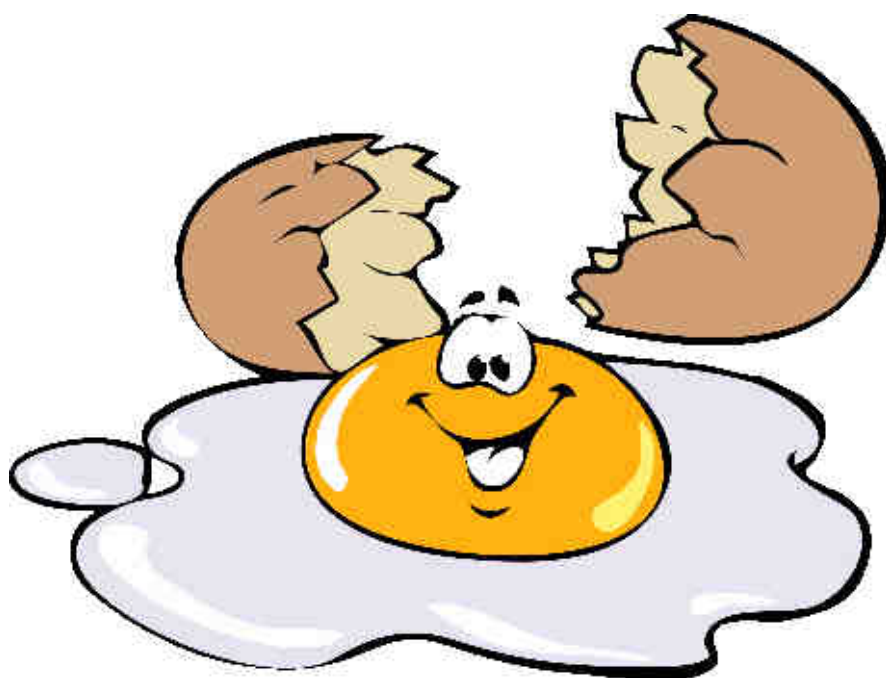


ONA BRANCADA DA FARINA



RICETTE TRADIZIONALI DELL'ALTO MILANESE

A CURA DI SERGIO PARINI

**AGENDA 21 PARABIAGO
ECOMUSEO DEL PAESAGGIO
AZIONE 3 - "RIABITA IL PASSATO"**

TORTA DI PANE E LATTE

Ingredienti:

300 gr. di pane raffermo
150 gr. di biscotti secchi
150 gr. di amaretti
150 gr. di uvetta sultanina
50 gr. di pinoli
100 gr. di zucchero
2 uova intere
100 gr. di cacao amaro
1 lt. di latte
Burro quanto basta

Ricetta:

Fare ammolare nel latte per alcune ore il pane raffermo a pezzetti.
Togliere il latte superfluo dal pane e poi schiacciarlo, così da ottenere un composto omogeneo, aggiungere le uova, i biscotti secchi e gli amaretti sbriciolati, lo zucchero, il cacao mescolando il tutto con cura.
Completare con l'uvetta sultanina e i pinoli il composto che, dopo aver ancora mescolato, va versato in una tortiera imburrata.
Infornare per circa un'ora ad una temperatura di 150/170 gradi. Non necessita guarnire la torta finita.

RISOTTO CON PISELLI E FEGATINI

Ingredienti:

300 gr. di riso vialone
300 gr. di fegatini
250 gr. di piselli
Una cipolla
100 gr. di burro
50 gr. di prosciutto cotto a dadini
1 ciuffo di prezzemolo
1 lt di brodo
70 gr. di parmigiano grattugiato
Sale e pepe quanto basta

Ricetta:

Soffriggere in un tegamino 30 gr di burro e mezza cipolla, unire i fegatini, salare, bagnare con 1/2 bicchiere di brodo e cuocere lentamente per 10 minuti.
In un altro tegame soffriggere 30 gr di burro, mezza cipolla, unire i dadini di prosciutto e, dopo 2 minuti, i piselli; bagnare col brodo e lasciar cuocere lentamente per 18 minuti.
In una casseruola tostare il riso col burro rimanente, aggiungere il brodo e cuocere per 20 minuti.
A cottura ultimata mantecare il riso con il parmigiano grattugiato, il prezzemolo tritato, i piselli e i fegatini.

TORTA DA MICCA E LACC

Ingredient:

Tri etti da pan pòss
150 gramm da biscòtt secch
150 gramm da amarètt
150 gramm da ughèta
50 gramm da pignoeu
On etto da zuquar
Du oeuv intreggh
100 gramm da "cacao" mar
Un litar da lacc
Butter quanto l'è assee

Rizèta:

Fà rinvegnì in dal lacc par una quei ora al pan pòss a toccalitt.
Tirà via al lacc in pu e schiscia ben al pan, giontà i oeuv, i biscòtt e i amarètt sfraguiaa, al zuquar, al cacao e dà ona rugada a tutt còss cón cura.
Finì la misturera con l'ughèta e i pignoeu, mes'ciàla anmó e mèttala in d'ona tortera imboreggiàda.
Infornà par un'oretta a 150/170 grad.
Gh'è menga bisógn da guarnì a torta finida

RISOTT CONT ERBIÓN E FIDIGH

Ingredient:

Tri etti da ris
Tri etti da fidigh
250 gramm da erbión
Ona scigolla
100 gramm da butter
50 gramm da giambón còtt a toccallitt
Ona brancadina da erborinn
On litar da broeud
70 gramm da formagg granna
Saa e pevar quanto l'è assee

Rizèta:

Fa palpà in d'ona padella 30 gramm da butter e mezza scigolla, mett dentar al fidigh, sarà, giontàgh un mezz biccier da broeud e fà coeus des minutt.
In d'ona oltra padella fà palpà 30 gramm da butter e mezza scigolla cònt al giambón, fà coeus un para da minutt, giontà i erbión e lassà in sul foeugh par un dasdòtt minutt.
Tostà al ris in d'on padallòtt insèmma al butter vanzaa, bagnà cònt al broeud e lassà coeus par una ventenna da minutt.
Finii da coeus, mantecà al ris cònt al formagg gratta, i erborinn tritaa e al fidigh.

TRIPPA ALLA MILANESE

Ingredienti:

1 Kg. di trippa di vitello (già pulita e semi-cotta)
50 gr. di burro
50 gr. di pancetta o lardo
Una cipolla
Una carota
Una costa di sedano
Quattro foglie di salvia
200 gr. di polpa di pomodoro
100 gr. di fagioli "Spagna"
100 gr. di parmigiano grattugiato
1/2 litro circa di brodo di carne
Sale e pepe quanto basta

Ricetta:

Lavare la trippa in acqua corrente, farla asciugare e tagliarla a listarelle un po' grosse. In una pentola fare appassire la cipolla tritata con burro e lardo (o pancetta), quindi aggiungere la trippa e lasciare soffriggere per 10 minuti. Versare tanto brodo quanto basta per formare una zuppa non molto liquida e aggiungere la carota a fettine, il sedano a pezzettini, i fagioli, la polpa di pomodoro e le foglie di salvia. Aggiustare di sale e lasciar cuocere a fiamma bassa e pentola coperta per due ore e mezza. Una volta pronta servire con abbondante parmigiano.

PASTA ARROSTITA

Ingredienti:

400 gr. di maltagliati
Due cipolle
Quattro patate
80 gr. di pancetta a dadini
50 gr. di burro
100 gr. di parmigiano grattugiato

Ricetta:

Sbucciare, lavare e tagliare in grossi pezzi le patate, metterle in casseruola, aggiungere abbondante acqua e lasciare cuocere per 10 minuti. Trascorso questo tempo salare, versare i maltagliati e cuocere per altri 10 minuti. Intanto affettare sottilmente le cipolle e passarle in padella con la pancetta a dadini ed il burro. Scolare la pasta e le patate, porle nel soffritto, spolverizzare col parmigiano e, mescolando, rosolare per qualche minuto.

BUSECCA

Ingredient:

On kilo da busecca da buscen (giamó nettada)
50 gramm da butter
50 gramm da panscetta o lard
Ona scigolla
Ona caròtola
Ona còsta da sellas
Quattar foeui da erba savia
Du etti da tomatas
100 gramm da fasoeu da Spagna
100 gramm da formagg granna
Mezz litar da broeud
Saa e pevar quanto l'è assee

Rizèta:

Lavà ben ben la busecca sótta l'acqua dal rubinett, falla sugà e tajalla a list on póo gross. Fà palpà in d'un padalòtt la scigolla insèmma al butter e al lard (o la panscetta), giontà la busecca e lassà coeus un des minutt. Mètt dentar broeud assee par fa una suppa menga tropp bagnada e giontà la caròtola a fett, al sellas a toccallitt, i fasoeu, i tomatas e l'erba savia. Mètt al saa cal serviss e lassà coeus pian pianen con su al coerc par dó or e mezza. Quand l'è pronta, quattà de formagg e menalla in taola.

PASTA ROSTIDA

Ingredient:

Quattr'etti da maltajaa
Dó scigoll
Quattar pomm da tèrra
80 gramm da panscetta a toccallitt
50 gramm da butter
100 gramm da formagg granna

Rizèta

Perà, lavà e tajà a tocch i pomm da tèrra, mettai in d'on padalòtt con acqua bondanta e lassà coeus par un des minutt. Mètt un póo da saa, i maltajaa e fa coeus anmó des minutt. Intant taià fen fen i scigoll e fai palpà in d'ona padella insèmma al butter e la panscetta. Scorà la pasta e i pomm da tèrra, mètt tutt còss insèmma, quattà cont al formagg, rugà e lassà in sul foeugh anmó un quei minutt.

CHIACCHIERE

Ingredienti:

500 gr. di farina
100 gr. di zucchero
Tre uova
Tre cucchiari di rhum
50 gr. di burro a pezzetti
Una bustina di vaniglina

Ricetta:

Con la farina, lo zucchero, la vaniglina, le uova, il rhum ed il burro preparare un impasto di giusta consistenza.

Stendere l'impasto col mattarello e ricavare dei rettangoli lunghi circa 11 cm e larghi 8.

Praticare al centro di ogni rettangolo tre tagliettini paralleli senza intaccare i bordi.

Friggere quindi le chiacchiere in abbondante olio bollente, una volta ben dorate scolare su fogli di carta assorbente e spolverizzarle di zucchero a velo.

RISOTTO ALLA MILANESE

Ingredienti:

400 gr. di riso vialone
½ cipolla
½ bicchiere di vino bianco secco
150 gr. di burro
1 bustina di zafferano
1,5 lt di brodo
40 gr. di parmigiano grattugiato
Sale quanto basta

Ricetta:

Soffriggere in una casseruola 100 gr di burro e la mezza cipolla tritata fine; una volta imbiondita aggiungere il riso, farlo tostare leggermente ed versare il vino. Mescolare facendo asciugare il vino, quindi iniziare a versare sul riso il brodo bollente, aggiungendo un paio di mestoli man mano che evapora.

A metà cottura unire lo zafferano.

Continuare a rigirare, cuocendo a fiamma vivace sino a cottura ultimata (il chicco di riso deve essere al dente).

Prima di servire aggiustare di sale, unire la noce di burro, il parmigiano grattugiato, far mantecare e lasciar riposare per un minuto.

CIACCIAR

Ingredient:

Cench etti da farina
100 gramm da zuquar
Trii oeuv
Trii cuggiaa da rhum
50 gramm da butter a toccallitt
Ona busta da vaniglina

Rizètta:

Preparà una bella misturera con la farina, al zuquar, la vaniglina, i oeuv, al rhum e al butter.

Tirà cont al mattarell e fa di rettangolitt, con trii taj in mezz (ma senza rivà a risiga).

Fài rostì in dal oli buient fina a quand in bei dora, scorai e mettigh da sora al zuquar

RISOTT A LA MILANESA

Ingredient:

Quattr'etti da ris vialón
Mezza scigolla
Mezz biccer da ven
150 gramm da butter
Ona bustina da zaffran
On litar e mezz da broeud
40 gramm da formagg granna
Saa quanto l'è assee

Rizètta:

Fa imbiondi in d'on padalott 100 gramm da butter e la mezza scigolla tritàda finna finna; giontàgh al ris, fàl tostà on cicinen e mètt den al ven bianch. Girà e lassà sugà al ven, poeu dòpo comincià a versà in dal ris al broeud sbroient man a man ch'al suga e lassà buj a la pussee bella, fin a vidè al ris a sparà in dal padalott.

A metà da la cottura giontà al zaffran.

Sigutà a rugà, tegnìl bagnà e con sótta un bel foeugh fin tant ca l'é còtt (la granna da ris l'ha da vess stagnina).

Rangiàl da saa, giontagh al toccalen da butter vanzàa, al formagg, fà manteccà e lassà quiet un minutt. Portà in taola e rigordass che al ris al nass in da l'acqua e al moeur in dal ven...

OSSIBUCHI ALLA MILANESE

Ingredienti:

4 ossibuchi di vitello (spessore circa 4 cm l'uno)
50 gr. di burro
Mezza cipolla
1 cucchiaio di farina bianca
Mezzo bicchiere di vino bianco secco
1 ciuffetto di prezzemolo
1 spicchio d'aglio
200 gr. di pomodori pelati
La scorza grattugiata di mezzo limone
Sale e pepe quanto basta

Ricetta:

Far sciogliere il burro in un tegame e porvi gli ossibuchi passati nella farina.

Far rosolare bene le due parti bagnando con il vino.

Una volta asciugati aggiungere i pelati passati al setaccio, coprire e lasciar cuocere a fuoco lento per circa un'ora e mezza, rigirandoli spesso fino a quando la carne comincerà a staccarsi dall'osso, facendo attenzione che il sugo risulti piuttosto denso.

Preparare quindi un trito di prezzemolo, aglio, scorza di limone, versarlo sugli ossibuchi e lasciarli sobbollire ancora cinque minuti.

L'ideale è accompagnare questo piatto con qualche cucchiata di risotto alla milanese.

RISO E PREZZEMOLO

Ingredienti:

200 gr. di riso vialone
1,200 lt di brodo
Un mazzetto di prezzemolo
Una noce di burro
Sale quanto basta

Ricetta:

Mondare un mazzetto di prezzemolo, lavarlo, lasciarlo asciugare tritandolo poi finemente.

Far prendere bollire al brodo, versare il riso, salare e far cuocere per circa venti minuti, mescolando di tanto in tanto.

Quando il riso sarà al dente unire il prezzemolo e la noce di burro tenendolo ancora sul fuoco per un attimo, quindi servire ben caldo.

Una variante consiste nel soffriggere un etto di pancetta a dadini che va poi versata nel brodo col riso

OSSBUS

Ingredient:

Quattar ossbus da buscen (vòlt un quattar ghèi)
50 gramm da butter
Mezza scigolla
On cugiaa da farina bianca
Mezz biccer da ven bianch
Ona brancadina da erborinn
Ona fesa d'aj
Duu etti da pelati
La pèll grattada da un mezz limón
Saa e pevar quanto l'é assee

Rizètta:

Fa dislenguà al butter in una padèlla e mèttigh dentar i ossbus passaa in da la farina.

Fa ciappà color a tucc e dó i part e bagnà cont al ven.

Lassà sugà e giontà i pelati,quattà cont al coèrc e fa coeus adasi adasi par un'ora e mezza, girandoi da spess fin quand la carna la comincia a staccass da l'oss, cont un oeucc alla puccia ca la da vèss bella spessa.

Preparà un battuu da erborinn, aj, pell da limon; mèttal da sora di ossbus e lassà andà anmó un pó.

Cal piatt chi a l'é special cont una quei cugiarada da risòtt a la milanese.

RIS E ERBORINN

Ingredient:

Duu etti da ris vialón
On litar e dusent da broeud
Ona brancadina da erborinn
On toccalen da butter
Saa quanto l'è assee

Rizètta:

Mondà i erborinn, lavài, lassài sugà e poeu tritài fen fen.

Fà bùi al broeud, giontàgh al ris, rangià da saa, lassà coeus par una ventenna da minutt e ogni tant dàgh una bella rugada.

Quand al ris l'è quasi còtt giontagh i erborinn e al toccalen da butter; tegnì anmó un pó in sul foeugh e servì ben còld.

Chi voeur al poeu rostì su un etto da pancetta a quadrattitt, ca la va mettuu in dal broeud insèmma al ris.

CAZZOEULA

Ingredienti:

600 gr. di costine e puntine di maiale
200 gr. di cotenne di maiale
4 salamini "verzini"
2 verze con le foglie verdi e ben crespate
1 cipolla
4 carote
2 gambi di sedano
1 bicchiere di vino "barbera"
100 gr. di pomodori pelati
1 cucchiaio d'olio
Sale e pepe quanto basta

Ricetta:

Bruciacchiare le cotenne di maiale, mettendole poi in una pentola d'acqua che deve essere portata ad ebollizione per 5-6 minuti, dopo di che raschiarle accuratamente per togliere il grasso in eccesso.

Togliere anche alle costine il grasso visibile: queste operazioni riducono da subito la quantità di grasso che, diversamente dovrebbe essere "schiumato" durante la cottura.

Pulire e lavare attentamente le foglie delle verze, dando loro una "scottata" in una pentola, lasciare quindi asciugare su un panno.

In una casseruola capiente mettere un cucchiaio d'olio con le carote tagliate a rondelle, la cipolla tritata, il sedano a pezzetti e far rosolare leggermente.

Aggiungere i verzini privi della pelle, la carne e le cotenne, lasciando insaporire il tutto unendo il bicchiere di vino.

Mettere i pomodori pelati e lasciar cuocere a fuoco moderato per un'oretta, rigirando di tanto in tanto.

Unire le foglie della verza con l'accortezza di cominciare dalle foglie più dure seguite da quelle più tenere e terminare la cottura lasciando per un'altra ora circa sul fuoco moderato.

La cazzuola deve risultare magra, piuttosto densa, poco brodosa e appiccicosa.

E' un piatto che va servito nei giorni autunnali-invernali preferibilmente con della polenta ed il segreto consiste nell'aver fatto prendere alle verze una bella "gelata".

CAZZOEULA

Ingredient:

Ses etti da costinn e pontinn
Duu etti da cudigh
Quattar "verzitt"
Dó verz cont i foeui verd e ben crespaa
Ona scigolla
Quattar caròtol
Dó còst da sèllas
On bel biccer da barbera
On etto da pelati
On cugiaa d'oli
Saa e pevar quanto l'è assee

Rizètta:

Brusattà i codigh e mèttai in d'on padalòtt d'acqua, fa bùi par un cench o ses minutt e dòpo grattà via ben ben al grass da sorevia.

Tirà via al grass anca dai costinn: inscì la cazzoeula la vegnarà meno vóncia e gh'è sarà bisogn nò da s'ciumà intant ca la coeus.

Mondà i foeui di verz e lavà almeno on para da volt, dàgh ona scottada in d'on parió e lassai sugà da sora d'on fragón.

In d'on padalott bèll grand mètt dentar on cugiàa d'oli cónt i carotol tajaa a serc, la scigolla tritada, al sellas a toccalitt e fa rosolà appènna appènna.

Giontàgh i verzitt peraa, la carna, i codigh e lassà ciappà al saor a tuttòss insèma a un biccer da barbera.

Trà den in dal padalòtt anca i pelati, lassà coeus adasi adasi par un'ora e ogni tant dàgh una bèlla rugada.

Finalment l'è l'ora di verz, primma i foeui dur e poeu quei pussee morasitt: lassà finì da coeus, sempar adasi adasi, anmó par un'oltra ora.

La cazzoeula (a Nervian sa dis cazzoeura...) l'ha da vèss magra, con pócch broeud e tacchenta.

L'è un disnà ch'al va mangiaa in di di fregg, magari cont un pó da polenta e al secrett l'è la verza ca l'ha d'avè ciappaa una bèlla gerada.

NODINI DI VITELLO

Ingredienti:

4 nodini di vitello (spessore 2 cm circa l'uno)
50 gr. di burro
100 gr. di pancetta a dadini
1 bicchiere di vino bianco secco
Un pugno di farina bianca
Rosmarino
Sale e pepe quanto basta

Ricetta:

Innanzitutto, per evitare che la carne si arricci su sé stessa, tagliare il nervo tra la carne e l'osso, passandoli poi leggermente in poca farina.

In un largo tegame far imbiondire il burro e tostare leggermente la pancetta.

Quindi adagiare i nodini con abbondante rosmarino e far prendere loro colore da entrambe le parti.

Quando saranno ben rosolati aggiungere il vino, che, a fiamma bassa, dovrà evaporare quasi completamente.

Coprire il tegame e lasciar cuocere per rigirando ogni tanto la carne.

NERVETTI CON LA CIPOLLA

Ingredienti:

Quantità a piacere

Ricetta

Fate lessare i nervetti in abbondante acqua salata per circa un'ora e mezza.

Lasciateli raffreddare e poi tagliateli a pezzetti.

Versateli in una tazzinetta e aggiungetevi una cipolla affettata sottilmente, conditeli con olio, aceto, sale, pepe e prezzemolo tritato.

A piacere aggiungete fagioli di Spagna o cannellini.

Mescolate bene il tutto e lasciate insaporire.

Servite i "Nervitt cont la scigola" come antipasto.

ROSTITT NEGAA

Ingredient:

Quattar rostitt da buscen (vòlt un para da ghèi)
50 gramm da butter
On etto da panscetta a quadratitt
On biccer da ven bianch
Ona brancada da farina bianca
Usmaren
Saa e pevar quanto l'é assee

Rizèta

Primma da tuttcòss, par fa menga riscia su la carna, tajà al nervètt tra la carna e l'oss e infarinà i rostitt poch poch.

In d'ona padella bella granda fa tostà la panscetta a quadratitt in dal butter e, quand l'é staa ben còtt mètt in padella i rostitt con bondant da usmaren.

Fàgh ciappà a la svelta al só color da tucc e dó i part.

Quand sarann bei rosolaa giontàgh al ven che, adasi adasi, doerà sugà quasi completament.

Quattà la padella cont al coèrc e lassà coeus par un'ora la carna senza dasmentegàa da giràlla ogni tant.

NERVITT CONT LA SCIGOLLA

Ingredienti:

Quantità a piasèe

Rizèta

Fa lessà i nervitt in acqua e saa par on'oretta e mezz. Lassai vegnì frecc e tajai a tocchettitt. Mett i nervitt in una tazzina e giontagh ona scigolla tajaa fin, condì con oli, asée, saa, pevar e erborinn tritaa.

A segond dal gust giontagh di fasoeu da Spagna o cannallitt.

Mes'cià ben tutt còss e lassà ciappà al saor. Servi i nervitt cont la scigolla come antipast.

Pronuncia:

- o = u
- ò = ò (aperta di “bòtt”)
- ó = o (chiusa di “Tógn”)
- u = ü (u turbata di “mur”)
- oeu = ö (o turbata di “fasoeu”)
- z = s (sorda come in “zafran”)
- z = s (sonora come in “zabetta”)
- le consonanti doppie si pronunciano come singole se non sono in finale di parola