

Giovanni de Biasio

conchiglie

il buono nel guscio



Fotografie di Nicolas Lemonnier

Guido Tommasi Editore



Ad Alda

Le conchiglie sono autentici gioielli che i mari e gli oceani ci regalano. Nel loro scrigno di madreperla racchiudono prelibati molluschi che si possono cucinare in infiniti modi.

La voglia di scrivere un libro di ricette con protagoniste le conchiglie mi è venuta dopo aver constatato che, nonostante l'abbondanza e la varietà nei supermercati o nelle pescherie, le tendenze culinarie per quanto riguarda i frutti di mare sono piuttosto monotone.

Così, insieme a Nicolas, ci siamo messi a "giocare" con le conchiglie, ricercando, inventando e modificando ricette per piatti buonissimi e anche estremamente scenografici.

Giovanni de Biasio



È un dato di fatto: la vita sulla Terra ebbe origine dai mari e dagli oceani. È là, dove il mare si infrange sugli scogli o sul bagnasciuga, portate a riva dalla forza delle onde e delle maree, che troviamo le protagoniste di questo libro: le conchiglie.

Oggi sono spesso un prodotto di lusso sulle nostre tavole, per cause naturali, perché si riproducono lentamente a fronte di una forte richiesta alimentata a volte da vere e proprie mode gastronomiche. Eppure l'uomo le ha consumate fin dalla preistoria. Come gli esseri umani che vivevano nelle foreste si cibavano di bacche e frutti, quelli che vivevano sul mare raccoglievano le conchiglie depositate sulla terraferma dalle maree. Oltre a consumare il mollusco come alimento, si utilizzava la conchiglia come recipiente o utensile, specialmente quelle dei grandi bivalvi, oppure come strumento musicale, basti pensare alla buccina, usata a mo' di tromba nelle fanfare delle legioni dell'antica Roma.

Numerosi ritrovamenti archeologici attestano come, già nel Paleolitico superiore, le conchiglie fossero usate non solo come recipiente ma come ornamento e oggetto di scambio in diversi punti del globo, dalla Papuasias all'Africa al bacino del Mediterraneo.

I loro sedimenti fossili hanno contribuito alla formazione della crosta terrestre, specialmente quelli delle ostriche; in Senegal, per esempio, esiste un intero arcipelago formato da milioni di ostriche.

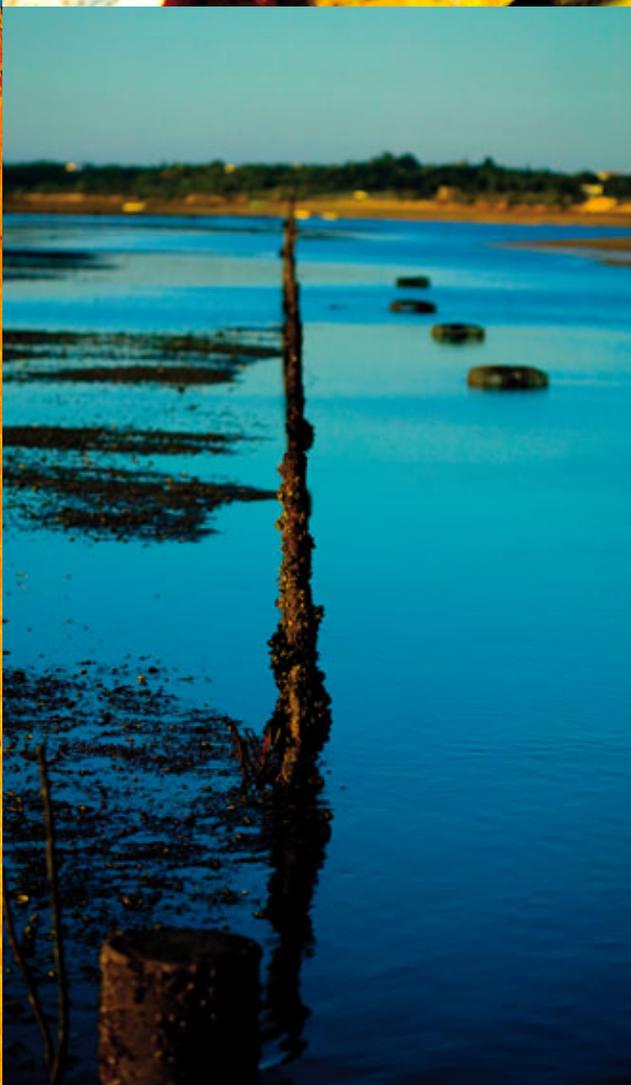
Del resto, chi da bambino non ha mai collezionato conchiglie? Magari d'estate, quando le maree lasciano grandi estensioni coperte solo da pochi centimetri d'acqua e, scavando un po' con le mani, si trovano vongole, telline, resti di conchiglie dai riflessi madreperlacei, oppure può capitare di imbattersi nelle grandi conchiglie degli oceani, cui basta avvicinare l'orecchio per sentire il rumore delle onde.

BIVALVI E GASTEROPODI

I molluschi racchiusi tra due conchiglie sono chiamati bivalvi o lamellibranchi, ma anche acefali, cioè "senza testa", perché fissandosi alle rocce o agli oggetti sommersi, nel corso di un'evoluzione millenaria, hanno perso la testa, insieme agli organi della locomozione, di difesa e a molti altri organi sensoriali. Insomma, sono animali piuttosto semplici da catturare, si raccolgono un po' come la frutta, e non per niente rientrano nella categoria gastronomica dei "frutti di mare". Come la frutta viene coltivata, così certi tipi di molluschi vengono allevati su larga scala, facilitando la loro diffusione nei mercati ittici di tutto il mondo. I bivalvi più comuni in cucina sono le vongole in tutte le loro varianti, le cozze, le ostriche, le capesante e i cannolicchi.

Cucinare i bivalvi non richiede particolari attenzioni, l'importante è scegliere sempre prodotti freschi o, quando provengono da allevamenti, controllare che siano certificati e che sulla confezione sia specificata la provenienza e la data di raccolta. Si possono comprare frutti di mare surgelati, ma il gusto non è assolutamente paragonabile a quelli freschi. In commercio si trovano anche certi tipi di bivalvi (come le cozze e le capesante) già puliti e aperti, confezionati in atmosfera protetta o sottovuoto. Sono comodi, ma in nessun modo paragonabili al prodotto fresco. Anche se certi tipi di bivalvi si possono consumare crudi, farlo è fortemente sconsigliato, a meno che non provengano da allevamenti controllati e garantiti dalla legge. Comunque è sempre meglio cucinarli.

Le varietà dei bivalvi commestibili sono davvero numerose con differenze, perfino nella stessa specie, tra le varie zone dei mari e degli oceani. Così in Francia troviamo ostriche di dimensioni e qualità diverse e ottime capesante, mentre sulle coste atlantiche del Portogallo si consumano gasteropodi dalle conchiglie grandi come le buccine e minuscole come le telline. Poco più a nord, sulla costa spagnola, la Galizia è famosa per gli





allevamenti di cozze, grandi e con la conchiglia dai riflessi verdastri. Nel bacino del Mediterraneo oltre alle ostriche e alle onnipresenti cozze si possono trovare una discreta varietà di vongole: le vongole canestrello o canestrelli, le vongole veraci, i tartufi di mare, i gustosissimi fasolari e le arselle. Se poi ci spingiamo verso il Pacifico troviamo bivalvi enormi, dei quali viene consumato solamente il muscolo che tiene il mollusco attaccato alla conchiglia.

I gasteropodi sono invece molluschi con una sola conchiglia, a spirale come le lumache di mare o piatta come le patelle. In alcune zone oceaniche possono assumere dimensioni davvero notevoli.

Prima di cucinarli è necessario pulirli e lavarli molto bene sotto l'acqua corrente finché non rilasciano più la caratteristica "bava".

Non è sempre facile trovarli in commercio, e la disponibilità varia molto di zona in zona, ma vale la pena provarli per gustarne l'inconfondibile sapore "marino".

Ceviche di ostriche

tempo di preparazione: 5 min
per 2 persone

12 ostriche
1 cucchiaino di peperoncino verde fresco tritato
il succo di 2 lime
1 cipolla rossa piccola affettata sottilmente
qualche lamella di zenzero fresco
pepe bianco

Preparate una marinata con il peperoncino, il succo di lime e un pizzico di pepe. Infilate nelle ostriche aperte una lamella di zenzero e una fettina sottile di cipolla. Versate la marinata sulle ostriche e servite subito.



Buccina marinata

tempo di preparazione: 8 min + 2 ore di riposo

in frigorifero

tempo di cottura: 30 min

per 1 persona

1 buccina grande

1 arancia

2 rapanelli

succo di limone

olio d'oliva

aceto di Jerez

1 foglia d'alloro

sale

pepe in grani

Lessate la buccina per circa mezzora in acqua leggermente salata con la foglia d'alloro e qualche grano di pepe. Estraete il mollusco e lasciatelo raffreddare.

Tagliate l'arancia e i rapanelli a fettine sottili, pulite il mollusco della buccina e affettatelo il più sottile possibile con un coltello ben affilato.

Preparate una vinaigrette con l'olio, l'aceto, il sale, qualche goccia di succo di limone e una macinata di pepe. In un piatto fondo alternate a strati la buccina, le fette d'arancia, quelle di rapanello e la vinaigrette.

Lasciate riposare in frigorifero per almeno un paio d'ore e servite.



VONGOLE & CO.

Vongole al curry	14
Vongole al limone	14
Arselle alla mugnaia	16
Vongole alla marinara	18
Zuppetta di vongole nelle pagnotte	20
Vongole trifolate	20
Arselle in umido	22
Arselle con il "chayote"	22
Frittata di canestrelli e prosciutto crudo	24
Torta di arselle	24
Clam Chowder New England	26
Clam Chowder Manhattan	26
Tagliatelle al nero di seppia con le vongole	28
Vongole ripiene	30
Vongole in salsa verde	30
Vongole impanate	30
Telline con il bacon	34
Cannoncini alle vongole	34
Patate con vongole al pesto di coriandolo	36
Risotto alle arselle	36
Risotto piccante alle vongole	36
Gnocchi con le vongole	40
Minestra di vongole	40
Couscous alle telline	42
Canestrelli alla spagnola	44
Spiedini vongole e maiale	46
Canestrelli in foglia di banano	46
Canestrelli al kumquat	48
Vongole nella cataplana	50
Vongole al prosciutto crudo	50
Fritto misto di molluschi	50
Bruschetta di telline	54
Penne con le arselle	54
Fasolari con finocchio	56
Pizza con fasolari e cozze	56
Polpettine salsicce e vongole	58
Vongole e cozze in insalata	58
Canapé di vongole	60
Sformatini di carciofi con le vongole	60
Vongole con salsa all'uovo	62
Fusilli vongole e broccoli	62

COZZE

Cozze gratinate	66
Impepata di cozze	66
Linguine alle cozze	68
Cozze al pesto di capperi	70
Cozze con le uova sode	70
Zuppa di cozze e arselle	70
Spiedini di cozze alla Corsa	74
Spiedini di cozze	74
Maki sushi alle cozze	76
Polenta e cozze	76
Cozze alla provenzale	76
Cozze con le melanzane	80
Cozze con il sedano	80
Insalata di cozze e feta	80
Cozze all'aneto	84
Cozze con salsa allo zafferano	84
Teglia di cozze	86
Cozze con il mango	86
Cozze marinate	88
"Crumble" di cozze	90
Cozze gratinate con le nocciole	90
Cozze con i carciofi	92
Vol-au-vent con le cozze	92
Cozze all'orientale	92

Insalata di cozze e germogli misti	96
Cozze con le patate	96

OSTRICHE

Ceviche di ostriche	100
Ostriche alla Rockefeller	102
Ostriche con il bacon	102
Aspic di ostriche	104
Ostriche gratinate alle verdure	104
Ostriche allo Champagne	104
Ostriche piccanti	108
Ostriche alla Bourguignonne	108
Involtoni di ostriche e verza	110
Ostriche con spuma di porri	110
Ostriche con salsa al lime	112
Ostriche con gli spinaci	112
Minestra di ostriche	114
Ostriche gratinate all'avocado	114
Pane alle ostriche	116

CAPESANTE

Carpaccio di capesante al lime	120
Capesante alle zucchine	122
Capesante alla crema di scalogni	124
Capesante con indivia belga	124
Capesante con asparagi e funghi	126
Capesante gratinate	128
Capesante alla moda di Vigo	128
Capesante alla portoghese	130
Capesante con i funghi	130

CANNOLICCHI

Risotto con cannolicchi	134
Cannolicchi gratinati	134
Cannolicchi in carpione	136

GASTEROPODI

Patelle grigliate	140
Patelle in carpione	140
Buccina trifolata	142
Curry di buccine	142
Buccina condita	144
Buccina marinata	146
Lumache di mare con i fagioli neri	148
Garusoli in vinaigrette di scalogni	148

GLI INTRUSI

Lepadi al naturale	152
Spaghetti ai ricci di mare	154

Arselle alla mugnaia	16	Ostriche alla Rockefeller	102
Arselle con il "chayote"	22	Ostriche allo Champagne	104
Arselle in umido	22	Ostriche con gli spinaci	112
Aspic di ostriche	104	Ostriche con il bacon	102
		Ostriche con salsa al lime	112
Bruschetta di telline	54	Ostriche con spuma di porri	110
Buccina condita	144	Ostriche gratinate all'avocado	114
Buccina marinata	146	Ostriche gratinate alle verdure	104
Buccina trifolata	142	Ostriche piccanti	108
Canapé di vongole	60	Pane alle ostriche	116
Canestrelli alla spagnola	44	Patate con vongole al pesto di coriandolo	36
Canestrelli al kumquat	48	Patelle grigliate	140
Canestrelli in foglia di banano	46	Patelle in carpione	140
Cannolicchi gratinati	134	Penne con le arselle	54
Cannolicchi in carpione	136	Pizza con fasolari e cozze	56
Cannoncini alle vongole	34	Polenta e cozze	76
Capesante alla crema di scalogno	124	Polpettine salsicce e vongole	58
Capesante alla moda di Vigo	128		
Capesante alla portoghese	130	Risotto alle arselle	36
Capesante alle zucchine	122	Risotto con cannolicchi	134
Capesante con asparagi e funghi	126	Risotto piccante alle vongole	36
Capesante con i funghi	130		
Capesante con indivia belga	124	Sformatini di carciofi con le vongole	60
Capesante gratinate	128	Spaghetti ai ricci di mare	154
Carpaccio di capesante al lime	120	Spiedini di cozze	74
Ceviche di ostriche	100	Spiedini di cozze alla Corsa	74
Clam Chowder Manhattan	26	Spiedini vongole e maiale	46
Clam Chowder New England	26		
Couscous alle telline	42	Tagliatelle al nero di seppia con le vongole	28
Cozze all'aneto	84	Teglia di cozze	86
Cozze alla provenzale	76	Telline con il bacon	34
Cozze all'orientale	92	Torta di arselle	24
Cozze al pesto di capperi	70		
Cozze con i carciofi	92	Vongole al curry	14
Cozze con il mango	86	Vongole alla marinara	18
Cozze con il sedano	80	Vongole al limone	14
Cozze con le melanzane	80	Vongole al prosciutto crudo	50
Cozze con le patate	96	Vongole con salsa all'uovo	62
Cozze con le uova sode	70	Vongole e cozze in insalata	58
Cozze con salsa allo zafferano	84	Vongole impanate	30
Cozze gratinate	66	Vongole in salsa verde	30
Cozze gratinate con le nocciole	90	Vongole nella cataplana	50
Cozze marine	88	Vongole ripiene	30
"Crumble" di cozze	90	Vongole trifolate	20
Curry di buccine	142	Vol-au-vent con le cozze	92
Fasolari con finocchio	56	Zuppa di cozze e arselle	70
Frittata di canestrelli e prosciutto crudo	24	Zuppetta di vongole nelle pagnotte	20
Fritto misto di molluschi	50		
Fusilli vongole e broccoli	62		
Garusoli in vinaigrette di scalogni	148		
Gnocchi con le vongole	40		
Impepata di cozze	66		
Insalata di cozze e feta	80		
Insalata di cozze e germogli misti	96		
Involtini di ostriche e verza	110		
Lepadi al naturale	152		
Linguine alle cozze	68		
Lumache di mare con i fagioli neri	148		
Maki sushi alle cozze	76		
Minestra di ostriche	114		
Minestra di vongole	40		
Ostriche alla Bourguignonne	108		

Giovanni de Biasio

conchiglie

il buono nel guscio



Dove il mare si infrange sugli scogli o sul bagnasciuga, portate a riva dalla forza dei flutti e delle maree, troviamo le protagoniste di questo libro: le conchiglie. Gusci dalle forme aggraziate o dall'aspetto bizzarro che racchiudono gioielli sottoforma di polpe succulente e saporite.

Vongole, arselle e fasolari, cozze, cannicchi, capesante, ostriche e ricci di mare – al naturale, con pasta e riso, nelle zuppe tradizionali e in insoliti canapè.

Più di 100 ricette per portare in tavola questi tesori del mare in preparazioni che stimoleranno le vostre papille con un'ondata di sensazioni abissali.



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasieditore.it



978-88-95092-21-8

€ 24.00 i.i.