

**ESTRATTO  
GRATUITO**



**SORELLE PASSERA**

# GENERI DI CONFORTO

Ricette del cuore,  
storie di famiglia  
e piccole magie  
per celebrare  
il lato buono della vita



**TEA**

Al cuore avventuroso di nostro padre,  
che ci ha insegnato a praticare la commozione,  
l'ironia, l'eccentricità, la generosità e la poesia,  
e che non ci ha mai spiegato come maneggiarle con cautela.

Gigi e Marisa Passera

# GENERI DI CONFORTO

Ricette del cuore,  
storie di famiglia e piccole magie  
per celebrare  
il lato buono della vita



Gigi Passera è la sorella maggiore: fantasista da divano, autrice e mamma, Gran sacerdotessa del culto della focaccia. Ama le acciughe, i fiori in testa, le cotolette tutte. Odia la doppia impanatura, il colore arancio, la parola *foodporn*. Per Gigi la cucina è il luogo dal quale è possibile navigare verso orizzonti inesplorati, come fosse il ponte di comando di *Love Boat*. Marisa Passera è la «piccola» di casa, voce di Radio DeeJay e conduttrice tv, collezionista di farfalle, cintura nera di pâté. Ama le cipolle caramellate, le maniche a sbuffo e le finestre sul mare. Odia sbagliare la scelta al ristorante, i mazzi di fiori tinta unita e gli snack confezionati. Per Marisa la passione per la cucina è un teletrasporto delle emozioni che ti porta ogni volta esattamente dove vuoi essere.

Possedute dal demone della buona cucina, dopo una vita passata a suggellare trattati di pace sotto forma di pranzetti, nel 2014 le due sorelle decidono di estendere a tutti l'invito alla loro tavola aprendo il blog [sorellepassera.com](http://sorellepassera.com)





Una mattina ti alzi serena, bevi il caffè, apri il giornale e salta fuori che i nani non sono sette: esiste un ottavo nano che di nome fa Fronzolo. Adesso dovrete sentire tutti un forte crash, è il rumore delle certezze infrante. Un po' quello che successe a me qualche anno fa scoprendo l'esistenza del quinto gusto: il famigerato *umami* tipico della cucina orientale, altrimenti conosciuto come glutammato di sodio. E giù tutti a spiarne: fa male, sa di dado, provoca la sindrome da ristorante cinese. Bla bla bla, rumore di chiacchiere sterili. Allora adesso spiegatemi perché i Noodles Bar sono sempre imballati. Certo, avrà a che fare con la moda del momento, per me però la verità è una sola: *umami* è buono ed è molto più vicino di quello che abbiamo mai immaginato. *Dashi*, *miso*, *shoyu*, ma anche parmigiano, alici, pancetta, pomodoro. *Umami* è sia oriente che occidente. Folgorata da questa visione, ho creato un piatto di *ramen* in brodo un filo eccentrico. Il cuore a Kyoto, la pancia in Tirolo. Buonissimo.

## RAMEN 4 DUMMIES

PER 1 PERSONA

*Ramen all'uovo*, 80 g

Odori:  
cipolla, aglio,  
sedano, zenzero,  
carota, peperoncino  
verde

*Pancetta salmistrata  
tirolese*

Condimenti:  
salsa di soia,  
zucchero, lime,  
fish sauce  
(o colatura di alici)

Guarnizioni:  
uovo barzotto,  
fagiolini,  
cipollotti, gamberi,  
funghi champignon,  
semi di sesamo

Per prima cosa faccio un brodo con gli odori, ai quali aggiungo un bel pezzo di pancetta salmistrata, vero e proprio concentrato di umami di nordiche e nobili origini. Quando è tenera, spengo.

Scarto gli odori, tranne la pancetta che taglio a fettine. Aggiungo il brodo con salsa di soia, poco zucchero, pochissima *fish sauce* e una spruzzata di lime. Aggiungo gamberi sgusciati, fagiolini a tocchetti e una cappella di fungo a porzione. Cuoceranno quel che basta nel brodo ancora caldo.

Sistemo nella ciotola i *ramen* che ho cotto a parte e ci verso sopra il brodo bollente. Posiziono in bella vista le guarnizioni, compreso l'uovo, che va rotto l'attimo prima di servire affinché sia più lascivo e fotografico.

Per finire, semi di sesamo e cipollotti a pioggia e i *Ramen 4 Dum-mies* sono serviti. Da svenire, migliore colla per le certezze infrante proprio non c'è.





Da piccola non mangiavo circa niente, poi verso i quattro anni ho scoperto le acciughe e sono caduta nel tunnel come *Alice nel paese delle meraviglie*, solo che la tana del Bianconiglio era la cucina delle mie nonne, dove l'aria era sempre infarinata o spolverata di zucchero, le mani impiastricciate di impasti a cui dare strane forme, si mischiavano i colori e si facevano bollire quelle che mi sembravano pozioni magiche. Era bellissimo giocare a cucinare, se ci penso lo faccio continuamente anche oggi. Ma l'inizio del gioco, il campanello che ha acceso il mio gusto, rimanendo poi incastrato a suonare per sempre, sono state appunto le acciughe. La nonna Bubba me le preparava a merenda con il pane e il burro, nel giardino della casa di Sanremo, e ancora adesso sono uno dei miei ingredienti preferiti: infilerei le acciughe in ogni ricetta, tanto sono piccole, d'argento, e sgusciano via in un lampo lasciandoti però il sapore di un tuffetto nel blu. Le acciughe sono buonissime in semplicità, una volta pulite si preparano crude e marinate con olio, limone, aglio e prezzemolo, fritte impanate nell'uovo e nel pangrattato, oppure, se si è in vena di esagerare, si possono riempire ulteriormente di buono. Come in questo caso.

## ACCIUGHE DEL MIO CUORE

PER 4 PERSONE

*Pan grattato,*  
*quanto basta*

*Prezzemolo, 1 ciuffetto*

*Aglio, 1 punta*

*Uvette, 1 manciata*

*Pinoli, 1 manciata*

*Succo d'arancia,*  
*3 cucchiari*

*Olio*

*Sale*

*Pepe*

*Acciughe, 20*

*Arance, 2*

*Capperi*

Il dosaggio degli ingredienti non è una scienza esatta per quanto mi riguarda: in certi casi in cui predomina l'affetto si naviga a vista, privilegiando i propri gusti anche dal punto di vista cromatico e fermandosi più a lungo nel porto che si preferisce.

Al pangrattato si aggiungono prezzemolo e aglio tritati, uvette ammollate, pinoli leggermente tostati, succo di arancia per ammorbidire, olio, sale e pepe per condire.

Una volta pulite le acciughe e aperte a libro, si comincia a riempirle con l'impasto profumato, avendo cura di non esagerare. Si arrotondano via via come girandoline splendenti e si dispongono ordinatamente in una teglia aggiungendo un filo d'olio.

Fatto questo, bastano cinque minuti o poco più in forno già caldo perché siano pronte da mangiare.

Esposte su un'alzatina da dolci, appoggiate su un'insalata di fette d'arancia con qualche capperi a fare da pois, e sulla tovaglietta rosa all'uncinetto della nonna Maria per par condicio.





Se mi osservate da vicino, io il cuore viola un po' ce l'ho. Il mio migliore amico, Federico, è di Firenze. La mia nonna Valburga, detta Bubba da noi bambini, e da tutti quelli che non sapevano pronunciare il suo nome (quindi in pratica da tutti), era toscana, e una delle frasi ricorrenti della mia famiglia è: «Maledetto quel treno che mi portò a Firenze», perché i bisnonni si conobbero lì e alla fine, treno dopo treno, amore dopo amore, generazione dopo generazione, siamo nate noi. E sulla scia di questo zucchero, ci «tocca» assolutamente preparare un dolce. Questa ricetta veniva cucinata al tempo della vendemmia, durante le sagre contadine. È a base di uva e la tradizione vuole che si usi solo la varietà canaiola dai chicchi piccoli e con molti semi, che è meno adatta alla vinificazione ma, vedrete, parecchio opportuna alla schiacciata.

## IL CUORE VIOLA

*Uva nera, 1 Kg*  
*Pasta lievitata, 500 g*  
*Zucchero, 150 g*  
*Olio d'oliva*  
*Rosmarino*

Per prima cosa si prende la pasta del pane e si aggiunge un po' d'olio d'oliva, insaporito facendolo scaldare con del rosmarino, quindi si divide in due panetti e poi si stendono due sfoglie.

Si ricopre una teglia con una sfoglia e la si riempie di uva nera. Si spolvera di zucchero e si aggiunge l'olio a filo.

Si ricopre lo strato d'uva con l'altra sfoglia, ponendoci sopra ancora chicchi d'uva.

Si spolvera di nuovo di zucchero, si aggiunge l'olio e si sfoglia il rosmarino, poi basta cuocerla in forno ben caldo per trenta minuti. Il tempo di farla raffreddare, ed ecco pronto un dolce semplice, soffice, sugoso, autunnale e che ha, come da promessa, il cuore viola.

