

vecchie cucine: il ritorno del trito

Rieccole. Nei pranzi di stato, nelle feste glamour, nelle migliori trattorie.

Ma non sono così semplici e hanno un sacco di segreti. Ecco come usare gli avanzi, i tagli popolari e i sughi.

E dove trovare macellai e osterie da ricordare

Farne polpette





Polpette di manzo al sugo di pomodoro: un classico da Roma in giù. Per **Pellegrino Artusi** l'impasto perfetto ha dimensioni e forma di un uovo.

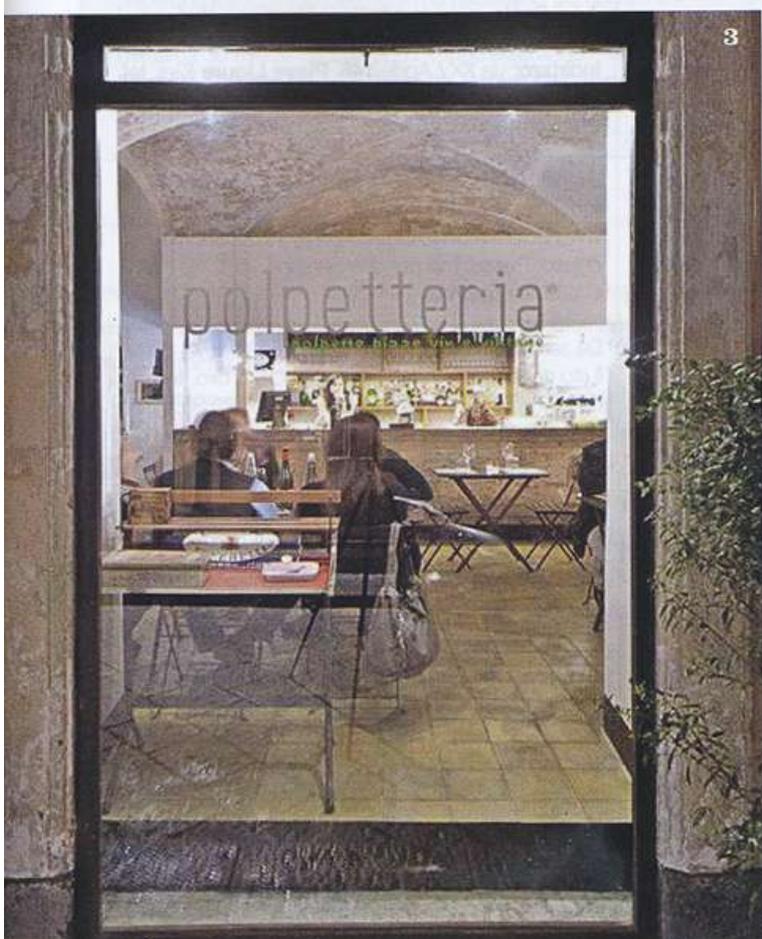


G. Malinca / DOVE

È low cost, versatile, territoriale, ha il calore della tradizione. Eppure, è un cibo del futuro. La polpetta nasce (nel Medioevo? Nel Seicento?) per riutilizzare gli scarti di carne, tritati, insaporiti con spezie, salumi, formaggi, in forma di "palline", perfette per il finger food e il takeaway. Una vocazione attualissima. Basti pensare agli "stem-to-root chef", cuochi trendy americani che, in guerra contro lo spreco di cibo (fino al 25 per cento degli alimenti comprati), insegnano a usare gli avanzi. E va detto che, pure in tempi di crisi, c'è voglia di uscire a mangiare bene, anche a budget tagliato e con meno tempo a disposizione. Lei, la polpetta, è pronta, nelle vecchie trattorie o nelle neopolpetterie specializzate, in veste d'antan o mondana (di recente sono state protagoniste di un pranzo di senatori Usa con il vicepresidente Biden), ernica e vegana. Tutta da (ri)scoprire.

Milano è patria dei mondegghili. Origine spagnola, ingredienti locali, sono persino nei *Promessi sposi* (mangiando polpette all'osteria del paese, Renzo pianifica nel VII capitolo la "notte degli imbrogli"). Attenzione però, se i mondegghili sono ovunque le polpette lumbard (con tanto di riconoscimento di Denominazione Comunale con ricetta allegata), a Milano, e solo a Milano, il termine indica anche un involtino di verza con carne (nel dubbio, c'è il più "trasparente" sinonimo Polpette de verz

o Verzotto). Manzo bollito, aglio, mortadella, uova, parmigiano: arrivano in insalata per un robusto antipasto quelli di **Galeria**, trattoria milanese tradizionale (ma sfiziosa nel design, pensato da uno dei partner, architetto), nel quartiere Ortica, periferia vecchia Milano, che si sta riempiendo di loft chic. Medievali quelli della celeberrima **Antica Trattoria Monluè**, sulla misticanza con una salsina di pomodoro in agrodolce. Unica deroga alla tradizione, niente aglio: non tutti gradiscono. Da **Angolomilano**, nel quartiere Isola, le ricette sono ultramilanesi (cassoeula, cotoletta, i mondegghili, appunto...), ma lo spirito è easy: nel locale si pratica il bookcrossing, si può partecipare a un quizzone sulla storia locale (mentre i piatti hanno nomi di vie del quartiere), si possono usare, se si è con bambini, i giochi in legno della bottega Tempochefù. E il menu con il piatto del giorno costa 10 euro. Se poi si scopre che il nuovo **Bistrot Milano Centrale**, negli spazi di vetro e granito della stazione, propone, oltre a pasta fresca, pizza bio e dolci e salumi di piccoli produttori, i mondegghili al cartoccio, è proprio polpetta trend. Il Bistrot si trova al piano binari, ed è sempre aperto, dalla 6 alle 21.30 (tel. 02.67.48.19.95, cartoccio mondegghili 4 €). Fast anche l'idea promossa da Coop Lombardia per dare un'occasione di lavoro a categorie disagiate, come disabili e immigrati: **Ciccilla** (dal nome della zia di un dirigente, Dea delle Polpette). Polpette stagionali e creative, con contorni di stagione cotti o crudi, da mangiare sul posto, da portare a casa, da ricevere a domicilio. Ci sono la Kiev, minicotoletta al pollo con erba cipollina e



1. **Giuseppe Giussini**, chef del nuovo locale **Diquà**, nel centro di **Roma**; in menu le polpette in bianco di vitella e ciauscolo con pinoli e uvetta.
2. La frittura delle polpette di carne "nude" (senza impanatura) de **La Bettola**, a **Specchia** (Lc).
3. La **Polpetteria** di **Catania**; la star è la polpetta creativa di pesce.
4. **Jez Felwick** ha conquistato **Londra** con le polpette (meatball) fusion-gourmand da asporto. E con il suo pulmino coperto d'erba sintetica.

I campioni del mondo

Di carne, di pesce, di verdure, tradizionali e remixate: le migliori polpette d'Italia (cioè le migliori del pianeta). Città per città

	LA POLPETTA	IL LOCALE
	MILANO: I MONDEGHILI Nome arabo-spagnolo, nati da scarti bolliti (più salsiccia o mortadella di fegato, pane ammolato nel latte, grana, odori), a Milano godono di Denominazione Comunale . Vanno fritti (in origine, nel burro), in insalata, nel sugo.	All' Antica Trattoria Galeria , in un'ex segheria, menu milanesi doc e low cost. Indirizzo: via Corelli 27, tel. 02.37.07.41.42, www.galeriaanticatrattoria.it . Orari: 12-14.30, 19.30-23, chiuso dom. Prezzi: mondeghili e insalata 9 €, cassoeula 16 €. C/credito: Mc, Visa.
	MILANO: LE CREATIVE Firmate da chef e giovani cuochi, in locali tra il fast food e il bistrot metropolitano, le nuove polpette sono più leggere, spesso vegetariane ed eco. E giocano con la tradizione. Un esempio: il merluzzo con cuore d'acciuga di Ciccilla.	Ciccilla , consegne anche a domicilio. Tante combinazioni che cambiano ogni giorno. Indirizzo: via A. Volta 7, Milano, tel. 02.65.97.816, www.ciccilla.it . Orari: 11-22, chiuso dom. Prezzi: 1 polpetta 1 €, carni pregiate 1,50 €, speciali 2 €. C/credito: Mc, Visa.
	TORINO: LE GRIVE (O FRISSE) Fratraglie (fegato, polmone, lingua...) e polpa di suino con uova, parmigiano e salsiccia. Avvolte nell' omento (reticella) del maiale, con pepe, alloro, bacche di ginepro, uvetta, friggono nel burro infarinato e sfumate al Marsala .	Da Parlapà , enoteca con cucina con prodotti freschi. Indirizzo: c.so Principe Eugenio 17, tel. 011.43.65.899, www.parlapa.com . Orari: 12.30-14, 19.45-21.30, chiuso dom. Prezzi: menu 40 € vini esclusi. C/credito: Mc, Visa.
	FIRENZE: DI CARNE CHIANTINA La polpetta è nuda (non impanata) e cruda , cioè di scarti delle bistecche Chianine o vitello magro macinato non bolliti ma uniti subito a uovo, grana, pane, latte, pepe, aglio. Va nel sugo di pomodoro nel cocchio , o grigliata .	All' Antica Trattoria da Tito , 100 anni quest'anno. Indirizzo: via San Gallo 112r, tel. 055.47.24.75, www.trattoriadatito.it . Orari: 12.30-15, 19-23, chiuso dom. Prezzi: porzione 6 polpette in umido nel cocchio 12 €. C/credito: tutte.
	NAPOLI: LA POLPETTA AL SUGO Carni di manzo e maiale nude con uova, parmigiano, aglio tritato, pinoli, uva passa, pane raffermo nel latte, prezzemolo. Fritte, vanno a sobbollire ancora nella salsa di pomodoro con gli odori, trionfano come sugo sugli ziti .	Un classico da Cibi Cotti , icona di Mergellina. Indirizzo: via Ferdinando Gallani 30, all'interno del Mercatino Fionale della Torretta, tel. 081.68.28.44. Orari: 12-15, chiuso dom. Prezzi: menu pranzo da 12 €. C/credito: no.
	LIGURIA: CON LE SARDE A Genova (ma anche a Palermo) il pesce azzurro trito va con pangrattato, caciocavallo , menta, uova, sale e pepe. Un poco schiacciate, friggono in olio d'oliva. Si saltano poi in padella con salsa di pomodoro , cipolla e piselli .	A Lo Scalo , pizzeria e trattoria ligure con chef siciliano. Ottimi anche i primi di pesce e le ricette liguri. Indirizzo: via XXV Aprile 146, Pieve Ligure (Ge) , tel. 010.34.60.342. Orari: 12.30-14, 20-24, chiuso mer. Prezzo menu pesce: 35 €. C/credito: tutte.
	BOLOGNA: IL CARTOCCIO Il futuro è la polpetta da passeggio, nel cartoccio, o nel lunch box, con il menu social su Facebook che rispetta il gusto etnico, vegano e la tradizione. L'esempio? Bolpetta, a Bologna , che si propone come format da esportare.	Bolpetta esporta in chiave fast i sapori bolognesi. Indirizzo: via Santo Stefano 6, tel. 051.23.66.20, www.bolpetta.com . Orari: 12-14, 19-22.30, mai chiuso. Prezzi: mix per due persone 16 €. C/credito: Mc, Visa.
	VENEZIA: LA POLPETTA DEL BACARO La ricetta base la vuole di macinato di manzo, patate bollite e passate , mortadella e aggiunta di aglio, grana, uova, pangrattato e odori. Piccole , friggono impanate e si spiluzzano con un'"ombra" di bianco.	Da sempre all' Osteria Ca' d'Oro (La Vedova) per il rito del cicheto. Indirizzo: Ramo Ca' d'Oro, tel. 041.52.85.324. Orari: 12.30-14.30, 19-22.30; gio. e dom. 19-22.30, mai chiuso. Prezzi: polpetta 1,50 €, pranzo da 30 €. C/credito: no.
	BELLUNESE: IL PASTIN Nato alle feste del maiale d'inverno, è un impasto fresco suino-bovino con lardo, sale, pepe, spezie che cambiano di valle in valle, vino. Va crudo , in padella, alla griglia, con la polenta o oggi sui campi da sci, nel panino.	Da L'Insonnia , locale di pietra nel bosco. Indirizzo: via Canale 7, Forno di Zoldo (Bl) , tel. 0437.78.72.43. Orari: 12.30-15, 19-23, mai chiuso. Prezzi: il pastin va con polenta, formaggio fritto, fagioli, spezzatino, cotechino e cavolo a 17 €. C/credito: no.
	TRIESTE: I CEVAPCICI Cilindretti di maiale con cipolla e spezie d'origine orientale grigliati. A Trieste si aggiunge cipolla, aglio, paprica, sale, pepe, cumino, maggiorana e vino bianco, e si servono con cipolla cruda e salsa ajvar (peperoni e melanzane).	Nel verde, al confine con la Slovenia all' Osteria da Toni . Indirizzo: loc. Belpoggio 5, Plavje, Muggia (Ts) , tel. 040.23.10.61. Orari: 12.30-15, 19-23, chiuso lun. e mar. Prezzi: porzione cevapcici, 8 €. C/credito: tutte.

Caserecce contro stellate: le ricette

Pallotte cacio e ova

Polpette:

- 4 uova
- 400 g di formaggi misti (250 g grana, 150 pecorino/rigatino)
- 2 spicchi d'aglio
- 2 cucchiari di pan grattato

- prezzemolo fresco
- olio d'oliva, sale e pepe

Salsa:

- olio di semi, aglio, prezzemolo
- 1 peperone rosso
- 500 g di passata di pomodoro



Questo piatto si faceva nelle case dei pastori abruzzesi e molisani con gli avanzi di caciotta. Perfetto il rigatino, formaggio di latte di vacca molto diffuso, ma è ottimo anche il pecorino. Si prepara la sera prima un composto di pane raffermo ammollato nel latte, formaggi misti (caciotta, pecorino stagionato, grana), uova sbattute, aglio tritato, prezzemolo, pepe. Le palline, di media grandezza, friggono brevemente in olio d'oliva. A parte, soffriggere nell'olio l'aglio e il peperone rosso a tocchetti. Unire la passata di pomodoro e il basilico. Salare e, dopo 5 minuti, mettere le pallotte, che ricuocendosi per circa 30 minuti, assorbono il sugo e saranno morbide e gonfie.

Michele Corsillo della **Trattoria da Nonno Cecchino** di **Campobasso** le prepara sia al sugo sia in bianco, in minestra con il brodo o anche come contorno del baccalà (via Larino 32, tel. 087.43.11.778, www.nonnocicchino.it; orari 12-15, 19-23, chiuso dom. Porzione di polpette: **4,5 €**; C/credito: tutte).

Meatball di gamberi

Ingredienti:

- 250 g di gamberi
- 100 g di spalla di maiale
- 1 uovo di galline ruspanti
- 2 cucchiari di maizena
- 50 g di panko (pangrattato)

- 2 cipollotti, 2 spicchi d'aglio
- olio di sesamo e di semi di girasole, aceto di riso
- salsa di pesce
- 3 cm di zenzero fresco
- sale, pepe macinato fresco



Asciugare bene i gamberi, sciacquati e privati del filetto nero, con carta assorbente da cucina, frullarli pochi secondi. Aggiungere il macinato di maiale, l'uovo, la maizena e il panko (pangrattato giapponese). Frullare ancora brevemente. In una terrina, unire gli altri ingredienti e mescolare con le mani. Far riposare in frigo 30 minuti. Se il composto è ancora umido, aggiungere panko. Con le mani inumidite, formare polpette di 4 cm di diametro. Tuffarle in 3 cm d'olio di semi ben caldo in una larga padella su fuoco medio-alto. Cuociono in 6 minuti, girandole dopo 2-3 minuti. Scolare su carta assorbente. Per un piatto completo, far rosolare aglio e peperoncino nell'olio, aggiungere funghi shiitake, salsa di soia, vino di riso e cavolo cinese, unire le polpette di gamberi, scaldare il tutto e servire con riso al vapore. La porzione nella confezione d'asporto, **12 €**.

Ricetta tratta da *W le Polpette!*, di **Jeze Felwick**, re delle polpette chic e ambulante di Londra (edizioni Gribaudo, 2013).

limone, le polpette alla valtelinese, con grano saraceno, patata, verza e formaggio, e persino quelle con alga spirulina essiccata, ricca di Omega-3 (un esperimento per trendsetter).

A **Torino** si può dare la caccia alle grive, o frisse: un trionfo del quinto quarto. A base di fegato di maiale con alloro e ginepro, questa polpetta da grandi freddi è la specialità di Elio Rizzo. Il suo **Parlapà** è nato come enoteca, ma tra un vitigno autoctono e l'altro si è ritrovato ristorante. Bandito il freezer: tutto è fresco di stagione. Ecco anche i capunet, avanzi dell'arrosto di vitello, tritati con aglio, cipolla, alloro, rosmarino, grana e uova, avvolti in foglie di cavolo, e gratinati in forno.

In Liguria la polpetta è al sapore di mare. Come quelle della **Trattoria Patan** di **Nervi**, di gamberi biondi locali, fritte e servite con due salse alla giapponese: maionese all'arancia e pomodoro fresco al basilico piccante. Lo chef, Massimiliano Forno, le chiama crocchette. Andrea Farsaci, della **Pizzeria Lo Scalo** di **Pieve Ligure**, le impasta con acciughe, pinoli, patate lesse (poche), uvetta e caciocavallo ragusano a le-

gare tutto. Impanate e fritte, finiscono su un intingolo agrodolce alla siciliana, sua terra d'origine. Si mangiano in un attimo, "ma ci vogliono ore", spiega lui, "per averle croccanti fuori e morbide dentro".

Oltre il Golfo di La Spezia, in Toscana, le polpette sono di carne, di solito "nude", non impanate. Baluardo della tradizione, a **Firenze**, è la **Trattoria da Tito**, che quest'anno fa un secolo e usa solo macinato ricavato dalla sfilettatura delle "fiorentine", pan bagnato, uovo e prezzemolo. Si frigge, si salta in umido, si serve nel cocchio: sei polpette e si riparte beati. Poco lontano, la raffinata **Gastronomia Galanti** sforna da cinquant'anni polpette d'ogni tipo. Da consumare sul posto o da asporto. La classica di carne si fa con parmigiano, uovo, un accenno di pane nel latte. La carne si salta appena, prima dell'impasto, in una base di cipolla o scalogno poco rosolati. Si aggiungono erbe aromatiche come il timo, e si impana. In inverno compare anche la polpetta di lesso rifatto, che unisce al ricco bollito locale le patate, ad ammorbidire i sapori (piazza della Libertà 31r, tel. 055.49.03.59, [DOVE OTTOBRE 13](http://www.gastronomiagi-</p></div><div data-bbox=)

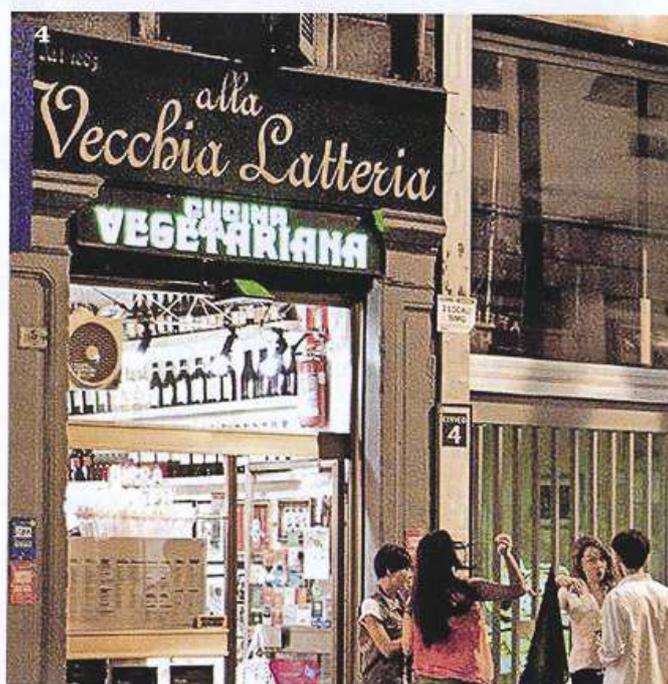
Tendenza vegana

La classica è di manzo ma la polpetta vegetariana o **vegana** (senza uovo né latte) prende piede, in nome dell'ecologia e delle nuove tendenze. Da provare quelle della **Vecchia Latteria**, ristorante vegano di Milano, al limone o alle melanzane (via dell'Unione 6, tel. 02.87.44.01). Da **Ciccilla** si trovano ai ceci, con pane e spezie (al forno), alle melanzane, ai piselli (con o senza pancetta, al sugo), al cavolo nero e ricotta (d'inverno); interessante quella di riso e verdura, che può riutilizzare contorni in padella avanzati. All'**Osteria Sottoriva, Verona**, si fanno con spinaci e ricotta. Da **Bolpetta**, a **Bologna**, trionfa la polpetta spinaci e patate pralinata al pistacchio su crema di gorgonzola. Nei "fast food" arabi, le varianti del **falafel**, legumi speziati impanati nel sesamo e fritti, sono infinite.



3

POLPETTE DEL GIORNO				
ANIME	DI FEGE	VEGETARIANE	SPECIALI	DOLCI
polpetta di polpetta	polpetta di polpetta	riso e mozzarella	arancia	Palline al cardamomo pralinate al cocco (Bea)
polpetta con piselli	polpetta di polpetta	melanzane e menta	gorda	Ricotta e Nutella
polpetta di polpetta	polpetta di polpetta	di ricotta ed erbe aromatiche (1')	polpettine di salumi e formaggi	Rose del deserto
polpetta di polpetta	polpetta di polpetta	polpetta di patate e spinaci a pisocchi	polpetta di polenta	
polpetta di polpetta	polpetta di polpetta	polpetta di polpetta		



1-2. Le polpette di patate, spinaci e panatura al pistacchio e quelle alle verdure di stagione di **Bolpetta**, a **Bologna**. 3. Il menu high-tech del locale felsineo. 4. **La Vecchia Latteria**, a **Milano**: preparazioni vegane.

lanti.com; 8,30-20, mer. 8,30-22, dom. chiuso; polpette 15,90 €/kg).

Piovono polpette anche a **Roma**. Per tutti i gusti. Le classiche di bollito impanato sono l'arte di Leonardo Vignoli, titolare e chef della neotrattoria **Da Cesare**, presa in gestione qualche anno fa mantenendo il vecchio nome e il pergolato per mangiare a ottobre sotto l'uva matura. Tre polpette al pesto senza aglio aprono il pasto su un piattino rettangolare. Il bollito, preparato tutti i giorni con gli odori, si unisce sfacciato al parmigiano, l'uovo, il pane nel latte e un po' di brodo "per dare morbidezza", spiega il cuoco. Qui, tra il Gianicolo e Monteverde, tra gente del quartiere e qualche vip, in autunno arrivano anche le polpette di vitella e di manzo al pomodoro, antica tradizione romana, mentre per i vegetariani ci sono gustose meatball di melanzane con menta e pecorino, in una panatura grossolana di pane, fritte e servite con una salsa all'arrabbiata di pomodoro, peperoncino e aglio. In due

nuovi indirizzi, **Dillà e Diquà**, si scopre che tutto può essere ridotto in polpette. I proprietari sono gli stessi della Buvette, storico bar romano vicino a piazza di Spagna. I tavoli vintage e le sedie scompaginate di Dillà spuntano tra le boutique griffate di via Mario de' Fiori; qui si gustano polpette ricche in cui, tra la vitella, il pane nel latte, uova, parmigiano, pecorino, sale e pepe, si avvertono anche mortadella, carote e sedano tritati, nonché pistacchio macinato. Alle palline cotte in padella, sfumate con vino bianco, si aggiunge a fuoco spento pistacchio tritato grossolanamente. Una delizia, tanto che "non è raro vedere signori in giacca e cravatta intenti a raccogliere il sugo con il pane", dicono i camerieri. Due strade più avanti, Diquà ha tavoli recuperati nei mercatini della Provenza, lavagne con il menu del giorno e un bel dehors. Si mangia non stop dalle 11 a mezzanotte, tra una folla di romani e turisti; le polpette sono in bianco con pinoli e uvetta "e nell'im-



1. Spiedini di polpette alla Bottega ai Promessi Sposi, bacaro veneziano.

2. Pasta e polpette. A Milano, nella versione tagliolini casalinghi, con mondeghili, accanto a mondeghili e polenta, da La Cadrega (via Viviani 2, tel. 02.67.38.293, www.hosterialacadrega.it. Orari: 12-24, mai chiuso. Prezzi: pranzo da 20 €, cena da 40 €).

3. Spaghetti e polpette nel classico Disney Lilli e il Vagabondo (1955).



pasto, con la vitella, c'è un po' di ciauscolo – il salame spalmabile marchigiano – che rende l'impasto più soffice”, sottolineano Mattia Chendi, Giuseppe Giusini e Patrizio Pagnotta, i tre giovani chef che si alternano nei due locali. Sembra una vecchia macelleria, invece **Angelina** è un locale cult del Testaccio. Aperto tutto il giorno, con sale che si rincorrono su più livelli e terrazze, sorge di fronte al mercato rionale. La pallottola di manzo trito va col romanissimo sugo rosso delle nonne, a base di pomodoro, sedano, carote, cipolla e basilico. In una grande tazza in ceramica bianca con sottopiatto in legno dal sapore etnico, tra vecchie insegne, fiaschi, ganci da macellaio, ceste e arredi shabby-chic. “Non dimentichiamo i vegetariani”, afferma la proprietaria, Anna Lo Presti. “Per loro ci sono le polpette di melanzane fritte, amate anche dai bambini”.

La polpetta al sugo è un punto fermo anche a **Napoli**. Non c'è

trattoria che si rispetti che non l'abbia in menu. Di manzo o di manzo e maiale, con pane cafone ammollato nel latte, aglio tritato fine, prezzemolo, uva passa e pinoli, la sua fine è nel tradizionale ragù napoletano. È la ricetta di quelle della latteria con cucina di Antonio Tubelli, l'ormai conosciutissimo **Timpani e Tempura**, su vico della Quercia, a Spaccanapoli. Lui, docente all'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, la propone anche in versione magnum (una polpetta da 300 g) o nel tipicissimo sartù. Altre polpette veraci si incontrano in quelle poche vecchie trattorie che sopravvivono in centro tra i locali alla moda. In via Diocleziano, a Fuorigrotta, dal 1965, la piccola **Cucina Tipica** di Vittorio Correale propone una polpetta che, recita un cartello in sala, “crea dipendenza”. Al ragù, si abbina ai tipici friarielli saltati in padella e si gusta ai pochi tavoli, tra sedie di legno, in un'atmosfera alla buona. Stesse scene per la piccola osteria **Cibi Cotti**, alla fine del

mercato coperto della Torretta a Mergellina. Posto defilato, ben noto ai cultori della vecchia cucina locale. L'ambiente – piastrelle bianche e marmo, tavoli vicini vicini – potrebbe ospitare una piece di Eduardo. Ai fornelli, l'ultraottuagenaria, conosciutissima "Nonna" Anna Pappalardo, in sala i nipoti. Le polpette sono fritte o al ragù, come tradizione comanda. E il conto non supera i 15 euro a testa, con vino della casa.

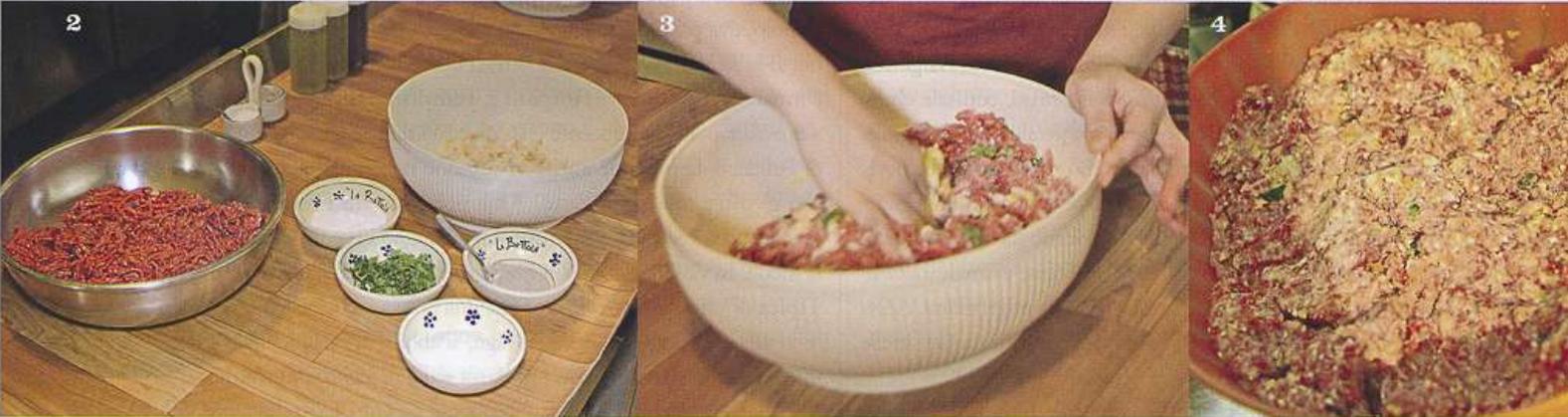
Il "Ciccilla del Sud" si trova a **Catania**, dove la **Polpetteria** gioca sul modo di dire locale, citato anche da Pellegrino Artusi: "far polpette" vuol dire essere spaccone. Infinite le varianti, tutte di ingredienti freschi (come le patatine, sottolineano qui). Vale il viaggio il piatto "scorpacciata": 15 polpette in 5 gusti a scelta. Tutti sfiziosi: parmigiana di melanzane, cavallo ed emmental, manzo con sugo di maiale nero dei Nebrodi (Presidio Slow Food), di gamberetti, zucchine e asparagi su letto di mandorle Pizzate d'Avola. E, ancora, di pesce spada cotte in foglia di

limone. Tutti i sapori e i profumi di Sicilia in una piccola sfera.

Un tempo le polpette erano il piatto delle feste in Puglia, quando la carne era per pochi: maiale macinato, pane duro di qualche giorno bagnato in acqua, pecorino, uova, prezzemolo, un pizzico di aglio e di sale. Fritte e ripassate nel sugo. Esattamente la Polpetta cegliese proposta oggi a **Ceglie Messapica** all'**Osteria da Giuseppe**, frita o al sugo. Unica trasgressione: la carne è anche di vitello, il pane sono rosette dure. Ci sono anche le polpette di pane, sempre al sugo, e quelle di melanzane e verdure (carote, zucchine, patate), fritte e servite come antipasto. Si cena sotto le volte a stella di una costruzione ottocentesca nel centro del paese, o ai tavolini all'esterno. In sala Giuseppe Ciraci e in cucina la moglie Caterina. La **Bettola di Pericle**, a **Specchia**, vale un salto per le polpette al sugo (qui il pane va nel latte, e invece dell'aglio c'è il pepe) e per l'ambiente indimenticabile. Ci si trova in uno dei Bor-



Fotografie di Roberto Rocca / DOVE



Come mamma (Scorsese) le ha fatte

Polpette:

- 170 g di macinato di maiale
- 170 g di vitello, 170 g di manzo
- 1 uovo grande
- 125 cl di latte

Madre del celebre regista, **Catherine Scorsese** preparò 60 leggendarie polpette per il set di *Quei bravi ragazzi* (1990), dove compare in un cameo (nella foto).

Unire tutto in una ciotola fino a formare delle palline dal diametro di 2 cm. Riporre in frigo. Cuocere in pentola a coperchio per 30 m con le verdure. Catherine le usa in una zuppa di pollo e scarola con polpettine, o nel sugo, con tanto pomodoro "perché devono rimanere morbide. Non come quelle polpette che ti capita di mangiare quando ti invitano a cena. Se le tiri contro un muro si crepa." E aggiunge: "più a lungo lavorerete la carne, più le polpette risulteranno sferiche".



Per gentile concessione della Cantierca di Bologna

Dal macellaio

Pregiate Carni Piemontesi

Scottona, bue grasso, sanato di piccoli allevatori piemontesi.

Polpette: mondegghili di lessò, mortadella cotta, salsiccia, grana, prezzemolo e niente aglio. **Info:** via Montepulciano 8, **Milano**, tel. 02.66.93.118, www.pregiatecarnipiemontesi.it; mar.-sab. 8.30-13, 15-19; lun. 8.30-13; chiuso dom.

Pellegrini

Milena Pellegrini le propone di manzo, vitello, maiale, frollati da 20 a 60 gg. E, specialità della casa, di cavallo. **Polpette:** "Baci di dama", prosciutto di puledro e parmigiano; polpettine sugo; "Tulipani", di puledro, prosciutto e parmigiano in carpaccio e lardo di Colonnata (al forno o in padella). **Info:** via Spallanzani 6, **Milano**, tel. 02.29.40.02.51, www.macelleriapellegrini.it; mar.-sab. 7.30-13, 15-19.30; lun. 7.30-13, mar. e gio. pranzo in macelleria; chiuso dom.

Masseroni

Vacca piemontese scelta da viva di persona, valdostana pezzata rossa, galziana dei Paesi Baschi di 13 anni. **Polpette:** mondegghili; polpettine di manzo col cuore di cheddar nel bacon; cotto, parmigiano ed erba cipollina; agnello, senape, rafano e mentuccia. **Info:** via Corsico 2, **Milano**, tel. 02.89.40.37.74, www.macelleriamasseroni.it; 8-13, 15.30-20; chiuso dom.

Dal Mas

Con le ricette di famiglia per salsicce e salumi zoldani. **Polpette:** "pastin" di manzo e maiale magro prima qualità con pancetta, vino bianco, aglio, sale e pepe, da usare crudi o alla griglia con polenta. **Info:** via Pecol 22, **Pecol di Zoldo (BI)**, tel. 0437.78.87.95; 8.30-12.30, 15.30-19.30; chiuso lun.

Sergio Falaschi

Norcino doc, fa anche sughi e salumi. **Polpette:** vitello di Chianina Igp chilometro zero, gli odori del suo orto, pangrattato e niente più. **Info:** via Conti 18-20, **San Miniato (Pi)**, tel. 0571.43.190, www.sergiofalaschi.com; 7.30-13, 16-20; dom. e mer. 8.30-14, mai chiuso. Anche on line (polpette cotte 22,80 €/kg, crude 15,49 €).

Damini

Ricette di famiglia con la carne scelta personalmente da Gian Pietro Damini. **Polpette:** macinato prima scelta di vitello, manzo e maiale, pane, latte, sale; in padella, al forno o al pomodoro. **Info:** via Cadorna 31, **Arzignano (Vi)**, tel. 0444.45.29.14, www.damini-affini.com; 8.30-23, dom. 8.30-15, chiuso lun.



6 Nascita di una polpetta

1. Le polpette pronte de **La Bettola di Specchia** (Le). Ecco come si ottengono. 2. Unire al macinato (1 kg, vitello e maiale) pepe, sale, prezzemolo, 100 g di misto grana e pecorino sardo, due uova, un panino e mezzo inumidito nel latte. 3. L'impasto è a mano.
4. Le polpette hanno la dimensione di un uovo, ma più sferiche, più piccole se vanno nel sugo. Se l'impasto è liquido c'è chi aggiunge **pangrattato**, se asciutto, **acqua gassata o brodo**.
5. Risulta pesante, oggi, la cottura tipica **in olio d'oliva**: meglio il semi di girasole, caldissimo, per 2-3 minuti.



Fabio Paganini



Fabio Paganini



Roberto Rocca / DOVE



Roberto Rocca / DOVE

1. Le polpette in menu a settembre da **Ciccilla**, di **Milano**, dove la "tavolozza" di ricette cambia giornalmente secondo la stagione e il mercato.
 2. Il **Bistrot Milano Centrale**, all'interno della stazione ferroviaria, punta anche sui **mondeghili**, nel cartoccio da asporto.
 3-4. **Giuseppe Ciraci**, dell'**Osteria da Giuseppe**, di **Ceglie Messapica (Br)**, con le polpette di carne, verdure e melanzane; le **orecchiette** e **maccheroncini** al sugo di polpette della casa.

Manzo al pomodoro

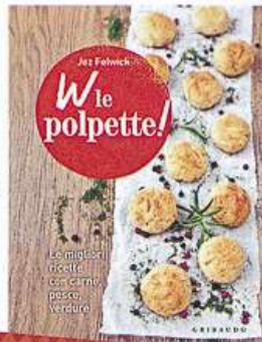
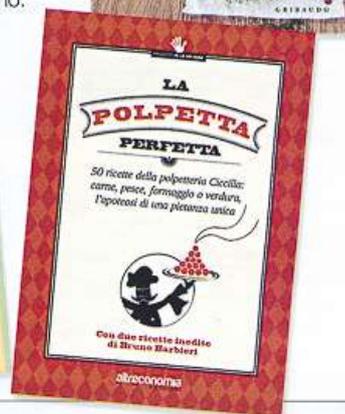
Pollo al curry

Patate e cipolla

Mortadella Bologna

Letti e mangiati

Un cult *Italianamerican*, delle Edizioni Cineteca di Bologna: le ricette di **casa Scorsese**, a partire dal sugo di polpette di mamma Catherine. In *Fulmini e polpette* (si scarica sul sito www.slowfood.it) si parte dalla polpetta – icona low cost – e si arriva all'ecologia. In uscita per Gribaudo, *W le polpette!* è il manifesto di **Jez Felwick** che, girando Londra su un van coperto d'erba, con le polpette gourmand, è ormai un caso (info: www.thebowleruk.tumblr.com). **Bruno Barbieri**, stellatissimo chef nostrano e giudice di *MasterChef*, dedica al piatto il ricettario illustrato *Polpetta che passione* (Bibliotheca Culinaria, 2013) e firma due ricette anche ne *La polpetta perfetta* (Altreconomia, 2013) il manuale di **Ciccilla**, la polpetteria di Milano.



ghi Più Belli d'Italia. A pochi passi dalla Chiesa Madre, il locale è un "fornello" annesso alla macelleria, da generazioni di proprietà della famiglia Schirinzi. Il giovane Pericle accoglie tutti come vecchi amici negli spazi all'interno, di cui uno in un'ex cisterna, in cucina mamma Antonietta e le sorelle Penelope e Pamela preparano polpette, antipasti tipici, grigliate. Papà Pippi è al banco della macelleria, in un'ex cappella.

Due interessanti variazioni sul tema a **Bologna**. **Bolpetta** è il format ideato da tre imprenditori locali per esportare la cucina cittadina. Il nome unisce bollicine, Bologna e polpetta, e lancia una minicatena (oltre al locale in centro città stanno aprendo a Toronto e, a breve, vorrebbero farlo a Roma e Milano) che coniuga ricette di famiglia, prodotti di qualità del territorio e idee sfiziose. Data la vastità del menu, si consiglia il mix di 15 polpette diverse. Ci sono la Principessa sul pisello, col sugo di pomodoro e piselli, la Croccante, impanata nelle patatine, il Mini-hamburger, di vacca romagnola, la Vegetariana, spinaci e patate pralinata al pistacchio su crema di gorgonzola. E poi un ambiente colorato, un involucro agile per l'asporto e tanti vini padani, specie vivaci. Anche **Polpette e Crescentine** svecchia ricette classiche (la pasta tirata dalle "sfogline", i salumi, le crescentine) con uno stile giovane e dinamico. La guida Alessandra Spisni, star emiliana de *La prova del cuoco*. Le polpette in menu sono veramente tante: vegetariane di melanzane, in umido con piselli, di mora romagnola piccanti, saltate al vino bianco con patate. E poi tortelli-

ni, tagliatelle... fino a tarda notte e con un'ottima carta dei vini.

"Polpete a la poareta", le chiamano in Veneto, senza far mistero delle umili origini: avanzi di bollito, pezzi di salumi, croste di formaggio e fantasia. Oggi le polpette veneziane restano il vanto dei bacari di **Venezia**. Gli ingredienti sono ora di qualità, il lessato e l'arrosto di giornata, ma la ricetta è immutata, così come il giro di "ombre" annesso. Le polpette più famose della Laguna si trovano alla Vedova, soprannome dell'osteria **Ca' d'Oro**. La leggenda vuole che dopo le partite di basket della Reyer, squadrone locale che allora giocava lì vicino, i tifosi ammassati nella calle ne facessero fuori 600 a sera. Oggi Renzo Doni fa le medesime polpette della madre, tra mobili antichi e pentole di rame. Il manzo è legato con le patate, insaporito con parmigiano e aglio, dorato e croccante fuori, morbido dentro. Siccome il giro dei bacari presuppone almeno una seconda tappa, poco distante, in una calle un po' nascosta, **La Bottega ai Promessi Sposi** promette pochi fronzoli e molta sostanza. Nicola Bedin propone due varianti: lo spiedino di tre polpettine classiche o un piatto di polpette non impanate, cotte in umido nella salsa di pomodoro, perfette con i rossi della casa. Per una bella reinterpretazione occorre spostarsi nella cosiddetta terraferma veneziana, a **Favaro**, paese di campagna dove tutto è tradizione tranne il **Cafè Concerto**, l'accogliente bistrot di Gigi Penello. Gigi lavora prodotti di grande qualità con tecniche innovative (bassa temperatura, sottovuoto, azoto...) e sperimenta: il manzo o il tonno trattati col pacojet

**La casa dei tuoi sogni ti aspetta.
Su DoveTV.**

▶ OGNI MERCOLEDÌ ALLE 22.

**La seconda casa non si scorda mai.
Ogni mercoledì alle 22,00 su DoveTV.**

Torna su DoveTV la sfida tra l'agente immobiliare Giulia Garbi e l'architetto Nicola Saraceno, con la nuova stagione de *La seconda casa non si scorda mai*. Ogni puntata una missione: trovare la seconda casa ideale per esigenze e budget di una famiglia. Ognuno ne propone due, le descrive e ci racconta, a modo suo, il fascino e le particolarità della zona prescelta. Prepariamoci ad uno scontro senza esclusioni di colpi, tra splendide dimore e panorami mozzafiato. Che vinca il migliore!

www.dovetv.it

DOVE
Travel & Trends TV

Solo su
sky | Canale
412

**LA SECONDA
CASA
NON SI SCORDA
MAI**

Trattorie e bettole

Antica Trattoria Monluè

Tra le più antiche trattorie milanesi, nel borgo di periferia, fra tradizione e innovazione.

Indirizzo: via Monluè 75, **Milano**, tel.

02.76.10.246, www.anticatrattoriamonlue.it.

Orari: 12-14.30, 19.30-23 (chiuso dom.).

Prezzi: piatto di mondeghilli 12 €. Pranzo 40 €.

C/credito: tutte.

AngoloMilano

Ambiente informale, in un vecchio quartiere.



Indirizzo: via G.A. Boltraffio 18, **Milano**, tel.

02.68.31.16, www.angolomilano.com. **Orari:**

12-14.30, 19-23, lun. 12-14.30, dom. chiuso.

Prezzi: piatto del giorno 10 €, mondeghilli 9 €.

C/credito: tutte.

Trattoria Patan

Raffinata, con ricette locali anche rare rivisitate.

Per le polpette di pesce in chiave fusion.

Indirizzo: via Oberdan 157r, **Genova Nervi**,

tel. 010.32.38.97. **Orari:** 12.30-14.30, 19-23;

lun. e mar. 19-23 (per il salone nautico mai

chiuso). **Prezzi:** 35 €. **C/credito:** tutte.

Da Cesare

Creatività local sotto il pergolato.

Indirizzo: via del Casaletto 45, **Roma**, tel.

06.53.60.15. **Orari:** 12.30-15.30, 19.45-23

(chiuso mer.). **Prezzi:** 35 €. Piatti: polpette di

bollito al pesto 6 €, vegetariane melanzane,

menta e pecorino 6 €, di carne al sugo 11 €.

C/credito: Mc, Visa.

Angelina

I veri sapori romaneschi del Testaccio.

Indirizzo: via Galvani 24a, **Roma**, tel.

06.57.28.38.40, www.ristoranteangelina.com.

Orari: 9-24 (mai chiuso). **Prezzi:** menu 32 €,

polpette di carne al pomodoro 10 €; vegetariane

di melanzane 8 €. **C/credito:** Mc, Visa.

Dilà

In centro, la pausa pranzo vintage-chic.

Indirizzo: via Mario de' Fiori 41, **Roma**, tel.

06.69.79.77.78. **Orari:** 12-16, 18-24 (mai

chiuso). **Prezzi:** 30 €. Piatti: polpette di carne

con salsa al pistacchio 16 €.

C/credito: Ae, Mc, Visa.

Diquà

Polpette creative dal brunch alla notte.

Indirizzo: via delle Carrozze 85b, **Roma**, tel.

06.69.92.50.01. **Orari:** 12-24 (mai chiuso).

Prezzi: polpette di carne con uvetta e pinoli 15

€. **C/credito:** Ae, Mc, Visa.

Timpani e Tempura

Meraviglie napoletane doc dalla polpetta al

sartù. Lo chef insegna all'Università di Pollenzo.

Indirizzo: vico della Quercia 17, **Napoli**, tel.

081.55.12.280. **Orari:** 10-21 (chiuso dom., di

sera solo su prenotazione). **C/credito:** no.

Cucina Tipica da Vittorio

Vittorio Conreale è il maestro della polpetta

napoletana al ragù.

Indirizzo: via Diocleziano 67, **Napoli**, tel.

081.76.26.129. **Orari:** 12-16, 19-23 (chiuso

dom.). **C/credito:** no.

Polpetteria

Centralissima, per 45 tipi di polpette di qualità.

Carne, pesce, verdure, con ricette siciliane.



Indirizzo: via Santa Filomena 48, **Catania**, tel.

095.71.59.433, www.polpetteria.it. **Orari:** 18.30-

2.30 (mai chiuso). **Prezzi:** piatto scorpacciata

10-12 €. **C/credito:** Mc, Visa.

Osteria da Giuseppe

La polpetta ceglieese, in una location d'epoca.

Indirizzo: via Malta 12, via Dalmazia 7, **Ceglie**

Messapica (Br), tel. 0831.19.87.022, cell.

334.14.62.344, www.osteriadagiuseppe.it.

Orari: 11-15.30, 20-24 (chiuso lun.). **Prezzi:**

da 15 €, polpette al sugo 6 €. **C/credito:** no.

La Bettola di Pericle

Le polpette al sugo della macelleria-grigliaria.

Indirizzo: piazzetta San Giovanni, **Specchia**

(Le), cell. 329.56.68.108. **Orari:** macelleria

7-13, 16.30-21.30; ristorante 12-14,

20-23.30 (chiuso mer.). **Prezzi:** da 18 €,

polpette fritte 3,50 €, al sugo 6,50 €.

C/credito: tutte.

Polpette e Crescentine

Il regno della cucina emiliana e romagnola.

Tra le tante polpette, quelle di Mora

Romagnola.

Indirizzo: via dei Fornaciaci 9/3, **Bologna**,

tel. 051.32.06.05, cell. 339.30.00.066,

www.polpetteecrescentine.com. **Orari:**

12-15, 19.30-22.30 (mai chiuso). **Prezzi:** da

35 €. **C/credito:** Mc, Visa.

La Bottega ai Promessi Sposi

Le classiche polpette veneziane asciutte o

al sugo, e i menu carne e pesce da vero

bacaro.

Indirizzo: Cannaregio 4367, **Venezia**,

tel. 041.24.12.747. **Orari:** 12-14.30, 18.30-

22.30; lun. e mer. 18.30-22.30 (mai chiuso).

Prezzi: spiedino con 3 polpette 1,50 €.

Pranzo da 30 €. **C/credito:** tutte.

Caffè Concerto

La polpetta sullo stecco, di carne o di tonno, i

piccoli "hamburger" di pesce e altre sorprese.

Indirizzo: via Passo San Boldo 21, **Favaro**

Veneto (Ve), tel. 041.63.41.00,

www.caffeconcerto.it. **Orari:** 19.30-1 (chiuso

dom.). **Prezzi:** Magnum piccolo di salmone

13,20 €, di manzo 12,60 €, hamburger di

pesce da 19,80 €. **C/credito:** tutte.

Osteria Sottoriva

Sotto i portici, Champagne polpette di

cavallo, di manzo, con bollito e capperi.

Indirizzo: via Sottoriva 9a, **Verona**,

tel. 045.80.14.323. **Orari:** 1-15, 18.30-22.30

(chiuso mer.). **Prezzi:** polpette a 1 €. Pranzo

da 13 €. **C/credito:** Mc, Visa.

Osteria La Mandorla

Antico, piccolo locale degli anni Trenta.

Vini bio con polpette di manzo, cavallo,

vegetariane.

Indirizzo: via Alberto Mario 23, **Verona**,

tel. 045.59.70.53. **Orari:** 11-14.30, 17-2;

lun. 17-2 (mai chiuso). **Prezzi:** 10 €, vino e

cichéto. **C/credito:** tutte.

(frigo-frullatore professionale) diventano una polpetta fredda morbida e cremosa che, pralinata con mandorle e nocciole, finisce su uno stecco come un gelato da passeggio (lui l'ha chiamata Magnum).

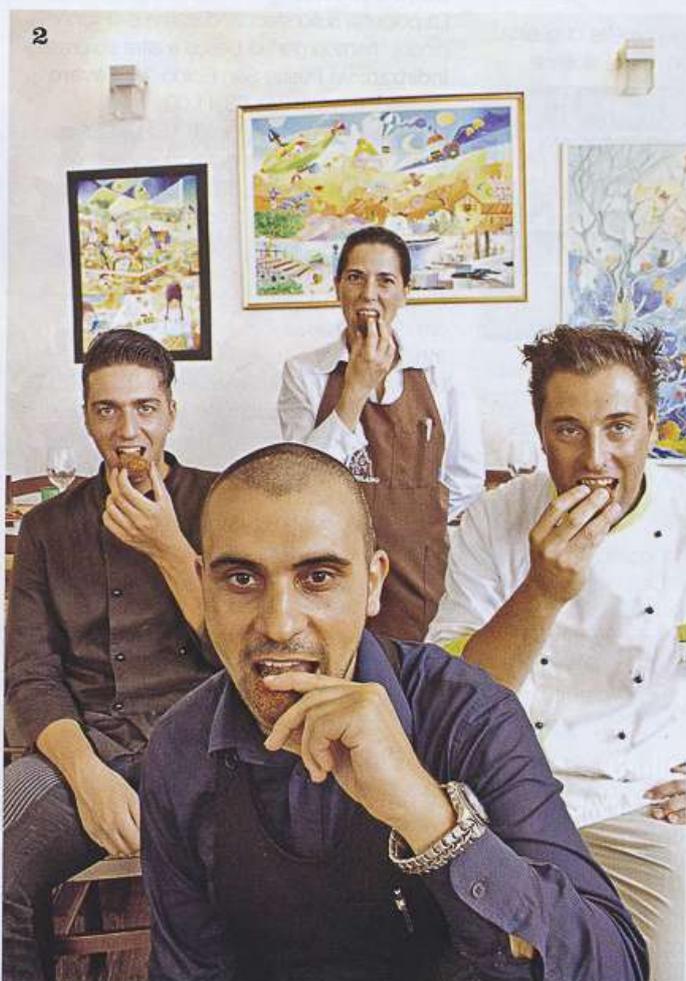
Verona, terra di bolliti, vanta grandi polpette con il "manzo del lunedì", avanzo del gran lessò domenicale. Si mangiano con la salsa peverada, a base di soppessata tritata e odori, all'**Osteria Sottoriva**.

Del 1740, è la più antica in città, con tavole di legno sotto i loggiati di una strada del centro storico. Il titolare, Michela Melchiori, le prepara anche col cavallo, come da tradizione in zona, o in un mix di vitello, prosciutto e manzo cotte al forno dal nome significativo di "sensi di colpa" (forse riferiti alla linea a cui è meglio non pensare). E per i vegetariani, spinaci e ricotta. Fanno compagnia alle polpette i vini in me-



1. Insalata e mondeghili da **Galeria**, a Milano. 2. Giorgio Cheodarci (a destra) e lo staff di **Angolomilano**, nel quartiere meneghino dell'Isola. 3. Le polpette di bollito (senz'aglio) di **Leonardo Vignoli** di **Cesare**, a Roma.

Fabio Fojanini



2

Fabio Fojanini



3

G. Maltinti / DOVE

scita al calice, tutti del territorio, con una piccola eccezione per lo Champagne, di cui Melchiori è appassionata. L'amore per i vini anima anche Leonardo Rizzini, professione bibliotecario, tanto da fargli decidere di aprire un'osteria come secondo lavoro: **La Mandorla**, un piccolo stabile dell'Ottocento alle spalle di piazza Bra. E anche qui ci si trova fra tradizione e nuove tendenze. Rizzini va alla ricerca dei vini biologici e biodinamici del Veronese, selezionando i vigneron più attenti a preservare sia le uve in vigna, sia il vino in cantina e servendolo insieme a polpette di manzo, di cavallo, vegetariane o alla griglia.

Imviata da Dove, Elena Bianco; hanno collaborato Donatella Bernabò Silorata, Ornella D'Alessio, Mariella Piscopo (e il fotografo Roberto Rocca), Valeria Ronzani, Loredana Tartaglia (e il fotografo Gilberto Maltinti).

A cura di Gianfranco Raffaelli