

Nei menu e nei cappelletti: la zucca è la regina della stagione e del festival

Protagonista / Non solo nei piatti tipici ma anche nelle decorazioni, diventa simbolo di tradizione

Pochi ingredienti nella cucina riescono ad essere camaleontici come la zucca, un ortaggio non soltanto buonissimo, ma anche ricco di nutrienti importanti che fanno bene a tutto l'organismo, dagli occhi alla pelle, e al sistema immunitario: vitamina A, B1 e C e minerali come il fosforo, potassio e magnesio, per un apporto di grassi veramente basso. La si può bollire, cuocere al vapore o al forno, con o senza buccia, e il suo sapore conquista tutti, anche i bambini, per il gusto delicato e il colore sempre accattivante. Quanti piatti e quante cose si possono fare con la regina

IL CUORE DELLA FESTA

Una composizione arancione omaggerà la città estense

della stagione autunnale? Lo abbiamo visto nei giorni scorsi, tra le decorazioni e i dolcetti di Halloween. È lei che tinge le tavole di arancione con il risotto alla zucca, la pasta con la zucca, la zucca al forno, le vellutate di zucca e la torta di zucca. Per lei c'è sempre posto. E al Ferrara Food Festival è un posto d'onore, visto che si tratta di un elemento che è parte integrante della cucina tradizionale ferrarese. Durante la tre giorni la si troverà ovunque, nella sfoglia e anche nei cappelletti, oltre che nella grande installazione in stile Tim Burton che comporrà la scritta "Ferrara", da ammirare e da fotografare per tutta la durata della manifestazione. Nel programma diversi sono gli incontri e gli appuntamenti riservati alla zucca. Domenica 6 novembre alle 12 al PalaSimoBio è previsto



↑ I cappellacci di zucca sono un simbolo della città

un interessante incontro con l'unica azienda produttrice in Italia a possedere il marchio del cappellaccio di zucca ferrarese IGP; interessante perché si tratta di una realtà artigianale che prevede la chiusura a mano dei cappellacci da parte delle sfogline seguendo una ricetta tramandata di gene-

razione in generazione. E per chi volesse scoprire tutti gli impieghi in cucina della zucca, l'appuntamento è sabato alle 11 al PalaSimoBio per l'incontro "50 sfumature di arancione", dove si imparerà a realizzare un menù completo a base di zucca per stupire gli ospiti nella stagione autunnale.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



175416