

**Esperti**

Costretti in casa per colpa del lockdown, i torinesi si sono riscoperti panificatori d'eccellenza, tiratori di pasta professionisti ed esperti di cucina casalinga. Merito, anche, di alcune ricette giunte sulle chat di WhatsApp



# I torinesi, la quarantena e la riscoperta delle «tre p»

Pane, pasta e pizza preparati in casa anche attraverso i suggerimenti online

Il lockdown ha svelato il segreto delle «tre p»: pane, pasta e pizza, ovviamente. Costrette in quarantena, le persone si sono riscoperte panificatori d'eccellenza, tiratori di pasta professionisti ed esperti di cucina casalinga. Merito di ricette tramandate in video chat o recuperate sul ballatoio di casa da un vicino esperto. E mentre sugli scaffali dei supermercati il lievito di birra diventava introvabile, nei cortili dei palazzi si avviava la produzione e lo scambio di lievito madre, diventato bene di prima necessità.

«Cuocere il pane in una pentola, messa dentro il forno, mi sembrava folle — racconta Luca, impiegato in smart working —. Invece funziona. E il merito è della mia vicina Stefania, che mi ha insegnato a fare il «pane comodo». Servono 400 grammi di farina tipo 0, 300 ml di acqua, 2 gr di lievito di birra disidratato, mezzo cucchiaino di zucchero e uno di sale. Uniti gli ingredienti, l'impasto deve riposare a temperatura am-

**In cucina**

● La lunga quarantena per i torinesi è stata anche e soprattutto la pizza. Sono tante, tantissime, le ricette «spiegate» su video girati in casa e poi inoltrati sulle chat di WhatsApp e di altri social

biente (coperto da pellicola) per un quarto d'ora; poi va girato con una spatola e lasciato stare altri dieci minuti (coperto da pellicola); ripetere tre volte. Mettere in frigo (da sei a 24 ore). Prima di cuocere, fare le pieghe all'impasto (su un piano di lavoro infarinato), dargli la forma di una palla, coprirlo con un panno (infarinato) e aspettare che il volume raddoppi (circa un'ora e mezza). Mettere in una pentola d'acciaio (o di ceramica) di circa 20 cm di diametro, con coperchio, nel forno preriscaldato a 230 gradi e cuocere per 30 minuti. Togliere il coperchio e ultimare la cottura a 220 gradi per 20 minuti.

A svelare il segreto della pasta fatta in casa secondo Pulcinella è Gianluca, burattinaio torinese (ma nato a Napoli) che, a febbraio, sarebbe dovuto volare in Giappone per una tournée. E che, invece, sta trascorrendo questa primavera con un'unica missione: «Cucinare piatti buoni per rendere speciali le giornate di mia moglie, docente del Politecnico in smart working, e di mia

figlia, adolescente ormai attaccata al computer per via della didattica a distanza». Secondo Pulcinella la pasta «è una cosa semplice: acqua, un uovo ogni cento grammi di farina; e farina». Ha due segreti, però. «Quando riposa, va chiusa in pellicola per non perdere l'umidità indispensabile alla lavorazione e — conclude — ogni tagliatella deve essere separata dalle altre prima di essere cotta».

La quarantena per i torinesi è stata anche la pizza. «Mai avrei immaginato che un napoletano mi insegnasse a fare la pizza in padella» racconta Mattia, imprenditore e piemontese doc, che ha ereditato la ricetta da Riccardo, dipendente Iveco in cassa integrazione. Unire (e mescolare) tanta acqua quanta farina (ze-

ro e manitoba insieme, per ottenere 13 grammi di proteine ogni 100 di composto) e far riposare tutta la notte. Al mattino aggiungere ancora un 50% di farina (rispetto alla quantità già utilizzata) e un pizzico di sale. Far lievitare tutto il giorno (ogni tanto mescolare). Fare le pallotte di pizza, scaldare il forno al massimo (con grill) e spostare la griglia sulla parte alta. Mettere un po' di farina in una padella antiaderente e cuocere la pallotta di pizza a fuoco medio-alto (4 minuti, finché il fondo non è croccante); nel frattempo farcire la parte superiore. Togliere la pizza dalla padella e metterla in forno per 4 minuti (finché le bollicine laterali dell'impasto saranno bruciate).

Svelato il segreto delle «tre p», resta da capire con la fase tre quanti torneranno a essere (o a dichiararsi) intolleranti al glutine. E se l'overquota di lievito madre causerà un'inflessione del fatturato dei panifici sotto la Mole.

**Simona De Ciero**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA

**Il vino****La birra**

● **Barbaresco** Docg 2017 Rocche dei 7 fratelli azienda Lodali, a conduzione familiare da tre generazioni a Treiso (Cuneo), è un Nebbiolo in purezza coltivato in uno dei luoghi descritti da Beppe Fenoglio nei suoi racconti: una spettacolare rocca il cui nome si lega a una leggenda tramandata da secoli; in realtà è una voragine nel terreno originata dall'azione erosiva dell'acqua che si presenta come un bellissimo anfiteatro. Siamo nella parte meridionale del piccolo borgo che con Neive e Barbaresco è una parte della frazione di San Rocco Seno d'Elvio

costituisce il territorio della denominazione L'annata viticola del 2017 ci lascia un vino pronto da bere, tannino morbido, elegante con note floreali molto delicate, pronto a essere degustato subito. Affinato in botti grandi di rovere di Slavonia. Prezzo in enoteca, 22 euro. (piera genta)



● **Geometra** uno, chimico (poi mastro birraio) l'altro, i fratelli Roberto e Paolo Lerda sono l'anima del birrifico artigianale Trunasse nato nel 2009 a Castelletto Stura (Cuneo). Le loro etichette sono ad alta fermentazione, non filtrate, non pastorizzate «e senza aggiunta di sostanze conservanti e stabilizzanti, perché — precisa Paolo — crediamo che la lavorazione artigianale, la capacità di selezionare materie prime di qualità e la ricerca di nuove tecniche di affinamento, siano fondamentali per realizzare etichette di valore». Fra le produzioni c'è Camilla, una stagionale estiva che, per assonanza, prende il nome dai fiori di camomilla utilizzati nella sua preparazione. Bevanda dalla schiuma importante, equilibrata, con note aromatiche dei fiori e bacelli di vaniglia, si distingue per la sua freschezza e per un tocco di amaro pronunciato e aromatico. (s. d. c.)

**L'emergenza**

Il lievito di birra era introvabile e così nei palazzi è scattata la caccia al lievito madre

"SCRIVERE È COME CORRERE DA UN INNAMORATO."



Illustrazione © Elisa Talentino

**CORRIERE DELLA SERA E IO DONNA PRESENTANO LE OPERE DI DACIA MARAINI**

Dai romanzi più letti, come *La lunga vita di Marianna Ucrìa* e *Bagheria*, alle grandi opere teatrali, ai racconti brevi: per la prima volta in edicola una serie che raccoglie i titoli più belli di un'autrice simbolo della letteratura italiana, racchiusi in nuove copertine illustrate. Scopri le pagine più emozionanti di una delle scrittrici italiane più amate nel mondo.

**1A**  
EDICOLA.IT

Prenota la tua copia su [PrimaEdicola.it/corriereedellaseradonna](http://PrimaEdicola.it/corriereedellaseradonna) e ritiralala in edicola!

ACQUISTA ONLINE LA COLLANA **CORRIERE STORE**



BUR  
Rizzoli



© Fabio Lovino

**È IN EDICOLA IL TERZO VOLUME IL TRENO DELL'ULTIMA NOTTE.**

**CORRIERE DELLA SERA**

**io**  
DONNA