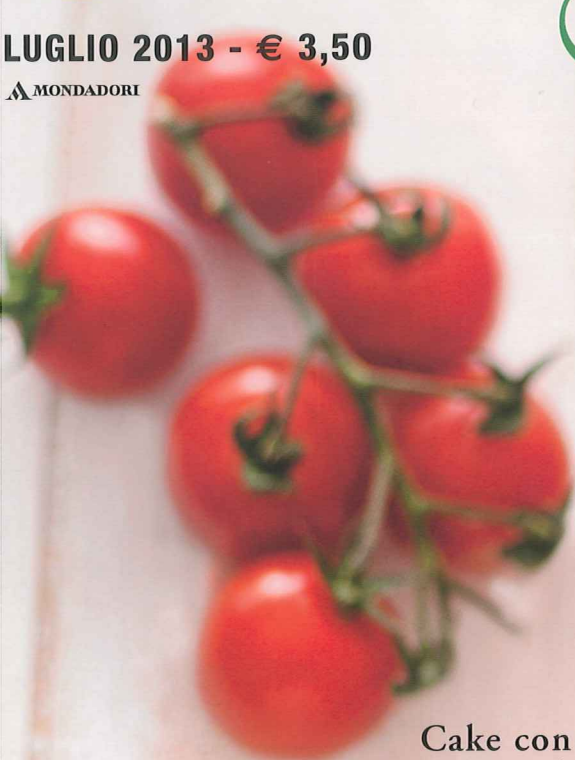


sale & pepe

LUGLIO 2013 - € 3,50

MONDADORI



Cake con concassé
aromatica, pag. 60



FOCACCE ma alla pugliese, da preparare a casa **POMODORO**
è tempo di zuppette, torte salate e altri sfizi gourmand
CARPACCI E TARTARE la stagione ama il crudo **CIOCCOLATO**
D'ESTATE fresco, voluttuoso in versione black&white

TAPPE DEL GUSTO**A pranzo in bottega**

Alla scoperta delle nuove "drogherie con cucina" a misura di gourmet... 50

LUOGHI ECCELLENTI**Valle Isarco da scoprire**

Piccolo itinerario tra borghi, masi e baite con vista sulle Dolomiti... 96

Scuola**SCELTI DA SALE&PEPE****Alice delle meraviglie**

Tutto il talento di Alice Delcourt in due piatti natural chic... 83

LA RICETTA GOURMET**Spaghetti all'amatriciana**

Storia e segreti di un grande piatto diventato simbolo di Roma... 66

TECNICHE: IL VITELLO**Tre tagli eccellenti**

Magatello, fesa francese e filetto: l'élite della carne in tre ricette... 106

Rubriche**DETTAGLI DI STILE****Decor per rendere più bella la casa**

Profumi e sapori in giallo... 33

L'UTILE E IL DILETTEVOLE**Oggetti e attrezzi per la cucina**

Diamoci un taglio... 47

A PROPOSITO DI VINO**I consigli del sommelier**

Sorsi delicati... 43

FOODBLOGGER**Tutto il buono del web**

Pomodoro in un click... 55

BUONE LETTURE**Scelte con passione per essere divorate**

Ricette, prodotti, trucchi... 80

MADE IN ITALY**Conoscere e gustare le eccellenze**

Nettarine di Romagna... 104

ASSAGGI**Sapori e profumi dal mondo**

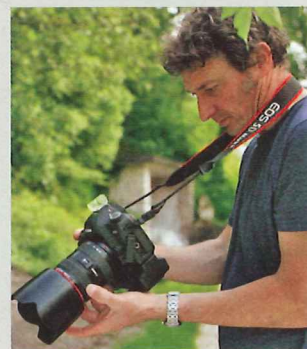
Dai Balcani, il Sataras... 110

**Hanno collaborato con noi a Luglio****ALICE DELCOURT**

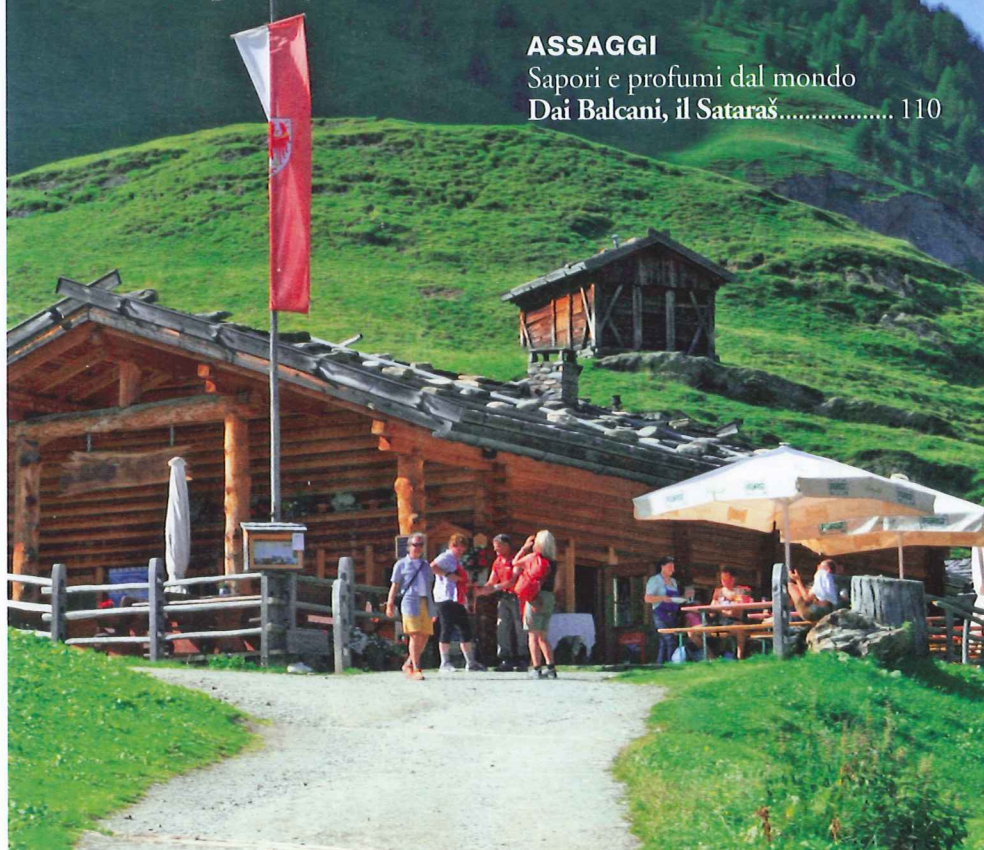
Passaporto e curriculum internazionale, ha scelto Milano per aprire l'Erba Brusca, il ristorante con orto dove lavora le "sue" verdure, prodotti sostenibili e bio. A pag. 83

CLAUDIO TAJOLI

Divide il suo obiettivo tra riviste e pubblicità, spaziando tra lifestyle, viaggi, interni e, naturalmente, cucina. Suo il servizio realizzato in spiaggia di pag. 14.

**LEONARDO ANCONA**

Interior designer pugliese, è appassionato delle tradizioni della sua terra, gastronomia compresa. Con Nicoletta Semeraro ha cucinato le focacce del servizio di pag. 34.



Valle Isarco da scoprire

VIAGGIO NELL'ALTO ADIGE DELLE DOLCI
COLLINE, DEL BAROCCO E DEI MASI
DIMENTICATI. DOVE GUSTO E BELLEZZA
RAGGIUNGONO VETTE ALTISSIME

a cura di Daniela Falsitta, servizio Spagoni+Mulas.
Si ringrazia per la collaborazione il consorzio turistico
Area Vacanze Valle Isarco di Bressanone



La cantina di Varna dove l'affinatore Hansi Baumgartner tiene i suoi formaggi. Sopra, l'essiccazione di un'erba usata nell'impasto del pane tipico della Valle Isarco.

Non sempre i tesori più facili da conquistare sono i meno preziosi. Non sempre la facilità di accesso snatura l'autenticità dei luoghi, e tantomeno cancella sapori, tradizioni, stili di vita. La Valle Isarco, comodamente raggiungibile con l'autostrada del Brennero, gode di questo privilegio. Merito di una natura generosa, certo, ma anche di abitanti po' speciali: gente che ama il proprio territorio e lo preserva. Lo si comprende già pochi chilometri dopo Bolzano, quando la strada si immerge nel verde intenso delle prime colline. Le cime delle Dolomiti, visibili in lontananza, sembrano fatte della materia dei sogni, ma qui, nell'Alto Adige di fondovalle, la campagna è più reale che mai, plasmata dalla fatica dei contadini. La prima imperdibile sosta è nell'incantevole borgo di Barbiano, con tre piccole chiese medievali curiosamente attaccate l'una all'altra. Da anni nella zona si pratica l'agricoltura biologica e ora qualcuno si è pure dedicato a riscoprire alcuni ortaggi dimenticati; vengono coltivati al naturale, senza neppure ricorrere all'irrigazione.

Con due ruote ma senza fatica

Proseguendo, la strada riprende lenta e assoluta tra borghi trafitti da puntuti campanili. C'è anche chi sceglie di percorrere i 25 km di distanza con Bressanone in bicicletta, sull'unica pista quasi pianeggiante della regione. In un'ora di pedalate all'ombra dei frutteti, si arriva nella città, con un bel chiostro dalle volte affrescate. Ancora qualche minuto ed ecco la splendida abbazia di Novacella (sobborgo di Varna), l'esempio più meridionale del barocco bavarese, quel tripudio di riccioli e minuziose pitture che caratterizza i famosi castelli nei dintorni di Monaco.

> segue a pag. 98

ZUPPA DI VINO SUDTIROLESE

PER 4 PERSONE

2,5 dl di brodo di carne - 2,5 dl di vino bianco
(Gewürztraminer o Pinot) - 1 dl di panna
- 3 tuorli - 2 fette di pancarré - 40 g di burro
- noce moscata - cannella in polvere - sale

- 1 Eliminate la crosta del pancarré, tagliatelo a dadini e fateli saltare in padella con il burro finché diventano di un bel colore dorato. Cospargeteli con un pizzico di cannella, toglieteli dalla padella e teneteli da parte.
- 2 In una ciotola, sbattete leggermente i tuorli con la panna, poi versate il composto in una pentola con il brodo e il vino; mettete sul fuoco a scaldare delicatamente, mescolando con la frusta e senza portare a bollore per evitare che l'uovo si rapprenda.
- 3 Quando il composto diventa cremoso, conditelo con un pizzico di cannella, noce moscata e sale. Servite subito la zuppa con i crostini alla cannella.

FACILE

Preparazione 10 minuti • Cottura 15 minuti
245 cal/porzione



> segue da pag. 97

Vi si possono ammirare la chiesa, il giardino, la pinacoteca con tavole gotiche, l'imponente biblioteca in stile rococò e, per finire, scoprire che l'abbazia provvede a se stessa con i ricavi di una produzione agricola e gastronomica ecocompatibile. Nell'enoteca, infatti, si acquistano grappe, tisane, erbe aromatiche, frutta, tisane, succhi e, naturalmente, vino.

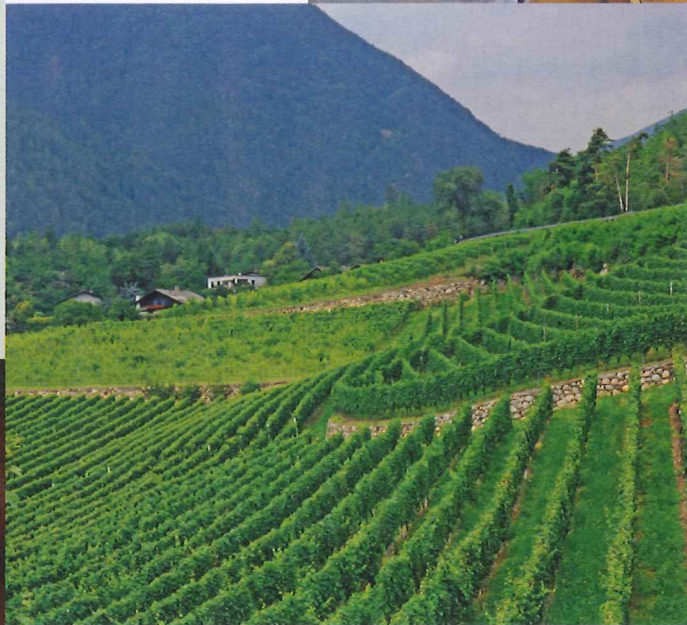
Un paese di vigne e formaggi

La Valle Isarco è ricca di ottime cantine. La posizione soleggiata, il terreno denso di minerali, l'escursione termica notturna permettono all'uva di generare aromi intensi e definiti. A Varna hanno saputo più che mai valorizzare i bianchi realizzando interessanti Kerner, Riesling e Gewürztraminer. Sempre nello stesso comune, nascosto da un bosco di larici, lo chef Hansi Baumgartner ha ideato De Gust, un locale specializzato in buffet di formaggi. Le specialità vengono selezionate lungo tutto l'arco alpino, affinate nelle sue cantine e, quindi, proposte con abbinamenti innovativi: dalle foglie di alghe alle vinacce, dal fieno ai fiori e persino con preziosa foglia d'oro.

> segue a pag. 99

Nei masi della Valle Isarco è possibile acquistare prodotti genuini e assistere alla loro lavorazione.

A destra, nel maso Lechnerhof di Rodengo, Josef Uberbacher mostra la tecnica per separare la cera dal favo ed estrarre il miele. Sotto, i vigneti di Varna, località vocata alla produzione di notevoli vini bianchi.



PATATE ARROSTITE CON UOVA AL TEGAMINO E SPECK

PER 4 PERSONE

8 patate - 3 cipolle - 2 fettine sottili di speck
(o pancetta) - 4 uova - 60 g di burro
- erba cipollina - olio d'oliva - sale - pepe

- **1** Portate a ebollizione abbondante acqua leggermente salata e lessatevi le patate con la buccia per circa 20 minuti; nel frattempo, pelate e affettate sottilmente le cipolle. Scolate le patate, pelatele e affettatele.
- **2** Scaldate 2 cucchiaini di olio in una padella e rosolatevi le patate; aggiungete le cipolle e continuate la cottura per una decina di minuti, finché le patate saranno dorate, poi regolate di sale e pepate.
- **3** In un'altra padella sciogliete il burro, friggete le uova, salate e pepate. Trasferite le uova in un piatto, copritele e, nella stessa padella, rosolate le fettine di speck. Servite le uova con lo speck, le patate e le cipolle cosparse con l'erba cipollina tritata e, se vi piace, qualche foglia di alloro e maggiorana.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 40 minuti
- 515 cal/porzione



Dall'alto: una veduta dell'abbazia di Novacella, pochi chilometri a nord di Bressanone e la via principale di Vipiteno, caratterizzata da eleganti portici e case dai tanti colori. In basso, una mucca addobbata per partecipare alla festa del ritorno dagli alpeggi (agriturismo Masl).



> segue da pag. 98

Spesa nei masi e merenda a Malga Fane

Ormai non siamo distanti da Fortezza, il paese che deve il suo nome alle fortificazioni volute da Francesco I nel 1833. Garantite dai costruttori asburgici «a prova di qualunque esercito», sono state condannate dalla storia alla più completa inutilità. Meglio è andata alla Sachsenklemme, un castellotto al centro delle lotte per l'indipendenza del Tirolo del 1809. Oggi è Gasthof e birrificio artigianale. Guardando a est, in direzione della Val Pusteria, un altopiano consacrato alle mele fa da quinta al suggestivo castello di Rodengo, mentre sterminati prati di rododendro e tarassaco sono il terreno di lavoro pre-



diletto dalle api. Il miele si può acquistare direttamente nei masi della zona, dove saranno felici di farvi assistere alle fasi della produzione e alle tante attività quotidiane di chi, ancora oggi, sceglie questa vita appartata e genuina. Per una corroborante merenda con panorama, si sale all'incantata Malga Fane, un piccolo borgo di baite raggiungibili da Valles con tre sentieri di varia difficoltà. All'arrivo vi aspettano piatti tipici, taglieri di salumi,

fette di strudel e la visita a un caseificio di montagna. Infine, ecco Vipiteno, ultimo gioiello della Valle Isarco. Una passeggiata tra le sue case di bambola dai davanzali fioriti riempie gli occhi di poesia, così come l'immane campanile. Tutt'intorno lo splendore naturale delle Alpi ha cominciato a dominare il paesaggio. È arrivato il momento di dedicarsi alla conquista delle cime oppure fare dietrofront e cercare nuove tappe golose lungo un fondovalle pieno di squisite abitudini.



STRUDEL DI NOCI

PER 10 PERSONE

500 g di farina 0 - 250 g di margarina - 30 g di lievito - 1 cucchiaio di zucchero - 125 ml di latte - 120 g di gherigli di noci (o nocciole) tritate - 2 dl di sciroppo di zucchero (si acquista nei supermercati) - 100 g di pane grattugiato - 30 g di uvetta - la scorza grattugiata di mezzo limone non trattato - scaglie di mandorle - 1 uovo

- 1 Impastate la farina con la margarina morbida a pezzetti, il lievito, lo zucchero e il latte, fino a ottenere un impasto omogeneo e sodo. Mettete in ammollo l'uvetta in acqua fredda.
- 2 Mescolate il pane grattugiato con le noci e la scorza di limone; portate a bollore lo sciroppo e unitelo al pane grattugiato con l'uvetta. Stendete la pasta con un matterello, copritela con il composto preparato e avvolgetela su se stessa.
- 3 Spennellate lo strudel con l'uovo sbattuto e fatelo riposare per 20 minuti. Infornate e cuocete per 35 minuti a 170°. Abbrustolite le mandorle in una padella a fuoco vivace, distribuitele sullo strudel caldo. Lasciate intiepidire e servite.

MEDIA

- Preparazione 35 minuti + riposo
- Cottura 35 minuti ● 570 cal/porzione



Qui sopra, alcune varietà di rape coltivate nel biomaso Aspingerhof, a Barbiano. Sotto, Herbert Mair, chef del ristorante Mühle, a Valles.



TACCUINO DI VIAGGIO

BAITA KUTTEN

www.kuttnhuette.it
A Malga Fane Margaret Huber vi farà assaporare piatti e formaggi d'alpeggio.

RISTORANTE MÜHLE

Valles, www.die-muehle.it
Il locale dello chef Herbert Mair propone cucina tipica, taglieri e spuntini.

HOTEL MASL

Valles, www.hotel-masl.com
La famiglia Messner gestisce il Masl dal 1680. Della stessa proprietà un agriturismo e una baita a Malga Fane, meta di golose escursioni.

BIOMASO ASPINGERHOF

Barbiano-Bressanone, cell. 339 6044981, cell. 335 7085311
Harald Gasser coltiva ortaggi scomparsi dal mercato. Visite su appuntamento.

DE GUST

Varna-Bressanone, tel. 0472 849873, www.degust.com
Formaggi affinati dallo chef Hansi Baumgartner serviti con originali abbinamenti.

KÖFERERHOF

Novacella/Varna, tel. 0472 836649, www.koeferhof.it
Azienda vinicola e ristorante.

SACHSENKLEMMME

Fortezza, tel. 0472 837837, www.sachsenklemme.it
Gasthof e birreria ricavate in una residenza storica.

SCHUPFNERHOF

Vandois, tel. 335 490550, www.schupfner.it
Distillati con erbe e frutti.

LECHNERHOF

Rodengo, tel. 0472 454237, cell. 349 3919669
Miele, idromele e candele con cera naturale.

AREA VACANZE VALLE ISARCO

Bressanone, tel. 0472 8022323, www.valleisarco.com