

SPAGHETTI CON SALSA DI POMODORO A PEZZI

PROCEDIMENTO

PER LA SALSA DI POMODORO A PEZZI

Fate una piccola incisione a croce sulla buccia dei pomodori con la punta di un coltellino. Immergeteli per 10 secondi in una casseruola con l'acqua in ebollizione, e poi raffreddateli in una bacinella con acqua e ghiaccio.

Eliminate la buccia e tagliateli in quattro nel senso della lunghezza.

In una casseruola, versate 20 g di olio e fate stufare il cipollotto tagliato a metà nel senso della lunghezza e poi in piccoli pezzi da 2 mm, lo spicchio di aglio tagliato a metà e privo del germe, i gambi di prezzemolo e la foglia di alloro. Per facilitare questo passaggio potete aggiungere un cucchiaino di acqua alla volta. Unite i pomodori, cuocete a fuoco dolce per 30 minuti.

Eliminate l'aglio, i gambi di prezzemolo, la foglia di alloro, aggiungete il sale e le foglie di basilico, continuate la cottura per 10 minuti.

FINITURA E PRESENTAZIONE

Cuocete gli spaghetti in una pentola con acqua bollente salata, per 10 minuti - deve risultare sempre al dente - poi versateli nella salsa e mescolatela insieme per due minuti, terminate la cottura. Mantecateli con il resto dell'olio extravergine di oliva. Distribuite gli spaghetti nei piatti.

INGREDIENTI

PER 4 PERSONE

PER GLI SPAGHETTI

320 g spaghetti

PER LA SALSA DI POMODORO A PEZZI

40 g olio extravergine di oliva

50 g cipollotto

1 spicchio di aglio

1 foglia di alloro

10 g gambi prezzemolo schiacciati

400 g pomodori Piccadilly

3 g sale fine

3 g foglie di basilico

LA NOTA DELLO CHEF

Durante la preparazione della salsa, fate stufare la cipolla e gli aromi all'inizio senza rosolarli, ma cuocendoli lentamente: in questo modo si riescono a conservare tutte le caratteristiche di questo fantastico pomodoro, rendendolo anche più digeribile il piatto. Amo proporlo senza l'aggiunta di altri ingredienti, proprio per il piacere di mangiare un buon spaghetti con un'ottima salsa rustica dove gli aromi utilizzati si percepiscono in bocca solo in un secondo momento, al termine della degustazione.



La tecnica



COME PREPARARE UNA Salsa AL POMODORO IMPECCABILE

Nella ricetta “classica” della salsa al pomodoro, si parte da una base di olio e verdure, che vengono utilizzate per conferire dolcezza alla ricetta e mitigare l'acidità che i pomodori freschi possono rilasciare. L'uso di cipolla e carota, infatti, addolcisce naturalmente il sugo, evitando così l'aggiunta di zucchero semolato o fruttosio. Fondamentale ovviamente è la scelta della materia prima: i pomodori. Io preferisco i San Marzano di stagione, particolarmente adatti alla preparazione della salsa, e i pomodori ramati, sempre sodi e capaci di offrire un'ottima consistenza. I pomodori vengono uniti alle verdure solo dopo averle stufate — un procedimento che dona maggiore dolcezza rispetto alla rosolatura — e lasciati cuocere a fuoco molto dolce. Una temperatura mite permette all'acqua di vegetazione di evaporare lentamente, concentrando i sapori e preservando le sostanze nutritive contenute nella buccia, come gli antociani, responsabili anche del colore e del profumo del pomodoro. I tempi di cottura variano in base alla tipologia di salsa che si vuole ottenere e al tipo di pomodoro utilizzato. Nel caso si scelgano pomodori in scatola, è sempre consigliabile aggiungere una piccola dadolata di verdure perché apportano dolcezza senza la necessità di zuccheri aggiunti, che spesso compromettono il risultato finale. Anche in questo caso, l'uso di cipolla o di una mirepoix è altamente suggerito. Diverso, invece, è il discorso per i pomodori conservati in vetro, che hanno un processo di conservazione differente e che, già in partenza, hanno un'acidità più bilanciata. In questo caso, può bastare uno spicchio d'aglio o una piccola quantità di cipolla stufata per arricchirne il sapore. Ricordo, però, che è essenziale stufare la cipolla e non rosolarla: questo non solo rende il gusto più delicato, ma migliora la digeribilità del piatto, mantenendo inalterate le caratteristiche originali degli ingredienti. La digeribilità è un aspetto sempre più rilevante per il cliente finale. Non basta curare forme, colori e tagli: oggi è fondamentale anche offrire ricette leggere, che uniscano gusto e benessere.

