



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA

GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE



NARRIAMO LE NOSTRE CENE

RICETTE FRA PRATI E BOSCHI

VOLUME DATO IN STAMPA PER I TIPI DI IDEA NATURA - MILANO DAL GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI DI SEGRATE NEL MESE DI SETTEMBRE 1995

PREPARAZIONI DI BASE

Salvo indicazione contraria all'inizio della lista degli ingredienti, le dosi delle ricette di questo e dei seguenti capitoli sono per 6 persone

BURRO ALLO SCORZONE

500 g di burro di malga
300 g di Scorzone (*Tuber aestivum*) maturo.

Lavate bene lo scorzone con l'aiuto di uno spazzolino, poi tritatelo grossolanamente. Ammorbidite il burro e impastatelo con il tartufo. Ricavate da questo impasto delle forme di circa 10 g e conservatele in freezer.

FUNGHI MISTI SOTT'OLIO

1 kg di funghi misti interi di varie misure
1 l di olio extravergine d'oliva
2 o 3 spicchi d'aglio
1 chiodo di garofano
3 foglie di alloro
rosmarino (facoltativo)
un cucchiaino di pepe nero in grani
un cucchiaino di ginepro
abbondante sale
liquido di cottura composto da 1 l di acqua e 7 dl di aceto bianco.

Soffriggete in una pentola tutti gli aromi con un filo d'olio. Aggiungete il liquido di cottura. Salate e portate ad ebollizione. Aggiungete i funghi tutti insieme (grossi o piccoli non importa) e, alla ripresa del bollore, cuocete per circa 20 minuti. Scolate ed eliminate i residui del soffritto. Stendete i funghi su di un canovaccio e girateli di tanto in tanto. Man mano che i vari funghi asciugano invasetteli avendo l'accortezza di riempire in precedenza il vaso con l'olio per circa un terzo del suo volume. Così facendo eviterete la formazione successiva di bolle d'aria che potrebbero costituire focolai di muffe. Completate il riempimento coprendo totalmente i funghi con l'olio. Conservate al buio e lontano da fonti di calore. E' consigliabile cuocere separatamente l'*Armillariella mellea*.

FUNGHI SECCHI

Solo funghi particolarmente adatti all'essiccamento, ossia dotati di un profumo piuttosto persistente: porcini possibilmente maturi (*Boletus edulis*, *reticulatus*, *pinicola*, *aereus*, anche se il *pinicola* non offre gli stessi risultati degli altri tre), *Boletus badius*, *Boletus castaneus*, *Boletus du-*



riusculus, ovolo (*Amanita caesarea*), prugnolo (*Lyophyllum georgii*), finferla (*Cantharellus lutescens*), trombetta da morto (*Craterellus cornucopioides*), gambasecca (*Marasmius oreades*), cimbalo (*Clitocybe geotropa*), imbutino (*Clitocybe infundibuliformis*), *Clitocybe sinopica*, *Rhodopaxillus nudus*, *Clitopilus prunulus*. Esclusiva mente per la riduzione in polvere: finferlo (*Cantharellus cibarius*), il gambo della mazza di tamburo (*Lepiota procera*), steccherino bruno (*Sarcodon imbricatus*).

Lavate bene i funghi interi sotto acqua corrente e asciugateli con cura. Tagliateli a fette alte circa mezzo cm (anche più alte se i funghi sono intrisi d'acqua per il tempo piovoso), lasciando ovviamente interi i tipi più piccoli e semplicemente smezzando per il lungo i funghi di medie dimensioni ma poco carnosì. Stendete le fette di fungo sulle griglie degli appositi essiccatori casalinghi alternando la posizione delle diverse griglie di tanto in tanto. Evitate, in mancanza dell'essiccatore, strani trucchi empirici come il forno aperto, il calorifero, la stufa etc: otterreste prodotti di scarsa qualità. L'essiccamento all'aperto è invece possibile alle seguenti irrinunciabili condizioni: aria molto pulita, sole caldo, presenza di vento (non eccessivamente forte). In tal caso stendete i funghi su griglie sollevate da terra e ritirateli nelle ore notturne. Conserverete i funghi secchi preferibilmente in freezer in sacchetti chiusi, oppure a temperatura ambiente purché sigillati in vasi a chiusura ermetica o in scatole di latta.

FUNGOSPEZIE

Un misto di funghi secchi comprendente dal 30 al 40% di *Sarcodon imbricatum* e almeno un 30% di *Craterellus cornucopioides* e *Cantharellus lutescens* - un misto (il 10% in peso rispetto ai funghi) di santoreggia, timo, rosmarino e salvia secchi - il 5% in peso rispetto ai funghi di pepe nero. Macinate il tutto finemente in un macinacaffè e conservate in vasi a chiusura ermetica preferibilmente in freezer. Si usa per ripieni, minestre, marinate e sughi.

SPEZIE DI CASA VILLA

Una parte di funghi secchi macinati.
Una parte di salvia seccata e macinata.
Due parti di rosmarino seccato e macinato.

Mescolate bene e conservate in vasetto di vetro a chiusura ermetica. Questo condimento molto saporito è utilizzabile su carni (per es. arrosto) o su pesce (cotto in olio o burro al tegame o al forno o in cartoccio).

SPUGNOLE SECCHIE

Spugnole sane appartenenti a qualsiasi specie di *Morchella*. Pulite con cura le spugnole tenendole intere e poi immergetele in acqua fredda e bicarbonato lasciandole a bagno per 20 minuti. Scolatele e immergetele in altra acqua fredda agitando bene e poi lasciando riposare per 3 o 4 volte. Scolatele di nuovo e cercate di asciugarle il più possibile. Stendetele sull'essiccatore, rivoltandole un paio di volte nella prima mezz'ora. Conservatele in freezer in sacchetti ben chiusi.

ORECCHIE DI GIUDA SECCHIE

Orecchie di Giuda (*Auricularia auricula-judae*) giovani e fresche. Pulite le Orecchie di Giuda e poi immergetele in acqua fredda e bicarbonato. Sempre lasciandole in immersione, strofinatete l'una contro l'altra senza premere troppo. Lasciatele a bagno 20 minuti poi scolatele e sciacquatele sotto acqua corrente. Stendetele sull'essiccatore e, una volta pronte, conservatele in freezer in sacchetti chiusi.



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA



GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE

FUNGHI TRIFOLATI

Per un kg di funghi misti: 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva, oppure 15 g di burro, nel caso i funghi debbano poi essere congelati.

2 spicchi d'aglio.

Sale.

Tagliate i funghi a fette (o quadroni) più o meno grossi a seconda della specie e della ricetta per cui serve come base il trifolato. Metteteli in un tegame basso (a freddo) con il grasso, l'aglio e il sale. Cuocete a fuoco medio alto fino all'emissione dell'acqua di vegetazione, poi abbassate leggermente la fiamma e proseguite la cottura finché questa è evaporata, per cui il grasso aggiunto si presenta limpido.

Se volete utilizzarli direttamente aggiungete prezzemolo tritato. La tradizione toscana prevede invece l'aggiunta di una moderata dose di nepitella, mentre la tradizione ligure quella di origano. Se i funghi trifolati debbono essere conservati in congelatore, fermate la cottura quando l'acqua di vegetazione è evaporata al 50%.

MAIONESI VARIATE

Maionese base

Tuorli d'uovo.

Olio extra vergine d'oliva ligure.

Succo di limone.

Sale.

In un recipiente a fondo arrotondato sbattete con la frusta i tuorli d'uovo, aggiungendo l'olio a filo. Quando la salsa ha raggiunto la densità voluta, salate e acidulate con il succo di limone continuando a mescolare, ma con delicatezza.

E' essenziale che le uova siano a temperatura ambiente, che il recipiente e la frusta siano perfettamente puliti e asciutti. Più olio si aggiunge più la maionese si rassoda. Se durante la lavorazione la salsa impazzisce, ricominciate in un recipiente pulito con un altro tuorlo d'uovo aggiungendo un po' alla volta la maionese impazzita.

Al melograno

Sostituite metà del limone con succo di melograno estratto con la centrifuga o con lo schiaccia aglio. Soprattutto per pesce bianco.

Al ribes

Sostituite il succo di limone con succo di ribes metà maturo e metà parzialmente acerbo. Per pesce saporito ed anche carni o verdure.

Verde

Frullate il succo di limone e un po' d'olio con erbe a piacere. Lavate e asciugate per bene (secondo i gusti: acetosa, pimpinella, crescione di montagna, borraggine, etc). Aggiungete questa miscela alla maionese quando non è già densa ma non troppo soda. Adatte per accompagnare il pesce o anche per crostini da aperitivo.

Verde aromatica

Come la precedente utilizzando però erbe aromatiche, in particolare, per il salmone l'aneto, per piatti di carne il prezzemolo, per verdure a vapore il cerfoglio, etc.

IDEA NATURA
MILANO