprendovi molti *chippers* (friggitorie dedicate, sia d'asporto sia per il consumo in loco). Poiché erano stati degli italiani a introdurre il *fish and chips*, e i *chippers* erano locali a tutti gli effetti italiani, gli irlandesi pensarono che il piatto fosse un cibo tipicamente italiano. La seconda generazione di immigrati laziali ha per gran parte mantenuto viva questa tradizione.

LA RICETTA

Cuoca Ilaria Castelli

Impegno Medio

Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 1 PORZIONE

120 g filetto di merluzzo

120 g latte scremato

3 patate medie

1 uovo

farina Manitoba

olio per friggere

sale in fiocchi

sale - pepe

Pulite bene il filetto di merluzzo.

Sbattete l'uovo con una frusta e unitevi il latte, quindi 60 g di farina, poca per volta. Passate il composto attraverso un setaccio, per renderlo più uniforme, poi salate e pepate. Lasciate riposare la pastella per 10-15 minuti.

Pelate intanto le patate e tagliatele a bastoncini (6,5 cm x 1,5 cm).

Friggetele in olio a 170 °C per circa 3 minuti, poi scolatele su carta da cucina.

Passate il filetto di pesce nella farina, scrollate l'eccesso, quindi immergetelo nella pastella e frigetelo nell'olio a 165 °C per circa 2 minuti per lato.

Una volta immerso, irrorate la superficie con olio, servendovi di un cucchiaino.

Scolate il filetto su carta da cucina.

Portate la temperatura dell'olio a 190 °C, quindi friggetevi nuovamente le patatine e il filetto per 1 minuto, in modo da renderli croccanti e dorati.

Serviteli con fiocchi di sale.



Il ristorante di Marc Vetri, Vetri Cucina, in Spruce Street a Filadelfia. Cresciuto a South Philly, lo chef è una star della cucina italiana della città.

IN LIBRERIA

GLORIOSO CHEESESTEAK

Anche un panino può fare la storia di una città. Lo racconta Judith Goode in un saggio sull'eredità degli immigrati italiani a Filadelfia

Riportiamo qui accanto un paragrafo del capitolo *Il cibo italiano e l'identità della città di Filadelfia*, tratto da *L'eredità italiana a Filadelfia* (Treccani, 2023), versione italiana di *The Italian Legacy in Philadelphia* (Philadelphia, Temple University Press 2021). Il libro, a cura di Andrea Canepari e Judith Goode, raccoglie numerosi contributi che analizzano l'eredità della comunità italiana nello sviluppo di Filadelfia. Tra questi, *Il cibo italiano e l'identità della città di Filadelfia*, scritto dalla professoressa Judith Goode, esamina il ruolo giocato dalla cultura gastronomica italiana nello sviluppo della città statunitense.



«Oggi l'eredità gastronomica italiana si manifesta sia nei cibi popolari sia in quelli di fascia alta. Nel campo dei cibi popolari, i panini creati a livello locale fungono da marchio per la città, rappresentandone il lato operaio e grintoso. I foodies di oggi cercano la qualità e il gusto in tutta la gerarchia sociale, dalle dinastie dei ristoranti di lusso fino agli umili food truck e ai ristoranti bugigattolo. L'icona gastronomica di Filadelfia, il cheesesteak*, è una delle creazioni ibride realizzate a South Philly per i buffet dei grandi eventi. Il cheesesteak si può trovare all'aeroporto e allo stadio, con versioni più sofisticate anche in luoghi di fascia più alta. Quasi sempre identificato come Philadelphia cheesesteak o Philly cheesesteak, è presente in molti menù di tutto il Paese. Nel 1987 trovai un drive-in chiamato Philly Cheesesteak a Bogotà, in Colombia, aperto da immigrati colombiani ritornati da Filadelfia che si erano innamorati del cheesesteak e ne avevano nostalgia. I filadelfiani che si sono trasferiti a Los Angeles possono scegliere tra molti locali che pubblicizzano i loro Philly cheesesteak. Resi popolari oltre i confini di Filadelfia dai media turistici nazionali e internazionali, questi cibi sono consumati sia dai turisti sia dai giovani lavoratori hipster, recentemente arrivati in città, che hanno gentrificato South Philadelphia. I relativi meriti delle ricette e dei gusti dei diversi locali sono discussi all'infinito attraverso le classifiche e il passaparola. Farsi fotografare mangiando un cheesesteak è un passaggio obbligatorio per i candidati politici in visita.

Altri noti panini italiani locali che rappresentano il cibo popolare e veloce del lavoratore includono il panino con arrosto di maiale e cime di rapa, che si trova all'aeroporto, allo stadio e persino a Brooklyn, il quartiere alla moda di New York, dove un ex abitante di Filadelfia, che era partito dallo smercio nel suo piccolo appartamento senza ascensore, ha ormai aperto due locali. Ci sono storie diverse sulle origini di questi particolari panini, ma i panini caldi sono collegati a grandi feste collettive organizzate dalle donne o dalle grandi gastronomie, dette deli, che si sono sviluppate nel dopoguerra. L'hoagie, un prodotto onnipresente a Filadelfia, che si presta anche a competizioni per stabilire quale sia "il migliore", è legato ai pranzi al sacco dei lavoratori di un tempo.

* Panino con carne di manzo macinata e formaggio inventato dagli italoamericani Pat e Harry Olivieri negli anni Venti del Novecento.



Nelle foto a colori, Lidia Bastianich nella sua cucina di New York, sotto con la mamma Erminia. Nelle foto in bianco e nero, qui sopra, Lidia con il padre Vittorio, il fratello Franco e l'amico Giovanni Tromba nella loro casa a New York, nel 1959; in alto, la famiglia di Lidia (Maria Santola, zia Lidia e i nonni Giovanni e Rosa) in Istria.



LE TESTIMONIANZE

I MIEI GNOCCHI DEL CUORE

Per la nota cuoca Lidia Bastianich i piatti dell'infanzia in Istria sono ancora oggi una carezza che dà gioia e conforto

«Sono cresciuta con mia nonna Rosa in campagna a Pola, in Istria, in mezzo agli animali, ai prodotti della terra. Quando sono emigrata negli Stati Uniti nel 1958 – avevo dodici anni – è stato il cibo a ricordarmi la mia infanzia, i profumi di un tempo: cucinare mi faceva stare bene perché mi riportava a quel periodo andato. Una volta arrivata a New York mi sono chiesta: "Perché amo così tanto la cucina?". Credo che sia stato proprio un istinto, quello di tornare alle origini. Ero una bambina e allora non avrei mai immaginato che non avrei più visto casa; poi nel tempo l'ho capito e, con dispiacere, ho pensato che non ero riuscita a salutare mia nonna Rosa, le mie caprette, le mie zie... Ecco, con la cucina ho portato la mia terra, la mia famiglia, in America. Una tradizione tenuta viva con passione, entusiasmo e amore da quattro generazioni, perfino quando, appena arrivati Oltreoceano, avevamo una cucina piccola quanto uno sgabuzzino. Lì abbiamo comunque fatto tavolate con la famiglia e gli amici, poi, appena ho potuto, mi sono regalata una grande cucina! Tra i piatti che cucinavamo più spesso c'erano risi e patate, le verze in padella, e soprattutto gli gnocchi, che ancora oggi per me sono una carezza intima; li facevamo anche dolci, con le prugne, pane grattugiato, burro e cannella. Insomma, tutti piatti poveri, ma ricchi di gusto e indelebili nella memoria. Una volta in America, poi, ho anche capito che la cucina italiana era diversa da quella che ricordavo, perché i primi migranti provenivano dal Sud, da Campania, Calabria e Sicilia. Così, in età adulta, ho cominciato a viaggiare per tutta l'Italia, per scoprire i piatti regionali e portarli negli States. Il resto è storia». LAURA PACELLI



LA STORIA

AUSSIE SPAG BOL

Si preparano in tutta l'Australia, dove sono diventati il piatto-simbolo della cucina italiana, soprattutto dopo gli anni Settanta

L'immigrazione italiana in Australia è iniziata nei primi del Novecento, con i siciliani diretti verso il Queensland per lavorare nelle piantagioni di canna da zucchero; solo nel secondo dopoguerra però è diventata un fenomeno di massa, con più di 400.000 arrivi tra 1949 e 1980. La gran parte degli immigrati proveniva da Sicilia, Calabria e Veneto e si concentrò nelle città più grandi, Melbourne, Sydney, Adelaide e Perth. Fino agli anni Sessanta le cucine regionali portate in Australia, e incentrate su pratiche come farsi da sé il salame e la conserva di pomodoro, destarono poco interesse al di fuori della comunità. A partire dagli anni Settanta, tuttavia, mentre si riduceva il flusso migratorio, l'immagine dell'Italia e la sua cucina cominciarono a diventare attraenti anche per gli australiani. Gli *spag bol* (abbreviazione di spaghetti alla bolognese, invenzione moderna che si cercherebbe invano nei ricettari regionali) sono il piatto-simbolo che gli immigrati sono riusciti a introdurre nella cucina australiana. E con tale successo che vengono serviti in ogni ristorante, italiano e no, e cucinati nelle case di tutto il Paese.

LA RICETTA

Cuoca Ilaria Castelli

Impegno Facile

Tempo 1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg polpa di manzo macinata
800 g pomodori pelati a pezzi
500 g spaghetti
375 g brodo di manzo
100 g pancetta a cubetti
100 g funghi mondati
2 spicchi di aglio
1 cipolla
1 carota
1 gambo di sedano
origano
basilico
Parmigiano Reggiano Dop
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mondate sedano, carota e cipolla e tritateli finemente.

Scaldare 1 cucchiaio di olio in una casseruola capiente e unitevi le verdure tritate e la pancetta. Lasciate rosolare per circa 5 minuti.

Affettate i funghi e schiacciate l'aglio.

Uniteli alle verdure e cuocete per 2 minuti, infine aggiungete la carne macinata e mescolate con un cucchiaio di legno per 5 minuti, finché non sarà dorata.

Aggiungete quindi i pelati, il brodo e un po' di origano, aggiustate di sale e pepe, portate a bollire, abbassate il fuoco e cuocete per circa 1 ora.

Lessate gli spaghetti, scolateli e distribuiteli nei piatti; conditeli con il ragù e completate con parmigiano grattugiato e basilico.

LA STORIA

BAÑA CAUDA DI PAPA FRANCESCO

La salsa di acciughe piemontese in **Argentina** è al centro del pranzo della domenica, e si serve perfino sugli agnolotti

Grande è stata l'emigrazione dal Piemonte in Argentina, soprattutto nelle aree rurali delle regioni di Santa Fe, Cordoba e Rafaela, e tanti sono i piatti piemontesi diffusi nel Paese sudamericano tra gli immigrati di terza e quarta generazione e nella cucina argentina in genere. Uno di questi è il *vitel toné*, elaborato con ingredienti locali a partire dalla ricetta originale. Nel libro-intervista di Carlo Petrini, *Terrafutura. Dialoghi con Papa Francesco sull'ecologia integrale* del 2020, Papa Bergoglio ricorda i pranzi della sua gioventù in una comunità di immigrati piemontesi. Mentre nei giorni lavorativi si mangiava quasi solo la polenta, «tagliata con il filo, che si schiacciava e si scaldava sulla stufa, oppure frita, ancora più buona», nei giorni di festa regnava la bagna cauda. In Piemonte, era un cibo delle occasioni particolari (la fine della trebbiatura o del raccolto) consumato in grandi gruppi di commensali con generose quantità di vino rosso. In Argentina è diventata il piatto del pranzo domenicale «italiano», conosciuto con il nome di *baña cauda*. In un'ulteriore elaborazione argentina, la *baña cauda* viene anche versata sugli agnolotti (*ravioles*) o sulla bistecca *milanese*.

LA RICETTA

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Facile

Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

600 g pane
500 g panna fresca
500 g patate – 500 g ravioli
450 g cavolfiore a ciuffetti
200 g broccolo a ciuffetti
40 g acciughe sott'olio
12 cavolini di Bruxelles
6 spicchi di aglio
3 cuori di sedano
2 cotolette alla milanese
1 carota – sale
olio extravergine di oliva

Tagliate il pane: metà a fette e metà a dadini. Ungeteli con un filo di olio e tostateli in forno per 7-8 minuti a 200 °C.

Pelate le patate e tagliatele a tocchi. Distribuitele in una placca coperta con carta da forno e infornatele a 200 °C per circa 30 minuti.

Lessate il cavolfiore in acqua bollente salata per 5-6 minuti, trasferitelo con un mestolo forato in acqua fredda e poi scolatelo. Lessate allo stesso modo il broccolo per 4 minuti e i cavolini di Bruxelles per 7-8 minuti. Tagliate questi ultimi a metà.

Pelate una carota e tagliatela a fette oblique. Mondate il sedano e tagliatelo a bastoncini.

Friggete le cotolette e lessate i ravioli.

Sbucciate gli spicchi di aglio e privateli dell'eventuale germoglio verde interno. Frullateli con un mixer a immersione con le acciughe e 6 cucchiaini di olio, ottenendo una crema. Trasferitela in una padella e cuocetela per 2-3 minuti, finché non cambia colore, quindi aggiungete la panna. Cuocete ancora a fuoco molto basso per circa 10 minuti, finché non avrete ottenuto una crema. Servitela con tutte le verdure, le patate, le cotolette e i ravioli.





LA STORIA

MILANESA A LA NAPOLITANA

*Ovvero la bistecca impanata
di Buenos Aires, in cui
si fondono ricette provenienti
dal Sud e dal Nord Italia*

Tipica della città di Buenos Aires, è il risultato della combinazione delle cucine dei due grandi gruppi di immigrati italiani nella città, quelli del Nord (piemontesi, liguri, lombardi e veneti) e quelli napoletani. Si tratta infatti di una fusione tra la cotoletta alla milanese, la valdostana e la carne alla pizzaiola: fettina di manzo impanata e fritta, salsa di pomodoro, origano e mozzarella, tutto scaldato in forno per far filare la mozzarella e armonizzare gli ingredienti. Si accompagna di solito con un'insalata oppure con un purè di patate (*papas*) o del riso.

LA RICETTA

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Facile

Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

350 g salsa di pomodoro

300 g pangrattato

8 fettine di coscia di manzo

8 fette di prosciutto

8 fette di mozzarella

6 uova – origano

olio per friggere – sale

Impanate le fettine di carne passandole nel pangrattato, nelle uova sbattute con un po' di origano, quindi nuovamente nel pangrattato.

Friggete le bistecche in padella in un velo di olio per friggere ben caldo, per circa 3 minuti per lato.

Scolatele su carta da cucina per eliminare il grasso in eccesso e salatele.

Ponetele in una teglia, posandole su 2 cucchiaini di salsa di pomodoro. Copritele con una fetta di prosciutto e di mozzarella tagliata a metà e infornate a 180 °C per circa 5 minuti, finché la mozzarella non comincerà a filare.

IN LIBRERIA

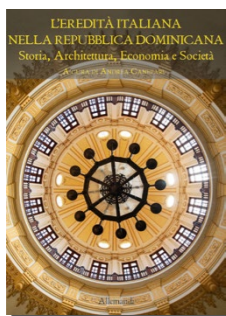
UN NAPOLETANO AI CARAIBI

Se a Santo Domingo la pizza è diventata una irrinunciabile abitudine, il merito è soprattutto di Annibale Bonarelli e del suo ristorante Vesuvio



Riportiamo l'inizio del capitolo **La famiglia Bonarelli. Il sapore dell'Italia nella Repubblica Dominicana**, tratto da **L'eredità italiana nella Repubblica Dominicana** (Allemandi, 2021)

a cura di Andrea Canepari. Il libro indaga il contributo italiano nella storia della Repubblica Dominicana. Tra i diversi capitoli a opera di studiosi e ministri, quello dedicato alla famiglia Bonarelli, firmato da Mu-Kien Adriana Sang Ben, direttrice del Dipartimento di Educazione dell'Area di Storia e docente della Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra.



« La storia del napoletano Annibale Bonarelli Izzo (1922-2002), di Vincenzo, è la storia di uno di quei figli della vita che, in cerca di un futuro migliore, si lanciano all'avventura, verso un mondo ignoto. Annibale era già sposato con Immacolata Pascale Landi (1924-2014) e aveva quattro figli: Vincenzo (Enzo), Giuseppe (Peppino), Maria e Gaetano. Rosario, la più piccola, è nata a Santo Domingo.

Nonostante fosse un cameriere apprezzato nelle case nobili di Napoli, nel 1949 Annibale pensò di andare a lavorare su una nave che percorreva la rotta New York-Italia. In uno di quei viaggi decise di fermarsi negli Stati Uniti. Alla moglie raccontò che ci sarebbe rimasto per un po', il tempo di mettere da parte dei risparmi per poter comprare una casa per la famiglia. Vi trascorse quasi cinque anni.

Un giorno, mentre viveva il sogno americano, un amico che commerciava tessuti nella Repubblica Dominicana gli parlò entusiasta di un paese dei Caraibi in cui mancavano i buoni ristoranti. Nel 1953, approfittando del fatto di dover regolarizzare il proprio status di immigrato negli Stati Uniti, Annibale s'imbarcò su una nave mercantile e venne sull'isola. Una volta visto quel paradiso caraibico decise di volerci vivere. Nel 1954 mandò a chiamare la famiglia, per portarla "nel più bel Paese del mondo".

Innamorato del mare, che gli ricordava Napoli, decise di aprire un'attività commerciale. Acquistò tutta l'attrezzatura a New York: un forno a gas per fare la pizza e il pane, tre fornelli elettrici e una gelatiera. Poi affittò una casa da "Babito" Sturla. Era nato il Ristorante, Pizzeria e Gelateria Vesuvio. All'inizio il ristorante aveva diciotto tavoli, e i clienti aspettavano il loro turno placidamente seduti sulle panchine del viale.

Una caratteristica peculiare del nuovo ristorante era l'offerta di prodotti di produzione propria. Tra i clienti divennero famosi il prosciutto, il salame, la mozzarella, la ricotta e, soprattutto, la pasta fresca, in particolare le lasagne "napoletane". Il locale offriva anche piatti a base di carne, pesce e frutti di mare. I dolci divennero il suo marchio di fabbrica, a partire dalle specialità della casa: la cassata e la zuppa inglese.

Il Vesuvio è stato indubbiamente tra i primi a proporre la cucina italiana. Le varietà di pasta presenti nel menù, così come il fatto di cucinare in modi inconsueti prodotti già noti sul mercato locale, ha spalancato gli orizzonti del gusto a un settore importante della società dominicana. Uno dei suoi contributi più grandi è stato l'aver fatto conoscere un piatto tra i più tipici della tradizione italiana come la pizza, che col tempo è entrata a far parte delle abitudini culinarie dominicane. »



Il ristorante Vesuvio di Annibale Bonarelli a Santo Domingo; in alto, Bonarelli con la moglie Immacolata, il 20 ottobre 1959.



A sinistra, Onorina Giuliani, la nonna paterna di Maria Donati, nella sua casa di Rafaela, in Argentina, con il marito Tranquillo e i due figli, Eduardo (a sinistra), padre di Maria, e Victor. In basso, Maria Donati.

LE TESTIMONIANZE

RICORDI DI PANE E DI LATTE

Quando dall'Argentina **Maria Donati** è arrivata in Italia si è sentita subito a casa, grazie ai mangiari e ai racconti che la nonna le faceva da bambina

« Abitavo a Rafaela, nella provincia argentina di Santa Fe, in un quartiere chiamato Italia, gustoso e sfavillante, che radunava immigrati di tutte le regioni italiane. Se penso alle mie origini, il ricordo va immediatamente alla nonna paterna Onorina Giuliani, emigrata dal Trentino a quattordici anni. Era nata a San Lorenzo in Banale, un paesino di montagna. Cucinava piatti tradizionali molto rustici, come i crauti con la polenta, ogni volta in quantità industriali! Ma la ricetta che mi fa tornare all'infanzia è quella che in Argentina chiamavamo la *torta de leche*, la torta di latte, fatta con latte e pane raffermo. Quella torta, umida e bassa, era buona anche fredda, a colazione come a cena. È un ricordo affettuoso e indelebile. Mio nonno materno, invece,

che era di origine piemontese, faceva la bagna cauda, in una bella pentola di coccio; si preparava solo il Venerdì santo, e i miei parenti si erano ingegnati con gli ingredienti disponibili sostituendo l'olio extravergine di oliva, che non si trovava, con olio di semi e panna. La variante è deliziosa e ricorda, diversamente, il sapore piemontese. Quando sono partita dall'Argentina, quella pentola l'ho portata con me. Conservo anche qualche foglio dei ricettari di famiglia, mentre il quaderno originale lo tiene la mia mamma a Rafaela. Sono in Italia dal 2003 e sento questa terra come la mia seconda casa. Ho visitato anche il paese di mia nonna in Trentino: mi commuove che sia rimasto tutto come una volta, mi sembrava di conoscerlo già, di averlo già visto, tanto erano stati vividi i suoi racconti. Non ci raccontava le favole, le sue favole erano le storie sull'Italia». SARA TIENI



LA STORIA

POLENTA CON CAROTE E PISELLI

Cibo quotidiano degli italiani del Nord emigrati in Francia e Belgio, la polenta rimane la protagonista in tavola anche dopo la fine dell'austerità postbellica

Per tanti immigrati dal Nord Italia in Francia e in Belgio, prima e dopo la Seconda guerra mondiale, il cibo quotidiano era la polenta, e tale è rimasto a lungo, anche dopo il miglioramento del tenore di vita nei Paesi di arrivo. Il regista francese Alain Ughetto, autore del film di animazione sull'immigrazione italiana in Francia *Manodopera* (2023), ha ricordato che sua «nonna Cesira si metteva a cucinare fin dal mattino: polenta e latte a colazione, polenta e coniglio in umido a mezzogiorno e polenta gratinata al forno la sera».

La ricercatrice Leen Beyers ha studiato le abitudini alimentari di tre generazioni di immigrati italiani arrivati in Belgio nell'ambito del protocollo italo-belga del 1946 che prevedeva lo scambio di carbone contro lavoratori da occupare nelle miniere del Paese. Gli immigrati, provenienti dalla Ciociaria, dal Veneto e dall'Emilia, vennero ospitati tutti insieme in una struttura sprezzantemente soprannominata Château des Italiens. Mentre nei giorni di festa gli immigrati del Nord preparavano le lasagne alla bolognese con la besciamella e quelli del Sud le lasagne con le polpette, le uova sode e il pecorino, nei giorni lavorativi tutti mangiavano per lo più polenta. Beyers notò come le donne immigrate più propense ad accogliere elementi della cucina belga come segno di integrazione avessero inventato la polenta con le carote e i piselli, a imitazione dello *stoemp*, un piatto molto diffuso in Belgio, in cui le verdure vengono mescolate con il purè di patate.

LA RICETTA

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Facile

Tempo 1 ora

Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

500 g farina di mais per polenta

150 g piselli lessati

150 g carote

30 g cipolla

olio extravergine di oliva

sale – pepe

Tritate la cipolla e fatela appassire in una padella con 2 cucchiari di olio.

Mondate le carote e tagliatele a rondelle, quindi unitele alla cipolla.

Salate e pepate e cuocete per 2-3 minuti. Unite quindi i piselli, bagnate con un po' di acqua e fate cuocere per circa 15 minuti.

Preparate la polenta, versando la farina in 1,5 litri di acqua bollente salata. Cuocetela mescolando per circa 45 minuti. Alla fine dovrà risultare piuttosto morbida.

Servitela insieme con le verdure e completate con una macinata di pepe.





LA STORIA

CIOPPINO

La zuppa di pesce ligure rinasce a **San Francisco** sulle tavole degli immigrati giunti dal Perù a metà Ottocento

L'immigrazione italiana in California fu molto diversa da quella verso New York, Chicago, Philadelphia e le altre città industriali dell'Est degli Stati Uniti, dove giunsero per lo più italiani dalle campagne dell'Italia meridionale che trovarono occupazioni non qualificate nei settori delle costruzioni e del tessile. Gli italiani in California venivano in maggioranza dal Nord Italia (Liguria, Toscana, Piemonte) e qui divennero agricoltori, pescatori, viticoltori, venditori di frutta e verdura, e imprenditori di grande successo nel settore alimentare, come Mark Fontana, fondatore della Del Monte, e Domenico Ghirardelli dell'omonima grande azienda del cioccolato. I pionieri della comunità italiana di San Francisco, mercanti liguri provenienti dal Perù in seguito alla grande Corsa all'oro del 1848-1849, reinventarono il *ciuppin*, la tipica zuppa di pesce genovese, chiamandola *cioppino*. Come specialità tipica regionale italoamericana oggi il piatto viene servito in tutti i ristoranti sui moli di Fisherman's Wharf e della Little Italy di San Francisco, North Beach.

LA RICETTA

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Medio

Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

800 g pomodori pelati

700 g filetti di merluzzo

700 g vongole spurgate

700 g gamberi

250 g vino bianco

125 g scalogno

3 spicchi di aglio

peperoncino secco

origano secco – timo

zucchero – burro – sale

olio extravergine di oliva

Fate aprire le vongole in una casseruola con un goccio di acqua e il coperchio. Filtrate l'acqua e tenetela da parte, allungandola fino a ottenere 500 g di liquido.

Mondate gli scalogni e tritateli. Fateli appassire in una casseruola con 4-5 cucchiaini di olio, per circa 5 minuti. Aggiungete gli spicchi di aglio tritati (regolate la dose a piacere) e cuocete per 1 minuto ancora.

Sfumate con il vino bianco, poi cuocete finché non si sarà ridotto della metà, in circa 5 minuti.

Unite i pomodori pelati, il liquido delle vongole, una presa di sale e di zucchero, un po' di peperoncino secco, un po' di origano, un mazzetto di rametti di timo e 235 g di acqua.

Portate a ebollizione, coprite con un coperchio, abbassate il fuoco e lasciate sobbollire per circa 25 minuti.

Tagliate intanto il pesce a tranci larghi 5 cm, poneteli su una placca foderata con carta da forno, conditeli con un filo di olio e sale e infornateli a 200 °C per circa 10 minuti.

Sgusciate i gamberi e togliete il filettino scuro dell'intestino.

Uniteli alla zuppa, ormai pronta, e lasciateli cuocere per 1 minuto.

Aggiungete una noce di burro, le vongole e mescolate tutto.

Servite i tranci di pesce insieme con la zuppa, dividendo tra i piatti le vongole e i gamberi. Completate con fette di focaccia o di pane all'aglio.

LA STORIA

SPAGHETTIEIS

Il primo gelato in forma di spaghetti con salsa di fragole fu servito da Dario Fontanella nella sua gelateria a Mannheim nel 1969: dolce sintesi dei due cibi italiani più amati dai tedeschi

L'immigrazione italiana in Germania è stato un fenomeno di lunga durata e con flussi differenti. All'inizio del Novecento gli immigrati dalle province di Belluno e

Treviso vi introdussero il gelato e i gelatai ambulanti veneti che con il loro carretto attraversavano le strade di Berlino, Francoforte e Monaco diventarono un'istituzione della vita quotidiana. Dopo la Seconda guerra mondiale l'immigrazione prese il carattere di un movimento di massa, grazie ai numerosi posti di lavoro offerti dalla ricostruzione industriale del Paese. Molti degli immigrati venivano dal Sud Italia, e insegnarono ai tedeschi il gusto per la pizza e gli spaghetti al pomodoro aprendo numerosi ristoranti e pizzerie. La novità più originale furono però, negli anni Sessanta, i *gelato parlor* con i tavolini all'aperto, in cui i tedeschi, mentre gustavano il gelato italiano, potevano sognare il sole e il mare delle vacanze estive sulla Riviera romagnola, che costituiva la loro principale meta turistica. Nel 1969, il proprietario di uno di questi locali a Mannheim, Dario Fontanella, decise di combinare in un'unica ricetta i due cibi dell'immigrazione italiana di maggior successo in Germania, il gelato e gli spaghetti, creando lo *Spaghet-tieis*, oggi molto diffuso anche in Austria e nella Svizzera tedesca.

LA RICETTA

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Facile

Tempo 20 minuti
più 30 minuti di raffreddamento

Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

1 kg gelato di vaniglia

500 g fragole

250 g panna fresca

50 g zucchero

succo di arancia

cioccolato bianco

Frullate le fragole con 2 cucchiari di succo di arancia e 2 cucchiari di zucchero, fino a ottenere una consistenza liscia. Se preferite, passate la salsa al setaccio.

Ponetela a raffreddare in frigorifero per almeno 30 minuti.

Montate la panna con lo zucchero rimasto.

Distribuite nei piatti o nelle coppe per gelato una cucchiata di panna e distribuitevi sopra il gelato, schiacciandolo attraverso uno schiacciapatate, in modo che esca a forma di spaghetti.

Condite con la salsa di fragole e completate con cioccolato bianco grattugiato.



LE TESTIMONIANZE

ORGOGGIO E CANNELLONI

*Cresciuto a Sydney, **Giorgio Fragiaco** ripensa a com'è nato il suo amore per l'Italia, tra i manicaretti della mamma e prelibate degustazioni*

«**S**ono tornato in Italia molti anni fa, a Milano, e lavoro in Toscana come direttore commerciale di una azienda vinicola del Chianti. Questa mia professione è il frutto di un percorso familiare e culturale che mi ha fatto amare moltissimo l'Italia. I miei genitori si trasferirono per lavoro a Sydney quando ero piccolo e lì ho vissuto per più di vent'anni. Mia madre Edda è sempre stata una grande appassionata di cucina, che per lei era il fulcro di tutta la vita familiare. Organizzava spesso pranzi di lavoro a casa nostra e preparava classici italiani come i cannelloni di ricotta e spinaci, vestiti di besciamella e salsa di pomodoro, un sogno per il palato. Un amico ci portava ottimi vini friulani: il mio interesse per le cantine è nato proprio lì. Ma l'amore gastronomico per l'Italia è stato un amore contrastato: tanti compagni di scuola cercavano di venire da noi anche per i manicaretti di Edda; questo mi faceva piacere, ma mi dava quasi fastidio essere ricordato per lasagne, cannelloni e polpettone

della domenica. Abitavamo allora in una parte di Sydney molto britannica; così mia madre si ingegnò a rifare a modo suo i tipici piatti british. Acquistava la salsiccia, anzi la luganega, da un macellaio italiano di fiducia, l'arrosto veniva tenerissimo (tutto il contrario di quello che si mangiava dai miei amici), il purè era fatto a regola d'arte... Tuttavia da ragazzo ricercavo disperatamente la normalità e quella cucina eccezionale di mia madre mi rendeva orgoglioso ma mi dava anche imbarazzo. Nel contempo capivo, e lo avrei capito negli anni sempre meglio, che quel cibo era un modo, per noi italiani, di tenere alta la bandiera. Oggi mi viene da ridere a pensarci, mamma cucinava così bene che quando c'era un evento di beneficenza mettevano in palio una cena da lei. La cucina e il mangiare bene sono sempre stati per noi un punto di riferimento, sia per far conoscere la cultura italiana in Australia sia per riconnetterci con le nostre radici. E quando, ogni due anni, tornavamo in Italia per le vacanze con zii e cugini, i legami si rinsaldavano sempre intorno a una bella tavolata». S.T.



LE TESTIMONIANZE

È ARRIVATA LA GUBANA!

*A casa di **Luca Cefis**, a Montréal, tutto era fatto a mano con ingredienti italiani. Non sempre facili da trovare...*



«**H**o sessantatré anni, e sono arrivato in Canada con i miei genitori quando ne avevo tre. Sono nato a Milano da genitori friulani di Cividale che hanno mantenuto sempre un forte legame con la loro terra e in generale con l'Italia. Questo legame, tutta quella nostalgia, si è tradotta in fantastici piatti preparati da mia madre Giovanna: come la polenta che, da buona friulana, preparava in tutti i modi, con il ragù, o ancora con il classico spezzatino di vitello. I nostri pranzi della domenica, poi, erano veri e propri viaggi attraverso le nostre origini: la pasta fatta in casa, gli gnocchi alla romana e la lasagna con il ragù di tre carni, e poi il mio piatto preferito, il vitello tonnato, che ancora oggi è raro trovare in Canada. Lo cucinava da zero, faceva anche la maionese con i capperi, per un piatto che sapeva delle estati passate in Italia. Era straordinaria, non solo perché faceva tutto a mano ma anche perché cinquant'anni fa non si trovavano facilmente gli ingredienti necessari. Li facevamo arrivare da New York, dove c'era molto più scambio con l'estero, oppure attraverso amici e parenti che passavano a trovarci. Un esempio? La gubana, il dolce friulano che i miei adoravano. Bisognava ordinarla con grande anticipo. E ogni volta che arrivava era una festa». S.T.



LE TESTIMONIANZE

MEMORIA DEL GUSTO

*In viaggio con **Rodrigo D'Erasmus** attraverso le ricette e i sapori di famiglia. Dal Veneto e dalla Puglia al sud del Brasile*



«**S**an Paolo è la città dove sono nato, ma poi sono cresciuto a Curitiba, capitale dello Stato del Paraná, nel Sud del Brasile. È una zona industrializzata, considerata il polo produttivo del Paese, e molto interessante dal punto di vista culinario, perché vi si respira l'influenza delle tante origini delle persone che la abitano, arrivate qui coi flussi migratori dei primi del Novecento. Come fecero i miei nonni materni (al centro nella foto), venuti da Belluno. Emigrarono dapprima nella zona del Rio Grande, dove è nata mia madre Olga (la seconda da sinistra), e da lì sono risaliti verso il Paraná, dove ancora oggi abitano i miei zii. Uno di questi, Severino (secondo da sinistra, in terza fila), ha fatto una grande fortuna proprio nel campo gastronomico: partito da un piccolo alimentari nella città di Cascavel, oggi conta un impero di trenta negozi, gestiti dai suoi cinque figli. Della mia infanzia in Brasile (sono tornato in Italia a sette anni) ricordo alcuni piatti di carne all'italiana, come la trippa o la coda di manzo. La migliore che abbia mai mangiato è quella di zia Ines (la bimba più piccola, nella foto) che assomigliava molto alla coda alla vaccinara romana; la cucinava come gliela aveva insegnata mia nonna e dalla versione laziale si differenzia solo per la mancanza del sedano e della nota piccante. Mio padre Piero, invece, originario della provincia di Bari, mi ha insegnato ad apprezzare il pesce crudo che, in tutte le sue forme, è diventato una delle mie grandi passioni. Da quando ero piccolo, a ogni ricorrenza, mangiamo un sacco di molluschi crudi, senza il minimo timore; è proprio nel dna dei baresi, quasi una pietra miliare nella loro cultura. Fa parte del rapporto gioioso che hanno col mare». S.T.



LA STORIA

MUFFULETTA

Lo storico panino di New Orleans porta la firma di un generoso salumiere siciliano

L'esperienza degli immigrati italiani del primo Novecento nel Sud degli Stati Uniti fu segnata dalla segregazione razziale istituzionalizzata, retaggio della schiavitù da poco abolita, che vigeva in stati come la Louisiana, l'Alabama e il Texas. I migranti italiani, specialmente quando lavoravano come minatori o contadini mezzadri gomito a gomito con i lavoratori afroamericani, vennero discriminati come appartenenti a una «razza di mezzo» tra bianchi e neri. La comunità siciliana di New Orleans fu vittima del più grave caso di violenza antitaliana nella storia degli Stati Uniti, il Linciaggio di New Orleans del 14 marzo 1891, in cui persero la vita undici italiani. Questa ricetta, oggi simbolo di New Orleans, fu elaborata da un immigrato siciliano, Salvatore Lupo, proprietario di una piccola gastronomia, Central Grocery, aperta nel 1906 al 923 di Decatur Street, nel French Quarter della città. Secondo la narrazione tramandata, Lupo voleva rendere più accessibile ai clienti non italiani la varietà di prodotti che aveva in vendita – olive, verdure sott'aceto e sott'olio, salame, prosciutto, mortadella, provolone e caciocavallo – e decise di combinarli tutti insieme in un panino rotondo di grandi dimensioni, che viene servito in quattro parti tagliate a croce. Sull'origine del nome *muffuletta* in America sono state fatte varie congetture più o meno bizzarre, ma non si tratta d'altro che della *moffoletta*, un pane rotondo ricoperto di semi di sesamo di antiche origini, specialità di Palermo, tradizionalmente consumato il 2 novembre per la commemorazione dei defunti.

LA RICETTA

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Facile

Tempo 20 minuti più 2 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 150 g soppressata dolce affettata sottilmente
- 150 g mortadella affettata sottilmente
- 150 g capocollo affettato sottilmente
- 150 g formaggio provolone affettato sottilmente
- 70 g olive miste denocciolate sott'olio
- 45 g giardiniera
- 45 g peperoni rossi arrostiti
- 1 piccolo spicchio di aglio
- 1 muffuletta o un grande panino con semi di sesamo prezzemolo capperi dissalati olio extravergine di oliva aceto di vino rosso

Sminuzzate con un robot da cucina le olive, la giardiniera, i peperoni a pezzetti, 2 cucchiaini di prezzemolo tritato, 1 cucchiaino di capperi e l'aglio tritato finemente, finché non sarà tutto ridotto in piccolissimi pezzetti di grandezza uniforme.

Trasferite il trito in una ciotola e aggiungete 3 cucchiaini di olio e 1 cucchiaino di aceto. Mescolate bene e lasciate insaporire almeno per 1 ora.

Tagliate il panino a metà e spalmate entrambe le superfici interne con il composto, unendo anche il suo condimento.

Distribuite la metà della soppressata sulla metà inferiore del panino, poi metà della mortadella, metà del capocollo e metà del provolone; ripetete quindi gli strati con gli ingredienti rimasti.

Chiudete il panino e premetelo leggermente per compattare tutto; lasciatelo riposare per 1 ora, quindi tagliatelo in 4 spicchi e servite.

LA STORIA

CHICKEN PARMESAN

Il sogno della ricchezza si fa realtà nella versione newyorkese della parmigiana dove, al posto delle melanzane, c'è il pollo

È un piatto tipico della cucina italoamericana di New York e del New Jersey, espressione di quell'ampia disponibilità di carne che rappresentò uno degli aspetti più graditi di tutta l'esperienza migratoria degli italiani in America. La carne era l'ingrediente più sognato e desiderato da tutti coloro che provenivano dall'Italia rurale, specialmente dal Sud, per i quali un pasto con manzo, pollo o maiale era un avvenimento molto raro. Il consumo regolare di questi ingredienti, riservato allora alle classi benestanti, rappresentava perciò ricchezza e benessere. Preparato anche nella versione con fettine di vitello, *veal parmesan*, il piatto è stato costruito sostituendo le melanzane, ingrediente vegetale «povero» della parmigiana, con un più ricco complemento proteico come il petto di pollo.

LA RICETTA

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Medio

Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

1 kg petti di pollo

1 litro salsa di pomodoro alla marinara

200 g pangrattato

200 g mozzarella

125 g farina

100 g Parmigiano

Reggiano Dop grattugiato

20 g prezzemolo tritato

3 uova

3 cucchiaini di panna fresca

olio extravergine di oliva

sale – pepe

Battete i petti di pollo, ricavando delle fette di circa 5 mm di spessore.

Preparate tre vassoi: uno con la farina, condita con sale e pepe; uno con le uova sbattute con la panna, sale, pepe e metà del prezzemolo tritato; uno con il pangrattato mescolato con il parmigiano grattugiato.

Passate ciascuna fetta di petto di pollo, da entrambi i lati, prima nel vassoio con la farina, quindi in quello con le uova e, infine, in quello con il pangrattato.

Scaldare 125 g di olio in una padella, finché non sarà molto caldo, e cuocetevi le cotolette, poche per volta, finché non diventeranno delicatamente dorate su entrambi i lati. Scolatele via via su carta da cucina.

Distribuite sul fondo di una teglia da forno 4 cucchiaini di salsa alla marinara, quindi adagiatevi sopra le cotolette di pollo, in modo che formino un unico strato e che siano leggermente sovrapposte.

Irrorate le cotolette con la salsa alla marinara rimasta, quindi cospargetele con la mozzarella tritata e il prezzemolo rimasto.

Infornate a 170 °C per circa 15 minuti, finché la mozzarella non comincerà a colorirsi.

Sfornate e servite subito.





LA STORIA

FUGAZZETA

*Tradizioni genovesi
e napoletane si incontrano
da più di un secolo
in questa specialità lievitata
di Buenos Aires*

Fu sfornata per la prima volta nella capitale argentina nel 1900 nel quartiere popolare di La Boca dal fornaio Juan Agustín Banchero, figlio di immigrati genovesi, nella pizzeria che portava il suo nome. Come altri cibi italoargentini, la *fugazzeta* deriva dalla fusione di gusti e di ingredienti del Nord e del Sud Italia, avendo caratteristiche tipiche sia della pizza napoletana sia della focaccia genovese, ovvero della *fugassa* da cui prende il nome.

La versione classica (*fugazza con queso*) consiste in due dischi di pasta da pizza al cui interno viene messo abbondante formaggio, ricoperti di cipolla affettata, e infornati. Tradizionalmente il fondo della focaccia è più spesso e grande, mentre la parte superiore è più sottile e piccola, in modo che diventi croccante. A ribadire il processo di ibridazione delle cucine italiane settentrionali e meridionali avvenuto in Argentina, il formaggio utilizzato per il ripieno può essere sia il quartirolo sia la mozzarella, e per la copertura viene utilizzato alternativamente il provolone o il parmigiano. Un'altra versione della ricetta (*fugazza con cebolla*) aggiunge la salsa di pomodoro, oltre alle cipolle, all'unico disco di pasta di base.

LA RICETTA

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 20 minuti

più 1 ora di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g mozzarella spezzettata
150 g semola rimacinata di grano duro
150 g farina di tipo 1
50 g latte
10 g lievito di birra fresco
3 cipolle medie
zucchero semolato
farina tipo 0 – origano
peperoncino – sale
olio extravergine di oliva

Mescolate il latte tiepido con il lievito, 1 cucchiaino di zucchero e 1 cucchiaino di farina tipo 0 e lasciate riposare il composto per 10 minuti.

Amalgamate in una ciotola la farina di tipo 1 con la semola; fate un incavo al centro e aggiungete 1 cucchiaino di olio e un pizzico di sale; incorporate, quindi, il composto di latte, lievito, zucchero e farina e cominciate a impastare con le mani.

Unite poco a poco 130 g di acqua tiepida, continuando a impastare per circa 5-7 minuti, finché non otterrete un impasto morbido.

Lasciate riposare per 1 ora.

Mondate le cipolle e affettatele molto sottilmente; fatele ammorbidire in una padella con 2 cucchiaini di olio (non devono dorarsi), insaporendole con origano, sale e peperoncino macinato (o pepe, a piacere).

Dividete l'impasto in 2 panetti, uno più piccolo e uno più grande.

Oliate una teglia per la pizza e stendetevi il panetto più grande, allargando bene l'impasto con le mani; distribuitevi sopra la mozzarella sbriciolata, conservandone un po' per la superficie della fugazzeta.

Stendete il secondo panetto con un matterello e adagiatelo sopra la fugazzeta; sigillate i bordi e forate la superficie con una forchetta.

Distribuite sopra la cipolla, scolata dal suo liquido di cottura, e la mozzarella tenuta da parte.

Cuocete in forno già caldo per 20 minuti a 200 °C; sfornate e servite subito.

LA STORIA

SPAGHETTI WITH MEATBALLS

Diffuso negli Stati Uniti dai primi anni del Novecento, è il piatto più famoso e quello che meglio rappresenta l'identità degli italoamericani

Le polpette, di grandi dimensioni e fatte con due o tre tipi di carne (manzo, vitello, maiale) da tagli inferiori, speziare e rese morbide dalla lunga cottura nel sugo di pomodoro, vengono appoggiate su un grande piatto di spaghetti. Tutti gli ingredienti – la carne, la pasta prodotta industrialmente e i pomodori in scatola importati dall'Italia – erano una novità per le immigrate, e divennero il simbolo della loro trasformazione da contadine a consumatrici nella più grande e moderna città del mondo. Il piatto veniva e viene ancora oggi tipicamente servito durante il pranzo domenicale di famiglia (*Sunday dinner*). Ogni cuoca italoamericana ha la sua ricetta. Quella qui accanto è una interpretazione di quella della mamma del regista Martin Scorsese, Catherine (1912-1997), che la prepara nel film diretto dal figlio *Italianamerican* (1974). Il piatto compare in moltissimi altri film e serie tv, tra cui *Saturday Night Fever* (1977) del regista John Badham, e, prima ancora, in una romantica scena del cartone animato della Disney *Lilly e il vagabondo* (1955).

LA RICETTA

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Medio

Tempo 2 ore e 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g spaghetti
PER LA SALSA
500 g pomodori pelati
200 g carne di manzo
200 g carne di vitello
200 g collo di agnello
150 g salsiccia – 1 cipolla
1 spicchio di aglio
concentrato di pomodoro
zucchero – basilico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LE POLPETTE

250 g carne macinata di vitello
250 g carne macinata di manzo
1 fetta di pane senza crosta
2 uova – latte
formaggio grattugiato
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA SALSA

Scaldare 2-3 cucchiari di olio in un tegame e soffriggetevi la cipolla affettata e l'aglio sbucciato. Unite la carne di manzo e di vitello, la salsiccia, l'agnello e rosolateli, profumando con una foglia di basilico. **Togliete** la carne dal tegame e nello stesso unite 1 cucchiario di concentrato di pomodoro e ½ bicchiere di acqua. **Frullate** i pelati, aggiungeteli nel tegame e cuocete fino al bollore; aggiungete un pizzico di zucchero, di sale e di pepe. Cuocete la salsa per 10 minuti, unite le carni precedentemente rosolate e proseguite la cottura per 1 ora.

PER LE POLPETTE

Unite in una ciotola capiente il pane senza crosta, le uova, qualche cucchiario di latte, la carne macinata di vitello e di manzo, 2-3 cucchiari di formaggio grattugiato, 4-5 cucchiari di salsa e regolate di sale e di pepe.

Mescolate con le mani finché non otterrete un composto omogeneo; formate le polpettine e unitele nel tegame con la salsa, quindi cuocete ancora per 1 ora.

Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua bollente salata, scolateli, conditeli con la salsa e le polpette e serviteli.





LA STORIA

APIZZA

*Paese che vai, pizza che trovi.
Una delle varianti più originali
negli Usa è quella con le vongole,
sfornata per la prima volta
a New Haven nel 1925*

La ricetta della pizza, portata in America dai napoletani all'inizio del Novecento, si è evoluta in tante versioni differenti nelle diverse parti degli Stati Uniti toccate dall'immigrazione italiana.

La pizza New York style, dalla crosta sottile e cotta in un grande formato (*pizza pie*) che si taglia a fette triangolari e si mangia con le mani piegandola (rigorosamente non con forchetta e coltello) è considerata l'originale. Ancora alla fine degli anni Trenta la pizza era sconosciuta al di fuori delle Little Italy, i quartieri italiani di Manhattan. Dopo la Seconda guerra mondiale, però, i soldati che ritornavano dall'Italia, dove erano stati di stanza a Napoli, ne riportarono il gusto per la pizza, di cui erano diventati assidui consumatori. Contemporaneamente, la popolazione italiana di New York cominciò una «seconda migrazione» dai vecchi quartieri di arrivo a nuove enclaves a Brooklyn, nel Bronx e a Long Island. Qui aprirono nuovi e numerosi *pizza parlor*, che incontrarono un grande successo, soprattutto tra un pubblico giovanile multietnico. I mass media adottarono entusiasticamente questo nuovo fast food: gli articoli sulla pizza di quotidiani e riviste passarono da zero nel 1945 a diverse centinaia nel 1955. Così, quando nel 1956 a Torino apriva la prima pizzeria, a New York c'erano più di 400 pizzerie in attività. A Chicago, dove gli immigrati siciliani erano molto più numerosi dei napoletani, la pizza si sviluppò in una forma più simile allo sfincione palermitano: fatta in teglia, spessa e ricoperta da una grande quantità di salsa di pomodoro speziata. La Chicago-style deep dish pizza, ricoperta e talvolta contenente una grande quantità di formaggio (un ingrediente che nel Midwest americano è molto economico), costituisce quindi una versione di pizza particolare e distintiva. Allo stesso modo, la *apizza* è l'evoluzione della pizza tipica della città di New Haven nel Connecticut dove ha sede l'Università di Yale. Creata nel 1925 dall'immigrato Frank Pepe nella sua Pizzeria Napoletana al 163 di Wooster Street, oggi viene servita in tutte le pizzerie e ristoranti italiani di New Haven. L'ingrediente principale della *apizza* sono le vongole fresche dell'Oceano Atlantico, diffuse lungo la costa del Connecticut. Nella sua versione classica è «bianca», senza pomodoro, sottile, croccante e condita con olio di oliva, origano, formaggio grattugiato e aglio tritato; esistono tuttavia varianti con il pomodoro, con o senza vongole.

LA RICETTA

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Medio

Tempo 1 ora più 24 ore di lievitazione

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg farina Manitoba

1 kg vongole

500 g provola

10 g sale

5 g lievito di birra secco

aglio – origano

olio extravergine di oliva

Unite la farina e il lievito, quindi impastateli con 600 g di acqua, versandola poco per volta, e condite con 10 g di sale. Lasciate lievitare l'impasto almeno per 24 ore, lavorandolo di tanto in tanto.

Dividete l'impasto in sei panetti e lasciateli riposare ancora per 1 ora.

Fate aprire le vongole in una casseruola, senza aggiungere nulla, quindi sgusciatele.

Stendete ciascun panetto, allargandolo dal centro verso l'esterno, in modo da ricavare un disco sottile, con i bordi leggermente più spessi e rialzati.

Guarnite le «apizze» con la provola sminuzzata e le vongole sgusciate; insaporite con un po' di aglio tritato, un pizzico di origano e due generosi giri di olio.

Infornate alla massima potenza le «apizze» per circa 10 minuti.

LA STORIA

FERNET E COCA

*Questo perfetto mix di Italia
e Americhe inventato
a Cordoba negli anni Ottanta
del Novecento è diventato
il drink iconico dell'Argentina*

L'aperitivo, conosciuto anche come *Fernando* o *Fernandito*, testimonia della mobilità di persone, prodotti e tradizioni culinarie italiane messe in moto dalla grande emigrazione italiana nel mondo tra la metà dell'Ottocento e la metà del Novecento, e di come le diverse gastronomie dell'emigrazione italiana si siano declinate in modi diversi a seguito dell'incontro con altri ambienti, culture e mercati. Il Fernet Branca arrivò in Argentina con i milioni di immigrati che vi si trasferirono alla fine dell'Ottocento, diventando il più popolare degli amari, tanto che nel 1941 la Fratelli Branca aprì il suo primo grande stabilimento di produzione al di fuori dell'Italia alla periferia di Buenos Aires. Il cocktail fernet con coca venne creato in un'altra città con una grande presenza italiana, Cordoba, negli anni Ottanta del Novecento, diventandone la bevanda tipica. Da Cordoba il suo successo si estese alle altre città dell'Argentina, e nei vicini Uruguay e Paraguay: oggi è una icona culturale argentina.

Nella foto dell'ultima pagina, gli emigranti italiani mangiano gli spaghetti con le mani durante la traversata in nave. Per gentile concessione della Fondazione Paolo Cresci.

LA RICETTA
Impegno Facile
Tempo 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 1 PERSONA

100 ml cola
50 ml fernet
ghiaccio

Mettete il ghiaccio in un bicchiere alto (collins), riempiendolo per metà.
Aggiungete prima il fernet, poi la cola. Servite subito.

