



Camera di Commercio
Frosinone



Innova

AZIENDA SPECIALE
SERVIZI E FORMAZIONE
Camera di Commercio Frosinone



LA
CARNE
DI **BUFALO**





PREFAZIONE 2
A CURA DI FLORINDO BUFFARDI



STUDIO
“LA CARNE DI BUFALO” 4
A CURA DI FEDERICO INFASCELLI

- L'evoluzione dell'allevamento bufalino in Italia
- Il bufalo, animale produttore di carne
- Performances infra vitam e post mortem del bufalo da carne
- Caratteristiche dietetico - nutrizionali della carne di bufalo
- Composizione acidica del grasso intramuscolare della carne di vitelloni bufalini
- Caratteristiche organolettiche della carne di bufalo
- Conclusioni
- Bibliografia



APPENDICE GASTRONOMICA
“LA CARNE DI BUFALO IN CUCINA” 24
A CURA DI MASSIMO ROSCIA





FLORINDO BUFFARDI

PREFAZIONE

No. Nessuna svista, falsità o errore grossolano. Questa iniziativa non è una *bufala*, ma un intervento serio, rigoroso e articolato che va ad incastonarsi perfettamente in quel progetto complessivo di valorizzazione del territorio, delle sue imprese e dei suoi prodotti che, da anni, stanno portando avanti, in maniera convinta, la Camera di Commercio di Frosinone e la sua Azienda Speciale per i servizi e la formazione Innova. Un progetto che parte da un assunto preciso: promuovere le eccellenze agroalimentari autoctone e trasformarle in potenti attrattori di interesse e di investimenti e, parallelamente, in opportunità economiche e commerciali. Conoscere, formare ed informare su quanto sia la nostra terra ricca di risorse endogene ancora non adeguatamente sfruttate; elaborare proposte progettuali; stimolare dibattiti; creare - nella logica di una compiuta partnership territoriale - condizioni e momenti favorevoli; raccogliere energie; attivare circuiti virtuosi per la crescita culturale, sociale ed economica di questa terra e delle sue genti.

Ecco. La pubblicazione "La carne di bufalo" deve essere unicamente letta con questa peculiare lente. L'allevamento del bufalo per la produzione di carne - che anche in provincia di Frosinone fa registrare numeri importanti ed una tradizione significativa - non ha trovato, sino ad oggi, sbocchi economici particolarmente interessanti. Nel nostro Paese, infatti, a differenza di quanto accade in Francia o negli Stati Uniti, l'impiego della carne alternativa non ha mai incontrato il pieno gradimento da parte dei consumatori. Ma i tempi stanno cambiando. Oggi, finalmente, torniamo ad orientare le nostre scelte alimentari verso i paradigmi del cibo sano, genuino, naturale e tipico. E quanto a qualità e genuinità, la nostra terra non è seconda a nessuno. L'imperativo diviene allora categorico: possiamo e dobbiamo essere competitivi. Sta qui la ratio del nostro contributo che, mi auguro, possa essere utile ed apprezzato: conoscere e far conoscere le caratteristiche chimico-nutrizionali offerte da questa carne ancora misconosciuta; richiamare l'attenzione sui benefici che essa è in grado di generare da un punto di vista dietetico, terapeutico e, più in generale, nutrizionale; dialogare con i produttori, i ristoratori, i medici, gli studenti, i consumatori; fare in modo che la carne a bassissimo contenuto di grassi saturi di questi simpatici erbivori possa diventare una fonte di reddito per le nostre aziende.





Ciò detto, non mi resta che esprimere un pubblico plauso alla Coldiretti, alla Confederazione Italiana Agricoltori ed agli atenei di Cassino e di Napoli per la preziosissima collaborazione che ha consentito la migliore riuscita di questa nostra iniziativa. Un particolare ringraziamento, poi, sento di doverlo rivolgere al professor Federico Infascelli, del Dipartimento di Scienze Zootecniche e Ispezione degli Alimenti della Facoltà di Medicina Veterinaria dell'Università Federico II di Napoli, illustre docente e riconosciuto esperto, che ci ha reso edotti sull'allevamento bufalino in Italia, sulle performances del bufalo da carne, sulle caratteristiche dietetico-nutrizionali ed organolettiche, sulle potenzialità di mercato di questa carne sana e dal sapore delizioso. Così come sento di dover ringraziare anche il dottor Massimo Roscia, scrittore, gourmet e critico gastronomico, che è figlio della nostra terra ma che, grazie ad una passione ed una competenza fuori dal comune, è ormai conosciuto ed assai apprezzato a livello nazionale. È lui che ha curato l'originale appendice gastronomica, un viaggio cadenzato da gusti, testimonianze ed emozioni, a cavallo tra il Basso Lazio e l'Alto Casertano, che ci aiuta a comprendere quanto versatile sia l'impiego della carne di bufalo in cucina e quali straordinarie ricette se ne possano ricavare.

Ma il nostro lavoro non finisce qui. L'azienda speciale Innova intende portare avanti il suo mandato istituzionale, continuando ad offrire e promuovere servizi, attività formative tradizionali ed interventi destinati a settori emergenti del mercato quale riteniamo essere, appunto, quello di nicchia della carne di bufalo. E questa pubblicazione non è che l'inizio. Innova è già pronta a collaborare con l'Università degli Studi di Cassino ed il Consorzio degli allevatori di Priverno e Amaseno in un programma di ricerca finalizzato a saggiare l'utilità della carne di bufalo sui soggetti che praticano attività fisica ad alto livello e sugli individui affetti da particolari patologie, quali la sindrome metabolica e il diabete di tipo II. Ancora una volta, nel ruolo di protagonisti indiscussi e in una posizione di assoluta centralità, ci saranno il territorio, le sue risorse e le sue migliori intelligenze.

Florindo Buffardi

Presidente Innova

Azienda Speciale Servizi e Formazione

Camera di Commercio di Frosinone



LA CARNE DI BUFALO



FEDERICO INFASCELLI

L'allevamento bufalino, con un indotto di circa 20.000 addetti, rappresenta una realtà economica soprattutto in Campania e nel Basso Lazio, aree geografiche dove viene allevato oltre il 90% del patrimonio nazionale.

Attualmente la principale fonte di reddito dell'allevamento è rappresentata dalla commercializzazione del latte destinato alla produzione di mozzarella. Questa realtà rende l'economia della azienda bufalina particolarmente vulnerabile in quanto imperniata su un unico prodotto; pertanto per salvaguardare anche in prospettiva la remuneratività del comparto, sempre più avvertita è l'esigenza che anche i maschi contribuiscano alla produzione lorda vendibile.

L'allevamento dei soggetti maschi per la produzione di carne potrebbe affiancarsi, anche se non ancora sostituirsi alla produzione del latte. Infatti, il patrimonio bufalino italiano conta al più 120.000 fattrici che possono produrre annualmente, in considerazione di un interparto medio di circa 400 giorni, 96.000 vitelli, per il 52% maschi. Ipotizzando una mortalità neonatale del 10% e l'allevamento di tutti i maschi per il macello, si avrebbe una disponibilità di consumo pari a circa 130 g/pro capite, che poco incide sugli 84 kg di carne che mediamente un italiano consuma.

Accanto a ciò è da considerare che la specie bufalina è caratterizzata da un accrescimento più lento e un indice di conversione alimentare non dissimile da quella





bovina; di conseguenza la produzione della carne di bufalo risulta più costosa rispetto a quella bovina e, pertanto, non competitiva in periodi in cui la corsa alla riduzione dei prezzi ha rappresentato la politica preminente di mercato.

Risulta, quindi, evidente che un prodotto di questo tipo trova riscontro sul mercato solo se dotato di elevate caratteristiche nutrizionali, sanitarie e organolettiche per raggiungere le quali è necessaria una elevata specializzazione in tutte le fasi del processo produttivo.

In particolare le peculiari caratteristiche nutrizionali le aprono potenzialità di mercato notevoli, soprattutto tra i prodotti destinati a quelle categorie di consumatori che richiedono prodotti di elevato valore dietetico.

Va sottolineato, infatti, che le caratteristiche nutrizionali e dietetiche della carne bufalina, almeno sotto alcuni aspetti, risultano migliori rispetto a quella bovina:

- minore concentrazione di lipidi totali (1.3%);
- contenuto di colesterolo (41.3 mg/100 g) nettamente inferiore;
- percentuali inferiori di acidi grassi saturi (38.4%) e superiori di acidi grassi monoinsaturi (37.3% e poliinsaturi (24.3%);
- livelli inferiori degli indici di aterogenicità (0.41) e di trombogenicità (1.16);
- migliore composizione aminoacidica delle proteine;
- livelli superiori di ferro e zinco;
- contenuti maggiori di vitamina B6 e soprattutto in B12.

Relativamente alle caratteristiche organolettiche la carne bufalina presenta un minore contenuto in idrossiprolina, risultando pertanto più tenera e richiede, quindi, un minore lavoro di masticazione.

La carne bufalina, inoltre, presenta un maggiore potere di ritenzione idrica, risultando quindi, più succosa.

Federico Infascelli

Dipartimento di Scienze Zootecniche e Ispezione degli Alimenti

Facoltà di Medicina Veterinaria

Università Federico II di Napoli



L'EVOLUZIONE DELL'ALLEVAMENTO BUFALINO IN ITALIA



La specie bufalina si caratterizza per una spiccata capacità di adattamento all'ambiente. La elevata resistenza agli ecto e agli endoparassiti, nonché la capacità di migliorare l'efficienza di utilizzazione degli alimenti in condizioni di carenza foraggiera hanno fatto sì che in passato, grazie all'allevamento di questa specie animale, si potesse creare una economia in territori paludosi, caratterizzati da produzioni foraggere grossolane e in cui predominava la malaria, dove ogni altro tipo di allevamento e/o attività agricola risultava impossibile. Fino al secolo scorso, le paludi hanno caratterizzato le principali zone di allevamento bufalino in Campania, nel Lazio e nella Capitanata di Foggia, aree nelle quali il bufalo era impiegato anche come mezzo di trasporto in quanto esso, soprattutto nei periodi più piovosi, era l'unico animale in grado di percorrere e trainare carri in terreni paludosi (Zicarelli e Campanile, 2001). La capacità di sviluppare una così forte forza motrice in terreni pesanti faceva sì che i bufali venissero impiegati anche per trainare a secco le reti da pesca lungo il Sele, il Volturno ed il Garigliano, nonché per dragare i letti dei "regi lagni" e per rimuovere il materiale alluvionale. I bufali venivano utilizzati altresì per il traino a guado dei fiumi e per lo spurgo periodico di canali e fossi, perché nuotando a frotte, se le acque erano alte, oppure camminando sul fondo, riuscivano ad avviluppare agli arti la vegetazione acquatica estirpandola; inoltre, smuovendo la fanghiglia, la rendevano più facilmente asportabile dall'acqua.

In merito Maymone (1937) riporta quanto segue:

"Tipico è stato questo impiego dei bufali nelle paludi Pontine prima che la Bonifica avesse trasformata la secolare palude magna in centri abitati ed in una fitta rete di strade e di poderi, dove fino a pochi anni fa, 1930, circa 200 bufali suddivisi in gruppi di una cinquantina di capi ciascuno, provvedevano allo spurgo di una rete di circa 130 km di canali, alcuni dei quali navigabili".

D'altro canto, la creazione da parte dei Borboni di un caseificio sperimentale nella tenuta reale di Carditello, in provincia di Caserta, dimostra come i governati dell'epoca apprezzassero



questo tipo di allevamento e i prodotti che ne derivavano (Zicarelli, 2001).

L'esistenza in epoca borbonica di una realtà produttiva e di un commercio di latte e prodotti caseari bufalini, tali da indurre sia ricerca di tecniche di miglioramento, sia provvedimenti di tutela, dimostra quanto il Regno delle Due Sicilie non fosse affatto arretrato in tema di politica agricola e di sviluppo. Ponendo a confronto le condizioni dell'allevamento riportate nel breve excursus storico descritto con l'attuale indirizzo produttivo di una azienda bufalina, è possibile evincere la versatilità e le potenzialità di questa specie animale che si è saputa egregiamente adattare alle esigenze del mercato. Oggi, infatti, l'attività principale dell'allevamento bufalino è rappresentato dalla produzione del latte da destinare alla trasformazione casearia, essendo ormai totalmente superato l'impiego del bufalo come animale da lavoro,



alla luce del progresso nella meccanizzazione agricola. Ciò si è verificato soprattutto grazie alla lungimiranza degli allevatori bufalini, i quali hanno continuato a credere nelle potenzialità di questo animale e non hanno intrapreso l'allevamento di altre specie, pur contro tutte le aspettative di molti analisti del passato i quali ne paventavano una drastica diminuzione dopo la bonifica dei territori paludosi.

Al contrario, il patrimonio bufalino nei decenni successivi alle bonifiche si è talmente incrementato che, con i

LA
CARNE
DI BUFALO



suoi 200 mila capi, l'Italia rappresenta il Paese che alleva più bufale in Europa. Stime non ufficiali, infatti, riportano che agli inizi del Novecento il numero di capi bufalini si aggirava tra i 20.000 e i 15.000 capi circa, per ridursi a 12.000 nel secondo dopoguerra, decimati dai tedeschi in ritirata dopo lo sbarco a Salerno.

La trasformazione della nostra civiltà da agricola, con elevato tasso di auto-approvvigionamento ed auto-consumo, ad industriale, consumatrice e non più produttrice di beni alimentari avvenuta negli anni della ripresa economica e del grande esodo delle popolazioni rurali verso una occupazione stabile nella nascente industria, fece considerare, a quell'epoca, la bufala come un futuro animale a rischio di estinzione, in quanto non sussistevano più le condizioni ambientali tali da giustificare la razionalità economica dell'allevamento del bufalo. Per garantire l'approvvigionamento alimentare ed il soddisfacimento della domanda alimentare si dovettero adottare politiche di sovvenzione e finanziamento di una agricoltura intensiva a basso impiego di mano d'opera (diventata sempre più di difficile reperimento), che potesse anche garantire la competitività sui nostri mercati. Si mirava quindi ad una industrializzazione dell'agricoltura, fenomeno già avvenuto negli altri Paesi Europei nei confronti dei quali, per la nascente Unione Europea, non si poteva intraprendere alcun tipo di politica protezionistica nell'ambito della PAC. Mentre nel resto d'Italia, al fine di garantirsi una minima competitività dei propri prodotti, taluni allevatori hanno introdotto razze più produttive a discapito della qualità e distruggendo un patrimonio zootecnico di inestimabile valore, nel comparto bufalino tale fenomeno non è avvenuto. In pochi decenni il bufalo da animale da impiegare per l'utilizzazione dei territori marginali si è trasformato in un animale ad elevata produzione specialistica; tale trasformazione è avvenuta in un lasso generazionale molto breve se confrontato all'evoluzione di altre realtà zootecniche italiane. Con ciò possiamo affermare con certezza che si tratta di una specie dalle elevate potenzialità produttive e dotata, inoltre, di grande versatilità e diversificazione. Se da una parte i nostri allevatori sono stati lungimiranti nel continuare ad allevare il bufalo dall'altra parte sono stati molto miopi nel settorializzarsi nella sola produzione di latte, anche se si tratta di una produzione molto redditizia. La valorizzazione della carne potrebbe essere vista come una valida alternativa alla sola produzione di latte per la caseificazione. Utilizzando maschi e manze non idonei alla riproduzione ed alla rimonta si potrebbe creare, con la produzione della carne, una attività in grado di garantire un reddito aggiuntivo di volume non trascurabile.

Di ausilio potrebbero certamente essere gli eventuali introiti derivanti dal commercio delle pelli. Le pelli del bufalo presentano una grana più marcata rispetto al bovino e grazie alla caratteristica del fiore, parte superiore della pelle, sono maggiormente commercializzabili, presentando sia una eccellente resistenza meccanica all'abrasione sia una discreta flessibilità. Con lo sviluppo di tale commercio verrebbero a diminuirsi tutti gli attuali costi per lo smaltimento oltre che aversi un ulteriore reddito aggiuntivo (Valvano, 2000).



IL BUFALO, ANIMALE PRODUTTORE DI CARNE

L'allevamento del bufalo da carne in passato veniva effettuato dai latifondisti, che utilizzavano i terreni marginali per i vitelli che venivano abbattuti ad oltre due anni di età. La carne di questi animali non sempre è stata apprezzata dal consumatore, in quanto quella derivante da soggetti in buono stato di nutrizione veniva venduta come bovina mentre quella di qualità scadente veniva proposta ai consumatori come carne di bufalo. Ciò non ha incentivato i consumi di tale derrata, in special modo nelle zone tradizionali di allevamento. Già in passato esistevano pareri discordanti circa le caratteristiche qualitative e di sapidità della carne, probabilmente legate alla tipologia di allevamento dei soggetti destinati al macello (Campanile et al., 2001b). Secondo Vito Antonio Ascolesi (1852) *“la carne del bufalo è dura e disgustosa al palato, e ripugnante all’odorato, anche quando l’animale è giovane”* mentre per Almerico Cristin (1862) *“quando il bufalo è giovane è men cattiva; anzi la carne del bufalino di un anno, detto annutolo, è eccellente, né distinguesi affatto da quello del vitello..; e c’è chi dice preferirsi quella a questa per aroma e squisitezza”*, dello stesso parere è Giuseppe Santini (1903) *“quella dei bufalotti è assai pregiata e, mangiata inconsciamente, può senza dubbio passare per carne di bovino. La carne di bufala vien mangiata in Italia anche affumicata e salata, e come tale, se ne può ritrarre anche un prezzo molto maggiore, giacché si mantiene per mesi senza alterarsi”*. L’interesse nel valorizzare il bufalo anche come produttore di carne non è di sicuro una esigenza dei nostri tempi, ma ha radici che se pur molto lontane nel tempo sono vicine alla nostra tradizione e cultura alimentare. Risale al 1874 uno studio dello Zoccoli dal titolo *“Sulle carni bovine e bufaline e su quelle degli altri animali da macello”*, indagine



Tabella. I - Numero di capi macellati nei macelli di Roma e Napoli dal 1900 al 1910

NAPOLI	Bufali adulti	4.221
	Bufalotti	6.794
	Totale	11.015
ROMA	Bufali adulti	3.254
	Bufalotti	3.405
	Totale	6.659
Totale capi macellati 1900-1910		17.674

dalla quale si evince già da quegli anni una volontà di approfondire l'interesse nei confronti delle carni di questo animale. L'autore condusse le sue ricerche presso il macello di Napoli e calcolò in bufale adulte una resa in peso morto variabile fra il 44% ed il 53%. Una ulteriore convalida di un remoto utilizzo del bufalo come produttore di carne viene fornita da Stazi (1910), il quale riporta, in una sua analisi statistica sulle macellazioni tra il 1900 ed il 1910, un totale di 17.674 capi bufalini mattati tra Roma e Napoli. L'allevamento del bufalo da carne, attività vicina alle radici storiche della nostra comunità, oltre che ricca in termini culturali, può fornire un prodotto con standard qualitativi che garantiscono ai consumatori elevati livelli di sicurezza. Campanile Castaldo (1960), in una

sua analisi storica afferma che la carne di bufalo era addirittura conosciuta già in epoca romana e riporta che *“i giudei della colonia ebraica erano soliti consumare questa carne nel primo giorno del loro anno accompagnandola con cavoli”* secondo una loro tradizionale usanza. Da altre fonti viene riportato testualmente che ebrei residenti a Napoli e a Roma erano consumatori abituali di carne di bufalo, sia di animali adulti che di bufalotti. La prima presentava talvolta un sapore disgustoso definito *“muschiatico”*, la seconda era *“assai pregiata e, mangiata inconsciamente, può senza dubbio passare per carne di bovino”*. Veniva venduta sia fresca che affumicata e salata. (Zicarelli, 1990). Tale differenza di qualità e di giudizio tra la carne di un animale giovane e quella di un animale adulto è sicuramente da imputare al



fatto che gli adulti macellati erano senz'altro animali a fine carriera, vecchi che avevano vissuto a lungo allo stato brado. Per evitare che queste frodi possano perpetuarsi nel tempo e per iniziare un'opera di valorizzazione della carne bufalina è stata proposta la creazione di un disciplinare che preveda la commercializzazione soltanto di soggetti il cui accrescimento non ha superato o non è risultato al di sotto di incrementi ponderali fisiologici, al fine di fornire al consumatore quelle garanzie di sicurezza che da anni richiede. L'anagrafe bestiame, che permette di risalire alla data di nascita, potrebbe essere uno strumento validissimo per verificare se il peso alla macellazione è in accordo con i suddetti accrescimenti. Questo rappresenta un target davvero indispensabile per il decollo del settore (Campanile et al., 2001b). A tal proposito è fondamentale considerare che, negli ultimi anni, si è registrata una disaffezione del consumatore nei riguardi delle carni storicamente utilizzate nell'alimentazione. In particolare per quella bovina hanno giocato un ruolo sfavorevole le modalità di allevamento, le notizie di accrescimenti ottenuti con sostanze potenzialmente dannose per la salute uma-

na e le non remote vicissitudini relative alla BSE. E' pertanto venuto progressivamente ad affermarsi, soprattutto in fasce elitarie del mercato, il consumo di carni alternative non tradizionali. Ciò ha fatto tornare di attualità le ricerche condotte sin dai primi anni '60 presso il Dipartimento di Scienze Zootecniche e Ispezione degli alimenti, della Facoltà di Medicina Veterinaria di Napoli, ed i successivi contributi degli studiosi dell'Istituto Sperimentale per la Zootecnia di Roma e dell'ex Istituto di Produzione Animale - Facoltà di Agraria - sulle attitudini alla produzione carnea del bufalo mediterraneo allevato in Italia. Il patrimonio bufalino italiano, infatti, ammonta a circa 200 mila capi. Anche prevedendo un suo costante incremento negli anni a venire, esso comunque potrà fornire quantità di carne che contribuiranno in maniera marginale alla copertura dei consumi. Pertanto, è possibile ipotizzare una sua commercializzazione esclusivamente come carne a qualità garantita, intendendo per tale non solo le caratteristiche nutrizionali ed organolettiche, ma anche l'osservanza, in ogni fase della filiera produttiva, di rigorose norme a tutela della salute del consumatore e del benessere animale.



PERFORMANCES INFRA VITAM E POST MORTEM DEL BUFALO DA CARNE

In maniera molto sintetica si può affermare che i maschi bufalini, rallentando più precocemente la velocità di accrescimento, sono raffrontabili ai vitelloni bovini di razza frisona fin quando il loro peso è inferiore a 4 quintali, fase in cui i soggetti delle due specie presentano:

- incrementi giornalieri e indici di conversione degli alimenti che non differiscono in modo sostanziale (0.987 vs 0.949 kg/die, per i bovini e i bufali, rispettivamente); il bufalo fa comunque registrare minore resa al macello (60.5% vs 56.6%) a causa del maggiore peso di pelle, testa e zampi;
- percentuale analoga di carne nelle carcasse (circa 62%), in quanto nei bufali si è registrato una minore incidenza delle ossa (16.9% vs 20.2%), ma una maggiore presenza di grasso (21.2% vs 18.1%).

Il tessuto adiposo si distribuisce, tuttavia, in maniera differente: nel bufalo, infatti, nettamente minore è il grasso intramuscolare, e di contro superiore quello di copertura.



CARATTERISTICHE DIETETICO NUTRIZIONALI DELLA CARNE DI BUFALO



Le caratteristiche nutrizionali e dietetiche della carne, almeno sotto alcuni aspetti, risultano migliori in quella di bufalo rispetto a quella bovina; il grasso, infatti, presenta maggiori contenuti di acido stearico ed oleico, neutri nei riguardi della colesterolemia umana, nonché di acido linoleico che, in quanto poliinsaturo, può agire efficacemente nella riduzione della colesterolemia stessa (Ferrara e Infascelli, 1994).

Il contenuto di colesterolo del grasso intramuscolare bufalino è risultato pari a 41.3 ± 10.3 mg/100 g, nettamente inferiore a quanto registrato per diverse razze bovine (60-90 mg/100g). Praticamente sovrapponibili sarebbero, nelle carni bovine e bufaline, i valori di pH e il tenore in protidi.

Relativamente allo schema proposto dalla F.A.O./O.M.S. l'equilibrio aminoacidico della carne di bufalo, rispetto a quella di bovino, è più rispondente alle esigenze dell'alimentazione umana. L'ottimale livello di aminoacidi solforati registrato nella carne bufalina, infine, potrebbe farla preferire nel caso di diete miste a prevalente contenuto di alimenti di origine vegetale.

Nelle carni bufaline, risultano apprezzabili i contenuti in ferro, zinco, cromo e rame: ricordiamo i favorevoli effetti che si vanno attribuendo ai primi tre elementi sul sistema immunitario. Scarsi appaiono, così come nella specie bovina, i contenuti in calcio.

Va precisato, però, che in ogni caso i fabbisogni in calcio per l'uomo non si soddisfano con il consumo di carne. Le differenze tra le due specie, per quanto riguarda il corredo vitaminico, sono unicamente imputabili ad una leggera deficienza di riboflavina nella carne bufalina che, al contrario, presenta un contenuto significativamente elevato in vitamina B6 e soprattutto in B12 (tabelle 2 e 3).



Tabella. II

	BUFALO		BOVINO	
Caratteristiche chimiche (%) del taglio campione (Longissimus dorsi)				
Umidità	74.2		72.0	
Proteine	21.2		21.3	
Grasso	1.6		5.3	
Colesterolo (mg/100 g)	41.3		60-90	
Ceneri	1.0		0.8	
pH	5.41		5.62	
Composizione aminoacidica: g/16 g proteine (* **% SD FAO/OMS)				
Isoleucina	5.0	+25	4.8	+20
Leucina	8.1	+15	8.1	+15
Lisina	8.4	+54	8.9	+64
Metionina + Cistina	3.9	+11	4.0	+14
Fenilalanina + Tirosina	6.7	+10	8.0	+32
Treonina	3.8	- 5	4.6	+15
Triptofano	1.0	+ 4	1.1	+14
Valina	4.5	- 9	5.0	+ 1





Tabella. III

	BUFALO	BOVINO
Contenuto minerale		
Calcio (mg/100 g)	5.1	7.4
Fosforo (mg/100 g)	181.1	109.4
Ferro (mg/100 g)	1.4	1.2
Sodio (mg/100 g)	74.6	61.9
Potassio (mg/100 g)	290.3	312.4
Zinco (mg/100 g)	4.0	3.2
Magnesio (mg/100 g)	24.2	25.7
Cromo (mcg/100 g)	2.0	1.5
Manganese (mcg/100 g)	9.4	9.0
Rame (mcg/100 g)	181.1	166.0
Contenuto vitaminico: mg/100 g di muscolo		
Tiamina	0.06	0.15
Riboflavina	0.19	0.26
Niacina	6.30	6.30
Vitamina B6	0.44	0.30
Vitamina B12	1.28	1.00



COMPOSIZIONE ACIDICA DEL GRASSO INTRAMUSCOLARE DELLA CARNE DI VITELLONI BUFALINI



In questo paragrafo si è voluto approfondire, tra le caratteristiche dietetico-nutrizionali, quella relativa alla composizione acidica del grasso intramuscolare alla luce della notevole influenza che essa eserciterebbe sulla funzionalità dell'apparato cardio-circolatorio. Gli acidi grassi alimentari hanno prevalentemente natura chimica di trigliceridi; essi, infatti, risultano costituiti per il 97-99% da esteri della glicerina (alcol trivalente) con tre molecole (per lo più differenti tra loro) di acidi carbossilici della serie alifatica.

Tra le diverse funzioni svolte dagli acidi grassi, vanno ricordate quelle:

- *energetica (9 kcal/gr);*
- *veicolante (vitamine, sostanze liposolubili);*
- *esaltazione del gusto (stimolazione dell'appetito);*
- *protettiva degli organi interni;*
- *termica (mantenimento della temperatura corporea);*
- *estetica (definizione della morfologia dell'organismo).*

Gli acidi grassi sono caratterizzati da diversa lunghezza della catena di atomi di carbonio e dalla presenza o meno di ramificazioni e/o doppi legami. In funzione di quest'ultimo parametro essi vengono classificati in:

- 1. saturi (Cn:0: privi di doppi legami);*
- 2. monoinsaturi (Cn:1: con un solo doppio legame);*
- 3. polinsaturi (Cn:2-3-4-5: con più di un doppio legame).*

Sulla base di numerose ricerche epidemiologiche, Sinclair (1956) mise in evidenza che diete ad elevato contenuto di acidi grassi saturi (AGS) erano associate ad alti livelli di colesterolo serico (in particolare LDL) e quindi all'insorgenza di placche ateromatose, causa di cardiopatie coronariche.

Successivamente Ulbricht et al. (1989) riportarono che:

- 1. diete ricche di C18:0, acido stearico, non determinano aumento del colesterolo serico;*
- 2. analogo comportamento mostrano gli AGS a corta catena (\leq C10), mentre quelli a lunga catena, C12:0 (laurico), C14:0 (miristico) e C16:0 (palmitico) sono aterogenici.*

L'acido miristico, inoltre, presenta attività ipercolesterolemica quattro volte superiore rispetto a quello dell'acido palmitico (Hegsted, 1965).





Venne inoltre dimostrata l'influenza del C14:0 (miristico), del C16:0 (palmitico) e del C18:0 (stearico), nel favorire la formazione di trombi, mentre agli acidi grassi poliinsaturi (PUFA) della serie omega-6 (ω -6), riconobbero una specifica funzione anti-aterogenetica e a quelli della serie omega-3 (ω -3) una evidente attività anti-trombogenica.

Attualmente, infine, notevole risalto viene attribuito al ruolo svolto dagli acidi grassi monoinsaturi (MUFA), e in particolare dall'acido oleico (C18:1), in grado di ridurre l'ossidazione del colesterolo LDL (Parthasarathy et al., 1990).

Alla luce di queste considerazioni, il solo rapporto acidi grassi poliinsaturi e saturi (P/S ratio) non viene più considerato un valido indice per la stima dell'aterogenicità o della trombogenicità di una dieta o di un alimento che vengono, pertanto, espresse come segue (Ulbricht e Southgate, 1991):

Indice di aterogenicità:

$$[C12:0 + (4 \times C14:0) + C16:0]/[\omega-3 + \omega-6 + MUFA]$$

Indice di trombogenicità:

$$[C14:0 + C16:0 + C18:0]/[(0,5 \times C18:1) + (0,5 \times \text{altri MUFA}) + 0,5(\omega-6) + 3(\omega-3) + (\omega-3/\omega-6)]$$

È necessario, quindi, correggere molti pregiudizi riguardo il ruolo dei lipidi alimentari che, per decenni, sono stati considerati dannosi alla salute al punto da arrivare ad escluderli completamente dalle diete destinate a soggetti affetti da patologie cardiovascolari. Oggi è possibile



affermare che non tutti i grassi sono nocivi, anzi alcuni intervengono nella prevenzione delle malattie cardiovascolari e di alcuni tumori.

In merito a quanto esposto è parso interessante riportare i risultati di una indagine sperimentale che ha voluto confrontare la carne bufalina con quella di vitelloni di razza Marchigiana, notoriamente caratterizzata da elevate qualità dietetico-nutrizionali (Infascelli et al., 2005).





La composizione chimica del muscolo *Longissimus dorsi* per le due specie a confronto è illustrata in tabella 4. Dall'esame della tabella si evince che, mentre il contenuto in proteine è risultato sovrapponibile, i bufali hanno fatto registrare una minore concentrazione di lipidi ($1.36 \pm 0.1\%$ vs 2.40 ± 0.6) per i quali va d'altro canto ricordato quanto citato nell'introduzione del presente volume circa la differente distribuzione del grasso nelle carcasse appartenenti alle specie bovina e bufalina; in quest'ultima, infatti, esso si concentra nel sottocute mentre scarsa è l'infiltrazione muscolare. La composizione acidica del grasso intramuscolare (tabella 5) è risultata notevolmente diversa tra le due specie. Infatti, nei vitelloni bufalini sono state registrate percentuali inferiori di acidi grassi saturi (AGS: 38.4 vs 46.6) e superiori di acidi grassi monoinsaturi (MUFA: 37.3 vs 31.1) e polinsaturi (PUFA: 24.3 vs 22.3). Di conseguenza, per il diverso peso che ognuna di queste categorie di acidi grassi esercita nelle formule per il calcolo sia dell'indice di aterogenicità che di quello di trombogenicità, questi ultimi sono risultati notevolmente più favorevoli nella specie bufalina (IA: 0.57 ± 0.06 vs 0.41 ± 0.04 e IT: 1.63 ± 0.13 vs 1.16 ± 0.13 , per i marchigiani e i bufali rispettivamente). In ogni caso i valori degli indici di aterogenicità e di trombogenicità fatti registrare dalle carni fornite dai vitelloni Marchigiani, risultano inferiori a quelli registrati per razze bovine non italiane con attitudine alla produzione della carne, il che conferma le buone qualità dieteticonutrizionali della razza Marchigiana nell'ambito della specie. I risultati esposti consentono di esprimere un giudizio sicuramente favorevole sulle caratteristiche dieteticonutrizionali delle carni bufaline. Infatti, mentre il contenuto in protidi del muscolo *Longissimus dorsi* è risultato simile a quello registrato per i vitelloni Marchigiani, notevolmente interessanti appaiono i dati relativi al contenuto in lipidi, ma soprattutto quelli inerenti la composizione acidica

del grasso. Quest'ultima, infatti, è apparsa nei bufali nettamente più favorevole e ha comportato valori molto bassi degli indici di aterogeneità e di trombogenicità. Alla luce del crescente interesse del consumatore nei riguardi di alimenti che, al di là dei requisiti igienico-sanitari, siano in grado di esercitare un ruolo benefico sulla salute umana, i nostri risultati confer-

Tabella. IV - Composizione chimica (%) del taglio campione (m ± ds)

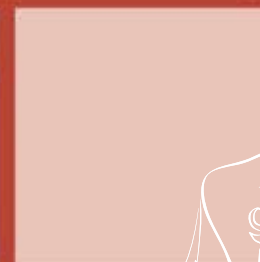
	Marchigiani	Bufali
Umidità	74.3 0.7	75.8 2.6
Proteine	22.0 0.6	21.4 2.7
Grasso	2.40 0.6	1.36 0.1
Ceneri	1.36 0.1	1.37 0.1

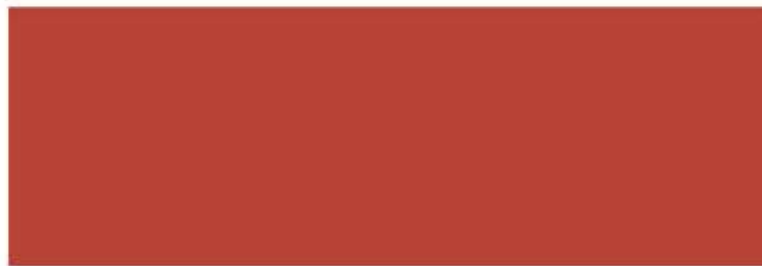


Tabella. V - Composizione acidica (mg/100g di muscolo; % acidi grassi totali) del Longissimus dorsi

	Marchigiani		Bufali	
	m ± ds	%	m ± ds	%
C ₁₄	15.3 1.0	1.9	9.9 3.3	1.4
C ₁₆	189.3 21	23.0	143.9 12.1	20.0
C ₁₈	173.70 16	21.1	117.7 5.2	16.4
C _{18:1}	253.0 35	30.8	267.3 2.4	37.2
AGS	383.0 39	46.6	275.7 14.5	38.4
MUFA	255.7 29	31.1	267.9 2.7	37.3
PUFA	182.0 22	22.3	175.0 3.26	24.3
n-6	176.7 19	21.5	170.2 2.39	23.7
n-3	5.27 0.5	0.8	4.74 0.36	0.6
IA	0.57 ± 0.06		0.41 ± 0.04	
IT	1.63 ± 0.13		1.16 ± 0.13	

mano le ottime potenzialità della carne bufalina che può quindi a pieno merito diventare competitiva sul mercato grazie alle sue caratteristiche qualitative superiori.





CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE DELLA CARNE DI BUFALO

Gli studi spettrofotometrici rilevano nei muscoli la riflettanza, la brillantezza o lucentezza visuale, la lunghezza d'onda dominante quale indice della tonalità di colore: per tutti questi parametri la carne fornita dai vitelli bufalini si è dimostrata in possesso di una maggiore componente neutra, risultando più chiara ed uniforme a livello dei diversi tagli, in confronto di quella dei vitelli bovini. I parametri reologici, determinati con l'ausilio del "texturometer" (strumento simulatore dell'azione masticatoria umana), in indagini comparative tra carne proveniente da vitelli bufalini e vitelli frisoni, macellati a 20 - 36 - 52 e 64 settimane di età hanno posto in evidenza che la carne bufalina è in ogni caso più tenera e richiede, quindi, un minore lavoro di masticazione. La maggiore tenerezza viene imputata al contenuto di idrossiprolina [64.6 ± 15.1 mg/100 g di muscolo fresco, sensibilmente minore di quanto registrato in vitelloni bruni (93.8 mg/100 g), frisoni (109.1 mg/100 g), Charollais (75.7 mg/100 g)]; questo iminoacido è incluso per il 13-14% nel collagene e quindi viene utilizzato come parametro per stimare indirettamente la tenerezza delle carni.

La carne bufalina, inoltre, presenta un maggiore potere di ritenzione idrica, risultando quindi più succosa. Mediante cottura su piastra, abbiamo registrato il 31.0% di perdite di liquido per la carne bufalina contro il 33.7% e il 35.7% riportato da altri autori rispettivamente per vitelloni Charollais e Chianini.



CONCLUSIONI



A fronte delle pregevoli caratteristiche organolettiche e nutrizionali, bisogna purtroppo registrare che ancora scarsa risulta la domanda di carne bufalina.

Siamo, infatti, certi che gli italiani venuti a conoscenza, non tanto della qualità, ma soltanto della commestibilità della carne di bufalo, siano veramente pochi.

E' necessario che le organizzazioni degli allevatori e gli Enti pubblici territoriali all'uopo preposti colgano il momento congiunturale favorevole per espletare quelle azioni necessarie per inserire la carne bufalina in maniera stabile sul mercato: essa potrà così contribuire in maniera non trascurabile alla produzione lorda vendibile del comparto bufalino, rafforzandone il ruolo di primaria importanza che esso riveste quale fonte di reddito e di occupazione nelle aree di allevamento.

Da sottolineare che la carne di bufalo, grazie alle sue caratteristiche qualitative, si presta bene come prodotto dietetico ed alternativo e presenterebbe il vantaggio/svantaggio dell'esiguità dell'offerta.

Il patrimonio bufalino italiano, infatti, conta al più 120.000 fattrici che possono produrre annualmente, in considerazione di un interparto medio di circa 400 giorni, 96.000 vitelli, per il 52% maschi. Ipotizzando una mortalità neonatale del 10% e l'allevamento di tutti i maschi per il macello si avrebbe una disponibilità di circa 130 g che poco incide sugli 84 kg di carne che mediamente un italiano consuma.





BIBLIOGRAFIA

- **CAMPANILE CASTALDO (1960)**. “*La bufala e il suo prodotto tipico*”. Rivista di Zootecnica e Veterinaria.
- **CAMPANILE G., DI PALO R., GASPARRINI B., D’OCCHIO M.J., ZICARELLI L. (2001a)**. *Effects of early management system and subsequent diet on growth and conception in maiden buffalo heiferds*. Livestock Production Science: 183-191.
- **CAMPANILE G., INFASCELLI F., ZICARELLI L. (2001b)**. *Considerazioni sull’allevamento del vitellone bufalino da carne* AGRISOLE suppl. 6, 39.
- **CRISTIN A. (1862)**. *Della produzione bovina nel Regno d’Italia - Della razza bufalina*. Da: “*Giornale delle razze degli animali utili e di medicina veterinaria*”. R. scuola superiore di medicina veterinaria. Anno secondo: 5-11.
- **CUTRIGNELLI M.I., CALABRÒ S., LAUDADIO P., GRASSO F., DI LELLA T., 1996**. *Chemical nutritional characteristics of meat produced by young buffalo bulls*. In: *Food and health: role of animal products*. Elsevier, 101-105.
- **DI LELLA T., CUTRIGNELLI M.I., CALABRÒ S., INFASCELLI F. (1998)**. *Influence of the feeding programme on growth dynamics of buffalo young bulls until 16 months of age*. Bubalus bubalis, 2, 81-90.
- **FERRARA, B. AND F. INFASCELLI. (1994)**. Invited lecture: *Buffalo meat production: consumption, quality, carcass, sub-products*. Proc. IV World Buffalo Congress, Sao Paulo, Brasil, vol. 1, 122-136.
- **HEGSTED D.M., MCGANDY R.B., STARE F.J., (1965)**. *Quantitative effects of dietary fat on serum cholesterol in man*. Am J Clin Nutr, 17, 281-295.
- **INFASCELLI F. (2002)**. Invited lecture: *Alternatives for feeding supplementation and management of newborn buffalo calves*. 1st Buffalo Symposium of the Americas, 01-08 september, Belém-Parà, Brazil, 109-118.
- INFASCELLI F. (2003)**. Relazione magistrale: *Nuove acquisizioni sulla nutrizione e sull’alimentazione della bufala*. Atti 2° Congresso Nazionale sull’allevamento del bufalo, Monterotondo (Roma), 28-30 agosto, 1-18.
- **INFASCELLI F. (2004)**. Invited lecture: *Buffalo nutrition and meat quality*. Proc. 2nd Buffalo Symposium of the Americas, 22-24 april, Corrientes, Argentina
- **INFASCELLI F. (2005)**. Invited lecture: *Effect of dietary manipulation on Mediterranean buffalo products*. AHAT-BSAS International Meeting “*Livestock-Crop Systems to meet the challenges of globalisation*” Khon Kaen, Thailand, 15-18 November 2005.
- **INFASCELLI F. (2006)**. Invited lecture: “*Los diferentes alimentos y la nutricion en la distintas categorias de edades productivas de los bufalos*”, Curso de Posgrado Internacional, Universidad de Granma, Bayamo, Cuba.
- **INFASCELLI F., CAMPANILE G. (2001)**. Relazione magistrale *Tecniche di allevamento e performance del vitellone bufalino*. Atti I Congr. Naz. sull’allevamento del bufalo, Eboli (SA), 215-222.





- **INFASCELLI F., CUTRIGNELLI M.I., BOVERA F., TUDISCO R., CALABRÒ S., ZICARELLI F., D'URSO S., PICCOLO V. (2005).** *Cholesterol and fatty acid profile of meat from Marchigiana and buffalo bull. Proc. 1st Buffalo Symposium of Europe and the Americas, Paestum, 12-15 ottobre, 146-157.*
- **INFASCELLI F., CUTRIGNELLI M.I., SARUBBI F., CAMPAGNA M. (2001).** *Influence of rationing scheme on the growth performance of young buffalo bulls. Proceedings VI World Buffalo Congress, Maracaibo, Venezuela, 20-23 maggio.*
- **INFASCELLI F., GIGLI S., CAMPANILE G. (2004).** *Buffalo meat production: performance infra vitam and quality of meat. Veterinary Research Communications, 28, 143-148.*
- **INFASCELLI F., M.I. CUTRIGNELLI, F. BOVERA, G. PICCOLO, R. TUDISCO, S. CALABRÒ, F. ZICARELLI, V. PICCOLO. (2003).** *Nutritional characteristics of buffalo meat: cholesterol content and fatty acid composition. Bubalus bubalis, 4, 51-57.*
- **INFASCELLI F., SARUBBI F., COLATRUGLIO P., CONSALVO F. (1996).** *Slaughter and dissection records of buffalo young bulls and sample cut characteristics. In. "Food and Health: Role of Animal Products", Elsevier, 155-160.*
- **MAYMONE B. (1937).** *I bufali allevati in Italia. Annali dell'Istituto Sperimentale Zootecnico di Roma, 5.*
- **PARTHASARATHY S., KLOO J.-C., MILLER E, BARNETT J., WITZTUM J. L., STEINBERG D. (1990).** *Low density lipoprotein rich in oleic acid is protected against oxidative modification: implications for dietary prevention in atherosclerosis. Proc. Natl. Acad. Sci. USA, 87, 3894-98.*
- **SINCLAIR A., SLATTERY W.J., O'DEA K. (1982).** In: *Kesava Rao et al. Effect of processing and storage on neutral lipids of buffalo meat. Meat Sci., 1992, 31-25.*
- **STAZI (1910).** *Il bestiame bufalino in Roma ed in Italia. Boll. Quindicennale della Società degli Agricoltori Italiani. Roma, 28 Feb. e 15 Mar.*
- **ULBRICHT T. L. V., SOUTHGATE D. A. T. (1991).** *Coronary heart disease: seven dietary factors. The Lancet, vol.338, 985-992.*
- **ULBRICHT T.L.V AND WHEELOCK J.V. (1989).** Bradfor: Horton.
- **VALVANO M.T. (2000).** *La valorizzazione della carne bufalina secondo gli esperti: qualità, organizzazione e promozione. Bubalus bubalis II : 43-49.*
- **ZICARELLI L. (2001).** *Evoluzione dell'allevamento bufalino in Italia. Atti I Congresso Nazionale sull'allevamento del bufalo. Eboli (SA), 3-5 Ottobre: 1-19.*
- **ZICARELLI L., CAMPANILE G. (2001).** *La storia del bufalo. Mozzarelle di bufala. Ed. Slow Food.*
- **ZOCCOLI F. (1874).** *Sulle carni bovine e bufaline e su quelle degli altri animali da macello. Napoli.*





MASSIMO ROSCIA

APPENDICE GASTRONOMICA

“LA CARNE DI BUFALO IN CUCINA”

Un vento asciutto accarezza la cima arrotondata del monte, scuote la densa chioma di un leccio, si incanala lungo la vallata e soffia sui fertili pascoli. Gli esili fili d'erba chinano rispettosamente il capo, uno ad uno. Sospinti da un'onda invisibile creano un enorme e ritmato domino verde.

Il bufalo è là. Emerso dai miasmatici pantani, immobile, placido, a ruminare giunchi ed erbe acquatiche. Poi l'ignaro quadrupede è eletto vittima sacrificale ed immolato sull'altare del gusto. Presto la sua carne tenera e saporita si trasforma in mezzene, quarti e tagli. Fa il suo ingresso in cucina, conosce le mani del cuoco e la magia della fiamma, si congiunge ad altri ingredienti, si struttura e si destruttura, inizia a parlare - in una babele di spezie ed aromi - il linguaggio del mondo, raggiunge l'equilibrio perfetto, prende forma e sapore e, magicamente, torna a vivere e diventa un piatto.

Ed è proprio attraverso il piatto, le sue caratteristiche, il suo simbolismo ed il suo potere evocativo che ci mettiamo in cammino. Con curiosità ed interesse partiamo alla ricerca delle molteplici e fantasiose possibilità di impiego della carne di bufalo in cucina. Peregriniamo abbandonando anacronistici campanili, varcando i confini della provincia di Frosinone, esplorando un territorio più vasto - a cavallo tra il Basso Lazio e l'Alto Casertano - diviso da confini amministrativi e aggettivazioni di natura geometrica, ma unito da un lungo continuum storico, sociale ed economico.

Viaggiamo in compagnia di quattordici chef - le cui testimonianze sono state raccolte in una piccola antologia ragionata - e iniziamo, poco a poco, a familiarizzare con questa magnifica carne, così morbida e succosa, che finalmente sta iniziando a fare breccia nelle nostre abitudini alimentari. Ascoltiamo storie, aneddoti e frammenti di vita, raccogliamo ricette, estorciamo segreti e, percorrendo differenti strade - da quelle più misurate e tradizionali, a quelle più creative e moderne - scopriamo sapori autentici, originali, inattesi, unici.

Dall'armoniosa combinazione delle complesse alchimie di talenti, passioni, tecniche e stili degli uomini e delle donne che dirigono i fuochi ricaviamo esperienze multisensoriali irripetibili. Ogni piatto si rivela una storia a sé; ogni piatto è una piccola opera d'arte. Ne apprezziamo le interpretazioni, le presentazioni, i concetti, i cromatismi, gli effetti chiaroscurali, i profumi, i giochi di consistenze e di temperature, gli abbinamenti, i bilanciamenti, i contrasti.



Grazie alla maestria di questi artisti del gusto, rivalutiamo il nostro buffo animale che, secoli fa, è misteriosamente scomparso, per poi riapparire al seguito di Agilulfo e dei suoi Longobardi. Grazie al linguaggio dei sensi, impariamo ad apprezzarne di più la carne. Ammiriamo, annusiamo, tocchiamo, degustiamo. Il nostro corpo concorda con noi. I denti si accorgono di quanto sia scarsa l'infiltrazione di grasso, di quanto sia basso il livello di quel componente del collagene il cui nome, idrossiprolina, ricorda vagamente le bevande gasate fatte artigianalmente in casa. Il palato si delizia per il sapore delicato, gustoso e mai banale. Lo stomaco, infine, sorride con gratitudine all'elevata digeribilità. Boccone dopo boccone iniziamo a convincerci sul serio di come questa carne sia pronta a lanciare la sua sfida alla cugina famosa, a quella mozzarella che gode da anni di fama planetaria.

Infine oltrepassiamo la cima del mero edonismo ed imbocchiamo il sentiero che ci conduce ad una più approfondita conoscenza della nostra terra e delle sue antiche tradizioni. Il piatto si trasforma in una mappa a tre dimensioni ed inizia a raccontare. Affiorano tracce e ricordi. Volti sfocati di gente fiera, orgogliosa, laboriosa; gente del passato e del presente, dedita alla cura della terra, all'allevamento del bestiame, alla cucina; gente che ha riso e che ha pianto. Così. All'improvviso. Dal piatto viene fuori la vita.

Il nostro breve viaggio volge al termine. Dinanzi a noi, ancora una volta, la carne. Tagliata, disossata, affettata, frollata, marinata, stufata, avvolta, bollita, bagnata, frullata, cotta, rosolata, impiattata, condita, decorata, guarnita e trasformata, alla fine, in un'emozione.

Buon appetito. Pardon, buona lettura.

Massimo Roscia

Scrittore, gourmet e critico enogastronomico





BUFALETTA A BASSA TEMPERATURA LACCATA ALLE RAPE ROSSE, CONSERVA DI POMODORO AL LIME E CAROTA AL CARDAMOMO



Sinfonia di profumi, ambivalenze, antinomie e contrasti, questo piatto di Salvatore rappresenta la Magna Charta delle provocazioni culinarie. Le verdure dell'orto vengono nobilitate: da semplici e comprimari contorni assurgono al rango di protagonisti assoluti. L'orgogliosa carota - nel suo nuovo abito aromatico - sembra quasi spodestare la carne e la rapa, contrastandone la mite dolcezza. E, al concetto pregno di significati filosofici, fa seguito la tecnica magistrale. La lunghissima cottura a bassa temperatura preserva la tessitura della carne eliminando i grassi saturi. Così la leggerezza del piatto diventa poesia.



Salvatore Tassa

Il cuccinere Salvatore Tassa non ha bisogno di presentazioni. Grazie a lui ed alle sue suggestioni gastronomiche, dal lontano 1996, nel cielo ciociaro brilla una stella, la stella Michelin. Unici, geniali, visionari, onirici... Non ci sono aggettivi per descrivere i superbi piatti proposti alle Colline Ciociare. I prodotti della terra, nelle mani sapienti di Salvatore, incontrano il mondo, prendono vita, assumono sembianze peculiari e si fanno riconoscere per l'equilibrio, il gusto, la concretezza, l'essenza, il senso di identità e quella "complessa semplicità" a lui tanto cara. Sullo sfondo, il melodioso *refrain* della Ciociaria e del suo immenso patrimonio agroalimentare. Continuo, imprescindibile, magico.

Ingredienti (x 4 persone)

- 1 kg di spalla/coscio di bufalo
- 2 rape rosse
- 4 carote novelle
- 3 pomodori
- il succo di un lime
- 5 bacche di cardamomo
- erbe aromatiche
- olio extravergine di oliva
- pepe verde di Sarawak
- sale q.b.

Preparazione

Disossate la carne, tagliatela in piccoli parallelepipedi alti circa due centimetri e lasciatela aromatizzare con erbe e spezie. Fate cuocere al forno a bassa temperatura, a 60-70°C, per trenta ore. La lunghissima cottura conferirà alla carne una concentrazione e una morbidezza uniche. Distillate le rape rosse e utilizzate il liquido per laccare, a fine cottura, la carne. Allestite il piatto con la conserva di pomodori al lime e la carota al cardamomo.

Abbinamento suggerito

Ad un piatto così poco politicamente corretto deve corrispondere necessariamente un vino che faccia il verso ai contrasti e alle provocazioni. Tra i rossi IGT Lazio, scegliamo un blend che unisce i tratti rustici e terrosi delle uve Cesanese di Affile all'eleganza del Cabernet Sauvignon e di altri vitigni bordolesi. Alla viola e ai piccoli frutti a bacca scura fanno seguito cenni speziati e balsamici che evocano un ponte immaginario tra Oriente e Occidente.

Ristorante Colline Ciociare

Via Prenestina, 23

03010 Acuto (FR)

Tel 0775.56049

www.salvatoretassa.com



MATTARELLUM

Il piatto di Enzo Petrocchi è un gioco tanto gustoso, quanto evocativo. Quel matterello di legno che rotola sulla spianatoia infarinata richiama alla memoria l'immagine della nonna. Ci ritroviamo bambini, in punta di piedi e coi gomiti puntati sul freddo tavolo di marmo, ad ammirare - in rispettoso silenzio, occhi spalancati, ingenui e colmi di meraviglia - il magico rito della preparazione del pranzo della domenica. Poi, all'improvviso, torniamo adulti. Mastichiamo estasiati il boccone di carne aromatizzato da spezie e erbe di stagione, cercando di trattenerne i sapori per sempre.



Enzo Petrocchi

Passeggiando sui monti che circondano il capoluogo ciociaro può capitare di imbattersi in un placido ometto intento a raccogliere funghi, asparagi o erbe di campo. Lui è Enzo Petrocchi e la filosofia del suo ristorante Divinoamore è quella della Slow Food più ortodossa: cibo buono, giusto e pulito. Al simpatico chef/gastronomo piace conoscere la storia di un alimento e i luoghi da cui esso proviene; piace parlare con pastori, contadini e produttori; piace vivere appieno la terra per poter apprezzare quanto di meglio essa ci regala.

Trattoria Divinoamore

Via Sacra Famiglia, 3

03100 Frosinone

Tel 0775.290325

Cell 340.5834612

trattoria.divinoamore@gmail.com

Ingredienti (x 4 persone)

- 600 g di controfiletto di bufalo
- olio extravergine di oliva
- origano, rosmarino, salvia e maggiorana
- aglio e cipolla secchi
- un peperoncino
- sale e pepe q.b.

Preparazione

In una bastardina preparate un fondo unendo, all'olio extravergine di oliva, origano, rosmarino, salvia, maggiorana, aglio e cipolla secchi e peperoncino. Regolate di sale. Emulsionate bene con una forchetta di legno e lasciate riposare per almeno 24 ore. Tagliate il controfiletto a carpaccio non troppo sottile e realizzate porzioni da 150 g cadauna. Adagiate le fette di carne su un tagliere, conditele accuratamente con il fondo ed avvolgetele intorno ad un matterello di legno di piccole dimensioni. Disponete il matterello in una teglia bassa e fate cuocere al forno a 180°C per 15 minuti circa. A cottura ultimata, trasferite la teglia su un fornello a gas e lasciate dorare il mattarellum per un paio di minuti. Servite in un piatto di legno aggiungendo patate al forno e rosmarino fresco.

Abbinamento suggerito

Accostiamo al naso un calice di Cesanese del Piglio DOCG di medio invecchiamento. Lasciamoci rapire dalle intense sensazioni di frutta a bacca scura (prugna, ribes nero e mora di rovo) che iniziano ad aprirsi, in maniera evidente, alle note terziarie. Poi accompagniamo il boccone con un sorso. Solidità, volume, morbidezza e una nota alcolica calibrata ben sostengono la carne e il suo condimento.





BUFALOTTO DA LATTE AL TEGAME DI COCCIO



A La Mola il bufalotto da latte al tegame di coccio è un must. Da anni i clienti del ristorante lo richiedono, insaziabili, a pranzo e a cena, in inverno e anche d'estate. La carne dell'annutolo (giovane bufalotto la cui età varia dai dodici ai ventiquattro mesi), resa ancor più tenera dalla cottura lenta, tende a sciogliersi tra i denti e a rilasciare quel suo delizioso sapore poco alla volta. I piacevoli tocchi piccanti sferzano il palato e aiutano a comprendere come, a volte, anche nella semplicità possa celarsi l'eccelso.

Ingredienti (x 4 persone)

- 1 kg di bufalotto da latte
- 150 g di pomodori pelati
- due rametti di rosmarino
- 9 foglie di alloro
- ½ cucchiaino di erba cipollina
- 2 spicchi d'aglio
- un peperoncino
- un bicchiere di vino bianco
- 5 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- un pomodoro fresco
- sale e pepe misto q.b.

Preparazione

Tagliate a pezzi il bufalotto e fatelo rosolare in un tegame di coccio assieme all'olio extravergine d'oliva e agli spicchi d'aglio. Togliete l'aglio quando imbrodato ed aggiungete il peperoncino, il rosmarino e tre foglie di alloro. Bagnate con il vino bianco, fate sfumare, unite i pomodori pelati e lasciate cuocere, a fuoco dolce e recipiente coperto, per circa due ore. Servite il piatto insaporendolo con mezzo cucchiaino di erba cipollina finemente tritata e una spolverata di pepe misto. Decorate con le rimanenti foglie di alloro e qualche dado di pomodoro fresco.



Michaela Marocco

Mentre il papà Umberto e la sorella Pina si occupano della sala, la giovanissima Michaela è indaffarata ai fuochi. Con i suoi occhi grandi e luminosi, armeggia felice tra pentole e tegami, deliziando i clienti dell'ormai storico ristorante La Mola a suon di sagne alla mugnaia, zuppe, stinchi, asino, baccalà, coniglio alla cacciatora. C'è sempre la Ciociaria, ricca, opulenta, vivace e succulenta in quelle vecchie ricette lasciate in dono dalla mamma che, da lassù, la protegge e le sorride orgogliosa.

Ristorante La Mola

Via Recinto della Mola, 67
03017 Morolo (FR)
Tel 0775.229059
latrolla@libero.it

Abbinamento suggerito

L'appetitoso boccone rotola sul tappeto morbido, compatto, fresco e giustamente sapido di un Cesanese di Olevano Romano. I frutti a bacca rossa e i cenni balsamici avvolgono la carne; i contrappunti pepati dell'elevazione in barrique nuove incontrano i loro simili e, insieme, battono un tempo ritmato.





SORPRESA DI BUFALO CON PORCINI IN CROSTA DI PANE

Non è un semplice piatto quello proposto da Maria Grazia. È una fotografia realista in cui viene riprodotta - attraverso il magnifico linguaggio dei sensi - una pregevole miniatura della Valle dell'Amaseno. I verdi prati con i bufali al pascolo, l'orto policromo e profumato, il bosco fitto che regala funghi e magia, il pane simbolo della tradizione e della vita. L'apparente semplicità nasconde una seria e rigorosa ricerca delle migliori materie prime del territorio. La combinazione tra la liquescenza del filetto lardellato, la croccantezza dei funghi porcini in crosta e la verve del peperoncino ci catapultano in una dimensione quasi fiabesca.



Maria Grazia Pisterzi

Maria Grazia Pisterzi, sorriso gioioso e una inclinazione per il canto, è una ragazza schietta, simpatica, sentimentale, solare ed estroversa. E questi tratti caratteriali si possono riscontrare, in maniera palese, nella sua cucina. Arricchitasi negli anni di pratica e di alta formazione professionale, Maria Grazia non ha voluto tenere per sé le esperienze acquisite ma, altruisticamente, ha iniziato a condividerle. Apprezzata docente, è tra le altre cose, socio fondatore di "Alimentarti & Sapori Form", un'associazione senza scopo di lucro finalizzata proprio alla divulgazione dell'arte della ristorazione ai giovani. E, se non bastasse, è anche una pluridecorata Maestra Pizzaiola.

Ristorante Pizzeria

La Campanella

Via Vallemartina, 21

03021 Amaseno (FR)

Tel 347.4366498

mgraziapisterzi@libero.it

Ingredienti (x 4 persone)

- 400 g di filetto di bufalo
- 40 g di lardo di colonnata
- 125 g di misticanza
- 4 funghi porcini di media grandezza
- 200 g di pasta di pane (100 g di acqua, 200 g di farina, 3 g di sale, 3 g di olio e.v.o., 2 g di lievito)
- un uovo
- salsa verde al crescione d'acqua
- confettura di peperoncino q.b.
- un pomodoro rosso di Fondi
- olio extravergine di oliva
- sale q.b.

Preparazione

Pulite i funghi porcini strofinandoli con un panno umido ed avvolgeteli, uno ad uno, nella pasta di pane. Spennellate con l'uovo battuto ed infornate per 15 minuti a 200°C. Contemporaneamente prendete il filetto, incidetelo al centro sul lato dell'altezza e farcite la tasca ottenuta con una fetta di lardo tagliato a pezzi. Disponete il filetto su una padella antiaderente e fate cuocere cinque minuti da un lato e cinque dall'altro, a fuoco basso. Tagliate il pane a fettine e posizionatele sul piatto da portata. Su un letto di foglioline di misticanza adagiate il filetto facendo in modo che dal taglio laterale fuoriesca un po' del lardo. Condite con un goccio di olio extravergine di oliva. Decorate il piatto con una julienne di pomodoro rosso di Fondi, la salsa verde al crescione (realizzata emulsionando foglie di crescione, acqua, olio e sale) e qualche goccia di confettura di peperoncino.

Abbinamento suggerito

Il piatto, dai caratteri autunnali, richiama alla mente le giornate di fine vendemmia, con quell'inconfondibile odore di mosto sull'aia. Gli aromi di sottobosco, la visciola e la viola, il calore seducente di un bel Cesanese di Affile invecchiato in botti grandi di rovere di Slavonia, accompagnano degnamente il pasto, tra la serenità e una struggente malinconia.





SPEZZATINO DI BUFALO, PURÈ DI PATATE E CIPOLLA STUFATA ALLO ZAFFERANO DI NAVELLI



Lo spezzatino indossa l'abito delle grandi occasioni. L'eleganza minimalista e le suggestioni cromatiche fanno da preludio a un idillio dei sapori. La carne di bufalo si scioglie sotto il palato, viene sommersa dall'onda olfattiva e aromatica della cipolla allo zafferano fino a fondersi con essa. La purea di patate dispensa i suoi ricordi soffici e speziati, l'olio olivastro dona delicata untuosità ed amalgama. Un piatto del passato, riproposto in chiave contemporanea, che solennemente declama la sua dichiarazione d'amore alle papille gustative.



Leonardo Grimaldi

Neanche il più sprovveduto dei bookmakers accetterebbe la scommessa. Perché non ci sono dubbi: da qui ad un paio di anni la consacrazione nazionale del nuovo genietto della ristorazione ciociara sarà un fatto certo. Leonardo Grimaldi, classe 1970, è umile, talentuoso, curioso, fantasioso, ricercato, equilibrato e - come il compianto celebre chef francese Bernard Loiseau - perfezionista fino alla noia. La rotta è già tracciata: un'originale e sobria reinterpretazione, in chiave fusion, della cucina stagionale del territorio. E anche il primo passo è stato compiuto: giorni fa, ha inaugurato il nuovo ed elegante rifugio per gourmet. Ad maiora.

Ingredienti (x 4 persone)

Per lo spezzatino:

- 600 g di carne di bufala
- una cipolla bianca
- un peperoncino
- 6 cl di brandy
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe q.b.

Per il purè di patate:

- 4 patate medio-grandi
- 1/2 litro di latte
- 150 g di burro
- 50 g di parmigiano reggiano
- noce moscata
- sale q.b.
- timo fresco

- olio extravergine di oliva

- sale, pepe e rosmarino q.b.

Per la cipolla stufata:

- 2 cipolle bianche
- 250 cl di brodo vegetale
- 2 g di zafferano di Navelli
- olio extravergine di oliva

Preparazione

Fate imbiondire la cipolla precedentemente lavata e tagliata grossolanamente insieme al peperoncino e all'olio extravergine di oliva. Disponete la carne nella padella avendo cura di togliere la cipolla. Lasciate cuocere per 45/50 minuti circa, a fuoco moderato e con il coperchio, rimestando di tanto in tanto. Cinque minuti prima di spegnere, fate sfumare con il brandy a fuoco alto, quindi regolate di sale e di pepe. Riponete lo spezzatino in caldo. Nel frattempo avvolgete le patate nella carta alluminio e disponetele in una teglia cosparsa di sale grosso. Fatele cuocere in forno a 160°C per 45-50 minuti circa e, una volta pronte, schiacciatele nel passapatate. In una padella scaldate il latte e 100 grammi di burro, incorporate le patate schiacciate mescolandole spesso, il parmigiano, il burro restante, il sale e la noce moscata. Infine tagliate la cipolla alla julienne, disponetela in una casseruola insieme all'olio extravergine di oliva e fate cuocere lentamente per circa 15 minuti, aggiungendo qualche mestolo di brodo vegetale. Stemperate gli stimmi di zafferano in un mestolo di brodo bollente, aggiungete alla cipolla ed ultimate la cottura. Servite in una porcellana rettangolare e allestite il piatto posizionando al centro una quenelle di purè ed un ramoscello di timo fresco. Ai lati, in maniera simmetrica, disponete la carne coperta dalla cipolla e condita con due gocce di olio extravergine d'oliva "olivastro".

Abbinamento suggerito

Rosso, bianco, rosso, bianco... Dopo aver sfogliato la margherita alla ricerca di un vino abbinabile ad un piatto così versatile, optiamo per la non banale semplicità di una Passerina del Frusinate. Ne degustiamo una particolarmente sapida, minerale, fresca, con un alto estratto secco ed una pronunciata spalla acida. E lo spezzatino ce ne è grato.

Ristorante Leonardo

Via Muraglione, 26
03035 Fontana Liri (FR)
Tel 0776.520143
Cell 338.2665939
leogrim@alice.it





STRACOTTO DI STINCO BUFALINO AL MERLOT DEL LAZIO

L'approccio allo stinco ed al suo ricco corredo organolettico è improntato - sin dalla fase della marinatura - ad un profondo rispetto. Le mani di Pietro sono delicate nelle scelte e nel dosaggio: aromi freschi e mediterranei che arricchiscono la carne senza coprirli. Un piatto classico, eseguito con lodevole maestria, che non strizza l'occhio a effetti scenici, eccessi e ridondanze. Un'autentica interpretazione della metamorfosi del gusto, una equilibrata lettura/rilettura del territorio e del suo traboccante patrimonio. E non mi pare poca cosa.



Pietro Miele

Lo chef Pietro Miele, basi tecniche assai solide ed una lunga militanza gastronomica alle spalle, dal 1996 conduce, assieme alla moglie Annamaria Merucci, l'elegantissimo ristorante Villa Euchelia. In un'atmosfera country da campagna inglese, viene proposta una cucina che parte da un attento progetto di recupero delle tradizioni locali più antiche e genuine e da un'attenta e rigorosa selezione della materia prima. Il comune denominatore di tutte le proposte - anche di quelle rivisitate in chiave più moderna ed innovativa - è sempre la Ciociaria con i suoi calorosi, affascinanti ed irripetibili tratti rurali.

*Ristorante & Dimora di Charme
Villa Euchelia
Via Giovanale
03030 Castrocielo (FR)
Tel 0776 799829
www.villaeuchelia.it*

Ingredienti (x 4 persone)

- kg 1,5 di stinco anteriore (con l'osso)
- lardo fresco
- finocchietto selvatico fresco
- un peperone
- una cipolla rossa
- sedano
- carote
- olive di Gaeta
- lauro
- rosmarino
- due bottiglie di Merlot del Lazio IGT
- buccia e succo di un'arancia
- un peperoncino
- sale q.b.

Preparazione

Lasciate marinare per circa 12 ore lo stinco leggermente salato con il vino, il rosmarino, il lauro. Aggiungete tutte le verdure, gli aromi, il succo e la buccia di un'arancia. A marinatura completata, disponete lo stinco in un tegame capiente e fatelo rosolare con del lardo fresco, incorporando, poco a poco, tutti gli aromi e le verdure precedentemente utilizzate. Unite infine il liquido della marinatura, coprite con un coperchio e fate cuocere al forno per circa 2 ore a 180°C. A fine cottura, togliete lo stinco dal tegame, avvolgetelo nella carta alluminio e conservatelo in caldo. Preparate la salsa facendo cuocere in una pentola il fondo di cottura precedentemente passato allo chinois. Aggiungete il succo d'arancia e, a fiamma piuttosto vivace, fate ridurre il liquido. Regolate di sale. Servite lo stinco accompagnandolo con la salsa di cottura ed, eventualmente, personalizzando il piatto con una cipolla caramellata o una caponatina di melanzane e peperoni.

Abbinamento suggerito

Scelta ineluttabile: un calice di Merlot del Lazio IGT. La morbidezza del vino, la sua rotondità, la freschezza, l'eleganza, la polpa quasi masticabile, la precisione del piccolo frutto a bacca rossa che si incammina verso appena accennati toni di surmaturazione accompagnano il piatto. Con eleganza ed equilibrio.





STUFATO DI CARNE BUFALINA IN BIANCO CON LA VERZA



Un piatto d'antan. In un semplice quanto delizioso stufato Tina riesce a far rivivere il passato. I duri lavori nei campi, gli aratri trainati dai bufali che tracciano un solco dritto e sicuro, le dorate balle di fieno, le zolle appena rivoltate che regalano odore di terra e di vita. Ci sono il sole, le schiene ingobbite, le mani spaccate, la fatica e la fierezza contadina in questa tenerissima pietanza.



Annunziata Fanti

No. Annunziata Fanti, chef autodidatta e patronne dell'omonima osteria di famiglia non si limita a cucinare. Tina (così la chiamano parenti e amici), attraverso i suoi piatti, racconta il territorio, la sua storia, i suoi antichi sapori, l'essenza dei suoi luoghi e delle sue genti. Le sue proposte sono basate sulla ricerca e sulla selezione attenta delle migliori eccellenze regionali - con uno zoom espressamente dedicato all'Agro pontino - e si caratterizzano per il profondo rispetto della tradizione. Una cucina garbata e intelligente che riesce ad elevare e idealizzare anche la semplicità.

Ingredienti (x 4 persone)

- 1/2 kg di controgirello di bufalo
- 3 spicchi di aglio
- brodo vegetale
- un peperoncino
- rosmarino
- timo
- olio extravergine di oliva
- sale q.b.

Preparazione

Affettate la carne in fette dell'altezza di 3-4 centimetri. Poi, con un successivo taglio longitudinale, ricavatene dei cubetti di 2-3 centimetri. Preparate un trito di aglio e lasciatelo appassire in una padella insieme ad un paio di cucchiaini di olio extravergine di oliva e al rosmarino. Aggiungete la carne e fate rosolare. Successivamente incorporate il brodo vegetale, coprite la padella con un coperchio e lasciate cuocere per circa 2 ore, aggiungendo costantemente del liquido (altro brodo vegetale o acqua calda). Nel frattempo lavate e mondate con cura la verza privandola del torsolo. Fate bollire le foglie in una pentola, scolatele al dente e ripassatele in padella con aglio ed olio. Regolate di sale. Componete il piatto adagiando lo stufato sulla base di verza. Irrorate il tutto con l'intingolo della cottura e qualche fogliolina di timo fresco.

Antica Osteria Fanti

S.S. 156 dei Monti Lepini

Località Ceriara

04015 Priverno (LT)

Tel 0773.924015

www.anticaosteriafanti.it

Abbinamento suggerito

Il fascino rurale del piatto fa materializzare l'immagine di un contadino, seduto su una roccia, intento a mangiare gli acini grossi e succosi dell'uva Bellone. Poi penso alla Malvasia e al Trebbiano. Ecco, un Cori Bianco DOC, con i suoi profumi di ginestra, mela e susina, le note ammandorlate, i cenni minerali dei terreni vulcanici e ricchi di scheletro, la piacevole sapidità. L'ideale per accompagnare lo stufato.





CRUDO DI BUFALA LARDELLATO CON CREMA DI UOVO AL PEPE LUNGO E CROCCANTE DI PARMIGIANO E MAIS

Dalla perfezione zen del piatto si comprende come Gianluigi Alla cucini sia col cuore, che con la testa. Le finestre della sua cucina sono aperte sul mondo. E questo crudo ne è la riprova. Alla vista ricorda le sculture minimal art di Donald Judd o di Sol Lewitt; al gusto, poi, si rivela in tutta la sua magnificenza. L'amalgama tra sapori e consistenze è una lenta e meravigliosa scoperta; il contrasto dolce/salato seduce e quel pepe lungo - utilizzato abitualmente nella cucina ayurvedica - rilascia benefiche scariche di elettricità.



Gianluigi Alla

Utilizzando una metafora automobilistica, Gianluigi Alla è una veloce fuoriserie che corre lungo le autostrade sensoriali e procura ai suoi passeggeri brividi di piacere. Il rombante motore è alimentato da un carburante particolare: la soddisfazione dei clienti. Giovannissimo ma dotato di esperienza, personalità, estro e competenza, Gianluigi è lo chef e patron del Marconi 23, un ristorante dall'elegante design ricavato da un'antica stalleria. La sua cucina, mai banale, è capace di rileggere i migliori prodotti del mare e della terra e di nobilitarli - attraverso tecniche moderne eseguite alla perfezione - trasformandoli in piccole opere d'arte.

Ristorante Marconi 23
Via Marconi, 23
04019 Terracina (LT)
Tel 0773.703951
www.marconi23.it

Ingredienti (x 4 persone)

Per il crudo:

- 200 g di sottofiletto o carré di bufalo (senza osso)
- 80 g di lardo di Cinta Senese
- 1dl di olio extravergine di oliva
- succo di ½ limone
- sale marino nero

Per la crema di uovo al pepe lungo:

- 5 tuorli di uovo
- 2 g di pepe lungo
- 250 g di crema di latte

Per il croccante di parmigiano e mais:

- 70 g di parmigiano reggiano grattugiato
- 20 g di farina di mais

Preparazione

Tagliate il carré di bufala in fette poco spesse, stendetelo su carta pellicola e, con un batticarne, battetelo fino ad ottenere un sottile carpaccio. Preparate una leggera salsa citronette con olio extra vergine d'oliva e limone e, con un pennello, inumidite il carpaccio. Sulla parte superiore della carne, adagiate delle fette sottilissime di lardo di Cinta Senese, poi capovolgete il foglio di pellicola con il carpaccio, in modo che il lardo venga direttamente in contatto con il tavolo di lavoro. Arrotolate delicatamente tutto il carpaccio su se stesso formando una specie di involtino e mantenendo il lardo all'esterno. Cucinate a bagnomaria i tuorli con la crema di latte fino a che la crema non inizi a velare il cucchiaino. Aggiustate di sale e di pepe e terminate con una spolverata di pepe lungo grattugiato. Nel frattempo mescolate il parmigiano e la farina di mais, spolveratene una piccola quantità in una padella antiaderente e fate cuocere molto lentamente finché il composto non risulti dorato e croccante. Tagliate il carpaccio in cilindri alti 3-4 centimetri e fiammeggiate con il cannello per pochissimi istanti. Servite con la crema di uovo aromatizzata al pepe lungo, un pizzico di sale nero e il croccante di parmigiano e mais.

Abbinamento suggerito

Attraversiamo la regione e ci ritroviamo sui colli etruschi viterbesi alla ricerca di un buon Grechetto bianco. Eccolo. Con il suo naso intenso di frutta polposa (pesca bianca, melone e nespola) e di fiori di campo. Morbido, sapido, di discreta struttura e dal finale lievemente amarognolo, lo sentiamo avvolgere il boccone in un caloroso abbraccio.





SEMI BRESAOLA DI BUFALA AL MIRTO CON STRACOTTO AL NERO BUONO DI CORI ED INSALATINA AL SEDANO BIANCO DI SPERLONGA



Novello cartografo, Massimiliano riproduce in questo piatto uno spaccato reale del territorio pontino. Eccellente materia prima, selezionata con grande attenzione, si ravviva. La carne di bufala è ingentilita dal pregiato succo dell'oliva itrana; la ricotta flirta amorevolmente con le erbe aromatiche degli Aurunci; il sedano, con il suo grande corredo di sostanze bioattive, dona piacevolissima freschezza. Non vi inganni l'apparente semplicità che cela, invece, una preparazione molto elaborata, l'uso di diversi ingredienti e l'impiego di tecniche laboriose che il buon Massimiliano dimostra di conoscere bene.



Massimiliano Sepe

Massimiliano Sepe, quarant'anni tondi tondi, è lo chef e patron del ristorante Casa Catullo di Fondi. La grande passione, le solide tecniche di base, il desiderio incessante di apprendere e la maniacale attenzione dedicata al territorio ed alle sue tradizioni fanno della sua cucina un interessante laboratorio del gusto. La critica ed i media nazionali hanno iniziato ad accorgersi di lui. Le sempre più assidue partecipazioni a trasmissioni dedicate alla cucina, sui canali satellitari Alice TV e Gambero Rosso Channel, ne sono la riprova. Unanimi apprezzamenti. E Massimiliano se li merita tutti.

Ingredienti (x 4 persone)

Per la quenelle di stracotto:

- 100 g di polpa di bufala
- 60 g di ricotta di bufala
- una carota
- una costa di Sedano Bianco di Sperlonga
- ½ cipolla
- una foglia di salvia e una di alloro
- una bacca di ginepro
- la punta di un cucchiaino di semi

di finocchietto selvatico

- ½ spicchio d'aglio
- un ciuffetto di prezzemolo
- olio extravergine di oliva itrana
- ½ cucchiaino di farina di riso
- 10 g di concentrato di pomodoro
- 20 cl di acqua
- 10 cl di vino Nero Buono di Cori

Per la semi bresaola:

- 400 g di filetto di bufala
- 2 rametti di mirto
- sale bilanciato e pepe nero q.b.

Per l'insalatina:

- un Sedano Bianco di Sperlonga
- olio e.v.o. aromatizzato alla liquirizia
- sale q.b.

Preparazione

Legate il filetto accuratamente e passatelo nel sale bilanciato. Spolverate con il pepe e riponete in un sacchetto per sottovuoto insieme ai rametti di mirto sbollentati e asciugati. Fate marinare per 24 ore, poi togliete la carne dal sottovuoto e passatela in forno ventilato a 70°C per 40 minuti. Preparate un battuto con la carota, il sedano, la cipolla e tutti gli odori. Fate rosolare in padella con un filo d'olio, aggiungete la polpa di bufala e, quando questa avrà preso colore, incorporate sale e concentrato di pomodoro. Mescolate a fiamma viva e aggiungete la farina di riso facendola amalgamare. A fondo completamente assorbito, aggiungete l'acqua tiepida, abbassate la fiamma e fate cuocere a fuoco lento fino a completa riduzione. Aggiungete il vino, portate a cottura e regolate di sale. Frullate la carne ben cotta e il fondo denso e lasciate raffreddare a temperatura ambiente. Unite la ricotta e amalgamate con la frusta. Lavate il sedano e privatelo delle foglie. Tagliate le coste a fiammiferi, riponetele in una busta da sottovuoto e fate cuocere in forno a 70°C e vapore 100% per 7 minuti. Abbattete la temperatura, a bagnomaria gelido, per conservare il colore vivo. Condite con l'olio aromatizzato alla liquirizia e un pizzico di sale. Allestite il piatto posizionando al centro una quenelle di stracotto, il sedano e una seconda quenelle. Posizionate accanto un paio di fette di semi bresaola. Condite con un filo d'olio, una spolverata di pepe nero e qualche grano di sale grosso.

Abbinamento suggerito

Equazione semplice: piatto di territorio, vino di territorio. Attraverso il calice, conosciamo il Nero Buono di Cori, un vitigno autoctono recentemente recuperato e valorizzato. Le uve, dal grappolo serrato e dalla buccia spessa e pruinosa, regalano intensi profumi di ciliegia nera e frutti di bosco. Il sapore è asciutto e corposo. Un vino che tiene ottima compagnia al piatto e si fa bere con piacere.

Ristorante Casa Catullo

Via Catullo, 39
04022 Fondi (LT)
Tel 0771.532945
Cell 349.1195606
massimiliano_sepe@libero.it





TARTARA DI BUFALO CON CHENELLE DI MELANZANE E POMODORI PICCADILLY SCOTTATI AL TIMO

Per quanto la materia prima - selezionata con grande cura - sia tipicamente mediterranea, il piatto di Fausto si presenta in una veste carioca. Colore, vivacità, brio. Il contrasto tra i sapori somiglia proprio ad un festoso inno di Rio De Janeiro. Apre le danze la carne, con la sua ritmata e dolciastra freschezza. Poi subentrano la melanzana, a riverberare ricordi vagamente amarognoli, e il pomodoro Piccadilly, con la consistenza farinosa e la buccia leggera che si amalgama alla polpa. Infine le erbe, fresche, profumatissime. Sì. È un samba. In sottofondo si odono le delicate melodie di Chico Buarque de Hollanda.



Fausto Ferrante

Dopo aver lavorato per anni nel locale di famiglia, ottenendo risultati prestigiosi e attirando le attenzioni di pubblico e critica, Fausto Ferrante è riuscito a realizzare il suo sogno: inaugurare un ristorante gourmet tutto suo. Niente più freni a creatività, selezione di prodotti, cenni esotici, tecniche di cottura all'avanguardia. Oggi Fausto è riuscito a perfezionare quel suo originale sistema in grado di far dialogare - in un tripudio dei sensi - il pesce freschissimo del litorale pontino con i munifici doni dell'entroterra.

Ristorante Da Fausto

Via Romita Primo, 19
04029 Sperlonga (LT)
Tel 0771.548576
www.dafausto.it

Ingredienti (x 4 persone)

- 480 g di filetto di bufalo
- 400 g di pomodori varietà Piccadilly
- 2 melanzane lunghe nere
- 50 g di piselli
- erbe aromatiche miste (timo, erba cipollina, rosmarino, origano e salvia)
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva itrana
- sale e pepe q.b.

Preparazione

Tritate finemente le erbe aromatiche. Avvolgete le melanzane nella carta stagnola e lasciate cuocere al forno per 20 minuti a 250°C. A cottura ultimata, sbucciatele e lavoratene la polpa al coltello. Condite con olio extravergine di oliva, sale, pepe e incorporate il trito di erbe. Disponete su una teglia antiaderente i pomodori tagliati a metà, conditeli con olio, sale e timo e lasciateli rosolare in forno a 180°C per circa 15 minuti. Nel frattempo, a punta di coltello, ricavate una dadolata dai filetti di bufalo. Condite la tartara ottenuta con olio, sale e pepe di mulinello, aggiungete l'erba cipollina e dividete il tutto in quattro stampi. Sformate la tartara e allestite il piatto alternando le chenelle di melanzana con i pomodori scottati. Decorate con le erbe aromatiche fresche e condite con un cucchiaino di olio extravergine di oliva.

Abbinamento suggerito

Di fronte a noi, splendido diadema incastonato tra l'azzurro del mare e il turchese del cielo, l'isola di Ponza. Ed è proprio dai tuffi e dalle sabbie di quei terreni scoscesi che nascono le uve Biancolella di questo calice di bianco. Naso floreale, fruttato e piacevolmente salmastro; bocca fresca e di superba complessità minerale. L'ideale per esaltare la tartara ed esserne esaltato.





BUFALO COTTO A BASSA TEMPERATURA CON ZUPPA DI FOIE GRAS E SALSA AGLI AGRUMI



Le note dell'inno francese si sovrappongono al ritmo festoso di una vecchia ballata popolare della Terra di Lavoro fino a confondersi, armoniosamente, con esse. La sublime succulenza della zuppa di foie gras si fa incontro alla dolcezza della carne di bufalo, tenta di contrastarla e, alla fine, crea un nuovo ed inaspettato equilibrio. Sullo sfondo l'appena percettibile nota agrumata a dare freschezza al piatto e gaudium al palato.



Renato Martino

È grazie alla felicissima mano di Renato Martino che, nel novembre del 2007, la Guida Michelin ha voluto premiare il ristorante di famiglia, Vairo del Volturmo, con la prima stella. Dalla somma algebrica di territorio, tradizione, qualità, tecnica, dedizione e fantasia, Renato riesce a ricavare piatti dal nitore e dall'equilibrio perfetti. Il maiale nero casertano, la mozzarella, la mela annurca e, naturalmente, la carne di bufalo fanno la conoscenza di ingredienti ed aromi provenienti da mondi lontani e, come d'incanto, si trasformano in superlative pietanze.

Ingredienti (x 4 persone)

- 700 g di carne di bufalo (costate o scamone)
- 300 g di fegato grasso d'anatra
- 20 g di sedano
- 20 g di carote
- 20 g di cipolla (tritata)
- succo di 1/2 arancia e di 1/2 limone
- 10 g di zucchero di canna
- 2 datteri freschi
- fondo di coniglio e brodo vegetale q.b.
- 100 g di broccoletti
- olio extravergine d'oliva

Preparazione

Fate cuocere al forno la carne di bufalo ad una temperatura costante di 80°C fino a quando il cuore non raggiunga una temperatura prossima ai 70°C. Nel frattempo fate rosolare le verdure con l'olio, aggiungete il fegato a pezzi e bagnate con il brodo vegetale. Lasciate riposare, frullate e passate allo chinois. Conservate la zuppa di foie gras in caldo a bagnomaria facendo attenzione a non portare l'acqua a ebollizione. Preparate la salsa di agrumi facendo ridurre il succo di mezza arancia e di mezzo limone con lo zucchero. Unite due cucchiaini di fondo fino ad ottenere la consistenza desiderata. Denocciate i datteri e tagliateli a julienne finissima. Fate saltare i broccoli con l'olio, l'aglio ed il peperoncino. Versate la zuppa di foie gras in un piatto fondo, scaloppate la carne ed adagiatela nella zuppa. Aggiungete i broccoli e la julienne di datteri, condite con la salsa agli agrumi e finite il piatto con un filo d'olio extravergine.

Ristorante Vairo del Volturmo

Via IV Novembre, 60
81058 Vairano Patenora (CE)
Tel 0823.643018
www.vairodelturmo.com

Abbinamento suggerito

Affidiamo tranquilli il nostro pasto ad un magnifico calice di Campania IGT ottenuto dalle antichissime uve autoctone Casavecchia. Lasciamo che questo nettare esprima al meglio la maestosità del sottobosco con i suoi funghi, le foglie secche e gli odori erbacei; lasciamo che la volta palatale sia inebriata dal pirotecnico alternarsi di frutti rossi e neri; lasciamoci sedurre dai cenni balsamici di questo vino così intenso, elegante, sontuoso, evocativo. Proprio come il piatto a cui è accostato.





CARPACCIO DI BUFALO CON MELA ANNURCA E PESCHIOLE CON SALSA DI LIMONE

Semplicità, freschezza, energia, rigore geometrico e impatto cromatico sono le parole d'ordine di questo piatto del territorio. Il carpaccio ed il suo cuore di scarola vengono animati dalla polpa bianca, soda, gradevolmente acidula e succosa della mela annurca. Poi le peschiole (pesche nane conservate, secondo tradizione, in agrodolce) donano vibrante croccantezza. Un piatto estivo, serale, capace di sferzare il palato e rendere un pò più felici.



Antonio Ruggiero

Chef, enogastronomo, degustatore, sommelier, consulente, docente all'Alberghiero, Antonio Ruggiero fa della passione per il cibo ed il vino una ragione di vita. Arricchitosi nel tempo di qualificanti esperienze in Italia e all'estero, conduce - con grande professionalità - il suo delizioso ristorante ubicato all'interno di una delle sedi torri della fortificazione normanna di Vairano Patenora. La sua cucina, alternandosi tra i sentieri della tradizione e della rivisitazione creativa, si caratterizza sempre per una costante: il territorio.

Ingredienti (x 4 persone)

- 20 fette di bresaola di bufalo
- 200 g di scarola riccia
- 2 mele annurche
- 400 g di peschiole
- un limone
- una carota
- olio extravergine di oliva di varietà Tonda del Matese
- sale e pepe q.b.
- aceto balsamico (facoltativo)

Preparazione

Mondate la scarola ed utilizzatene il cuore, ovvero la parte di colore bianco-verde e di consistenza più tenera. Condite con un filo d'olio extravergine discretamente fruttato ed un pizzico di sale. Rivestite il ciuffo d'insalata, posizionata al centro del piatto ed utilizzata come sostegno, con le fette di bresaola di bufalo, creando un piccolo vulcano. Tagliate le mele annurche a fettine sottili e componete, alternandole con fette di peschiole, una corona intorno alla carne. Rifinite con foglie e intagli di carota e una peschiola intera. Emulsionate quattro cucchiaini di olio extravergine d'oliva con sale, pepe e succo di limone. Condite il piatto con la salsa citronette e, a piacimento, guarnite con colature di aceto balsamico precedentemente ridotto.

Abbinamento suggerito

L'abbinamento, in questo caso, non può prescindere dai criteri dell'analogia. Ecco allora un buon bicchiere di Falerno del Massico Bianco DOC, ottenuto dalle eclettiche e spesso sottovalutate uve Falanghina vinificate in purezza. Fresco, asciutto, giustamente sapido, carezzevole nella sua beva e ben sostenuto da acidità e sovraestrazione. Gli aromi varietali della mela amoreggiano, su uno sfondo delicatamente vegetale, con gli ingredienti del piatto. Rispettandosi l'un l'altro. Senza prevaricazioni.

*Ristorante Fortezza Normanna
Villa Cirelli*

*Via Madonna di Loreto, 12
Borgo medievale*

81058 Vairano Patenora (CE)

Tel 0823.985140

www.fortezzanormanna.it





SORRISO ALLA PERA



Ingredienti (x 4 persone)

Per la guancia di bufalo:

- 400 g di guancia di bufalo
- 30 g di scalogno
- 30 g di sedano
- 30 g di carote
- 200 g di lattuca
- 80 g di burro
- 500 ml di vino rosso Aglianico
- olio extra vergine di oliva

Preparazione

Disponete le guance di bufalo in una teglia, condite con un filo di olio extravergine di oliva e lasciate cuocere in forno per 20 minuti a 180°C. A cottura ultimata, tirate fuori le guance dal forno, passatele in una pentola e fatele rosolare con un po' di olio ed un trito di sedano, carote e scalogno. Bagnate con il vino rosso e lasciate cuocere, a fiamma dolce, per circa un'ora. Salate e pepate. Una volta raffreddate, tagliate le guance cercando di ottenere fette omogenee. Pulite la lattuca, tagliatela a julienne, asciugatela accuratamente e fatela saltare nel burro per un minuto, aggiungendo un pizzico di sale. Preparate la salsa sbucciando le pere e tagliandole a dadini. In una padella lasciate sciogliere una noce di burro, incorporate le pere e fate cuocere aggiungendo il baccello di vaniglia, il pecorino grattugiato e la crema di latte. Dopo 5 minuti, eliminate il baccello di vaniglia, frullate il composto ottenuto e passatelo con un colino fine per ottenere una salsa liscia e senza grumi. Tagliate le bucce delle zucchine finemente e fatele asciugare al forno a 60°C per circa un'ora. Allestite posizionando la guancia in un piatto leggermente fondo alternando le fette con la lattuca. Riscaldete la salsa di pera e pecorino e fatene colare un paio di cucchiari sul piatto. Decorate infine con le bucce di zucchine essiccate.

Peter Mayle nelle sue "Lezioni di francese" definisce la guancia la migliore prelibatezza gourmet. Ma non credo che abbia mai avuto la possibilità di degustare quella, di bufalo, proposta da Rosanna Marziale. Un solo boccone e si raggiungono i picchi più goduriosi. E poi il perfetto bilanciamento dei sapori, la presentazione, il concetto, le consistenze. Materie prime eccellenti lavorate con amore intenso e tecnica raffinata. Un piatto che reca traccia del lungo peregrinare di Rosanna nelle più autorevoli corti gastronomiche del continente e che testimonia, alla perfezione, il suo inimitabile stile.

- sale e pepe q.b.

Per la salsa:

- 400 g di pere Williams
- 80 g di burro
- 200 g di pecorino romano
- 50 ml di crema di latte
- un baccello di vaniglia
- olio extra vergine di oliva
- sale e pepe q.b.



Rosanna Marziale

Rosanna Marziale, un concentrato di fascino e grazia, è chef e patronne del ristorante Le Colonne di Caserta. Tecnica sublime e creatività fuori dal comune. Basterebbe osservare attentamente il suo sguardo per capire quanto amore ella riversi quotidianamente nella sua cucina. La sua carta delle proposte si apre con l'aforisma dello scrittore francese Luc de Clapiers de Vauvenargues che recita: "Il gusto è una capacità di giudicare correttamente ciò che ha sentimento. Quindi bisogna avere un'anima per avere gusto". Un convincimento che la bella Rosanna ha fatto proprio. Integralmente, senza compromessi e mezze misure. E lo si capisce dai suoi piatti, evocativi, straordinariamente leggiadri e capaci di scaldare il cuore.

Le Colonne Restaurant

Via Nazionale Appia 7/13
81100 Caserta
Tel 0823.467494
www.lecolonnemarziale.it

Abbinamento suggerito

Un Pallagrello bianco della Terra di Lavoro, vinificato in purezza, fermentato e maturato in legni francesi, pare essere lo sposo promesso, il miglior compagno per convolare a nozze con un piatto così superbo, monumentale, intrigante. Sensazioni piene ma vellutate; aromi tropicali tra cenni di vaniglia; l'acidità necessaria per portare avanti - in condizioni paritetiche - il ménage coniugale.





STRACCETTI DI BUFALO CON CREMA DI ZUCCA E MOZZARELLA

C'è gioia in questo piccolo capolavoro gastronomico. Dietro l'effetto d'insieme decisamente suggestivo e ben riuscito - perfette le geometrie, le consistenze e i contrasti cromatici - si scorge il sorriso bonario di Peppe. Questo suo originale tributo al territorio ci aiuta a fare la conoscenza di un giovane che affronta il lavoro e la vita in maniera seria, professionale ma, al tempo stesso, creativa e scanzonata. Degustiamo il piatto e ne restiamo affascinati, intrigati, contagiati. Attraverso un magistrale equilibrio di sapori Peppe è, infatti, riuscito nel suo intento: trasmetterci piacere, calore e... gioia.



Giuseppe Daddio

Il talentuoso Giuseppe Daddio ha soli trentatré anni ma può vantare grandi e significative esperienze (tra tutte, le collaborazioni con Antonello Colonna). Oggi è lo chef del ristorante gourmet Locanda delle Trame, ubicato nell'affascinante borgo della seta di San Leucio, a Caserta. Costante, vulcanico, intraprendente e inesauribile, Peppe ha fondato e tuttora dirige la scuola "Dolce & Salato" di Maddaloni, presta consulenze gastronomiche in giro per il mondo, partecipa a programmi TV. Nonostante tutto, è riuscito a trovare anche il tempo per scrivere un libro. Il titolo del volume - per i tipi di Zafferano Editore - è piuttosto eloquente: "Ricett'iss".

*Ristorante Locanda delle Trame
Via Maria Sofia di Baviera, 1
80100 Vacchiera - San Leucio (CE)
Tel 0823.304055
www.locandadelletrame.it*

Ingredienti (x 4 persone)

Per gli straccetti di bufalo:

- 250 g di polpa di fesa di bufalo fresca e frollata
- 30 g di carote
- 30 g di sedano
- 15 g di cipolla bianca
- 10 g di concentrato di pomodoro
- 5 g di porcini secchi
- 20 g di vino bianco
- 150 g di brodo vegetale

- una foglia di alloro
- olio extravergine di oliva
- sale, pepe e rosmarino q.b.

Per la crema di zucca:

- 250 g di zucca fresca (pasta arancia)
- 30 g di scalogno
- 50 g di patate
- 15 g di olio extravergine di oliva
- brodo vegetale

- sale e pepe q.b.

Per l'allestimento del piatto:

- una mozzarella di bufala campana DOP
- una fetta di pane
- foglie di basilico fresco
- riduzione di aceto balsamico
- un peperoncino

Preparazione

Tagliate la carne a straccetti. Lavate, mondate e tagliate a piccoli cubetti le verdure. In una pentola fate rosolare la dadolata con l'olio e.v.o., la foglia di alloro e il rosmarino. In una padella antiaderente fate dorare gli straccetti di bufalo e uniteli al fondo di verdure appassite. Bagnate con il vino bianco e lasciate evaporare. Continuate la cottura con il brodo vegetale, incorporate il concentrato di pomodoro, i porcini e fate cuocere per circa 20 minuti a fuoco moderato. Regolate di sale e pepe. Mondate la zucca e le patate e tagliatele in piccoli pezzi. Affettate a la julienne lo scalogno e fatelo imbiondire in un tegame con un filo d'olio. Unite i pezzi di zucca e di patata, lasciate appassire a fuoco moderato e cocete per circa 3 minuti incorporando il brodo vegetale. A fine cottura frullate la crema e micronizzate con il minipimer aggiungendo un filo d'olio a crudo. Assemblate il piatto posizionando sul fondo la crema di zucca e in cima - servendovi di un coppapasta del diametro di 5 cm - gli straccetti di bufalo. Completate con una fetta croccante di pane di campagna ed una di mozzarella fresca di bufala. Guarnite con una riduzione di aceto balsamico e decorate con qualche foglia di basilico fresco e dei fili di peperoncino tagliati molto sottili.

Abbinamento suggerito

La soavità del piatto e la tendenza al dolce della carne e della zucca richiedono a gran voce l'abbinamento con un vino dalla buona freschezza. Dal nulla si materializza il calice di un pregevole rosato delle Colline Caiatine. Alla magnifica complessità olfattiva offerta da questo blend di uve Casavecchia e Pallagrello nero vinificate in bianco fa seguito l'agognata spinta. Piacevolmente fresca e acida.









Innova

**AZIENDA SPECIALE
SERVIZI E FORMAZIONE**

Camera di Commercio Frosinone

Viale Roma, 9 - 03100 FROSINONE

Tel. +39 0775 824193

Fax +39 0775 823583

info@innova.fr.it

www.innova.fr.it

in collaborazione con



Università degli Studi di Napoli Federico II
Dipartimento di Scienze Zootecniche
e Ispezione degli Alimenti



Università degli Studi di Cassino



Confederazione Italiana Agricoltori
Frosinone



COLDIRETTI
FROSINONE