

ALLEGATO

Un ideale menu invernale *East Lombardy*

Dall'antipasto al dolce, quattro proposte di altrettanti ristoranti del circuito East Lombardy, per un menu che esalta i prodotti vegetali, all'insegna della tradizione contadina

[*East Lombardy*, **31 gennaio**] La Lombardia Orientale offre una varietà di prodotti tipici che raccontano la storia di una zona ricca di tradizioni secolari; qui nel territorio coperto da *East Lombardy*, realtà che riunisce produttori e ristoranti delle province di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova, e che aderiscono a un Manifesto (<https://www.eastlombardy.it/it/manifesto/>) che sostiene e promuove la cultura del cibo sano e sostenibile, si ritrovano alcune eccellenze iconiche del panorama gastronomico non solo lombardo ma nazionale. Di seguito, dunque, alcune preparazioni legate al territorio, in alcuni casi fedeli alla tradizione (è questo il caso dei Chissöll di Bergamo per esempio), oppure proposte contemporanee da prodotti radicati nella zona, come è per esempio il caso della Delizia ai limoni del Garda.

BERGAMO, città

ANTIPASTO

I Chissöll: la ricetta di Andrea Paleni chef dell'Osteria Al Gigianca di Bergamo

(www.eastlombardy.it/it/ristoranti/bergamo/gigianca/)

I **Chissöll** sono piccole palline di polenta cotte sulla brace e farcite di formaggio, un tempo preparati negli alpeggi come sfizio goloso da mangiare intorno al fuoco del camino e della stufa.

Ingredienti per 4 persone

Polenta preparata con 300 g di farina Bramata

100 g di Taleggio o Stracchino all'antica delle valli Orobiche

burro q.b.

salvia q.b.

Grana Padano q.b.

Preparazione Chissöll:

Preparare una polenta piuttosto soda: in una pentola capiente a bordi alti e meglio se di rame, far bollire 1,5 litri di acqua salata e a bollore aggiungere la farina gialla, poco per volta mescolando con la frusta.

Proseguire la cottura per circa 50 minuti, continuando a mescolare.

Con un mestolino bagnato in acqua fredda, prelevare una porzione di polenta, formare un incavo al centro e inserirvi una pallina di formaggio precedentemente ammorbidito, ricoprendolo poi con altra polenta.

Per la cottura, preferibilmente cuocere il **Chissöll** sulla brace, avvolgendolo in carta stagnola. In alternativa, è possibile infornarlo a 200 °C per 10-15 minuti, posizionandolo su una teglia rivestita di carta forno.

Servire con burro fuso e salvia e una spolverata di Grana Padano.

MANTOVA, città

PRIMO PIATTO

Il risotto con cuori di carciofo dell'Antica Trattoria Cento Rampini

(www.eastlombardy.it/it/ristoranti/mantova/antica-trattoria-cento-rampini/)

Ingrediente principe è il riso delle varietà Vialone Nano IGP tipico del mantovano; al pari del riso Carnaroli ha chicchi grandi ma il Vialone Nano in cottura risulta particolarmente cremoso.

Ingredienti per 4 persone

8 carciofi

Olio d'oliva

Sale, pepe e prezzemolo q.b.

1/2 spicchio d'aglio

½ bicchiere Vino bianco secco

Brodo vegetale; Grana Padano per chiudere il piatto

Preparazione Risotto

Preparare i carciofi: pulire i carciofi togliendo le foglie esterne fino ad arrivare al cuore. Togliere l'eventuale barba al centro e le punte. In una padella disporre i carciofi con il filo d'olio, un poco di d'acqua tiepida e il mezzo spicchio di aglio; proseguire la cottura per 15 minuti a fuoco lento.

Preparare il risotto: tostare il riso a fuoco vivace e sfumare con il vino bianco. Aggiungere, poco alla volta e mano mano che il brodo viene assorbito dal riso, il brodo vegetale caldo, secondo necessità. A metà cottura (circa 10 minuti dalla tostatura) aggiungere i carciofi sminuzzati. Mantecare con Grana Padano grattugiato.

CREMONA, Ripalta Cremasca

CONTORNO AL SECONDO PIATTO O AI FORMAGGI

La Mostarda di mele e di pere di Stefano Fagioli della Trattoria Via Vai

www.eastlombardy.it/it/ristoranti/cremona/trattoria-via-vai/

Ideale in abbinamento ai formaggi (ai cremosi freschi o agli erborinati) e alle carni bollite, la mostarda di Cremona si prepara con frutti canditi interi ai quali si aggiunge essenza di senape piccante.

Ingredienti:

500 g di pere a polpa soda

500 g di mele verdi

800 g di zucchero

2 limoni

10 gocce di essenza di senape

Preparazione

Sbucciare la frutta e tagliarla a quarti; sistemare la frutta in contenitori di plastica, o di vetro, e ricoprirla con lo zucchero, cospargere il succo del limone e mescolare il tutto con le mani. Coprire con la pellicola per 24h. Il giorno dopo, trasferire il liquido formatosi e lo zucchero, che si sarà sciolto parzialmente, in una casseruola di acciaio. Portare a bollire e versare lo sciroppo sulla frutta.

Questa operazione va ripetuta per 5 giorni.

Nel caso in cui lo sciroppo fosse poco, preparare altro sciroppo sciogliendo 400 g di zucchero in 500 g di acqua, facendo bollire il tutto a fuoco medio per 30'.

Il sesto giorno, riscaldare lo sciroppo, immergere la frutta e cominciare la cottura.

Fare prendere bollire al composto e quindi abbassare e proseguire a fuoco dolcissimo, fino a quando la frutta non risulti trasparente. Una volta raffreddata, aggiungere 5 gocce di senape per kg di frutta, mescolate per bene e travasate la mostarda in vasi sterilizzati in precedenza.

BRESCIA, città

DESSERT

La Delizia ai limoni del Garda secondo Lanzani Bottega&Bistrot

www.eastlombardy.it/it/ristoranti/brescia/lanzani-bottega-and-bistrot/

I limoni del Garda autentica perla di una zona dove il clima è inaspettatamente mediterraneo, sono protagonisti del dessert creato da Lanzani Bottega & Bistrot; in questo caso la preparazione non è legata alla tradizione ma è un'interpretazione contemporanea di un ingrediente che sulle rive del Garda ha origini secolari.

Ingredienti per una persona

La mousse al limone

80g latte

8g buccia di limoni del Garda

5g gelatina animale in fogli

140g cioccolato bianco

160g panna

Preparazione

Portare a 85 gradi il latte con la buccia di limone, unire la gelatina ammorbidita e strizzata, versare il liquido in una ciotola.

Scaldare il cioccolato a bagnomaria ed emulsionare con un minipimer a immersione. Quando la miscela del cioccolato arriva a 30gradi, incorporare la panna semi-montata

Ganache all'olio extravergine d'oliva del Garda

(www.eastlombardy.it/it/ricerca/?prod_entities_it%5Bquery%5D=Olio)

Ingredienti

200g panna
40g destrosio
320g di cioccolato bianco
100g olio di oliva extravergine
80g burro
3g gelatina animale in fogli

Preparazione

Portare a bollore la panna, versare sul cioccolato bianco, olio d'oliva, destrosio e gelatina animale ammorbidita e strizzata, quindi emulsionare con un minipimer, infine aggiungere il burro sciolto a bagnomaria.

Crumble al cacao

Ingredienti

40g burro
20g zucchero di canna
1g sale fino
45g farina 00
5g cacao in polvere

Preparazione

Impastare burro, zucchero di canna, sale e aromi, poi aggiungere la farina. Formare dei cilindri e riporre in frigo per 3/4 ore; quindi sbriciolare l'impasto su di una teglia da forno e cuocere a 160gradi per circa 20 minuti, rigirando le briciole a metà cottura.

Impiattamento

Posizionare sul fondo del piatto il crumble di cacao;
compattare la mousse in uno stampino, meglio se a forma di limone o altrimenti ricavatene una mezza sfera regolare, all'interno della quale mettere la ganache all'olio extravergine d'oliva.

IMMAGINI IN ALTA DISPONIBILI SU RICHIESTA

Ufficio stampa East Lombardy

<https://www.eastlombardy.it/it/>

Studio Giornaliste Associate BonnePresse

Marianna Corte M. +39 347.42.19.001 marianna.corte@bonnepresse.it

Gaia Grassi M. +39 339.56.53.179 gaia.grassi@bonnepresse.it www.bonnepresse.it

East Lombardy

Riconosciuta con il titolo di Regione Europea della Gastronomia nel 2017, East Lombardy è una realtà che riunisce produttori e ristoratori garanti della cultura di un cibo sano, sostenibile e che rispetta la biodiversità locale. Marchio della regione gastronomica della Lombardia Orientale, ha l'obiettivo di favorire l'evoluzione dell'enogastronomia nelle quattro province di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova, supportando la notorietà delle eccellenze dei suoi produttori e dei suoi ristoratori a livello nazionale e internazionale. Con un'offerta di eccellenza sotto il profilo enogastronomico che conta circa 300 ristoratori e oltre 300 produttori, vanta 25 prodotti Dop e Igp, altrettanti vini Docg, Doc e Igt e 11 presidi Slow Food. È espressione di una cultura che da secoli punta sulle proprie risorse. Unendo le forze, i Comuni di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova, e le rispettive Camere di Commercio, hanno l'ambizione di dare forma a un segnale forte, sintetizzato in un manifesto, che diventa vessillo di quella cultura del cibo che già da tempo caratterizza il territorio della Lombardia Orientale. Qui unicità e qualità del prodotto, insieme alla tipicità delle ricette, rappresentano il cuore delle attività di East Lombardy.

www.eastlombardy.it