

LA
CUCINA DEGLI STOMACHI DEBOLI

OSSIA

**POCHI PIATTI NON COMUNI, SEMPLICI, ECONOMICI/
E DI FACILE DIGESTIONE**

CON

**ALCUNE NORME RELATIVE AL BUON GOVERNO
DELLE VIE DIGERENTI**



MILANO
COI TIPI DI GIUSEPPE BERNARDONI DI GIO.

—
1858

La presente Opera è posta sotto la tutela delle veglianti leggi e convenzioni dei Governi d'Italia che concorsero a garantire le proprietà letterarie.

PREFAZIONE NECESSARIA

La gastronomie nous soutient de la naissance au tombeau.

BRILLAT-SAVARIN.

Nel pubblicare un nuovo libro gastronomico, non ci passò nemmeno per il capo l'idea di fare un'opera classica od umoristica. Nostro unico scopo fu quello di somministrare, ad una famigliuola di quattro a sei persone, i mezzi di apprestarsi una alimentazione giornaliera che fosse ad un tempo economica, facile ad ammanirsi e sana nella sua semplicità.

Lasciati dunque da parte tutti i piatti sontuosi e dispendiosi, quelli che richiedono più giorni di preparazione, quelli che contengono sostanze indigeste o comunque infesse alla salute, ci siamo attenuti ai più semplici e più facili, senza tuttavia entrare a dire dei comunissimi, che tutti sanno fare nel nostro paese.

Un libro destinato, per la sua parte più sostanziale, a persone di servizio doveva essere di facile intelligenza. Egli è perciò che ad ogni vocabolo italiano non troppo noto, si è aggiunto, tra parentesi, il vocabolo del dialetto milanese che gli corrisponde.

Nelle ricette de' piatti venne indicata, ogni volta che la necessità ciò richiese, tanto la quantità in peso od in volume degli ingredienti, quanto la durata della cottura, la forza maggiore o minore del fuoco, la qualità dei recipienti e tutte quelle minutezze di pratica che valgono a rendere

idonea all'uopo qualunque persona, per quanto ignara di cose culinarie.

Per difetto di questa voluta minutezza ed esattezza di indicazioni, od anche forse per poca proprietà di linguaggio, molti dei libri scritti da persone le quali, comechè esperitissime nell'arte, erano però inette ad esprimerne i dettami, tornarono insufficienti al bisogno e contribuirono a persuadere i lettori dell'impossibilità di poter ammanire un piatto di cucina colla sola lettura di un libro che insegni il modo di prepararlo. A conferma di ciò basterà citare qui una delle ricette del *Cuoco milanese*, nella quale, non altrimenti che nelle altre, gli errori di frase, di punteggiatura e di tecnologia vanno di pari passo colla confusione quanto al modo di procedere nel preparare un semplicissimo brodo per la zuppa. « *Prima di tutto osservate che il brodo o sugo per le zuppe dev'essere ben sgrassato, quando è tiepido o freddo chiarificatelo con due o tre chiari d'uova sbattuti con poca acqua, mettetelo nella cassarola col brodo e chiarificate il tutto come si chiarifica la geladina (sic), e ridotto a chiarificazione giusta passatelo ad una salvietta bagnata con acqua fresca, di poi passate il brodo o sugo alla salvietta, e servitevene per le zuppe o minestre.* » Altri scrittori, anche dottissimi, di gastronomia, mirando più alla sublimità ed al fasto che alla semplicità ed economia, danno delle ricette inutili e ridicole per il medio ceto, e solo attuabili nelle cucine delle grandi case e per mano di abilissimi cuochi. Chi di noi infatti vorrà consumare *otto libbre* di manzo, *un garretto* di vitello, *una o due* galline, *una* pernice ed *alcune* quaglie con *dodici pinte* di brodo per avere un *consommé*?

Per ciò che riguarda la distribuzione delle cose contenute in questo libro, vi si trovano per le prime alcune norme a seguirsi per il buon governo dello stomaco. Nell'indicazione

poi del modo di preparare ciascun piatto, fatto un breve cenno sulla composizione degli intinti o salse, si viene a parlare di diverse serie di piatti, di maniera che una serie tenga dietro all'altra giusta la norma che sogliamo seguire nel recarli in tavola.

Precedono quindi le minestre, che sono parte di grasso e parte di magro; a queste succedono, per la cucina di grasso, le frittture, ed alle frittture gli allessi, i piatti di mezzo e gli arrosti. Nella cucina di magro si hanno dei primi piatti, che, in certo qual modo, corrisponderebbero alle frittture nella cucina di grasso; poi dei secondi piatti composti di uova, verdure, civaje, pesci; quindi dei terzi piatti o poddinghi tanto sostanziosi di verdure e di farinacei, quanto dolci, che possono servire anche per la cucina di grasso; e per ultimo dei dolci più fini e più leggieri, delle frutta in giulebbo, dei tortelli, ec.

A questi fanno seguito i piatti di credenza, quali sarebbero le schiumette, i biscottini, gli amaretti, le diverse paste dolci, ec., i gelati e le gelatine in ghiaccio, i rosogli e vini artificiali, e finalmente i mezzi per la conservazione di alcune sostanze alimentari, come pure alcune ricette utili nell'economia domestica.

Importando poi di provvedere anche alla necessaria varietà giornaliera, o, come direbbesi con termine agrario, rotazione quotidiana de' piatti, abbiamo stabilito di indicare, per un mese d'estate ed un altro d'inverno, di quali cibi far scelta successivamente, in guisa che abbiansi tutti i giorni tre piatti, di cui due almeno sieno nuovi, ossia non per anco gustati nel mese.



ALCUNE NORME RELATIVE AL BUON GOVERNO DELLE VIE DIGERENTI.

On ne peut savoir si l'on a bien diné que
le lendemain matin. VÍTOR.
On ne vit pas de ce qu'on mange, mais
de ce qu'on digère. *Vecchio adagio.*
On pense comme on digère. CARANIS.

1. Un gran filosofo lasciò scritto: «Colui che a trent'anni non sa governare il proprio stomaco, non ha imparato nulla di buono a questo mondo.»

Lottando tuttodì con una digestione che troppo presto s'è fatta laboriosa e prava, egli vive una vita breve (1), inutile agli altri, incresciosa a sè stesso.

Ma quanto diversa è quella di chi, studiate le forze, le ripugnanze, le predilezioni, i capricci del proprio stomaco, e messosi per tempo a governarlo come convenivasi, ha potuto mantenerlo nella sua propria integrità se forte, o ricondurvelo se debole. In lui la robustezza del corpo, la chiarezza della mente (2), l'ilarità del cuore, il facile impero dell'animo sugli appetiti strani e rovinosi, e quella invidiabile tolleranza morale che tanto conciglia l'altrui affetto, e quell'aura di fortuna per la quale riesce sempre a bene l'uomo allegro, coraggioso e di salute costante.

E tali appunto sono le doti e privilegi di uno *stomaco ben governato e per ciò forte.*

2. *Stomaco debole* suona, il più delle volte, *irritazione lenta e continua* di questo viscere, cagionata quasi sempre da ripetute indigestioni.

3. *Le prime indigestioni*, come i più tardi vizii organici del piloro, *devonsi spesse volte alla trista abitudine del non ben masticare*; abitudine che si contrae ne' collegi, e che diventa più tardi una neces-

(1) «La vie n'est pas longue quand on ne vit que d'indigestions.»

(2) «La tempérance est la mère nourrice du génie.» RÉVEILLÉ PARIS.

sità dolorosa in chi non ebbe, fino dalla prima età, la cura di mantenersi sani i denti. Bianchi e sani si mantengono i denti soffregandoli leggermente tutte le mattine e talvolta anche la sera colla spazzola bagnata nell'acqua fresca, e ripulendoli una volta alla settimana con un pannolino bagnato nell'acqua ed immerso poi nella polvere fina di pietra pomice. Questa, non intaccando il dente, dispone lo smalto a detergersi prontamente quando negli altri giorni si fa uso della spazzola.

4. *Qui bene manducant melius chylicant. Prima digestio fit in ore.* Ecco perchè gli alimenti triturali in cucina e che si ingojano senza masticazione e senza la debita mistione colla saliva, tornano di tanto gravosi allo stomaco; ecco perchè il mangiare precipitosamente è più proprio degli astratti e degli inesperti, che degli uomini di senno, i quali ne conoscono le conseguenze. *Un vrai gourmand aime tout autant faire la diète, que d'être obligé de manger précipitamment un bon dîner,* dice a proposito *Grimod de la Reynière.*

Bando quindi ai poddinghi di carne, ai *pâtés de foie gras*, alle tomaselle, alle *croquettes*, alle *escalopes*; bando alle carni di pollo, alle animelle ed alle coratelle che siensi tagliuzzate nelle minestre.

Dal non masticare, e dall'uso di cibi molli o già triturali, nascono le digestioni non perfette, tarde; e da queste, per poco che si ripetano, le *gastriti* o *sub-gastriti lente* colle loro sequele, vale a dire le flatulenze, il peso e la tensione dello stomaco, l'insonnia e i sudori notturni, l'inappetenza con salivazione, il disgusto e la nausea al mattino, la stitichezza abituale del corpo o la facilità alle diarree: il corredo insomma di quegli incomodi che soglionsi indicare collettivamente colle parole *debolezza di stomaco.*

5. *Rimediano a questa debolezza* non i barattoli dello speziale, non gli elisir, le tinture amare, il wermuth; non, e molto meno ancora, gli emetici od i purganti, le bibite calde, caffettate, con rhum, sugo di limone, acqua di tutto cedro, d'arancio, ec., cose tutte che pur devono essere digerite e che spesso tornano a gola; ma solo *le norme di un severo regime dietetico.*

Vero è che lo stomaco può dirsi capriccioso e vario al pari delle fisionomie; che le norme dietetiche più generali, consentanee ai bisogni della maggior parte degli uomini, soffrono sempre qualche ec-

cezione ; che in forza di questi fatti eccezionali è pur d' uopo transigere talvolta e venire buonamente a delle concessioni. Ma tutto questo non toglie che tali norme esistano nella loro generalità e si debbano seguire, soprattutto nella depravazione in che siamo caduti de' naturali appetiti, che ormai più non serbano alcuno de' tratti dell' istinto primitivo e che più non saprebbero servirci di scorta sicura.

Lasciato quindi al buon senso di ciascheduno ed alla esperienza fatta su di sè stesso l'arbitrio di frammettervi quelle modificazioni che la propria idiosincrasia sarà per richiedere, ci facciamo tosto a segnare le norme più generali che l'esperienza venne insegnandoci come applicabili all' uomo posto in discreto stato di fortuna, nelle attuali condizioni sociali. Per i miserabili non v'ha legge: la dura necessità vi tien luogo. Ai poppanti provvede la fonte del latte materno.

6. Noi sogliamo dire, a chi vuol mantenersi vegeto e sano, *essere necessario che si guadagni la colazione prima di farla*. Colui che, non guari schiusi gli occhi al mattino, suona perchè gli portino la colazione, principierà dal digerire stentatamente il primo pasto, e dopo questo tutti gli altri della giornata;

Chè, per un primo piede messo in fallo,
Si fanno cento passi alla caduta.

Studiinsi in proposito le abitudini dei bambini divezzati da qualche mese, e si vedrà come, tosto risvegliati alla mattina, si dieno a giuocare e far capriole sul letto, poi perdano del tempo molto a vestirsi, e solo qualche ora dopo si sentano stimolati dalla fame con quella brusca subitanità che tanto ci sorprende in queste creaturine.

Togliendosi del letto alle ore sette del mattino, si rompa digiuno verso le ore nove. Con ciò intendiamo di lasciar tempo a che gli umori acidi dello stomaco meglio si preparino alla digestione; intendiamo di proibire la solita tazza mattutina di caffè nero, la bibita calda zuccherata o l'acqua fresca, che molti usano pigliarsi all'alba e che ad altro non servono che a diluire e snervare i sughi dello stomaco e ritardare con ciò lo sviluppo dell'appetito.

7. A chi non prende cibi solidi a colazione, potrà convenire, alle ore nove mattutine, ora il caffè con panna, quando però venga di-

gerito senza rutti e soprattutto nella stagione invernale (1); ora il caffè nero col tuorlo d' uova; ora la così detta polentina gialla non troppo liquida, ben cotta, e presa col latte e non col butirro (che questo è cagione frequente di acidità di stomaco); ora la bibita di *Racahout*, la cioccolata poca e densa, soprabbevendovi a sorsi la tazza d' acqua d'agro di cedro, come facevano, e molto a proposito, i nostri padri; oppure la cioccolata con doppia dose di acqua, in cui dopo si frulli un tuorlo d' uova con zucchero: e non già il caffè e latte coll' aggiunta del butirro fresco, non il caffè nero cioccolato, non il pantrito, non i vermicelli, il *consommé*, la zuppa, la minestra di riso e simili, che abbiamo sempre visto dare flatulenze e noja di ventricolo.

Con tali cibi liquidi e con pane leggiero non butirrato, si faccia la prima refezione, evitando il pane arrostito, dolcificato, o le paste di ogni genere e colore, che sono, a dir poco, il veleno degli stomachi languidi.

8. Per gli esperimenti di *Tiedemann*, *Gmelin* ed altri, *la digestione di un cibo qualunque, anche scarso e liquido, richiede uno spazio di tempo non minore di quattro ore.*

Chi pertanto avrà fatto il suo primo pasto alle ore nove del mattino con cibi liquidi, non potrà prendere una seconda refezione che ad un' ora dopo mezzodi; ma questa non sia di grasso, e assai leggera, perchè lo stomaco si trovi ben disposto per il pranzo, che seguirà alle ore cinque e non più tardi.

E, per dirla in passando, tale e tanta severità di regime e di tempo è comandata da una legge generalissima dell' uomo non solo, ma di tutti gli enti che hanno vita; legge che si riassumerebbe dicendo *essere l' uomo essenzialmente periodico*. Un periodo in fatti è la vita *intra-uterina* dal concepimento alla nascita, come la *extra-uterina* dalla nascita alla morte; periodico è l' alternarsi dei moti del respiro e del cuore; periodica la vicenda del travaglio e del riposo; periodico il ricorrere del bisogno di mangiare e di depor l' alvo; periodici i

(1) Se, fattosi portare un caffè e panna diviso, si colori appena la panna con poco caffè, e presolo colla debita dose di pane, si sorbilli dopo il restante del caffè nero edulcorato, si troverà di molto facilitata la digestione del caffè e panna, che in non pochi produce peso allo stomaco o rutti acidi.

rinascenti stimoli procreativi, i mensili tributi, e così via via. Dunque l'ore del cibarsi hanno esse pure a soggiacere ad un ciclo, determinato dalla osservazione di ciò che avviene nella pluralità degli uomini sempre sani: ne' quali appunto, durante il giorno, si fa sentire lo stimolo della fame solo dopo quattro o cinque ore dall'ultimo pasto. La notte è destinata al riposo e non al cibo.

9. Ad un'ora dopo mezzodì converranno il caffè nero od il thè e panna con pane biscotto o con il così detto pane di latte od il *Magen-Brod* dei Tedeschi (1), ovvero col pane detto *francese* di fior di farina; qualche frutto cotto o in giulebbo con pane, sul quale si potrà stendere del butirro fresco; un uovo da bere od anche in tegame, purchè sia poco cotto. *Si sumas ovum, molle sit atque nocum*. Abbiamo conosciuta persona che aveva le sue funzioni digerenti sempre in ottimo stato, e che non pigliava per suo secondo pasto che delle noci secche con pane mescolo, detto fra noi *di mistura*. Anche un mezzo bicchiero di vino addolcito con zucchero, in cui si immollino alcune fette di pane, può servire benissimo all'uopo. Chi dunque avrà fatto una colazione di buon mattino, non potrà far uso in questo secondo pasto nè di frittura, nè di costolette, nè di risotto, nè di un secondo caffè con panna, senza mettersi a rischio di mal digerire il pranzo.

10. Colui poi che intende di mangiare alla forchetta, bisognerà bene che si rassegni a far più tardi, vale a dire verso le ore undici, la sua prima colazione. In questo caso potrà egli prendere qualche cosa di grasso e, subito dopo, anche una tazza di caffè o thè con panna e con pane; oppure, e più semplicemente, una tazza di caffè nero. Notisi, *per transennam*, che il caffè con panna, preso dopo un piatto di grasso, suol essere meglio digerito di quando lo si piglia non preceduto da altro; fatto questo che l'esperienza ha più e più volte ed a molti insegnato.

Lasciando al *Brillat-Savarin* tutta la responsabilità del consiglio, non facciamo qui che trascrivere un suo strano insegnamento in proposito. *Quand on a bien et copieusement déjeuné, si on avale sur le tout une ample tasse de bon chocolat, on aura parfaitement digéré trois heures après, et l'on dînera quand même.... Par zèle pour la*

(1) Vedi tra i *Piatti di credenza* la maniera di fare l'uno e l'altro.

science et à force d'éloquence, j'ai fait tenter cette expérience à bien des dames, qui assuraient qu'elles en mourraient; elles s'en sont toujours trouvées à merveille, et n'ont pas manqué de glorifier le professeur. Certo è che a Cartagena si usa di servire dopo la colazione e dopo il pranzo una tazza di cioccolata in luogo del caffè nero.

11. *Le carni che si mangiano la mattina sieno cotte nella mattina istessa, e lascinsi le fredde del giorno antecedente.* La costoletta frita, la frittura alla milanese, il vitello allessò, la frittata poco cotta, un pajo d'uova nel tegame o simili, sono i cibi da preferirsi, perchè più facilmente digeribili. Difficili all' invece, per un pasto mattutino, sono il manzo, il salato, le sardelle, le anguille marinate, le carni porcine allessò, gl'intingoli con cipolle od aglio, e lo stesso risotto ordinariamente inquinato dalla cipolla e fatto senza quelle cautele che sarà nostra cura di suggerire a suo tempo.

12. *Nella scelta di tali cibi solidi si ha una guida che non falla, e questa sta nell'osservare se presto o tardi non tornino a gola (1).* Si sentono in fatti e per lunghe ore e i salati e i pesci fritti e i piatti detti in umido e i *beignets* e le frittelle. Indigeste per questa stessa ragione sono a dirsi pertanto anche non poche bibite che volgarmente si prendono a facilitare la digestione od a stimolo dell'appetito, quali l'anisone di Brescia, l'assenzio, il curaçao, ec.

Aggiungi, nella scelta de' cibi, che nocivi riescono tutti quelli che purgano; e lo disse già Ippocrate: *In alimento medicamentum purgans, malum.*

13. *Ut minus ægrotes non inter fercula potes.* La Scuola di Salerno, non contenta della raccomandazione di stare ai pasti, vuole che non si beva tra un pasto e l'altro. Ottimo precetto egli è questo da osservarsi non solo tra i pasti della giornata, ma ancora dopo il pranzo, per tutta la sera, sia pur essa lunga. Ogni bibita presa di sera disturba la digestione: e, notisi bene, *chi ha mangiato alle ore cinque pomeridiane non compie la seconda e la terza digestione che verso le ore due o le tre dopo la mezza notte.* Tanto è ciò vero che, se per caso ci troviamo rotto il sonno a quest'ora, sentiamo un borborigno nel nostro ventre, un bollio che ci dinota il passaggio del

(1) « Manger ce qu'on digère bien, rejeter ce qui incommode. »

chimo per gl'intestini tenui, da dove, separatosi il chilo, si reca verso l'aurora alla parte destra e bassa del ventre, vale a dire nel fondo di deposito dell'intestino cieco, e da questo, durante la giornata e per la via del colon, verso la curvatura sigmoidea situata presso l'inguine sinistro, per portarsi da ultimo nell'intestino retto. Ecco perchè colui che si nutre nelle ore per noi indicate, non evacuerà la parte escrementizia di ciò che ha preso se non nella sera del giorno dopo, e precisamente verso le ore undici pomeridiane od anche verso le ore mattutine del dì seguente, vale a dire trenta o trentotto ore dopo il pranzo.

14. Cattiva abitudine è pur sempre quella di stuzzicare l'appetito con bibite spiritose od amare prese poco prima del pranzo. *Apaiser la faim, et ne jamais l'irriter.* Il moto all'aria libera, continuato per più di un'ora, è il migliore degli elisir per l'appetito. Nè questo appetito potrà mancare a chi ha seguito le norme indicate per i primi due pasti. Quegli che tenta di stimolare il ventricolo, avrà più tardi a lagnarsi dell'inerzia in cui si porrà questo viscere; perocchè ogni stimolo, esaltando, finisce coll'esaurire la potenza dell'organo su cui si esercita ed a gettarlo nella inattività funzionale.

15. Quanto alla moderazione da osservarsi nel pasto, s'è già detto e scritto molto. Eccone il precetto di Salerno: — *Si tibi deficiant medici, medici tibi fiant Hæc tria: mens læta, requies, moderata diæta.* Fra Ginepro ripete a proposito: — *Non il troppo dà alimento, Bensì il poco e ben digesto;* e altrove: — *Molto cibo e mal digesto Non fa il corpo sano e lesto. — Il faut se contenir et s'abstenir.* — Aggiungerò questo solo, che la stagione nella quale conviene usare molta moderazione nel vitto è la stagione estiva, come quella che non permette una facile digestione di cibi soprattutto succulenti. Si è infatti osservato che nei climi più caldi l'uomo si ciba assai parcamente, e che in essi alla intemperanza tengono dietro facilmente le coliche, gl'ingorghi di fegato e le diarree, ascritte per lo più a variazioni admosferiche, ma dovute invece quasi sempre a fermentazioni intestinali per digestioni non compiute.

16. Una certa moderazione non implica però astinenza assoluta od insufficienza di alimenti. Quanto sarebbe nociva la soverchia quantità di cibi, di altrettanto danno tornerebbe un'alimentazione che non

fosse bastante a sopperire alle perdite che il nostro organismo va tuttodì facendo colla nutrizione, col necessario sviluppo del calore, colle deiezioni liquide e solide e colla respirazione.

A meglio intenderci entriamo nel vasto campo della chimica organica, coll' intenzione però di non cogliervi che poche spighe già mature. I nostri alimenti sono in parte *albuminoidi*, in parte *grassi* ed in parte *amidacei*. — *Albuminoidi* sono l'albumina animale e vegetale, la fibrina animale e vegetale, la caseina pure animale e vegetale, la gelatina, l'ematosina (parte rossa del sangue), la legumina. Queste sostanze albuminoidi entrano nello stomaco già coagulate o vi trovano degli acidi pronti a coagularle durante la digestione, poi una sostanza dell'ordine dei fermenti, detta *pepsina*, la quale ha la singolare proprietà di renderle solubili ed assimilabili, e disporle quindi ad entrare nell'organismo senz'altra modificazione, ed ivi far parte dei nostri tessuti.

Alimenti *grassi* sono gli olii e le sostanze grasse fornite dagli animali e dalle piante. Queste non vengono digerite nello stomaco, ma passando inalterate per il piloro, entrano nel tubo intestinale, ed ivi, emulsionatesi con i principii della bile, vengono assorbite dai vasi chiliferi e penetrano nel torrente sanguigno.

Le sostanze *amidacee* finalmente, non contenenti azoto, sono le diverse specie di zuccheri, l'amido, la gomma, la pettina, la desterrina, certi sughi vegetabili, il legnoso e simili. Queste, arrivate nello stomaco, vi incontrano un'altra specie di fermento, fornito dalla saliva e dal succo pancreatico, detto *diastasi animale* o *ptialina di Dumas*, e per virtù di questo fermento si trasformano in una materia zuccherina che chiamano *glucoso*, e quindi in *acido lattico*. Sotto questa forma liquida vengono tradotte nel sangue, ed ivi l'acido lattico si marita collà soda, che trova nel siero del sangue, e forma con essa il lattato di soda. Ora, secondo Mitscherlich, è appunto su questo lattato di soda che si esercita l'atto chimico della respirazione, per il quale questo sale viene ad essere bruciato dall'ossigene dell'aria inspirata e convertito in carbonato di soda. Ma ben presto nuovo acido lattico, preparato dalla digestione, arrivando nel sangue, decompone il carbonato di soda, e, formando colla sua base il lattato di soda, mette in libertà l'acido carbonico che si svolge e sfugge dai

più piccoli vasi sanguigni subito che si trova in un col sangue arrivato al polmone.

Da tutto ciò ne segue che alla digestione sono assegnati due scopi diversi e non meno importanti, la riparazione, cioè, delle perdite giornaliere del corpo mediante gli alimenti albuminoidi, ed il mantenimento della respirazione polmonale e quindi del calore animale, che ne è la conseguenza, mediante le sostanze grasse ed amidacee, quest'ultime trasformate, come dicemmo, in acido lattico. — Ciò posto, sarebbe ora a cercarsi la somma di queste perdite giornaliere da ripararsi, ed il giornaliero consumo di acido carbonico che un uomo fa respirando, per poter determinare la qualità e la quantità degli alimenti necessari ad un tanto risarcimento.

Lecanu ha provato con una serie di esperimenti, eseguiti con tutta accuratezza, che, termine medio, un uomo secerne ogni giorno una quantità tale di orina da contenere, in numeri interi, 52 grammi d'urea, che corrispondono a 18 grammi d'azoto all'incirca.

Per gli esperimenti poi di *Dumas*, egli espira ogni giorno da' suoi polmoni una quantità d'acido carbonico che corrisponde a 500 grammi di carbonio abbruciato, compresi l'idrogeno dei vapori acquosi che accompagnano l'acido carbonico, e che, per il calcolo, si può rappresentare come carbonio.

Ora, se l'andamento regolare della vita dell'uomo produce tutti i giorni una eliminazione di 18 grammi di azoto e di 500 grammi di carbonio, si scorge tosto come le condizioni di sua esistenza potrebbero subire una notevole alterazione qualora non gli si procurasse, cogli alimenti, i rappresentanti di questi prodotti delle sue due grandi funzioni, la respirazione cioè e la secrezione urinaria.

E però, mediante i due dati sperimentali sopraccennati, torna facil cosa definire quale sia la minima quantità d'alimento conveniente ad un uomo, e quale specie d'alimento gli abbisogni; poichè sapendosi da una parte quanto azoto e quanto carbonio deve perdere, ed essendosi dall'altra determinato coll'analisi chimica la quantità di questi principii contenuti negli alimenti consueti, ci è dato di istituire una equazione semplice, nella quale uno dei membri, costituito dagli alimenti, equivalga all'altro rappresentato dai bisogni giornalieri dell'organismo, vale a dire di 18 grammi di azoto e 500 di carbonio.

Dumas ha provato con un esempio la possibilità di una tale equazione. La razione del soldato di cavalleria francese si compone di

Carne, grammi 288 eguali a 70 di materie azotate allo stato secco.

Pane di munizione, gr. 750

Pane bianco da zuppa » 316

1066 che equivalgono a grammi 64

di materie azotate, secche, e a 896 grammi di materie non azotate, parimenti secche.

Legumi, grammi 200, pari a grammi 20 di materie azotate secche, più 180 di materie non azotate secche.

La somma adunque delle materie azotate di tutta la razione è di 154 grammi, e quella delle non azotate è di 746.

Ora 154 grammi di materie azotate secche corrispondono a 22,5 grammi di azoto ed a 80 grammi di carbonio.

746 grammi di materie non azotate secche corrispondono a 328 grammi di carbonio.

Dunque nella razione del soldato di cavalleria francese si hanno 22,5 di azoto, e non meno di 408 di carbonio. Vi si trovano quindi gli elementi necessari per la riparazione delle sue perdite tanto per orina che per esalazione polmonale; ed anzi si direbbero eccedenti, qualora non si considerasse che gli sperimenti, con cui *Dumas* calcolò le perdite di un uomo, furono fatti nella quiete del suo gabinetto, mentre le perdite del soldato sono sempre maggiori, in rapporto colle fatiche ed il moto.

Secondo *Payen*, l'uomo esala in 24 ore 280 grammi di carbonio. Le sue dejezioni in 24 ore contengono 60 altri grammi di carbonio e 20 grammi di azoto. Per provvedere adunque ai bisogni della respirazione e per supplire alle perdite che l'uomo fa nella giornata, si richiedono 340 grammi di carbonio e 20 grammi di azoto corrispondenti a 150 grammi di materie azotate. Ora si trova che una razione quotidiana di 1,000 grammi di pane e di 288 grammi di carne (senz'ossa), fornisce 150 grammi di materie azotate, ossia 20 grammi di azoto e grammi 331,46 di carbonio, rispondenti ai bisogni quotidiani dell'uomo.

Lasciato questo canto, chè senz'esso

Può star la storia, nè sarà men vera,

continuiamo nel nostro argomento.

17. *Al pranzo* convengono cibi forti ed anche tali, che la mattina non sarebbero facilmente digeriti. Il manzo; l'arrosto; le verdure cotte; qualche farinaceo; l'insalata; i formaggi grassi, ma piuttosto giovani (*Post carnes caseus adsit*); qualche dolce; qualche frutto crudo: cibi tutti che i nostri denti debbano triturare, formano un mischio opportunissimo per l'opera della digestione.

18. *L'uomo è onnivoro.* Gli giovano quindi le carni, i legumi, le paste, il riso, i frutti, le sostanze erbacee; e più l'unione di tutte queste sostanze, che non una sola presa in dose sufficiente. *Piglia il cibo con misura Dai due regni di natura.* — Qui, come si è detto più sopra, torna ancora all'uopo l'avvertenza di lasciare da parte tutti quei cibi, specialmente sostanziosi, che furono già triturati dal cuoco. Del resto, abbiamo due precetti che molto concedono all'abitudine. Uno di questi è d'Ippocrate, e l'altro della Scuola di Salerno. *A longo tempore consueta, etiamis fuerint deteriora, insuetis minus turbare solent.* — *Omnibus assuetam jubeo servare dietam.*

19. *Inter prandendum sæpe parumque bibendum.* Altro giustissimo precetto della Scuola Salernitana che insegna di bere poco e spesse volte al pranzo. Noi diremo di più. Al pranzo si berà dell'acqua frequentemente e poca alla volta, fino a che se ne sia trangugiata mezza bottiglia o più, e solo dopo la bibita dell'acqua, fatta tra un piatto e l'altro, sarà lecito passare al vino e berne qualche mezzo bicchiere (1). Il vino bianco, bevuto prima di pranzo, è diuretico, ma sale al capo e rinserra lo stomaco: il rosso poi, bevuto ai primi bocconi, non permette quella facilità di digestione che si prova quando lo si è fatto precedere da qualche bicchiere d'acqua bevuto a sottili sorsi e lenti. — *Bevi a guisa de' giumenti.*

20. Quanto poi alle bibite spiritose che hanno per base l'acquavita, colla debita distinzione tra l'uso e l'abuso per gli effetti che ne conseguono, non esitiamo punto a dichiararne nocivo anche l'uso. Ne sorge infatti un acceleramento della circolazione sanguigna, una

(1) *Il y a trop de vin dans ce monde pour dire la messe; il n'y en a point assez pour faire tourner les moulins, donc il faut les boire:* diceva il procuratore di una Abbazia di canonici regolari, nascondendo molta profondità di veduta sotto parole così semplici.

tendenza alle affezioni organiche del fegato, de' reni, della vescica, del cervello; come pure alla gotta ed ai reumatismi cronici. Più tardi, a questa sopraeccitazione che gli alcoolici ridestano negli organi, succede il rilasciamento e quindi le nausee, i vomiti secchi, il tremore delle membra. L'abuso poi, massime se a quello di Venere si congiunge, conduce spesso alle congestioni cerebrali, alla apoplessia, alla paralisi, alla imbecillità o alla pazzia.

21. Il *mosto* è flatuoso, indigesto e purgativo. I *vini nuovi* cagionano facilmente l'ebbrezza e gli ardori di stomaco, e non hanno le virtù toniche e nutrienti dei vecchi. Ottimi *tra i nostri* sono i vini di Magenta, di Montevecchia, della Rocca; indigesti i vini più grossi del Piemonte; troppo salati e capitosi quelli di Valtellina. I *vini di Francia*, non eccettuato lo stesso *Bordeaux*, vogliono inacquare perchè troppo forti. *Quelli di Spagna*, e tra questi l'Alicante, il Porto-porto, il Keres, il Setubal, ec., costituiscono una bevanda di lusso per il *dessert*.

I *gelati* non nucono se presi sul finire del pranzo, e quando sieno immediatamente seguiti da una buona tazza di caffè nero. Per riguardo al *caffè nero*, dirò non essere commendevole l'uso di tardare a berlo. Incamminata la chimificazione, lo stomaco, come già si è detto, vuol essere lasciato a sè; chè tosto egli si sdegna se bibite od altri cibi vengano a frastornare la sua importante operazione. *Post prandium stabis*. Quanto poi all'abituare i ragazzi al caffè nero, come molti fanno; sappiasi esser pratica questa assai pregiudicevole tanto alla loro salute e freschezza, quanto al loro sviluppo, e condannata già dal principe de' ghiottoni *Brillat-Savarin*. *C'est une obligation pour tous les papas et mamans du monde d'interdire sévèrement le café à leurs enfants, s'ils ne veulent pas avoir de petites machines sèches, rabourgries et vieilles à vingt ans*.

23. Davano i nostri buoni vecchi molte norme relative alle cene. *Ex magna cœna stomacho fit maxima pœna. — Ut sis nocte levis, sit tibi cœna brevis. — Post cœnam ambulabis*, ec. Ma i nostri vecchi pranzavano al tocco, ossia ad un'ora dopo il meriggio. La cosa cammina al dì d'oggi ben diversamente. *Chi pranza alle cinque, non può nè mangiare più nè bere fino alla mattina del giorno vegnente*. Tale è l'unico precetto che per noi viensi a sostituire a tutti gli altri, e,

per quanto possa sembrare duro e ostico, chi ama di star sano, è tenuto ad obbedirvi. Anche le bibite calde, semplici o riscaldanti che sieno, turbano la digestione. Una tazza di acqua fresca, bevuta durante la sera, provoca tante volte dei flati che dinotano interrotta la grande opera della digestione.

24. Seguendo appuntino codesti precetti, cui l'esperienza in più centinaia di persone ci venne suggerendo, si riesce, e non è troppo dire, a serbar buono lo stomaco, se forte, od anche a migliorarlo se debole, quando almeno si vogliono porre all'osservanza alcune altre norme non veramente dietetiche, ma igieniche ed indispensabili.

25. E queste norme si riferiscono: 1.º al conveniente esercizio del corpo all'aria libera; 2.º al riposo sufficiente per il ristoro delle forze; 3.º all'astinenza dai farmaci di precauzione, così detti rinfrescativi, e più ancora dai purganti; 4.º alla serenità dello spirito.

I. Il *moto* giornaliero all'aria libera, continuato per più di un'ora, o fino a tanto che la superficie del corpo si scaldi e la pelle dia quella sensazione di punture che dinota l'aprirsi dei pori cutanei, è di tanta importanza, che si potrebbe dire mantenersi per esso solo salda la fibra alle vicissitudini admosferiche, facile la digestione e più obbediente il secesso. Nè però, come ben si vede, il solo moto opera un tanto prodigio; ma l'aria ancora che si aspira non rinchiusa, non infetta; ma il sole che accelera col suo calorico i lenti umori del corpo; ma la luce (1) e gli altri imponderabili che tutti si uniscono a scuotere piacevolmente i nostri stami nervosi ed i centri da cui emanano.

II. Quanto poi al *riposo*, oseremmo dire che senz'esso non saprebbe concepire longevità possibile nell'uomo. *Quod caret alterna requie, durable non est: Hæc renovat vires, fessaque membra lævat* (Ovidio lib. I, ep. 4.^a). Per nostro convincimento maturato nel volgere di vari lustri, la mancanza del conveniente riposo costituisce la principalissima tra le cagioni della debolezza di stomaco, osservabile soprattutto nel cittadino. Quelle veglie prolungate, quelle tarde ore di notte passate ne' teatri, ne' caffè, ne' circoli, lo costringono a poltrire

(1) *Molescott* dimostrò con esperimenti l'influenza della luce sulla respirazione animale, e di quanta utilità sia per le persone morose e malinconiche il prendere dei bagni di sole invece di passeggiare all'ombra.

sotto le coltri nelle ore migliori del mattino; sì che levandosi verso il meriggio si trova affranto e rotto nelle membra, sino a tanto che almeno coll'indispensabile sussidio della solita tazza di caffè nero non siasi ricomposto alla meglio e raffazzonato. Ma e lo stomaco, che pur è parte di questo corpo attrito e mal riposato, sarà egli vigoroso e ben disposto?

Ecco il gran perchè di quell'appetito che mai non si desta il mattino, di quel bisogno fittizio di uno stimolante amaro che lo stuzzichi, di quelle lente e difficili digestioni, di que' sbadigli e di quella noja del ventricolo che formano una delle piccole, ma più incomportabili, calamità della vita. — Scrive a proposito l'originalissimo dottor Véron: *Ceux qui prétendent en même temps se livrer aux travaux de l'esprit, surexciter leur estomac par des nombreux et copieux repas, et user sans relâche, sans modération de tous les privilèges de la jeunesse, brûlent vite, pour ainsi dire, le bois de la vie, et se mettent sûrement à l'abri de la longévité.*

Deteriorato per tal cagione lo stomaco, chè più non elabora i sughi alla nutrizione della macchina, o viene a scemarsi la resistenza dei sistemi organici alle nocive impressioni degli agenti esterni, od insorgono spontanee le sequele di questa istessa prava elaborazione degli umori. *Chi mal riposa, mal digerisce; e chi mal digerisce è più soggetto di un altro alle febbri miasmatiche o reumatiche, alle affezioni tifoidee, allo sviluppo di furoncoli, favi, risipole, impetigini, ec.*

Osservisi nella società cittadina quali sieno quelle persone che si mostrano sempre arzille e gaje, di buon colorito, di appetito immancabile e di perfette digestioni. Sono i sensali, gl'ingegneri, i medici, e simili, che fanno molto moto all'aria libera, e che, la sera, stanchi di un tanto esercizio fisico obbligato, pensano a ritirarsi per tempo, piuttostochè a gozzovigliare e vegliare. Delle sei grandi necessità che il Creatore ha voluto imporre all'uomo, la nascita, il mangiare, il dormire, l'azione, la riproduzione e la morte, principalissima è adunque quella del dormire, senza la quale non avvi nè attività, nè riproduzione, nè buona digestione.

V'ha, a proposito, un detto inglese, che in sè stesso racchiude tutto il segreto d'ogni umana possibile felicità. Più lo si pondera e più sempre lo si trova giusto e sensato. Ecco il detto per chi conosce

quella lingua tanto concisa e nitida: *Early in bed and early arise Makes the man healthy, wealthy and wise.* Il che, tradotto in buon volgare, vorrebbe dire che andando a letto presto ed alzandosi presto, ci troveremo sani, ricchi e sapienti.

E chi non sa infatti che la sera per molti la si spende ordinariamente buttando via quattrini, perdendosi in chiacchiere inutili, e giuocando nelle veglie e nelle orgie la propria salute? A confermare di riverbero il detto inglese ben s'attaglia quell'altro de' Francesi: *Se lever à six, déjeuner à dix, dîner à six, se coucher à dix, fait vivre l'homme dix fois dix.*

III. Tra le norme ne abbiamo annoverata una terza, che è l'*astinenza dai farmaci.* Egli è perchè il degenerare delle costituzioni fisiche all'epoca nostra non ci par solo opera de' padri, i quali dopo di aver a lungo militato sotto la bandiera de' discoli, non pensarono a menar moglie se non dopo ottenuto il congedo degli invalidi; ma sì; e più ancora, delle madri che tuttodì vanno rimpinzando di rimedii i lor bimbi innocenti che, per dirla come vien viene, nacquero senza sapere che si sarebbero trovati in questo basso loco fra medici, specialisti e medicine.

Quelle povere illuse credono che col medicare i vermi, ch'esse suppongono annidarsi in corpo ai loro nati, e che invece non istanno per lo più che nella loro immaginazione, col purgarli di tanto in tanto, col rinfrescarli, com'esse dicono; credono, ripetiamo, di migliorare la loro condizione fisica, e la peggiorano invece e grandemente, rendendoli appunto con questa pratica stremati nelle forze e costipati del corpo.

Dicasi, di grazia, chi sia mai tanto regolare nelle sue funzioni da avere il ventre ubbidiente ogni giorno e quasi sempre alla medesima ora? — Sono gli uomini che, ordinariamente molto occupati, non hanno nè tempo nè voglia di mangiare fuor delle ore de' pasti consueti, che non prendono mai rimedii purgativi, che prediligono sempre i cibi più forti, quali il manzo e le carni arrostate, e che beyono del buon vino. Chi all'incontro soffre perennemente di stitichezza? Chi abbisogna del clistere a far docile l'alvo? Chi è tormentato da dolori di stomaco, da acidità delle prime vie, da coliche, da flatulenze, da secondarie cefalee? Chi, in una parola, fa tutta la fortuna

del medico? — Le donne, sollecite sempre di *rinfrascarsi*; le donne, che al più piccolo incomodo impazienti ricorrono allo speziale ed ingolano magnesia quasi fosse pane; le donne che al manzo ed alle carni arrostate antepongono il vitello allessato e gli erbaggi, i brodi, le *rossumate*, il latte; e che al vino sostituiscono l'acqua, il caffè nero, l'infuso di camomilla, e simili.

IV. *Si vis incolūmem, si vis te reddere sanum, Curas tolle graves, irasci crede profanum.* Se non puoi toglierti d'attorno le noje, le inquietudini, le piccole contrarietà e le grandi disgrazie della vita, il che non è dato che a pochi eletti, cui la previdenza, la rassegnazione filosofica ed un coraggio imperturbabile imprestano la resistenza necessaria contro ogni nemico evento, almeno non far violenza allo stomaco che, in tali circostanze, rifiuta un largo alimento.

La massima poi, che va fitta bene in mente, essere cosa indegna e volgare l'adirarsi, ci trarrà da quei trasporti di rabbia che tanto perturbano le funzioni del sistema nervoso, la circolazione sanguigna ed il regolare procedimento delle digestioni. Nè credasi già che buono sia lasciar corso ai momentanei impeti, quasi a modo di sfogo. Le escandescenze arrecano sempre dei disturbi nelle funzioni, i quali, ancorchè lievi, non sono poi sempre di corta durata; e talora anche de' guaj subitanei ed immedicabili, quali l'apoplessia, l'emorragia del polmone, la crepatura del cuore o dei vasi maggiori, ec.

Se sei nato sotto buona luna, vale a dire da parenti sani, con ottima costituzione fisica, con buona dentatura, e con quella invidiabile costanza di nervi che non si lasci smuovere a convulsionaria sensibilità e non isfavilli ad ogni colpo di fortuna o sfortuna; governa il tuo stomaco, evita ogni eccesso, sii paziente o, a meglio dire, tollerante, occupati più che puoi, riposa sufficientemente, esponiti ogni giorno sia al vento, sia alla pioggia, al caldo od al freddo, difeso da buoni calzari e non coperto in modo da sudare camminando, e sta certo che vivrai costantemente sano, alla più tarda età (1), e pensa che *chi è sempre sano ha per buona parte il merito di esserlo.*

(1) La durata media della vita dell'uomo d'oggi in Europa è dai 56 ai 40 anni; la durata ordinaria è di circa 75 anni; la durata naturale non è minore di un secolo. Quest'ultima proclamata, già da un pezzo, da *Haller*, *Buffon* ed

Ma se con tuttociò, e per causale concorso di circostanze, il corpo ti s'ammali, imita le bestie e i più piccoli fanciulli, i quali sono ammaestrati da un istinto non ancora snaturato. Assaliti che sieno dalla febbre, cercano essi di rintanarsi in sito caldo, si rifiutano a prendere qualunque sorta di alimento e bevono dell'acqua fresca ogni volta che natura la chiegga. Molte delle nostre malattie acute, ossieno febbrili, nate in soggetti di buona tempera, guariscono da sè stesse sotto questo semplicissimo regime.

Se poi ti trovassi costretto a giovarti degli illuminati consigli di un medico, scegliilo avvedutamente, affidati interamente a lui, obbediscilo e non discuti. Chè l'obbedienza è un'ottima furberia, colla quale lascerai sulle spalle del medico tutta la responsabilità della cura; ed egli la condurrà a buon fine con tutto l'impegno, appunto perchè si vedrà obbedito senza contrasti.

altri fisiologi, sebbene con non sufficiente corredo di prove, viene ora ad essere sancita dalle osservazioni di *Flourens* che trovò nel tempo in cui le epifisi si uniscono alle ossa il termine di accrescimento nei vertebrati e quindi la misura della vita probabile. L'unione delle epifisi e quindi l'aumento in altezza compiesi nell'uomo in 20 anni; dai 20 ai 40 cresce ancora in grossezza e si perfeziona (seconda gioventù e virilità); dai 40 ai 60 equilibrio e stato; dai 60 agli 80 declinazione (vecchiezza vegeta); dagli 80 ai 100 essiccamento e rigidità progrediente (decrepitezza). La vita adunque dell'uomo, come degli animali di primo ordine, deve durare cinque volte tanto lo spazio di tempo in cui cresce, vale a dire 100 anni.

QUALI FRA GLI ALIMENTI

SIENO DI FACILE E QUALI DI DIFFICILE DIGESTIONE.

1. Ai cibi più forti appartengono gli animali a sangue caldo, e tra questi gli animali adulti, quali il *bue* (1), il *castrato*, i *polli maturi*, la *selcaggina* ed i *loro brodi*.

2. Notisi, quanto al brodo, che tre soli centesimi delle sostanze che compongono la carne vengono ad essere disciolti dall'acqua salata, che si lasci bollire lungamente. La *fibra* in fatti resta pressochè tutta nel pezzo bollito; l'*albumina*, coagulandosi, si porta a galla sotto forma di schiuma; il *grasso*, sprigionato dalle sue cellule, si reca esso pure alla superficie e vi si congela al raffreddarsi del brodo. Non vi rimane adunque che una parte della *gelatina*, che risulta dall'azione del calore sul tessuto cellulare, le ossa e le cartilagini; *molti sali alcalini solubili*; una sostanza cristallizzabile, azotata, detta *creatina*, ed altri sali formati da un acido organico particolare, l'*acido inosico*. Anche una minima parte di albumina e di fibrina entra tuttavia tra i componenti del brodo, ma per la sola ragione che queste sostanze sono solubili negli alcali che pur si trovano nel brodo, e perchè essendo la carne posta a fuoco nell'acqua fredda, l'ebollizione non giunge in tempo per impedire che una parte di queste sostanze non si sciolga nell'acqua, combinandosi coi sali alcalini che vi si trovano, prima di coagularsi o indurirsi.

(1) Parti 100 di carne di bue contengono, secondo *Berzelius*, acqua 77,17; fibra, vasi e nervi 15,80; tendini riducibili in gelatina 1,90; albumina e materia colorante del sangue 2,20; sostanze solubili nell'acqua, non coagulabili per la bollitura 1,05; sostanze solubili nell'alcoole 1,80; fosfato di calce albuminoso 0,08.

Le parti migliori del bue sono la *fetta di mezzo del culaccio* (in milan. *cu-latta*), le *coste*, il *bianco costato*, la *punta di petto*, la *coppa*, il *filetto*, la *lingua* ed il *reale*.

5. Cibi meno forti ed anche un po' meno facili a digerirsi sono il vitello (1), il capretto, l'agnello, i piccioni e gli altri uccelli da nido, ed in genere gli animali giovani. Questi vogliono essere conditi con droghe fine e leggiere perchè lo stomaco le smaltisca con facilità. Arrostate in tegame od allo spiedo passano meglio che allessi. In generale poi preferisci sempre le carni arrosto alle carni *in umido*.

4. L'oca, l'anitra ed il porco hanno carni viscide ed untuose, e per ciò devonsi parimenti ammanire con droghe e vino. Le carni porcine, salate e affumicate, tornano meno indigeste delle fresche; pure il loro uso troppo frequente è per più ragioni nocivo. Il sangue, comunque preparato e condito, è sempre di grave peso agli organi digestivi. I sanguinacci contenenti cipolle trite, sono detestabili.

5. Le carni, di qualunque specie esse sieno, dobbiamo salarle prima di cuocerle, se a lessi, stufate od alla gratella. Le carni arrosto si salano invece solo verso la fine della loro cottura acciocchè non si prosciughino troppo presto e perdano il loro sugo. Il sale è il più indispensabile dei condimenti; tutti i popoli ne fanno uso, e chi non ne ha nel proprio paese, ne fa venire da paesi talora distantisimi. Gli animali ruminanti e molte specie di uccelli hanno un gusto naturale per questo sale, e quelli che ne possono mangiare si mostrano più vigorosi e meno soggetti a malattie.

6. Tra gli altri condimenti appropriati a questo genere di cibo carneo, ed ottimi perchè tutti di facile digestione, si possono annoverare il butirro fresco (2), il lardo quando è bianco, la cannella, la vaniglia, i chiovi di garofano, la noce moscada, lo zafferano, la senape, il pepe. — Sono invece da proscriversi il porro, l'aglio, e la cipolla. Quanto all'aglio, gli sia decisamente vietato l'ingresso in cucina. La cipolla, che è pur necessaria in alcuni intingoli, dia il suo aroma al butirro, ma non entri come alimento nel piatto. La si fenderà quindi in croce, senza disgiungerne le sue parti e senza ta-

(1) Del vitello le parti migliori sono la punta di petto, la lonza, l'arrosto di codino, il traversino e la testa.

(2) Per le carni arrosto non si usi in genere che del butirro e di rado del lardo. Il sugo o fondo che lasciano e che si serve con esse, deve sempre digrassare; chè l'untume non giova ai forti e nuoce sempre agli stomaci deboli.

gliuzzarla; e, preso che abbia il color d'oro, la si toglierà dal butirro in cui è stata frita. Cotta in molt'acqua può mangiarsi impunemente in insalata.

7. I *capperi*, i *peperoni*, i *citrioli* conservati nell'aceto, i *tartufi* non sono di troppo facile digestione; e ciò sia detto contro il parere di molti. I soli tartufi, adoperati come aroma ed in piccolissima quantità, non faranno colla loro presenza indigesto un piatto.

8. Il *vino*, che talora si usa nella composizione di alcune vivande carnee, vuol esservi sempre versato prima del brodo e lasciato consumare più o meno sul fuoco. Così facendo, si sperderà il suo alcool, ma resterà il suo gusto abboccato nella vivanda.

9. Quanto alle *carni da friggersi* in tegame o da arrosolarsi sopra la gratella, notisi che se non vuoi perderne il sugo, bisogna esporle nei primi minuti di cottura a fuoco già ardente. Con questo mezzo, trovandosi tosto rosolate alla superficie e concentrandosi nell'interno il loro sugo, non si renderanno coriacee e croje. Ciò dicasi anche dei grassi o del butirro da friggere, i quali, se ben bollenti, stringono i pori della carne, e ne maturano all'istante i sughi senza incallarne le fibre. Se vuoi quindi avere un buon arrosto, non metterlo a fuoco, se il fuoco non è già ben vivo. Più tardi modera il fuoco e fa che le carni cuocano lentamente sotto il coperchio. Ridotte poi quasi a perfetta cottura, scopri le e aggiungi loro un po' di sugo, che lascerai evaporare a fuoco ancora ardente, sì che l'arrosto prenda un bel abbronzato.

9. Gli *animali a sangue freddo*, quali i pesci (1), i gamberi, le rane, le lumache, le ostriche, sono tutt'altro che leggeri per lo stomaco, come s'è creduto anche dai medici antichi. È perciò che i convalescenti si trovano assai meglio del pollo allessato, delle frittiture di cervella, di animelle o di coratella, che non della trota in bianco, della frittura di pesce, delle ostriche crude o cotte, o delle rane. It

(1) La carne dei pesci contiene maggior quantità di acqua di quella che si trova nelle altre carni, vale a dire 80 a 88 centesimi in luogo di 78 a 78. Ecco l'analisi della carne di trota fatta da Schlossberger: Acqua 80,8; fibrina 11,1; albumina 4,4; estratto alcoolico e sali 0,2; estratto acquoso e sali 0,2; fosfato di calce albuminoso 2,2.

brodo di quest'ultime è però molto morbido e leggiero. Il *caviar* (uova dello sturione salate e affumicate) è da lasciarsi ai ghiottoni perversi nel gusto.

40. I *cereali* e i *farinacei*, il *latte* e suoi prodotti, le *uova*, le *verdure cotte* costituiscono un ottimo alimento per l'uomo che per natura non è che ben poco carnivoro e invece granivoro, erbivoro e frugivoro, come lo dimostrano i suoi denti.

41. Antepongasi sempre il *pane* più semplice alle paste dolci in cui entrino il butirro e le uova. Il pane biscotto è esso pure inferiore ad un buon pane di fresca data, ma non caldo. La crosta nutre poco, e molto meno poi se abbrustolita o carbonizzata. Il pane mescolo di frumento e segale, o di frumento e grano-turco, è per molti gustoso e leggiero. Notisi però che l'abuso del pane è creduto produrre crudità, ostruzioni e pletora sanguigna.

La *polenta*, convenientemente cotta, è sana; ma produce talora acidità incommode di stomaco.

42. Il *riso* è da preferirsi nei nostri paesi a tutte le farine esotiche, quali la *tapioca*, l'*arrowroot*, il *sagou*, il *salep*, il *fercolo di Sassonia*, ec.; e così pure alle *paste* in genere ed a quelle importateci dall'estero in ispecie, le quali, a lungo conservate rinchiuso in casse, vi subiscono una sfioritura che le fa indigeste e nocive. La nostra pasta grossa, quando l'acqua bollente od il brodo l'abbia compiutamente penetrata e non conservi più alcun sapore di farina, è buona, nutriente e passante, mentre le paste fine e gli stessi *vermicelli* finissimi, detti capellini, tornano a gola a molti, per quanto sieno vantate come leggieri.

43. I *pomi di terra*, allorchè, col bollire in molt'acqua, abbiano perduto quel non so che di acre che in sè capiscono allo stato di crudità, riescono nutrienti e leggieri insieme. Anche le *castagne*, ben cotte e mangiate con moderazione, sono men flatulenti di quanto generalmente si pensa, e convengono soprattutto ai fanciulli.

44. Del *latte*, che nei primi mesi di nostra vita è per sè solo atto a produrre sangue, nervi, muscoli, ossa, tessuto cellulare, ghiandole e gli organi tutti della nostra macchina (1); come pure delle *uova*,

(1) Secondo *Lebel* e *Boussingault* il latte di vacca contiene 87,4 di acqua,

che a buon diritto si direbbero pollastri in miniatura, non occorre parlare, costituendo essi ottimi alimenti, trasformabili quasi per intero in sughi vitali. Non è però a tacersi come ad alcuni pochi il latte riesca flatulento e nuoca del pari che i latticini vecchi e rancidi; e come le uova sode, soprattutto se troppo cotte, cagionino non poche volte dei rutti nidorosi per lo zolfo che il tuorlo dell'uovo contiene:

15. Gli *erbaggi*, le *radici*, i *legumi*, i *frutti* sono piuttosto lassanti che facili a digerirsi dagli stomachi deboli. Cotti che sieno, antepònili sempre ai crudi. I *carciofi*, gli *spinaci*, i *cardi*, le *zucche* sono ottime verdure, quando sieno lessate in molt'acqua e condite con fresco butirro. Le *verze*, i *cavolifiori*, le *rape*, le *melanzane* o *petronciane* (in mil. *meresgian*) e perfino le *carote*, contengono un principio acre, ostico alla digestione, soprattutto se queste verdure si facciano cuocere in sostanze grasse senza previa bollitura in quantità copiosa di acqua. Vuoi tu usarne senza danno? Falle prima bollire in molt'acqua. La così detta *cazzuola* non per altro riesce tanto indigesta, se non perchè vi si lasciano cuocere le verze in *ristretto* invece di mettervele già state cotte prima in molt'acqua. I cavolifiori ed i cavoli broccoli non si devono servire che in insalata o con salsa, dopo che la bollitura in molt'acqua le abbia private dell'acredine, e non mai in frittura. Le carote al butirro esse pure vogliono cuocere prima nell'acqua. Le melanzane, cotte nell'istesso modo in molt'acqua, poi salate, indorate con tuorlo d'uovo e involte in pane grattugiato, costituiscono un' eccellente frittura.

16. Gli *sparagi* comunicano il proprio odore alle orine ed al sudore e producono, a lungo andare, un indebolimento di stomaco e di tutta la persona, nè sono di tanto facile digestione da meritarsi quel favore generale di che si onorano. Le *barbe di becco* non convengono agli stomachi deboli e irritabili. La *barbabetola* cotta e in insalata è rinfrescante e rilasciante, ma frigida. I *sédani* (in mil. *seller*) cotti hanno meno di aroma, ma riescono più facilmente nutrienti. Quanto

4,0 di butirro; 5,0 di zucchero di latte e di sali solubili; 3,6 di caseo, albumina e sali insolubili. — E fra i sali che contiene il latte, vi sono appunto tutti quelli di che la nostra macchina abbisogna per il suo sviluppo, cioè i fosfati di calce, di magnesia, di ferro, di soda, il cloruro di sodio e il carbonato di soda.

alle civaje o *legumi* propriamente detti, se *verdi* e messi a cuocere nell'acqua che bolle, si possono paragonare alle castagne ed ai pomi di terra; ma i *secchi* vanno messi a fuoco nell'acqua fredda perchè abbiano il tempo di rinverdirvi, altrimenti sarebbero nocivi.

17. I *ramolacci* (1) non essendo un vero alimento, ma bensì uno stimolo indigesto, lasciali a chi li vuole, non altrimenti che i *citrioli* (in mil. *cocumer*) freschi in insalata, il *kren*, i *funghi* e simili. E, parlando di questi ultimi, sia detto in passando, erronea essere la volgare credenza che il cuocerli con certi vegetabili o metalli valga a toglier loro il veleno se sono di specie velenosa. Molti dei funghi non mangerecci lasciano terso e lucente il cucchiajo d'argento che si ponga a bollire con essi, mentre all'opposto le tante volte ne esce annerito quando lo si mette a cuocere con funghi di specie non velenosa.

18. Tra i frutti crudi ottima è l'*uva* matura, e con essa si fanno talora delle cure sorprendenti di malattie croniche; ottime le *pesche* (2), le *meliàche*, le *pera*, le *mela*, le *ciliege*, le *marasche*, ma non così le *nespole* e le *susine* (in mil. *brugn*), che sono astringenti le prime e lassanti le seconde.

Frigide sono le *fragole*, ma con sugo di limone o con vino e zucchero riescono più facili a digerirsi dei *lamponi*. — I *poponi* (in mil. *melon*) sono da lasciarsi al pari dei *cocomeri* (in mil. *inguri*), perchè frigidi, di difficile digestione e tali che tornano per molte ore a gola.

19. I *frutti* vogliono essere *cotti* in istoviglie di terra verniciata e non nel rame; chè, contenendo essi degli acidi liberi (3), s'appropriano, nel cuocere, parte del rame anche degli utensili meglio stagnati.

20. In generale non si lascino mai freddare sostanze mangerecce, anche non acide e grasse; in vasi di rame. Ultimata la bollitura, si versino tosto in istoviglie.

(1) Cotti come le rape ed in insalata riescono alquanto meno gravosi allo stomaco che crudi.

(2) Pochi sanno che le pesche sono eccellenti anche cotte nell'acqua alla maniera con cui soliamo farvi cuocere le uova da bere.

(3) Dai frutti si estraggono gli acidi malico, acetico, citrico, tartrico, ossalico e gallico; ma non si trovano mai tutti riuniti in un sol frutto.

21. Il *cioccolato* non è altro che un *butirro* di cacao (1) misto ad albumina vegetale ed a teobromina (sostanza molto affine alla theina ed alla cafeina), e costituisce una bibita nutriente e tonica, appropriata agli stomaci dei vecchi. Ma non dividasi col volgo l'errore di credere che il così detto cioccolato *à la santé* e l'*osmazomico* nutrano più e passino meglio di quello alla cannolla od alla vaniglia. Quel *butirro* che costituisce la parte essenziale di questa bevanda detta degli Dei, riesce pur di peso allo stomaco, se un aroma non lo rialza. Ciò cui devesi por ben mente si è che ottima sia la mandorla di caracca e finissimo l'aroma che vi si unisce.

22. I *dolci* di puro zucchero più o meno aromatizzato costituiscono delle superfluità nocive ai ragazzi, anche nel senso che fan loro perdere il gusto per un'alimentazione più semplice e soda. Lo stesso zucchero raffinato, che molti si mangiano per passatempo, convertendosi facilmente in acido lattico, come già s'è veduto, intacca lo smalto de' denti e può essere col tempo cagione, spesso inavvertita, di lenta gastrite.

23. E qui, terminando, noteremo solo che delle sostanze tutte, da noi chiamate a servire al nostro nutrimento, ciascuna ha un diverso apogeo di esculenza, nel quale il suo gusto è portato al grado massimo di perfezione; ma s'abbia bene in mente che questo apogeo di esculenza non dev'essere confuso con quello di digeribilità. Così è che alcune di queste sostanze si trovano già pervenute al punto culminante di esculenza prima che sieno giunte al loro perfetto sviluppo, come, a cagion d'esempio, i capperi, gli asparagi, le pernici giovani, i piccioni da nido detti *à la cuiller*, ec.; altre vi giungono nel tempo in che anche il loro pieno sviluppo è compiuto, come i poponi, la maggior parte de' frutti, il manzo, il montone, il capriolo; ed altre finalmente quando principiano a decomporsi, come le nespole, la beccaccia e segnatamente il fagiano.

(1) Giusta l'analisi di *Lampadius*, il cacao contiene 85,10 di materia grassa (*butirro*); 17,80 di albumina; 7,75 di gomme; 10,91 di amido; 2 di principio colorante rosso; 4,78 di acqua; e, secondo *Boussigault*, anche 2 di teobromina.

ELENCO DEI PIATTI

I piatti più convenienti, perchè più facili e più economici,
si troveranno in questo elenco contrassegnati coll' asterisco.

Salse.

<p>Salsa alla cappuccina (di grasso) <i>N.</i> 1</p> <p>Salsa con panna (di grasso) » 2</p> <p>Salsa con panna (di magro) » 3</p> <p>*Salsa di vino e zucchero (per grasso e per magro) » 4</p> <p>*Salsa agro-dolce (di grasso e di magro) » 5</p> <p>Salsa bianca (di magro) » 6</p> <p>*Salsa verde (di magro) » 7</p> <p><i>Mayonnaise</i> (di magro) » 8</p> <p>Salsa <i>à la maître d'hôtel</i> (di grasso) » 9</p> <p>Salsa fredda <i>à la maître d'hôtel</i> (di magro) » 9</p> <p>*Salsa <i>Béchameil</i> (di magro) » 10</p> <p>*Salsa fredda di acciughe (di magro) » 11</p> <p>*Salsa di senape (di magro) » 12</p>	<p>*Salsa fredda piccante alla senape (di magro) . . . <i>N.</i> 13</p> <p>*Salsa con capperi per il pesce » 14</p> <p>Salsa <i>faute de beurre</i> (di magro) » 15</p> <p>Salsa di pinocchi (di magro) » 16</p> <p>Salsa di pinocchi piccante (di magro) » 16</p> <p>Salsa panata inglese (di grasso) » 17</p> <p>Salsa olandese gialla (di magro) » 18</p> <p>Salsa di marasche (di magro) » 19</p> <p>*Salsa di pomi d'oro (di grasso) » 20</p> <p>Salsa di pomi d'oro per l'inverno » 335</p>
---	---

Zuppe e Minestre.

<p>Zuppa alla borghese (di grasso) <i>N.</i> 21</p> <p>Zuppa di carote composta (di grasso e di magro) » 22</p> <p>Zuppa alla modenese (di grasso) » 23</p> <p>Zuppa d'indivia (di magro) » 24</p> <p>*Riso alla cappuccina (di grasso) » 25</p> <p>*Risotto alla milanese (di grasso) » 26</p>	<p>Riso in <i>cagnoni</i> (di magro) <i>N.</i> 296</p> <p>*<i>Pilau</i> di Turchia (di grasso) » 27</p> <p>Zuppa di castagne e latte (di magro) » 28</p> <p>Zuppa di agnellotti alla milanese (di grasso) » 29</p> <p>Zuppa di agnellotti (di magro) » 29</p> <p>Zuppa di gnocchi alla tedesca (di grasso) » 30</p>
---	---

Zuppa di gnocchi soffici alla polacca (di grasso) . . . <i>N.</i>	31	<i>Pappa scianscia</i> (di magro) <i>N.</i>	37
Zuppa di gnocchetti alla romana (di grasso) . . . "	32	*Brodetto de' Veneziani (di magro) "	38
*Zuppa di farina abbrustolita (di magro) "	33	*Zuppa di rane (di magro) "	39
Zuppa di grattini veronesi (di grasso) "	34	Zuppa alla regina (di grasso) "	40
Minestra di semolino (di magro) "	35	Zuppa per l'inverno (di grasso) "	41
Zuppa con pasta fatta in casa (di magro) "	36	*Zuppa per l'estate (di magro) "	42
		(<i>Vedi altre zuppe e minestre nella Cucina d'olio e nella Cucina pei convalescenti.</i>)	

Brodi e Sugh.

Consumato di vitello. . . <i>N.</i>	43	Sugo stufato di grasso . . . <i>N.</i>	47
Un brodo fatto in un' ora . . . "	44	(<i>Vedi altri brodi e sugh nella Cucina pei Convalescenti e nella Cucina d'olio.</i>)	
*Brodo di magro "	45		
Sugo di magro "	46		

Plattini in tavola (*Hors d'œuvres*).

Butirro <i>N.</i>	48	ConsERVE di frutti . . . <i>N.</i>	53
Acciughe "	49	Sédani (<i>cèleri</i>) "	54
Salato misto "	50	Ravanelli "	55
Peperoni, funghi ed olive . . . "	51	Formaggi di diverse qualità e stracchini "	56
Mostarda "	52		

CUCINA DI GRASSO**Fritture di grasso.**

*Frittura di fegato. . . . <i>N.</i>	57	Frittura di peducci di porco <i>N.</i>	62
<i>Granelli</i> di montone fritti . . . "	58	*Coppiette (in milanese <i>mondighili</i>) "	63
*Frittura di pollo già cotto . . . "	59	*Manzo bollito, fritto alla veneziana "	64
*Frittura grassa di risotto . . . "	60	*Frittura composta "	65
*Costolette di porco, di vitello, oppure di pollo, alla grattella "	61		

Allessi di grasso.

*Stufato alla milanese. . . <i>N.</i>	66	Altro metodo per fare il <i>beefsteak</i> <i>N.</i>	70
Stufato più semplice. "	66	*Vitello allessa "	71
<i>Boeuf à la mode</i> "	67	*Cappone allessa con pieno di noci "	72
Manzo alla certosina. "	68	Punta di vitello con pieno di noci "	72
Manzo nel sugo di cipolle "	69		
* <i>Beefsteak</i> all'inglese "	70		

Piatti di mezzo di grasso.

	(BUE.)				
Manzo alla California . . .	N.	73	Come si prepara la gelatina di grasso	N.	93
*Stufato col manzo allessso »		74	(LEPRE E CONIGLIO.)		
Manzo alla polonese con sugo di barbabietole.		75	Fricascea di coniglio.		97
*Lingua di bue allo stufato »		76	Lepre <i>en civet</i>		98
*Trippa di bue alla milanese »		77	Lepre alla tedesca		99
	(VITELLO.)		Lepre allo spiedo con panna »		100
Fesa di vitello con gelatina »		78	(POLLAME.)		
*Braciuciole di vitello		79	*Pollo d' India (in mil. <i>pollin</i>) à la <i>daube</i>		101
* <i>Fricandeau</i>		80	Oca à la <i>daube</i> od in <i>salmis</i> »		101
*Costoline di vitello alla cuoca ca		81	Pollo d' India à la <i>maitre</i> d' <i>hôtel</i>		102
*Costoline alla minuta		82	Cappone stufato		103
*Focaccia di vitello con acciughe ciughe		83	Pollastri alla delfina (<i>fricas-</i> <i>sés</i>)		104
*Vitello tonnato		84	*Pollastri con riso <i>pilau</i> »		27
Altre maniere di fare il vitello tonnato		84	<i>Blanquette</i> di pollo		105
Polpettine tonnate microscopiche piche		85	*Minutaglie di polli con salsa »		106
*Fettine di vitello accomodate date		86	Pollastri alla panna		107
Zampe di vitello à la <i>poulette</i> lette		87	Pollastro freddo con salsa »		108
Animelle (in mil. <i>laccett</i>) all'agro- dolce		88	(PICCIONI.)		
*Orecchia di vitello in agrodolce dolce		89	Piccioni o pollastrelli à la <i>crapaudine</i>		109
*Lingue di vitello		90	Piccioni <i>en fricassée</i>		110
	(FEGATO.)		*Piccioni nella stufarola (in mil. <i>stuin</i>)		111
Fegato di vitello alla marmottina mottina		91	*Piccioni à la <i>daube</i>		112
*Fettine di fegato nella loro sostanza		92	<i>Crapaudine farcie</i>		113
*Polpettine di fegato		93	*Pasticcio di piccioni		114
	(PORCO.)		(FAGIANI, PERNICI.)		
Costoline di porco all'uso del cacciatore		94	Fagiani, coturnici e simili in <i>salmis</i>		115
	(MONTONE.)		Pernici all'uso del cacciatore »		116
Coscia di montone con fagioli gioli		95	(PIATTI DI MEZZO COMPOSTI.)		
*Costolette di montone all'amorosa morosa		96	*Tortino di sangue di pollo »		117
			*Pomi di terra al lardo		118
			*Polenta ed uccelli scappati »		119
			Sédani al sugo		120
			*Carote alla salsiccia		121
			*Riso in prigione alla salsiccia »		122
			*Gnocchi di riso		123
			*Cannoncini (in mil. <i>macca-</i> <i>ron</i>) al sughillo		124

Arrosti di grasso.

(BUE, VITELLO.)	
Culaccio di bue arrosto con pomi di terra	N. 125
*Beefsteak (vedi tra gli Al- lessi)	70
Roast-beef alla casserola	126
*Filetto di bue alla panna	127
*Arrosto di vitello col latte	128
*Arrosto di vitello con panna e fette di rognone	129
*Arrosto di vitello alla Schnit- zel	130
*Polpettine di vitello distese	131
(PORCO.)	
*Costolette di porco alla gra- tella (tra le Fritture)	61

(POLLO.)	
Pollastri fritti	N. 132
*Cappone alla gendarme	133
*Cappone alla siciliana	134
(ANITRA, UCCELLETTI.)	
*Anitra arrosto senza condi- mento	135
Anitra allo spiedo	136
*Uccelletti nella stufarola (in mil. stuin.)	137
*Uccelletti alla bresciana	138
(QUAGLIE, FAGIANO.)	
Quaglie all' inglese	139
Fagiano arrosto	140
Come si debba riscaldare l' arrosto freddo	140

CUCINA DI MAGRO*Primi piatti.***Fritture di magro.**

(PESCI E RANE.)	
*Frittura di pesci, gamberi e rane	N. 141
Frittura di falsa di pesce	142
Frittura di luccio	143
*Frittura di gamberi e rane con panna e ricotta	144
(FARINACEL.)	
*Frittura di pomi di terra	145
*Frittura di pomi di terra sem- plicissima	146
Frittura à la duchesse	146
*Polenta in frittura	147

Polenta in frittura alla lodi- giana	N. 147
Frittura di pane alla vestale	148
*Frittelli di riso e latte	149
Frittura dolce di fior di fa- rina	150
Frittura dolce di semolino	150
Frittura di ricotta (in mil. mascarpon)	151
Frittura con mandorle toste	152
(VERDURE.)	
*Frittura di zucche	153
*Zucchette ripiene	154

*Secondi piatti.***Uova, Verdure, Farinacci, Pesci, Rane, Folaghe.**

(UOVA.)

Frittata alla piemontese	N. 155	*Busecchia di magro	N. 160
*Frittata con salsa d' uova	156	*Uova alla neve	161
*Fonduja (piatto piemontese)	157	*Uova al pane	162
*Frittata soufflée dolce	158	*Uova affogate	163
Omelette au rhum	158	*Uova alla panna	164
*Pannicelli (Pannequets)	159	*Uova strapazzate	165

(VERDURE.)

Piselli al buon gusto . . . N. 166

Purée fatta coi bacelli dei piselli . . . » 166

*Piselli allo zucchero . . . » 167

Poddingo non dolce di piselli » 168

*Fagiuoli *à la maître d'hôtel* » 169

*Fagiuoletti (in mil. *cornitt*) con zabajone . . . » 170

*Spinaci alla panna (*Purée*) » 171

Spinaci all'olio (*vedi nella Cucina d'olio*) . . . » 300

Purée di piselli . . . » 171

Purée di fagiuoli (in milanese *taccol*) . . . » 171

**Purée* di fagiuoletti (*cornitt*) » 171

*Torta di spinaci (*scarpazza*) » 172

*Malfatti di spinaci . . . » 173

Zucche *trifolate* (*vedi nella Cucina d'olio*) . . . » 300

Carote o zucchette in agrodolce . . . » 174

*Carote *à la Béchameil* » 175

Citrioli alla panna . . . » 176

Cardoni con salsa bianca » 177

*Cavolfiori o broccoli con salsa bianca . . . » 178

Verze alla cappuccina . . . » 179

Carciofi al vapore . . . » 180

*Marinatura di zucche . . . » 181

*Funghi alla casalinga . . . » 182

Tartufi al formaggio dolce » 183

(FARINACEI.)

*Pomi di terra alla panna » 184

**Purée* di pomi di terra. N. 185

Pomi di terra arrostiti . . . » 186

Pomi di terra *trifolati* (*vedi nella Cucina d'olio*) . . . » 300

*Gnocchi di pomi di terra » 187

*Gnocchi alla romana. » 188

Casonsei alla bergamasca » 189

Torta di *purée* di ceci . . . » 190

Poddingo di vermicelli alla tedesca . . . » 191

*Polenta pasticce. * con *ragout* » 192

(PESCI.)

*Tinca carptionata . . . » 193

Tinca piumentata. . . » 194

*Polpettine di pesci persici » 195

*Luccio al salmone . . . » 196

Luccio alla tedesca . . . » 197

*Tonno all'italiana . . . » 198

*Tonno alla gratella . . . » 199

Anguilla alla gratella . . . » 199

Rocchj di carpione allo spiedo . . . » 200

Trota alla gratella . . . » 201

Branlade (piatto marsigliese) . . . » 202

Aringhe salate alla gratella » 203

Carpana alla tedesca. . . » 204

Stufato di sturione . . . » 205

(RANE.)

*Rane *à la poulette* . . . » 206

(FOLAGHE.)

Folaga alla provinciale . . . » 207

*Folaga in *salmis* . . . » 208

Folaga arrosto. . . » 209

Terzi piatti.

Piatti dolci.

*Poddingo *soufflé* di spinaci . . . N. 210

*Poddingo *soufflé* d'indivia » 210

Carote in giulebbo . . . » 211

Charlotte di carote . . . » 211

*Poddingo di carote . . . » 212

*Poddingo di zucche con *ca-vollatte* . . . » 213

**Cavollatte* . . . » 213

*Poddingo *soufflé* di pomi di terra . . . » 214

Torta dolce di riso e latte N. 215

Poddingo di pasta (*beignet*) » 216

Poddingo di semolino . . . » 217

Omelette au sucre . . . » 158

*Zabajone . . . » 217

*Polenta dolce . . . » 218

*Torta di farina gialla e farina bianca . . . » 219

Uova al *gratin* . . . » 220

*Poddingo alla vergine . . . » 221

Poddingo alla nobile. . . » 222

Poddingo inglese con panna e burro <i>N.</i> 223	*Frutti ripieni <i>N.</i> 245
*Poddingo di pane, latte e cioccolato " 224	Dolce fatto col sugo di ci- liege " 246
<i>Soufflée</i> con cioccolato " 225	*Zuppa di ciliege o marasche per l'estate. " 247
Ricotta (in mil. <i>mascarpon</i>) alla inglese " 226	Zuppa di pane ed uva pas- sula per l'inverno " 248
<i>Crème renversée</i> (in mil. <i>tar- tara</i>) " 227	*Prugne secche al giulebbo " 249
<i>Crème au vin</i> " 228	<i>Foueté</i> di frutti " 250
<i>Crème au café</i> " 229	*Gelatine trasparenti di frutti " 280
* <i>Kugelhupf</i> " 230	Gelatina di ribes o di lam- poni, da conservarsi. " 325
<i>Strudel</i> " 231	Conserva di fragole o lam- poni " 326
* <i>Plum pudding</i> modificato " 232	Marmellate di frutti " 327
<i>Plum-cake</i> " 233	(TORTELLI.)
*Torta di pera e pane di <i>mi- stura</i> " 234	Tortelli di uova e farina " 251
* <i>Charlotte</i> di pomi " 235	Tortelli di pane " 252
Pasticcini con frutti " 236	*Tortelli di fecola di pomi di terra " 253
<i>Charlotte</i> di carote " 241	Tortelli di soli pomi di terra " 254
Dolce di limone cotto " 237	* <i>Beignets</i> per frittelli di frutti " 255
*Zabajone allo stampo " 238	<i>Beignets à la crème</i> " 256
* <i>Fromage à la crème</i> " 239	* <i>Beignets à la monsieur</i> " 257
<i>Blanc-manger</i> " 240	<i>Crêpes</i> " 258
Poddingo di pesche " 241	Nastrini delle monache o gonfioni " 259
Pesche nelle <i>chicchere</i> " 242	
*Pesche à la <i>framboise</i> " 243	
*Pera al mosto. " 244	

Quarti piatti.

Piatti di credenza.

<i>Croquets</i> alla parigina <i>N.</i> 260	Pasta di marzapani <i>N.</i> 268
Schiumette di mandorle " 261	*Pasta frolla. " 269
Ossa di morti " 262	Pasta sfogliata. " 270
*Crocanti. " 263	Paste genovesi " 271
Amaretti " 264	*Pasta alla Maddalena " 272
Mostaccioli " 265	<i>Bussolà</i> di Brescia " 273
Biscottini d'anici " 266	Pane di latte alla tedesca " 274
Pane di Spagna " 267	<i>Magen-Brod</i> " 275

Gelati e Gelatine.

*Sorbetto di panna <i>N.</i> 276	Panna montata e gelata con fragole <i>N.</i> 279
Gelato di fragole con mara- schino " 277	*Gelatine trasparenti gelate " 280
Crema gelata alle fragole " 278	<i>Foueté</i> gelato di frutti " 280

CUCINA PER I CONVALESCENTI

Gelatina semplice. <i>N.</i> 281	Tapioka <i>N.</i> 285
Sagou in brodo " 282	Racahout degli Arabi " 286
Orzo di Germania " 283	Farina di riso preparata in casa " 287
Brodo di farina di patate " 284	

CUCINA D'OLIO

Brodo di rane. <i>N.</i> 288	*Riso in <i>cagnoni</i> <i>N.</i> 296
Sugo d'olio " 289	Polenta alla salvia " 297
*Orzo di Germania " 290	*Trota in bianco " 298
*Zuppa di fave " 291	Lumache alla svizzera " 299
*Zuppa di lenti " 292	*Spinaci, zucche o pomi di terra all'olio con acciughe " 300
Zuppa di fagioli secchi " 292	*Insalata di scorzonera " 301
Zuppa alla giardiniera " 293	*Insalata di broccoli, ec. " 302
Zuppa di mandorle ed ac- ciughe " 294	*Tinca al carpione. " 303
*Riso alla cappuccina. " 295	Caffè e latte d'olio " 304

ROSOGLI E VINI ARTIFICIALI

* <i>Chartreuse</i> <i>N.</i> 305	Vino di Cipro <i>N.</i> 313
Rosoglio di Parigi " 306	Vino moscato di Frontigna- no " 314
Alchermes " 307	Vino di <i>Lacryma Christi</i> " 315
Rosoglio di ciliege " 308	Vino di Madera " 316
Limonata cotta gazosa " 309	Aceto artificiale " 317
<i>Champagnino</i> senz' uva " 310	Punch " 318
Vino d'albicocche imitante il Lunello " 311	Thè " 319
Vino <i>Château-Margot</i> " 312	Sapajean " 320

SOSTANZE CONSERVATE

*Conservazione naturale dei frutti <i>N.</i> 321	Marmellate di frutti <i>N.</i> 327
Conservazione delle albicoc- che ed altri frutti. " 322	<i>Compote</i> d'albicocche con frutti interi " 328
*Conservazione delle pesche finó al marzo " 323	Scioppo di pomi cotogni " 329
*Conservazione dei frutti nello spirito di vino " 324	Cedrato e scorze di limoni e di aranci in scioppo. " 330
Gelatina di ribes o di lam- poni per l'inverno " 325	Mostarda " 331
Conserva di fragole o di lam- poni " 326	*Conservazione a secco dei fa- giuoletti verdi (<i>cornitt</i>) e dei funghi " 332
	Conservazione dei fagiuoletti verdi al carpione " 333

Conservazione dei pomi d'oro
per l'inverno . . . N. 334
Salsa di pomi d'oro per l'in-
verno. » 335
Conservazione delle uova » 336

Conservazione dei pomi di
terra N. 337
Conservazione del brodo du-
rante l'estate » 338
Conservazione dei funghi pic-
coli » 339

RICETTE UTILI NELL'ECONOMIA DOMESTICA

*Spezie ad uso di cucina N. 340
Perfetta cottura dei legumi
farinosi » 341
Maniera di fondere il butirro
per l'inverno » 342
Mezzo per avere al momento
del butirro fresco. . . » 343
Come preservare il pesce
dalla corruzione . . » 344
Come tenere il vino in fresco
quando non si ha ghiaccio » 345
Come si possa ingrassare un
pollastro in quindici gior-
ni, sì che pesi il doppio » 346
Fabbricazione dell'amido o
fecola di pomi di terra » 347
*Inchiostro azzurro a pochi
centesimi al boccale . . » 348
Inchiostro rosso » 349
Inchiostro violetto . . . » 350
Inchiostro nero » 351
Inchiostro per marcare le
lingerie » 352
Inchiostro bianco per iscri-
vere sulle bottiglie . . » 353
*Lucido per le scarpe. . . » 354
*Pasta per mantenere la pelle
morbida » 355
*Unti per i capelli . . . » 356

Grasso inglese per le ruote
delle carrozze . . . N. 357
*Catrame per le bottiglie » 358
Coni odoriferi per profu-
mare » 359
Mezzo facile per uccidere le
mosche » 360
Come si salda la porcellana
e si stuccano i vetri . . » 361
Come si possa conservare
buona per un anno una
penna da scrivere. . . » 362
Come si rimette a nuovo un
cappello che sia stato alla
pioggia » 363
Come si puliscono gli oggetti
d'oro. » 364
Come si toglie la ruggine al
ferro od all'acciajo . . » 365
Usi della soluzione di po-
tassa » 366
Per dare il colore e la lucen-
tezza ai pavimenti di mat-
tonelle » 367
Delle macchie sugli abiti e
dei mezzi di levarle . . » 368
Indice per la rotazione quo-
tidiana de' piatti . Pag. 151

S A L S E



1. Salsa alla cappuccina (di grasso).

Ingredienti = *Milza, burro, cipolla, brodo, erbe odorose.*

Taglia a piccoli dadi una milza di vitello e mettila a friggere con un pezzetto di burro ed una cipolla spaccata in croce. Fritta, bagnala con brodo o sugo e lasciala cuocere lento per un quarto d'ora con un mazzetto d'erbe odorose. Getta via la cipolla, toglì il mazzetto e passa il resto attraverso di uno staccio forte. — *Ottima salsa che fa più saporiti gli allessi.*

2. Salsa con panna (di grasso).

Ingredienti = *Presciutto, burro, farina, panna, spezie, timo, maggiorana.*

Tagliuzzà una fetta di magro presciutto e fallo friggere con un pezzetto di burro ed un cucchiajo di farina bianca. Uniscivi un bicchier di panna, una presa di spezie con del timo e della maggiorana. Lascia cuocere fino a densità e passa il tutto per lo staccio. — *Conviene alle animelle lessate (in milanese lacceit) ed alle costolette.*

3. Salsa con panna (di magro).

Ingredienti = *Butirro, prezzemolo, sale, pepe, noce moscada, panna.*

Mescola in una casserola quattro once di burro, un pizzico di prezzemolo tritato, sale, pepe in grani, poca noce moscada raschiata, ed un bicchiero di panna. Fa bollire il tutto per un quarto d'ora sotto continuo rimescolamento. — *Vi si fanno cuocer dentro pomi di terra, pesci, ec.*

4. Salsa di vino e zucchero (per grasso e per magro).

Ingredienti = *Zucchero, butirro, vino, mostaccino, scorza di limone.*

Metti a fuoco un cucchiaino di zucchero con altrettanto di butirro. Quando lo zucchero avrà preso il color rosso, aggiungivi un cucchiaino di vino, e, dopo due bollori, un mostaccino pesto ed una scorzetta verde di limone, e rimesta bene il tutto. — *Sulle carni e sugli erbaggi.*

5. Salsa agro-dolce (di grasso e di magro).

Ingredienti = *Zucchero, butirro, farina, amaretto, aceto, brodo.*

Fa abbrustolire dello zucchero, aggiungivi un poco di butirro ed un pizzico di farina bianca, e, preso che abbia il color d'oro, incorporavi un amaretto in polvere ed instillavi un filo di aceto. Asciugato l'aceto, diluisci la salsa con un po' di brodo di grasso o di magro ed uniscivi, se vuoi, dell'uva passa piccola e dei pinocchi che vi lascerai bollire insieme per un istante. — *Buona sulle costolette e sull'orecchia di vitello allessa.*

6. Salsa bianca (di magro).

Ingredienti = *Farina, acqua, sale, pepe, butirro, aceto o sugo di limone.*

Fa bollire un mezzo cucchiaino di farina bianca o di farina di pomi di terra con sufficiente quantità d'acqua per fare una poltiglia non troppo densa; aggiungivi sale e pepe grosso. Quando la farina è cotta, metti un bel pezzo di butirro che farai appena fondero nella salsa. Al momento di servire la salsa aggiungivi un filo di aceto o del sugo di limone e passala allo staccio. — Vi si può unire anche qualche tuorlo d'uovo.

7. Salsa verde (di magro).

Ingredienti = *Prezzemolo, mollica di pane, aceto, zucchero, spezie, olio.*

Pesta nel mortajo una buona manciata di prezzemolo con della mollica di pane inzuppata nell'aceto e spremuta. Passa il pastume allo staccio e uniscivi quanto basta di zucchero per addolcirlo, una

piccola presa di spezie e dell'olio per renderlo liquido a modo di salsa. — *Serve per il manzo, il pollame, il pesce in bianco.*

8. *Mayonnaise* (di magro).

Ingredienti = *Uova, olio, sugo di limone, sale, pepe.*

Sbatti forte e sempre dalla stessa parte con un cucchiajo di legno due tuorli (in mil. *ross*) d'uova, versavi a gocce, e sempre rimestando, un cucchiajo d'olio fino. Al momento di servire la salsa uniscivi qualche stilla di sugo di limone, sale e pepe, in modo che la salsa, ben rimestata, non riesca nè troppo agra nè troppo liquida. — *Salsa ghiotta per polli allessi, freddi.* — NB. Se non ti riesce una salsa omogenea, dell'aspetto della panna, metti il recipiente sul ghiaccio pesto con sale, ricomincia a sbatterla, e col favore del freddo ne otterrai la miscela. Alcuni adoperano un tuorlo d'uovo fresco e l'altro cotto duro, per poter più facilmente e con maggior prestezza inspessire la salsa.

9. *Salsa alla Maitre d'hôtel* (di grasso e di magro).

Ingredienti = *Consumato, acciughe, butirro, prezzemolo, limone.*

In due bicchieri di consumato, ridotti col fuoco a scioppo, getta due acciughe tritate finamente, e, dopo due subbogli, due once di butirro, un cucchiajo di prezzemolo trito ed il sugo di un limone. Tramena forte il tutto senz'altra bollitura. — NB. Si può allestire a freddo la stessa salsa (di magro) con due once di butirro fatto fondere a fuoco, il sugo di un limone, prezzemolo trito, sale e noce moscada raschiata. — *Serve egualmente per le carni alla gratella, come per quelle a lessa.*

10. *Salsa Béchamel* (di magro).

Ingredienti = *Butirro, farina, sale, pepe, latte.*

Fa fondere un pezzo di butirro con un cucchiajo di farina, metticci sale e pepe bianco in polvere, e prima che la farina arrossi, bagnala con un bicchiere di latte bollente. Sempre rimestando, lascia che la salsa si addensi e perda il sapore della farina. — *Ottina per i pomi di terra, i cavolifiori già lessati, ec., che vi si fanno bollire insieme.*

11. Salsa fredda di acciughe-Beurre d'anchois

(di magro).

Ingredienti = *Acciughe, butirro, sugo di limone, noce moscada.*

Pesta nel mortajo sei acciughe ben diliscate e lavate, con un'oncia e mezzo di butirro, il sugo di mezzo limone e poca noce moscada raschiata. Passa il tutto allo staccio. — *Buona per le carni a lessa calde e fredde e per i beefsteak.*

12. Salsa di senape (di magro).

Ingredienti = *Senape, sale, aceto.*

Stendi in un tondo un'oncia di senape in polvere finissima con due pizzichi di sal fino; versaci sopra mezzo bicchiere di buon aceto; stempera bene il tutto con un cucchiajo di legno; lascialo fermentare per ventiquattro ore; poi raccogliilo in una salsiera da mettere in tavola.

13. Salsa fredda, piccante, alla senape (di magro).*(Rémolade)*

Ingredienti = *Prezzemolo, capperi, acciughe, senape, sale, pepe, olio, limone.*

Trita minutamente un pizzico di prezzemolo con un cucchiajo di capperi e due acciughe; aggiungivi un cucchiajo di salsa di senape, sale e pepe, e stempera il tutto con tre once d'olio d'ulive, che verserai a poco a poco, sbattendo sempre la salsa fino a perfetta lega. Al momento di servirla uniscivi il sugo di un limone. — *Va col pol-lame, colle costolette alla gratella e col pesce.*

14. Salsa con capperi per il pesc.

Ingredienti = *Butirro, farina, bianca, sale, pepe, aceto, capperi.*

Metti a fuoco in una casserola tre once di butirro fresco ed uniscivi, rimestando, un cucchiajo di farina, sale e pepe. Mesci a caldo la salsa senza lasciarla bollire, ed al momento di servirla aggiungivi un filo di aceto e dei capperi. — *Sul pesce in bianco.*

15. Salsa faite de beurre (di magro).

Ingredienti = *Tre uova, olio, sale, pepe, noce moscada.*

Getta in una casserola tre tuorli d'uova crude, e incorporali con sei cucchiaj d'olio d'ulive, che verserai sulle uova poco alla volta; mettimi sale, pepe e noce moscada. Scalda a bagno-maria non bollente, rimestando sempre finchè il tutto sia ben legato e amalgamato. — *Sulle carni a lessò.*

16. Salsa di pinocchi (*in mil. pigeu*) (di magro).

Ingredienti = *Pinocchi, zucchero, cannella, panna.*

Pesta nel mortajo tre once di pinocchi, spruzzandoli d'acqua perchè non facciano olio. Toltili dal mortajo e messi in una terrina, aggiungi loro un'oncia di zucchero, una presa di cannella e un mezzo bicchiere di panna. Incorpora bene la salsa e passala allo staccio. — Se la vuoi *piccante* pesta tre once di pinocchi con una mollica di pane inzuppata nell'aceto e spremuta, un tuorlo d'uovo cotto e due acciughe. Passala allo staccio e incorporavi olio, sale e pepe. — *Ti servirà benissimo sulle uova affogate, su i polli a lessò, sull'arrosto, ec. La piccante va colle verdure.*

17. Salsa panata (*Bread-sauce*) **Inglese** (di grasso).

Ingredienti = *Pane, latte, brodo, prezzemolo, lauro, sale, pepe, butirro.*

Fa bollir cheto per un'ora in una casserola quattro once di mollica di pane con due bicchieri di latte e due di brodo, qualche rammicello di prezzemolo, una foglia di lauro, sale e pepe. Cola la salsa, e stemperavi, al punto di servirla, un'oncia di butirro. — *È la salsa per la selvaggina.*

18. Salsa olandese gialla (di magro).

Ingredienti = *Butirro, uova, sale, aceto, macis.*

Metti in una casserola piccola e profonda quattro oncie di butirro, tre tuorli d'uova, sale ed un cucchiajo di aceto in cui sia stato infuso

per quattro ore un danaro di macis in polvere. Metti la piccola casserola a bagno-maria, e, intanto che il butirro vi si fonde, rimesta bene la salsa finchè appaja inspessita. — *Servila col pesce in bianco.* — NB. Questa salsa, che non si trova nei libri classici di cucina, è dolce, leggiera e soave.

19. Salsa di marasche (*in mil. marenn*) (di magro).

Ingredienti = *Marasche, vino, zucchero, cannella.*

Tolto l'osso alle marasche, falle bollire con vino, zucchero e cannella. Ridotte così in giulebbo, passale allo staccio e ritornale al fuoco fino a voluta densità. — *Per le costolette.*

20. Salsa di pomi d'oro (*in mil. tomates*) (di grasso).

Ingredienti = *Sédano, carota, prezzemolo, lauro, butirro, pomi d'oro, sale, pepe, brodo.*

Fa friggere per un istante nella casserola un sedano (*céleri*) ed una carota a fette, qualche ramicello di prezzemolo ed una foglia di lauro con due once di butirro. Aggiungi quindi ventiquattro once di pomi d'oro fatti in pezzi, e condiscili con sale e pepe. Lascia subbollire il tutto a bell'agio sinchè la salsa si addensi. Passala allora allo staccio ed allungala con brodo. — NB. Volendo conservare questa salsa *per l'inverno*, prima di allungarla col brodo, riempine delle bottiglie, chiudile con turacciolo e spago in croce e falle bollire, immerse nell'acqua, per venti minuti (1). — *Salsa per la pasta, per i piatti di carne in umido, per le frittate.*

(1) Vedi tra le *Sostanze conservate* la salsa di pomi d'oro per l'inverno.

ZUPPE E MINESTRE

21. Zuppa alla borghese (di grasso).

Ingredienti = *Piselli, lardo, brodo, cipolla, butirro, latte, sale, farina bianca, uova.*

Metti in una casserola diciotto once di grossi piselli con tre once di lardo bianco, tagliato a piccoli dadi. Lasciali friggere per dieci minuti a fuoco vivo, ed aggiungivi due pinte di brodo con una cipolla intera un po' bruciacciata sulla brace (1). Fa bollire il tutto fino a che i piselli sien teneri. Tolti i piselli dal brodo, spremili attraverso una stamigna nel brodo stesso in cui furono cotti. — Prepara in un'altra casserola un bicchiero di latte e poco sale, mettila a fuoco con un'oncia di butirro, e, quando il latte bolle, gettavi a poco a poco due once di farina bianca, tramenando forte, tanto da fare una pasta un po' densa, che, freddata alquanto, allungherai incorporandovi due uova intere. Al punto di servire, toglì la cipolla dal brodo, rimetti in bollire la zuppa, colavi dentro la pasta attraverso di una mestola sforacchiata o schiumarola, sulla quale premerai con un cucchiajo di legno, e, dopo dieci minuti di cottura, servila fumante. — *Perfetta ma alquanto difficile ad ammanirsi. Più facili sono le seguenti.*

22. Zuppa di carote composta (*Purée de carottes*)

(di grasso e di magro).

Ingredienti = *Carote, cipolle, sédani, fagiuoli, butirro, sale, pepe, brodo, zucchero, pane.*

Fa friggere per un'ora a fuoco lento, in una casserola, otto carote in-fette sottili con una cipollina intera, due sédani (*céleri*) tagliuzzati,

(1) Presso i venditori più famosi di commestibili e salumi si trovano delle cipolle caramellate sotto forma di palle, le quali servono a dar colore e sapore ai brodi.

sei once di fagioli bianchi e freschi, tre once di butirro, sale e pepe, agitando tratto tratto. Passata l'ora, aggiungi una pinta di brodo, lascia bollire per un'altra ora e mezzo, e passa il tutto per lo staccio. Ottenuta così una *purée*, allungala con due pinte di brodo, uniscivi mezz' oncia di zucchero, e lasciala bollire un'altra mezz' ora, per versarla poi sulle fette di pane.

(Di magro.) Nei giorni di magro sostituisci al brodo di grasso dell'acqua salata, stemperandovi poi, al momento di servire la zuppa, quattro tuorli d'uova sbattuti con due once di butirro fuso.

33. Zuppa alla modenese (di grasso).

Ingredienti = *Spinaci, butirro, sale, uova, formaggio, noce moscada, brodo, pane.*

Cotti e tritati degli spinaci nella dose di once ventotto, gettali in una casserola in cui siavi del butirro già fuso. Rimestali a fuoco, salali a dovere e ritirali a freddare per aggiungervi due uova intere, un pizzico di formaggio trito ed un po' di noce moscada. Versa questa *purée* nel brodo bollente, e, tolto questo dal fuoco, coprilo con un testo caldo affinchè le uova, coagulandosi, facciano solidificare la *purée* in una specie di crosta verde, molle. Getta brodo e crosta sulle fette di pane, fritte prima al butirro.

34. Zuppa d'indivia (di magro).

Ingredienti = *Indivia, sale, cipolla, butirro, farina bianca, panna e latte, formaggio, cannella, tre uova, pane grattugiato.*

Prendi ventotto once di indivia privata delle sue coste, lavala bene e falla cuocere nell'acqua salata, poi spremila come gli spinaci e triturala colla mezzaluna. Fa friggere intanto un quarto di cipolla con tanto come due noci di butirro finchè la cipolla abbia preso color d'oro, indi getta via la cipolla e condisci con questo butirro l'indivia, rimestandola a fuoco fino a tanto che appaja asciutta anzi che no. Allora spargivi sopra due cucchiaj di farina bianca, bagnala con un bicchiero di panna ed uno di latte, rimesta bene il tutto e lascialo cuocere fino a che svanisca il sapore della farina. — Ciò fatto sala la massa, mettivi formaggio trito ed una presa di cannella in polvere, e, fredda che sia, legala con tre uova intere, e versala in

una padella unta di butirro e spolverizzata di pane grattugiato e cuocila con fuoco sotto e sopra. — Tagliando questa specie di torta in pezzetti, getta questi nella zuppiera e bagnali con buon brodo bollente.

25. Riso alla cappuccina (di grasso).

Ingredienti = *Acciughe, cipolla, olio, butirro, riso, brodo.*

Fa tostare in una padella quattro acciughe diliscate e tritate, una piccola cipolla spaccata in croce, mezzo bicchiero di olio d'ulive e tre once di butirro con mezza metà di riso, che può essere crudo o già cotto in acqua e sale. Quando il riso avrà preso il color dell'oro, leva la cipolla, bagnalo poco per volta con brodo in guisa che, a perfetta cottura, riesca denso come un risotto. — *Buono, ma non di facilissima digestione.*

26. Risotto alla milanese (di grasso).

Ingredienti = *Cipolla, mollica di pane, midolla di manzo, butirro, riso, vino bianco, noce moscada, brodo, zafferano, cervellato, formaggio.*

Fa friggere in una grande casserola due once di butirro e due di midolla di manzo, con una cipolla fessa in croce e un po' di mollica di pane. Getta via la cipolla tosto che avrà preso il color dell'oro, e metti ventiquattro once di riso, che lascerai tostare per un momento. Aggiungivi allora un bicchiero di vino bianco, e consumato il vino, gettavi dentro due prese di zafferano e poco per volta del brodo, che si manterrà caldo in una casserola, finchè il riso sia cotto e denso, ma non troppo. Stemperavi, se vuoi, un mezzo cervellato, passato prima allo staccio. Incorporavi tre once di formaggio lodigiano grattugiato, e lascia che il risotto, tolto dal fuoco, posi per qualche minuto sotto il coperchio della casserola.

27. Risotto turco detto *Pilaw* (di grasso).

Ingredienti = *Butirro, lardo, cipolla, un cappone in pezzi, sale, brodo, riso.*

Metti a fuoco in un calderotto quattro once di butirro con tre once di lardo bianco, passato alla mezzaluna, ed una cipolla spaccata in croce. Quando la cipolla avrà preso l'abbrostitura, gettala via e met-

tivi in sua vece un cappone allestito e tagliato a pezzi, che salerai a dovere. Copri allora il calderotto e lascia cuocere il cappone come se si trattasse di fare un arrosto annegato, poi bagnalo con due boccali di brodo, ed uniscivi un quartino e mezzo di riso, rimestandolo sotto sopra finchè tutto si bagni. Ciò fatto, ricopri il calderotto col suo coperchio che chiuda bene, e lascia il tutto a fuoco lento fino a che il riso sia cotto e già alquanto asciutto. — *Piatto assai sostanzioso e senza droghe, che differisce dal nostro risotto per essere cotto in recipiente chiuso e per avere l'aroma del cappone arrosto.*

28. Zuppa di castagne e latte (di magro).

Ingredienti = *Castagne, acqua, erba buona, vino, latte.*

Togli il guscio duro alle castagne ordinarie, e mettile a bollire per un minuto nell'acqua, affine di poter levar loro tutta la pellicola che le riveste. Gettate in un calderotto o pentola che si chiuda esattamente, versavi tant'acqua che soprannoti alle castagne, ed uniscivi dell'erba buona legata in un pannolino. Cotte che sieno e quasi consumata tutta l'acqua, bagnale con un bicchiere di vino. Consumato anche il vino, servile nella zuppiera con un boccale di latte freddo o caldo. — *Così allestite riescono meno gravi allo stomaco e meno flatulenti.* — NB. Per minestra può servire anche la *polentina gialla*, quando sia ben cotta, e quando la si mangi col latte e non col butirro.

29. Zuppa di agnellotti (in mil. raviccu) (di grasso e di magro).

Ingredienti = *Farina bianca, butirro, sei uova, sale, pollo freddo arrosto, midolla di manzo, mostaccino, cervellato, cannella, formaggio, brodo.*

Metti sopra il desco una libbra di farina bianca, favvi un buco nel mezzo e gettavi dentro un pezzetto di butirro, tre tuorli d'uovo, sale ed un po' di acqua tiepida. Lavora ben bene la pasta, cramolandola; poi, lasciatela posare per un quarto d'ora coperta da un pannolino, spianala col matterello o rullo, riducendola alla sottigliezza di un cartoncino. — Prepara a parte del pollo arrosto, triturato, che pesterai insieme ad una eguale quantità di midolla di manzo, un mostaccino, mezzo cervellato, tre tuorli d'uovo, una mollica di pane inzuppata nel brodo, cannella, formaggio e sale. Fatto il composto,

passalo allo staccio e dividilo in tante pallottoline che disporrai con simmetrica distanza sopra una metà della pasta in modo che tra ciascuna pallottolina siavi un intervallo di due dita trasverse. Indora la pasta circostante alle pallottoline con una penna intinta in uovo sbattuto, coprile coll'altra metà della pasta, premine gl' intervalli con una salvietta e dividi gli agnellotti collo sprone o rotella dentata per farli poi bollire per un quarto d'ora nel brodo.

(Di magro.) Nei giorni *di magro*, disposta la pasta come fu detto, preparerai il composto o con spinaci conditi con butirro e tritati, oppure con polpa di trota frita essa pure nel butirro. Pesta o gli spinacci o la trota nel mortajo insieme ad un mostaccino, un poco di formaggio grattugiato, due tuorli d' uova, poca cannella e poco sale. Fatti gli agnellotti, lasciali cuocere in brodo di rane e servili col brodo.

30. Zuppa di gnocchi alla tedesca (di grasso).

Ingredienti = *Pane lucido, farina bianca, due uova, sale, formaggio, cannella, panna, butirro, presciutto, brodo.*

Grattugia la crosta di un panetto (in mil. *micchetta*) di pan lucido, uniscivi due cucchiaj di farina bianca, un uovo intero, sale, formaggio trito, una presa di cannella, mezzo bicchiero di panna, e tramesta bene il tutto in una casserola a fuoco non troppo forte. — Taglia la mollica della *micchetta* a piccoli dadi e falla friggere nel butirro con pezzetti di presciutto o lardo giovane, poi getta questi dadi nella pasta tramestata dei gnocchi, aggiungivi un altro uovo intero, e lascia cascare questa pasta a cucchiajate nel brodo bollente se vorrai averne una zuppa, oppure nell'acqua salata bollente se vorrai poscia condirli con butirro e formaggio.

31. Zuppa di gnocchi soffici alla polacca (di grasso).

Ingredienti = *Pane lucido, tre uova, butirro, cannella, sale, brodo.*

Grattugia una *micchetta* di pane lucido rafferma (in mil. *poss*) e amalgamala bene in una casserola con tre tuorli d'uovo, un pezzetto di butirro e poca cannella. Sbatti in fiocca le tre chiare, uniscile al resto e lascia che il miscuglio riposi per due ore. Messo in bollire il brodo, unisci, solo allora, una piccola presa di sale al miscuglio e gettavelo sotto forma di tante pallottoline, che tosto vedrai portarsi a

galla, grosse tre volte tanto. — *Zuppa eccellente e leggiera pei malati e convalescenti.*

32. Zuppa di gnocchetti alla romana (di grasso).

Ingredienti = *Pane, brodo, sei uova, formaggio, presciutto, prezzemolo, sale, farina bianca, midolla di manzo.*

Metti ad ammolare nel brodo sei once di mollica di pane; spremla quindi, e schiacciála in una terrina con sei tuorli d' uova, un pizzico di formaggio, due once di presciutto triturato finamente, un cucchiaino di prezzemolo trito esso pure, del sale e due cucchiaini di farina. A questo impasto bene sbattuto e rimestato aggiungi sei once di midolla di manzo fatta struggere prima a lento fuoco e passata allo staccio. Incorpora la massa e dividila in tante pallottoline che metterai a bollire per otto minuti nel brodo e che servirai nella zuppiera.

33. Zuppa di farina abbrustolita (*Brenn-suppe*)
(di magro.)

Ingredienti = *Butirro, farina bianca, acqua, sale, formaggio, pane.*

Stempera in una casserola, a fuoco vivo fino a color rosso, quattro once di butirro con tre once di farina bianca. Versavi a poco a poco una pinta di acqua tiepida, salata a dovere, oppure di brodo, e lascia bollire il tutto per un' ora. Ciò fatto, gettavi un pizzico di formaggio trito e versa tosto questo brodo sopra le fette di pane già prima arrostate. — *Zuppa leggiera e di un gusto che a stento si potrebbe immaginare prima di assaggiarla.*

34. Zuppa di grattini veronesi (di grasso).

Ingredienti = *Tre uova, pane, farina bianca, formaggio, sale, brodo.*

Sbatti tre uova intere con un soldo di pane di fior di farina grattugiato, e, fattone un impasto, aggiungivi dodici once di farina bianca, un' oncia di formaggio trito, una presa di sale, ed un cucchiaino di acqua calda, cramolando il tutto sul tagliere in modo da formare una palla di pasta durissima. Sfregala sopra la grattugia e riducila in polvere grossolana come il pan grattugiato. Stacciando poi questa polvere col crivello, ne ritirerai quei pezzetti più grossi che non saranno passati e, riunitili, li grattugherai e li staccerai di nuovo. Questi grattini, che si conservano anche per più giorni stesi sopra una farinajuola, devono cuocersi a fuoco lento in buon brodo.

35. Minestra di semolino (di magro).

Ingredienti = *Acqua, sale, semolino, cinque uova, butirro, formaggio.*

In una pinta d'acqua bollente e salata a dovere, getta sei once di semolino, e lascia che vi bolla per dieci minuti. — Diguazza intanto in un terrina cinque tuorli d'uova con tre once di butirro liquefatto prima al fuoco, versa nelle uova sbattute la quarta parte della minestra, poi, sotto continua agitazione della massa, anche il restante. Servi con formaggio trito. — *Così si possono ammanire anche i vermicelli, i maccheroni, le lasagne, ec., con o senza piselli.*

36. Zuppa con pasta fatta in casa (di magro).

Ingredienti = *Farina bianca, sale, tre uova, brodo.*

In dodici once di farina metti un po' di sale e tre uova intiere, e formane pasta piuttosto dura, che lascerai riposare sul tagliere per dieci minuti. Stendila quindi col matterello più sottilmente che puoi, lasciala asciugare e tagliala col coltello o colla rotella dentata in modo da farne tagliatelli. Questi li farai bollire in buon brodo se vorrai avere una zuppa; oppure cotti che sieno in acqua salata, li potrai condire con butirro e formaggio.

37. Polentina bianca (Pappa scianscia) (di magro).

Ingredienti = *Farina bianca, vino bianco, latte, zucchero, cannella.*

Bagna della farina bianca con vino bianco, stempera l'impasto in tanto latte che basti a renderlo liquido come un pantrito, aggiungivi un cucchiajo di zucchero e una presa di cannella. Fa cuocere il tutto a lento fuoco per venti minuti. — *Molti la trovano buona e di facile digestione.*

38. Brodetto de' Veneziani (di magro.)

Ingredienti = *Un uovo, sugo di limone, sale, pepe, brodo.*

Diguazza in una casserola un tuorlo d'uovo con non più di un mezzo cucchiajo di sugo di limone e una piccola presa di sale e pepe. Uniscivi a freddo del brodo poco alla volta e sempre rimestando. Fatta così un specie di *rossumata*, mettila a fuoco e continua a rimestarla o frollarla fino a densità di zabajone, senza lasciarla bollire. Versa questo brodetto sulle fette di pane già disposte nella zuppiera.

39. Zuppa di rane per i convalescenti (di magro).

Ingredienti — *Rane, butirro, sale, mollica di pane, latte, brodo di rane.*

Fa friggere delle rane con butirro e sale, poi coprile e lasciale cuocere, bagnate con qualche cucchiajo di brodo di rane, per un quarto d'ora a fuoco lento. Toglile allora dal loro sugo e pestale nel mortajo, aggiungendovi della mollica di pane ammolita nel latte. Fattone così un pastume, lo allungherai col sugo che è rimasto, lo passerai alla stamigna e lo riporrai al fuoco perchè si scaldi. Versa questo sugo sopra le fette di pane che, nella zuppiera, avrai prima bagnate con semplice brodo di rane. — *Zuppa dolce e leggiera.*

40. Zuppa alla regina (di grasso).

Ingredienti = *Mandorle, pane, latte, animelle, brodo, sale.*

Mondate tre once di mandorle dolci, pestale nel mortajo con tre once di pane inzuppato nel latte ed altrettanto di animelle (in mil. *laccet*!) imbiancate prima nel brodo bollente e tritate alla mezzaluna. Passa il tutto allo staccio, salalo, allungalo con brodo bollente, scaldalo e versalo sulle fette di pane abbrustolite. — Alle animelle si può sostituire la carne di un pollo tenero cotto nel brodo, tritata essa pure e pesta nel mortajo.

41. Zuppa per l'inverno (di grasso).

Ingredienti = *Due corvi, butirro, brodo, pane.*

Spennati, abbruciacchiati e sventrati due corvi giovani, mettili a cuocere allo spiedo, pillottandoli col butirro della leccarda e salandoli sulla fine della cottura. Freddati, disossali e pestane tanto le ossa che la carne nel mortajo, per farne un impasto che passerai allo staccio, allungherai con buon brodo e manterrai caldo nel bagno-maria fino al momento di servire la zuppa. Prepara intanto del pane tagliato a dadi, fallo friggere nel butirro, gettalo nella zuppiera e bagnalo col brodo carneo suddetto.

49. Zuppa per l'estate (di magro).

Ingredienti = *Ciliege, vino bianco, zucchero, coriandoli, scorza di limone, pane.*

Tolti l'osso ed il gambo a due libbre di ciliege fresche, pestale nel mortajo e mettile poi nella casserola con poca acqua, una bottiglia di vino bianco, una libbra di zucchero, dodici coriandoli interi, una scorza verde di limone, ed una mollica di pane bianco. Lascia cuocere il tutto per mezz'ora, passalo allo staccio, riscaldalo un po' ancora, senza farlo ribollire, e versalo sulle fette di pane già abbrustolite sulla gratella.



BRODI E SUGHI

43. Consumato di vitello.

Ingredienti = *Vitello, acqua, sale.*

Prendi un pezzo di coscia di vitello del peso di dodici once, lavalo, disossalo, digrassalo e tritalo in minuti pezzi. Getta questi pezzi con soli due o tre cucchiaini d'acqua in un vaso di terra stretto e profondo, metti la dose conveniente di sale, e, chiuso il vaso, lascialo bollire a bagno-maria per due ore. Digrassa ciò che rimane di liquido e passalo alla salvietta. — *Se ne ha un sugo limpido, di buon gusto e assai nutritivo.*

44. Come fare un buon brodo in un'ora di tempo.

Ingredienti = *Manzo o vitello, carote, cipolle, lardo, acqua, sale.*

Taglia in pezzetti once dodici di manzo o vitello, mettilo in una casserola con una carota affettata, una cipolla intera, un pezzetto di lardo bianco ed un mezzo bicchiere d'acqua. Fa che il tutto subbolla e sudi per un quarto d'ora, fino a che cominci ad attaccarsi al fondo. Versaci allora un boccale d'acqua bollente, gettavi qualche grano di sale e lascia bollire per tre quarti d'ora. Passa il brodo così ottenuto allo staccio e servitine per zuppe od altro.

45. Brodo di magro.

Ingredienti = *Luccio, rane, burro, cipolla, carota, sedano, acqua, sale.*

Nei giorni di magro prendi un luccio di dodici a quattordici once e sei once di rane piccole. Fatto soffriggere in una casserola un pezzetto di burro con una cipolla, una carota, un sedano, infondivi cinque a sei boccali di acqua e gettavi dentro il luccio e le rane. Quando l'acqua leva il primo bollore schiuma il brodo, salalo, e, dopo due ore di bollitura, passalo allo staccio.

46. Sugo di magro.

Ingredienti = Butirro, cipolle, carote, un luccio, vino bianco, acqua salata o brodo di magro, garofani, sèdano.

Metti al fuoco in una casserola sei once di butirro, tre cipolle, una carota tagliata a fette ed un luccio fatto in pezzi. Lascia che friggano questi ingredienti finchè prendano un color biondo, avendo cura di voltarli e rivoltarli. Bagnali poi con un bicchiero di vino bianco, e quando il vino sarà quasi tutto consumato, riempi la casserola di acqua salata o del brodo magro suddetto, metti quattro chiodi di garofano, un piccolo gambo di sèdano, e lascia che il tutto bolla per un'ora. Passa il sugo così ottenuto per lo staccio e servitine per i piatti di magro.

47. Sugo stufato di grasso.

Ingredienti = Butirro, lardo, presciutto, cipolle, manzo, vitello, brodo, carota, sèdano, garofani, spezie, farina bianca.

Fa soffriggere in una casserola tre once di butirro, tre di lardo, qualche fetta di presciutto o di salame, due cipolle tagliate, dei pezzi di carne di manzo e di vitello, o se vuoi di pollame. Quando il tutto avrà preso un color d'oro, bagnalo a più riprese con del brodo, poi riempi di brodo la casserola, metti una carota, un sèdano, tre chiodi di garofano, due prese di spezie ed un po' di butirro soffritto a parte con un cucchiajo di farina. Schiuma, lascia bollire per quattro ore, digrassa e passa allo staccio.



PIATTINI IN TAVOLA

(HORS D'ŒUVRES.)

49. Un piatto di butirro fresco disposto in frasche o dischi di bella forma, o passato alla sciringa.

49. Un piatto di butirro con acciughe. — Vedi tra le *Salse* il n. 44.

50. Un piatto di salato misto od assortito, cotto e crudo.

51. Un piatto di peperoni o citriolini conservati nell'aceto, ovvero di funghi in salsa d'olio, od anche di olive nell'olio.

52. Un piatto di mostarda, ossia di frutti in giulebbo con senape. — Vedi, tra le *Sostanze conservate*, la *Mostarda*.

53. Un piatto di conserva di frutti. — Vedi, tra le *Sostanze conservate* le *Compote d'albicocchi*, ec.

54. Un piatto di sédani (*céleri*) ben mondi e bianchissimi.

55. Un piatto di ravanelli.

56. Diverse qualità di formaggio, quali il lodigiano, lo svizzero, gli stracchini.

CUCINA DI GRASSO

FRITTURE.

57. Frittura di fegato.

Ingredienti = *Fegato, butirro, mostaccini, capperi, pinocchi, spezie, zuccaro, sugo di limone, aceto, farina, sale.*

Taglia a fette nove a dieci once di fegato fresco di vitello. Mettine a friggere, in poco butirro, solo quattro once, e queste fette già fritte pestale nel mortajo con due mostaccini, pochi capperi, qualche pinocchio (in mil. *pignœu*), spezie e zuccaro. Passata questa pestata allo staccio, stemperala col sugo di un limone e poco aceto, e mettila in disparte presso il fornello o in bagno-maria. — Infarina ora il restante delle fette di fegato, falle sfriggolare in altro butirro, salale a dovere, e, quando abbiano preso l'abbrustolato, disponile asciutte sul piatto ed irrorale colla salsa posta in serbo. — *La frittura sarà così trovata di ottimo gusto.*

58. Granelli di montone fritti (*Amourettes*).

Ingredienti = *Granelli, pane, uovo, butirro, prezzemolo, sale, limone.*

Fa un taglio che interessi la sola pelle dei granelli con cui vuoi fare la frittura. Levane colle dita la pellicola che li involuppa, tagliali in fette sottili, asciugale bene con un pannolino doppio, avvolgile nel pane grattugiato, indi nell'uovo sbattuto con un po' di butirro fuso, passandole un'altra volta nel pane. Questa preparazione vuol'essere fatta al momento, perchè il pane non si imbeva dell'umidità della polpa dei granelli. Mettile tosto a soffriggere in una padella a fuoco vivo, con butirro, fino a color biondo, voltandole; spargivi sopra un pizzico di prezzemolo triturato e del sale, e servile, irrorandole col sugo di mezzo limone.

59. Frittura di pollo o di vitello già cotto del giorno innanzi.

Ingredienti = *Pane di fior di farina, butirro, brodo, cannella, avanzi di pollo o di vitello, timo, basilico, formaggio, due uova.*

Scrosta una mezza libbra di pane di fior di farina e tagliane in fette la mollica che porrai in una casserola con poco butirro, un po' di brodo, una presa di cannella, degli avanzi di pollo o di vitello arrosto, ben trito colla mezzaluna, del timo, del basilico, ed a fuoco stempera e disfa il tutto, sempre rimestando. Ciò fatto, ritira dal fuoco la casserola, gettavi del formaggio trito e due tuorli d'uovo diguazzandoli bene nella massa. Fredda che sia, dividila in bocconcini, cui darai la forma di fichi, e questi, rinvolti nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato, falli friggere prestamente nel butirro.

60. Frittura grassa di risotto.

Ingredienti = *Risotto, due uova, animelle, tartuffi, coratella, pane, butirro.*

Lega con uno o due tuorli d'uovo del risotto che ti sia rimasto del dì innanzi. — Prepara a parte un composto di animelle (in mil. *laccett*) già cotte nel brodo, due tartuffi, e, se vuoi, della coratella già frita, passando il tutto alla mezzaluna. — Ora sul palmo della tua mano sinistra ben infarinata poni un cucchiajo di risotto, fagli un buco nel mezzo e riempilo con un po' del tuo composto, poi coprilo con altro risotto. Avvolgi questa specie di frittella nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato, ripeti l'operazione finchè hai risotto e composto, e disposte in una tegghia tutte le frittelle, falle friggere con butirro.

61. Costolette di porco, panate, alla gratella.

Ingredienti = *Costolette di porco, sale, noce moscada, butirro, pane, uovo.*

Prendi dodici costolette di porco ben battute, spolverizzele di sale e poca noce moscada raschiata, bagnale in un po' di butirro fuso, avvoltele in mollica di pane grattugiato, poi nell'uovo sbattuto e

nuovamente nel pane grattugiato. Dieci minuti prima del pranzo falle friggere sulla gratella a fuoco temperato, rivoltandole più volte. — *Si suole mangiarle irrorate di salsa fredda, piccante alla senape* (Vedi fra le *Salse* il n. 15). — NB. In tal maniera si ammaniscono anche le costoline di vitello e quelle di pollo.

62. Frittura di peducci di porco.

Ingredienti = *Piedi di porco, brodo, vino bianco, spezie, erbe aromatiche, burro, farina bianca, sale, un uovo.*

Fa cuocere in brodo dei peducci di porco in modo che quasi si disfacciano; tagliali in pezzetti e marinati in una terrina con vino bianco o forastiero, spezie ed erbe aromatiche. Lasciatili a infuserare per alcun tempo, asciugali con un pannolino e avvolgili ad uno ad uno nella pastina seguente. — Fa fondere in una casserola un pezzetto di burro, uniscivi qualche cucchiaino di fior di farina, una presa di sale, bagna la pasta con vino bianco, e, rimestandola bene, togliila dal fuoco; incorporavi una chiara d'uovo sbattuta in fiocca ed indi il tuorlo. — Ben avviluppati in questa pastina i pezzi già marinati, falli friggere con burro o nello strutto bollente.

63. Mondighili (in dialetto romano Coppiette).

Ingredienti = *Cipolla, burro, prezzemolo, carne avanzata, grasso di manzo, lardo, pane, latte, cinque uova.*

Fa tostare una cipoletta nel burro, poi gettala via e mettila in sua vece un pizzico di prezzemolo trito, e, se ne hai, dei rilievi di carne già cotta e tritata colla mezzaluna. Quando il burro avrà preso l'aroma del prezzemolo, uniscivi del grasso di manzo tritato, della raschiatura di lardo, una mollica di pane inzuppata nel latte, tre tuorli d'uova sode (in mil. *œuf dur*) e due uova crude, intiere, sale e spezie. Ben incorporato il tutto a fuoco vivo, lascia che la massa si raffreddi e dividila in tante pallottole, che, schiacciate, panate, avvolte nell'uovo sbattuto, poi panate di nuovo, farai friggere nel burro. — *Questo, come tutti i piatti in cui entri della carne tritata, sono di difficile digestione. Chi teme del proprio stomaco si attenga, anche nella scelta dei piatti, alle norme per il buon governo dello stesso, ed al capitolo che tratta degli alimenti di facile digestione.*

64. Manzo bollito, fritto alla veneziana.

Ingredienti = *Cipolla, burro, olio, manzo bollito, sale, vino bianco, aceto, prezzemolo.*

Fa friggere una cipolletta con tre once di burro e mezz'oncia d'olio, e, levata la cipolla, gettavi dentro dodici once circa di manzo freddo, già bollito ed a fette. Dopo sei minuti salalo, bagnalo con mezzo bicchiero di vino bianco ed un cucchiajo di aceto, uniscivi del prezzemolo trito, e servilo quando comincia il sugo a farsi densetto.

65. Frittura composta.

Ingredienti = *Tettina, cervella, burro, formaggio, quattro uova, panna, cannella, sale.*

Imbianca in brodo bollente otto once di cervella e fa bollire nell'istesso brodo per una mezz'ora due once di tettina. Freddate che sieno, pestale nel mortajo in modo da ridurle in pasta. Fa fondere due once e mezzo di burro in una casserola, gettavi la pestata, e, rimestandola, versavi a poco a poco due bicchieri di panna, uniscivi un pizzico di formaggio, una presa di cannella e sale. Quando la massa prende il bollire, addensala con pane grattugiato e, ritirandola, incorporavi due tuorli d'uovo. — Getta allora la massa su di un tondo a freddare e dividila in tante pallottole che, indorate con rosso d'uovo e panate, farai friggere nel burro.



CUCINA DI GRASSO

ALLESSI

66. Stufato alla milanese (Boeuf à la daube).

Ingredienti = *Manzo, presciutto, cannella, sale, pepe, farina bianca, grasso di manzo, burro, cipolla, vino, brodo.*

Instacca un bel cullaccio (in mil. *cullatta*) di manzo ben battuto con pezzetti di presciutto (*jambon*) o di lardo, aspersi prima di cannella, sale e pepe, ed infarinato. — Piglia una pentola di terra, ponivi del grasso di manzo tritato, del burro ed una cipolla spaccata in croce. Quando la cipolla avrà preso il color d'oro, togli la dal burro e collocavi il pezzo di manzo, che lascerai rosolare da tutte le parti. A questo punto empi la pentola con metà di vino rosso e metà di brodo e mettila a subbollire per tutto il giorno nella brace. Il giorno seguente schiuma il grasso che soprannuota e scalda lo stufato per servirlo fumante.

Altra maniera più semplice. — Poni il manzo in pignatta di terra inverniciata, con sale, noce moscada, due carote e due sèdani (*cèleri*) affettati, una foglia di lauro, un bicchierino d'acquavite, un bicchiere d'aceto ed un bicchiere di acqua. Chiudi bene la pignatta, lutando il coperchio con una pasta consistente, fatta di farina bianca ed uovo. — Infornalo a dolce calore e lasciavolo per sei ore. — *Riesce tenerissimo e di un gusto perfetto.*

67. *Boeuf à la mode* (senza vino).

Ingredienti = *Cipolle, burro, lardo, presciutto, carote e sèdano, sale, pepe, garofani, manzo, farina bianca.*

Fa sfriggolare in una casserola una cipolla spaccata con del burro. Dopo cinque minuti, sostituisci alla cipolla delle fette di lardo e di presciutto, carote e sèdano tagliuzzati, sale, pepe intero, qualche

chivo di garofano, e collocavi sopra un bel pezzo di coppa di manzo battuta, instecciata di lardo e infarinata. Lasciala cuocere sotto il coperchio, rivoltandola di tanto in tanto, e bagnandola, quando asciuga, con brodo. — *Si serve questa specie di stufato col suo fondo sgrassato, oppure colle patate fritte o stemperate in purée dopo essere state cotte nel latte con sale.* — Vedi la *purée di pomi di terra* nella *Cucina di magro*, tra i *Farinacei*.

68. Manzo alla Certosina.

Ingredienti = *Manzo, lardo, olio, sale, cannella, acciuga, erbe aromatiche, brodo.*

Adagia un bel pezzo di manzo, ben battuto, in una casserola, sul cui fondo sieno delle fette di lardo con qualche cucchiajo d'olio d'ulive. Ciò fatto, lo sala, lo spolverizza di cannella e lascialo cuocere lentamente allo scoperto, rivoltandolo spesso finchè abbia preso bel colore. Aggiungivi allora una acciuga ben pesta con erbe aromatiche, e poco dopo bagnalo con brodo, coprilo e fallo bollire fino a perfetta cottura. — *Servendolo, irrorato colla sua salsa digrassata e passata allo staccio.*

69. Manzo cotto nel sugo di cipolle senz'altro condimento.

Ingredienti = *Cipolle, lardo, manzo, chiovi di garofano, sale.*

Taglia a fette tre o quattro grosse cipolle, fanne un suolo, alto due dita, sul fondo di una casserola, poi, inlardellato un buon pezzo di manzo, insteccalo con chiovi di garofano, e, salato debitamente, collocalo sopra il suolo di cipolle, senz'acqua nè altro. Affonda la casserola nella brace fina, chiudila bene col suo coperchio fatto pesante col soprapporvi un ferro da stirare, e lascia che la cottura si compia lentamente in sei a sette ore. — *La cipolla lascia col sugo della carne un intinto (in mil. bagniffa) di ottimo sapore, nè facilmente torna a gola per la ragione che non fu abbrustolita. Ad alcuni riesce pesante.*

70 Beefsteak.

Ingredienti — *Filetto di bue, sale, pepe, burro, prezzemolo.*

Prima di preparare il *beefsteak*, disponi due tondi presso al fornello acceso in modo che si scaldino. — Taglia di traverso un filetto di bue

per avere delle fette ovali grosse non meno di un pollice e fornite del loro grasso. Battile fino a che sieno ridotte alla metà della loro grossezza, spolveriziale di sale e pepe grosso, bagnale nel butirro fuso ed abbrustoliscile alla gratella sotto la quale arda già vivamente il fuoco. Lasciavele per dieci minuti, voltandole e rivoltandole continuamente. Di questo modo gli umori proprii della carne ed il sangue si trovano rinserrati dalla superficie rosolata. — Prepara ora, sopra uno dei tondi riscaldati, del butirro che sia stato manipolato con prezzemolo trito, disponivi le fette di filetto e coprile coll'altro tondo. In cinque minuti di tempo la carne lascerà sfuggire i suoi sughi di color roseo e la si troverà morbida e pregna di tutto il suo profumo. Spremicì sopra un pezzetto di limone, oppure ritira le fette di filetto dal loro fondo, ed a questo unisci a fuoco un bicchiere di vino bianco, meglio di Madera, e, quando la salsa si troverà addensata, versala sui *beefsteaks*.

— *Altro metodo più facile e più sicuro.* Tagliate e battute le fette di filetto di bue, adagiale sopra una cassetta di carta grossa con colla ben unta d'olio. Spargi d'olio anche le fette, spolveriziale di sale e pepe grosso, aggiungivi un po' di prezzemolo trito e lasciale cuocere a lento fuoco, voltandole spesso. — *Le troverai tenere e gustose.* A questo piatto si suol dare rilievo, mettendoci intorno delle fette fritte di pomi di terra, oppure irrorandolo con della salsa di acciughe. (Vedi tra le *Salse* il n. 11.)

71. Vitello allessò.

Ingredienti = *Vitello, acqua, carota, sèdano, sale.*

Prendi due libbre di carne di vitello, asciugala con una salvietta, senza lavarla, legala forte con uno spago e falla cuocere per due ore in due pinte di acqua, nella quale perrai una carota e un sèdano (*cèleri*) tagliati in pezzi, e sale a sufficienza.

72. Cappone allessò con picno di noci.

Ingredienti = *Noci, panna, mollica di pane, butirro, sale, specie, tre uova, mostaccini, zucchero, cappone, brodo.*

Acciaccia e sguscia una ventina di noci secche, pestane i gherigli (in mil. *cucurucu*) nel morlajo, aggiungendovi a poco a poco mezzo

bicchiero di panna, della mollica di pane, due onces di butirro, sale, spezie, tre tuorli d'uovo, due mostaccini ed un cucchiajo di zucchero. — Se non si ama il dolce, lasciati i mostaccini e lo zucchero, si sostituisce loro del formaggio trito e, se vuolsi, della midolla di manzo tagliuzzata. — Fatto l'impasto, si rimpinza con esso un bel cappone bene spennato, sventrato e bruciacchiato e lo si cuoce nel brodo. — *A questo modo si può preparare anche la punta di vitello, aprendola col coltello in guisa che presenti un ventre da contenere un ripieno.*



CUCINA DI GRASSO

INTRAMESSI Ossia PIATTI DI MEZZO.

73. Manzo alla California.

Ingredienti = *Butirro, farina, coppa di manzo, cipolla, garofani, noce moscada, aceto, brodo, panna.*

Fa friggere un pezzo di butirro con un cucchiajo di farina bianca fino a che pigli un color dorato, poi collocavi un bel pezzo di *coppa* di manzo convenientemente spolverizzata di sale, un quarto di cipolla steccata di garofani, poca noce moscada, e mezzo bicchiere di aceto. Quando l'aceto comincia a consumarsi, aggiungivi una tazza di brodo e, dopo due ore circa, un mezzo bicchiere di panna. Alla fine della cottura, sgrassa il sugo residuo, allungalo con un altro mezzo bicchiere di panna, e, senz'altra bollitura, versalo sul manzo. — *Piatto gustoso ma non troppo facile a digerirsi da chi non ama l'acidetto.*

74. Come fare uno stufato col manzo allessato.

Ingredienti = *Cipolla, carota, sèdano, butirro, presciutto, grasso di vitello, farina bianca, vino rosso, brodo, lardo, manzo.*

Metti in una casserola una cipolla spaccata in croce, qualche fetta di carota e di sèdano, tre once di butirro, tre once di presciutto trito minutamente, poco grasso di vitello, e fa che il tutto prenda colore a fuoco vivo: mischiavi insieme un cucchiajo di farina bianca, poi bagnalo con mezzo bicchiere di vino rosso, e, poco dopo, un po' di brodo, ed, avendolo, anche del fondo di arrosto. Dato qualche subboglio, copri le verdure con una sottil fetta di lardo e sopra questo metti a cuocer lento per mezz'ora il manzo già cotto allessato. Servilo col suo fondo sgrassato e passato allo staccio.

75. Manzo polonese con sugo di barbabietole.

Ingredienti = *Barbabietole, manzo, sale.*

Rimondate tre barbabietole crude, tagliate in pezzi e mettile in un recipiente di terra verniciata, in sito caldo, con poca acqua. Lascia che subiscano la fermentazione; ciò che avviene in cinque, sei, otto giorni, secondo la stagione. La schiuma che soprannuota è l'indizio della compiuta fermentazione. Getta allora i pezzi di barbabietola e poni nel sugo fermentato, che lasciarono, un bel pezzo di manzo magro, colla dose conveniente di sale. Fallo cuocere per quattro ore nella brace. — *Piatto lungo a prepararsi, ma, per quanto venni assicurato da un Polacco, di un sapore acidetto, molto aggradevole.*

76. Lingua di bue allo stufato.

Ingredienti = *Lingua, sale, lardo, spezie, butirro, presciutto, cipolle, farina bianca, vino, brodo, erbe odorose, garofani.*

Se la lingua fresca di bue si spolverizza con mezz' oncia di sale e la si lascia in esso per un giorno, perderà della sua insipidezza. — Scottala quindi nell'acqua bollente per levarle la pellicola coriacea che la copre, e inlardellala con fettine di lardo avvoltole prima in un po' di spezie. Disponi in una casserola un suolo di quattro once di fette di lardo, tre once di butirro, quattro fette di presciutto e due cipolle affettate. Adagiavi sopra la lingua, legata in modo da fare un cerchio, circondala con ossa e pezzetti di carne e spolverizzala di farina. Preso che abbia un po' di colore, bagnala a più riprese con un bicchiero di vino, poi con tre boccali di brodo, aggiungendovi un mazzetto d'erbe, tre chiovi di garofano, sale e spezie. Coperta la casserola, lasciala bollire per tre o quattro ore. Disgrassane il fondo, passalo allo staccio e servilo sulla lingua.

77. Trippa (in mil. busecca) di bue alla milanese.

Ingredienti = *Trippa, farina bianca, sale, rape, cipolla, carota, garofani, butirro, grassia, brodo, spezie, pepe, salvia, lardo, formaggio.*

Lavata in diverse acque la trippa, scottala nell'acqua bollente per raschiarne col coltello la parte nerastra, e rilavala nell'acqua fresca. Ciò fatto, mettila a cuocere in una pentola piena d'acqua, alla quale

aggiungerai un pugno di farina bianca per conservare alla trippa la sua candidezza; uniscivi una rapa, una carota, una cipolla insteccata con due chiovi di garofano, e sale a sufficienza, e, lasciatala bollire per tre ore e mezzo, tagliala a dadi. Metti intanto a friggere in una casserola un po' di butirro con della grascia d'arnione di vitello e qualche cipolla intera, poi uniscivi la trippa, e, se vuoi, anche dei fagiuoli bianchi e freschi, agitando il tutto finchè cominci a prender colore. — Getta allora le cipolle, spargi sulla trippa della farina bianca, e, dopo qualche minuto, bagnala con alcuni cucchiaini di brodo, condiscila con pepe e spezie, qualche foglia di salvia, tre chiovi di garofano polverizzati ed una pestata di lardo, e, dopo mezz'ora, servila col fondo sgrassato.

78. Fesa di vitello alla milanese con gelatina.

Ingredienti = *Fesa di vitello, lardo, carote, presciutto, spezie, pepe, foglie di lauro, sédano, butirro, grasso, sale, zampe di vitello, brodo, un uovo.*

Batti fortemente una fesa di vitello, poi, insteccata con filetti di lardo, di carote e di presciutto e spolverizzata di spezie, pepe ed una foglia di lauro tritata finamente, collocala in una casserola ove sieno già delle fette di carota e di sédano, con un pezzo di butirro e del grasso tagliuzzato. Salala a dovere e circondala di due zampe di vitello rotte in pezzi minuti. Preso che abbia un colore abbronzato al fuoco vivo, allenta il fuoco e bagnala con brodo che tutta la copra. Cotta per due ore lentamente e fredda nel suo proprio fondo, levala e collocala sul piatto; sgrassane il fondo, passalo allo staccio, rimestavi dentro una chiara d'uovo, riponilo al fuoco, e, quando bolle, coprilo per alcuni minuti con testo arroventato. Ridotta che sia la chiara dell'uovo alla superficie, schiuma la gelatina, colala, e mettila a gelare. — Servi la fesa tagliata a fette e ornata della sua gelatina.

79. Braconole (in mil. *cotelett senza l'oss*) di carne di vitello.

Ingredienti = *Vitello, sale, pepe, butirro, lardo, carota, farina bianca, vino bianco, acqua, limone.*

Prendi un pezzo di vitello d'onze ventiquattro, taglialo in venti-

quattro fette, mettile a fuoco, spolverizzate di sale e poco pepe, in casserola larga e bassa con un'oncia di butirro, due onces di lardo tagliuzzato ed una carota affettata. Colorite che sieno, aggiungi loro un cucchiajo di farina, mezzo bicchiere di vino bianco e mezzo d'acqua, e fa bollire il tutto a lento fuoco per mezz'ora. Tolle allora le braciuciole, lascia spessire il guazzetto, passalo allo staccio, e riponilo al fuoco con un'oncia di butirro ed il sugo di mezzo limone. — Versalo caldo sulle braciuciole.

50. *Fricandeau.*

Ingredienti = *Fesa di vitello, lardo, carote, sèdani, erbe aromatiche, garofani, butirro, cipolla, brodo, amido di pomi di terra.*

Ben battuta e inlardellata una fesa di vitello, ponila in una casserola sul cui fondo sieno già delle carote e de'sèdani affettati, un mazzetto d'erbe aromatiche, due chiovi di garofano, dei pezzetti di lardo o di ventresca (in mil. *panscetta*) di majale, poco butirro, un pezzo di cipolla e dei ritagli dello stesso vitello. Lascia che il tutto prenda colore mettendo fuoco sotto e sopra alla casserola, che avrai coperta con un testo, indi bagnalo dapprima con poco brodo: lascia che questo si consumi e poi rimettivene ancora. Consumato anche questo, copri tutta la fesa con tanto brodo che vi si porti a galla, senza però che questo sorpassi i filetti di lardo di cui è insteccata la carne. — Passate due-ore di bollitura, toglì il vitello già cotto, passa allo staccio il suo fondo ben sgrassato, poi concentralo in una casserola più piccola, aggiungendovi un po' d'amido, ossia farina di pomi di terra già stemperata in poca acqua. Ben addensato il fondo, lo verserai sul *fricandeau* per servirlo con pomi di terra fritti o con spinaci.

51. *Costoline* (in mil. *cotelett con l'oss*) **di vitello alla cuoca.**

Ingredienti = *Lardo, carote, sale, pepe, costolette di vitello, brodo, butirro, farina bianca, tre uova, un limone.*

Fritte per un istante in una larga casserola sei onces di lardo magro, tagliato a dadolini, con due carote a fette, sale e pepe, ponvi distese otto costoline di vitello, e, rosolate un poco da ambe le parti, unisci loro due bicchieri di brodo e fa bollir cheto finchè le costoline siansi fatte soffici ed il fondo sciroposo. Disposte allora sopra un

piatto le costoline, allungane il fondo con altro mezzo bicchiero di brodo, ed aggiungivi un po' di butirro con mezzo cucchiajo di farina. Dopo due subbogli, tramestavi dentro tre tuorli d'uovo sbattuti col sugo di un limone e copri con questa salsa le costoline.

82. Costoline di vitello alla minuta.

Ingredienti = *Costoline, farina bianca, butirro, sale, brodo, filetto di manzo, tettina, tartufi, creste di pollo, limone.*

Ben infarinate le costoline, mettile a friggere nel butirro già fuso a fuoco, salale e voltale fino a che abbiano preso l'abbronzato. — Fa cuocere a parte in poco brodo o sugo del filetto di manzo tagliato a pezzetti, due once di tettina perbollita prima nel brodo e tagliata pure a piccoli dadi, un pajo di piccoli tartufi affettati, e qualche cresta di pollo. — Getta questo intingolo sulle costoline, lascia che giungano a perfetta cottura, e servile col sugo di mezzo limone.

83. Focaccia di vitello con acciughe.

Ingredienti — *Fesa di vitello, acciughe, midolla di manzo, sale, spezie, farina, olio, limone.*

Trita minutamente colla mezzaluna una fesa di vitello, tre acciughe diliscate, un'oncia di midolla di manzo, e mettivi sale e spezie. Impasta tutta la massa, infarinala, e, datale la forma di una focaccia, adagiala in una tegghia in cui siavi dell'olio già fritto con due acciughe pestate. Lascia cuocere la focaccia a piccol fuoco, voltandola spesso e tenendola coperta. A mezza cottura spremivi sopra il sugo di un limone. — *Ottimo ed economico camangiare.*

84. Vitello tonnato.

Ingredienti — *Fesa di vitello, vino bianco, sedano, carote, cipolla, garofani, sale, pepe, olio.*

Batti fortemente una fesa di vitello, e mettila a infuserare per dodici ore in due bicchieri di vino bianco con sedano, carote, cipolla steccata di garofani, sale e pepe. Passate le dodici ore, involgila in un pannolino, ricollocala nel suo fondo, aggiungivi dell'olio e lasciala cuocere lentamente per due ore. Servila con olio, limone e pochissimo zucchero in polvere, cui unirai un' acciuga pesta e passata allo staccio.

Altra maniera. — Poni a soffriggere un pezzo di butirro con una fetta di cipolla ed un cucchiajo di farina. Quando la cipolla avrà preso il color d'oro, gettala via, e colloca nel butirro la fesa di vitello bene sgrassata, disossata e battuta. Arrosolata che sia, versaci sopra un bicchiere e mezzo di vino bianco con due chiovi di garofano e due cucchiaj d'olio fino. Lasciala cuocere così per un'ora ed un quarto, poi, fredda, togliila dal suo fondo, e, dispostala sul piatto, irrorala colla seguente salsa. — Pesta nel mortajo due once di tonno salato, con un'acciuga, allunga l'impasto con due cucchiajate del fondo lasciato dalla fesa, passalo allo staccio ed uniscivi dell'olio e del sugo di limone.

Altra maniera semplicissima. — Instecca con filetti di acciughe una bella fesa di vitello del peso di una libbra o poco più, mettila in una pentola di terra ove sia tanto come un uovo di butirro già tosto, e preso che abbia un leggier colore d'oro, versavi sopra un bicchier d'aceto. Copri la pentola e mettila a bollire lentamente per un'ora e mezzo. Tolta la fesa dal suo fondo e collocatala sul piatto, unisci al fondo sgrassato tre cucchiaj d'olio d'olive, rimestavelo insieme e versalo sul vitello. Lo servirai freddo. *Questo piatto si conserva anche nell'estate per più giorni, quando si abbia cura di voltarlo e rivoltarlo più volte e di tenerlo in sito fresco ed asciutto.*

85. Polpettine tonnate, microscopiche.

Ingredienti = Fettine di vitello, acciughe, olio.

Taglia di traverso della fesa di vitello in modo da averne delle fettine lunghe quanto un'acciuga e larghe un pollice, assottigliale col batterle, poi disponile sopra un tagliere spolverato di farina. — Spara in due parti delle acciughe e tagliane per lo lungo ciascuna metà in tre listine. Sopra ciascuna fettina di vitello colloca una delle listine di acciuga, arrotola la fettina da un capo all'altro, e, fattene così tante polpettine, accostale ritte le une alle altre in una tortiera. Versaci sopra poco olio, copri le polpette colle reste delle acciughe e lasciale cuocere sulla brace per due ore. — *Si servono anche fredde, con salsa di limone ed olio, tanto per colazione quanto per antipasto.*

86. Fettine di vitello accomodate.

Ingredienti = *Vitello, burro, lardo, prezzemolo, formaggio, spezie e sale.*

Fa fondere a piccol fuoco tanto quanto una noce di burro. Intingivi la barba di una penna ed ungi con essa il fondo di una casserola; coprillo poi con fettine sottilissime di lardo bianco, e tapezzane all'ingiro anche i lati. Sopra il primo suolo di lardo disponi un primo suolo di fettine di fesa di vitello ben battute, della grossezza di uno scudo. Spargivi sopra del prezzemolo ben tritato, del formaggio, spezie e sale. Fatto poi un altro suolo di fettine di vitello, torna a spolverarlo di prezzemolo, formaggio, spezie e sale, e così via via fino a che avrai vitello. Col resto del burro ungerai l'ultimo suolo e farai cuocere il tutto per tre quarti d'ora con brace viva sotto e sopra. — *Il fondo, a cottura finita, deve essere tutto consumato, e il lardo tutto fuso.*

87. Zampe di vitello à la poulette.

Ingredienti = *Zampe di vitello, acqua, sale, burro, farina bianca, brodo, tre uova, limone, prezzemolo.*

Metti in una casserola due zampe di vitello con due pinte di acqua salata a dovere. Lasciale cuocere chetamente per due ore, dissalale e ponile, fatte in pezzi, in altra casserola con due oncie di burro a frigger forte per due a tre minuti, scuotendole spesso. Aggiuntavi poi un'oncia di farina bianca ed un bicchiere di brodo, falle bollir dolcemente per un quarto d'ora. — Sbatti allora in una terrina tre tuorli d'uova, il sugo di un limone e un cucchiajo di prezzemolo trito con un po' del fondo lasciato dalle zampe di vitello. Diguazza prestamente le uova, chè non si rappiglino, ed uniscile così stemperate alle zampe. — Servile fumanti.

88. Animelle di vitello (in mil. laccett) in agro dolce.

Ingredienti = *Animelle, burro, cipolla, lardo, presciutto, sedano, carote, sale, brodo, zucchero, limone, olio, capperi.*

Imbianchite nell'acqua bollente e ben rimodate delle animelle di vitello, mettile in una casserola con poco burro, mezza cipolla,

fettine di lardo e di presciutto, sèdano e carote a fette, e sale a sufficienza. Preso il color d'oro, toglie la cipolla, bagna le animelle e le verdure con del brodo, e lasciale cuocere con fuoco sotto e sopra; poi, tratte fuori dalla casserola, tagliate a fette, disponi queste sul piatto e irrorale con una salsa composta di un'oncia e mezzo di zucchero, il sugo di un limone, un'oncia e mezzo d'olio fino e mezz'oncia di capperi.

89. Orecchia di vitello in agro dolce.

Ingredienti = *Orecchia di vitello, zucchero, aceto, biscottini, mostaccino, cannella, sale, pinocchi, uva passula.*

Ben lavata, imbianchita e monda de' peli un'orecchia di vitello, mettila in disparte. — Prepara la salsa facendo abbrustolire un pugno di zucchero, bagnandolo poi con aceto ed aggiungendovi due biscottini d'anici frantumati, un mostaccino pesto, un pezzetto di cannella e un granello di sale. Dopo un quarto d'ora passa la salsa allo staccio, ponivi entro l'orecchia con pinocchi ed uva passula piccola, e lasciala bollire fino a perfetta cottura.

90. Lingue di vitello.

Ingredienti = *Due lingue di vitello, sale, vino bianco, farina bianca, pinocchi, uva passula, zucchero, amaretti, scorza di limone.*

Scotta nell'acqua bollente e decortica due lingue di vitello, poi falle cuocere in acqua salata od in brodo, e tagliale in fette. Metti intanto a fuoco un vaso di terra che contenga due bicchieri di vino bianco con mezzo cucchiajo di farina, un pugno di pinocchi, un'oncia di uva passula, due cucchiaj e mezzo di zucchero e la scorza verde tritata di mezzo limone. Dopo che il vino avrà bollito per cinque minuti sotto continuo rimestamento, poni in esso a bollire per altri cinque minuti le fette di lingua. Servi quest'ottima vivanda ben calda.

91. Fegato di vitello alla marmottina.

Ingredienti = *Fegato, brodo, spezie, cedrato, uva passula, pistacchi, zucchero, latte, quattro uova.*

Leva la pellicola ad un pezzo di fegato fresco di once dodici, iubiancalo in brodo bollente, trituralo colla mezzaluna e ponilo in

una casserola con spezie, cedrato trito, due once d' uva passula, un' oncia di pistacchi già imbianchiti, due once di zucchero ed un bicchiere di panna o latte. Incorpora bene il tutto a fuoco lento, poi, allontanata dal fuoco la casserola, legalo con quattro tuorli d' uovo e una sola chiara montata. Unto e panato uno stampo, versavi dentro il tritume e fallo cuocere con fuoco sotto e sopra. — *Piatto gustoso ma non di troppo facile digestione.*

88. Fettine di fegato nella loro sostanza.

Ingredienti = *Fegato, butirro, sale, lardo, presciutto, erbe aromatiche, vino di Malaga.*

Fa friggere delle fettine di fegato, infarinate, con butirro e sale e mettile in disparte. — Fondi in una casserola un pezzetto di butirro con un pezzetto di lardo, una fetta di presciutto e qualche erba aromatica; aggiungivi, dopo pochi minuti, un bicchierino di vin di Malaga ed un pezzetto di fegato triturato minutamente. Messavi la dose giusta di sale, passa questa sostanza allo staccio e favvi cuocere dentro le fettine di fegato già fritte.

89. Polpette di fegato.

Ingredienti = *Fegato, lardo, midolla di manzo, formaggio, prezzemolo, noce moscada, sale, reticella di majale (in mil. gradisella), farina bianca, salvia, butirro.*

Tritura colla mezzaluna, e minutamente, quattordici once di fegato di vitello, due once di lardo bianco, un' oncia di midolla di manzo, un pizzico di formaggio, del prezzemolo, poca noce moscada e sale a sufficienza. Taglia in pezzetti oblungi una quarta di reticella di porco, ammolita prima in acqua tiepida, e con essa involgi degli ammorsellati di fegato trito come sopra per farne tante polpette che, infarinate ed infilte a due a due sopra uno stecco con una foglia di salvia in mezzo, farai cuocere con poco butirro, già liquefatto, per non più di mezz' ora a fuoco un po' vivo, spolverizzandole di sale fino. — *Piatto saporito, ma indigesto perchè troppo unto.*

94. Costoline di porco all' uso del cacciatore.

Ingredienti = *Costoline di porco, sale, butirro, aceto, acciughe, farina bianca, lardo.*

Batti fortemente dodici costoline di porco, e, spolverizzate di sale, gettatele nel butirro sfriggolante, abbronzandole bene da ambe le parti. Scolane allora il butirro, falle subbollire con un mezzo bicchiero di aceto, poi stendile sul piatto e bagnale collo stesso aceto che farai riscaldare ancora un momento con tre acciughe diliscate e peste, un pizzico di farina, un po' di lardo trito, e tanto quanto un uovo di butirro.

95. Coscia (*gigot*) di montone con fagiuoli.

Ingredienti = *Coscia di montone, cipolla, carota, sédani, sale, pepe, vino bianco, lardo, fagiuoli bianchi, butirro.*

Metti in una terrina una coscia di montone con una cipolla spaccata in croce, una carota e due sédani a fette, sale, pepe, ed una bottiglia di vino bianco. Lasciavela in infusione tutta la mattina. Tre ore prima di pranzo versa il tutto in una casserola in cui sienvi quattro once di lardo ben tritato, copri la casserola e fa stufare per tre ore a piccol fuoco. — Intanto fa cuocere dodici once di fagiuoli bianchi in due pinte di acqua con sale, lasciali sgocciolare, gettali in altra casserola e versavi sopra il sugo del montone, passato allo staccio, ove, subbolliti che sieno lentamente per un quarto d' ora, porrai due once di butirro, ritirando tosto dal fuoco la casserola e rimestando bene il tutto. Sopra questi fagiuoli così conditi porrai la coscia di montone, riscaldandola se sarà d' uopo.

96. Costoline di montone all' amerosa.

Ingredienti = *Costoline di montone, butirro, olio, lardo, presciutto, farina bianca, vino di Malaga, brodo.*

Ben battute e infarinate le costoline di montone, disponibile in una tortiera, in cui siavi un pezzetto di butirro, qualche cucchiajo d' olio, un po' di raschiatura di lardo e qualche fetta di presciutto. Tosto che le costoline avranno preso un bel color d' oro, salale, bagnale con un bicchiero di vino di Malaga o di Marsalla. Cuoci a lento

fuoco, e, consunto il vino, versavi del sugo o del brodo. Terminata la cottura, togli le costoline dal loro fondo e mettile sul piatto. Sgrassane il fondo, passalo allo staccio e versavelo sopra, servendole con fette di pane fritte nel butirro. — Se vorrai servirle fredde, faranno di sè bella mostra adorne di pezzi di *gelatina* ben limpida. — Preparala nel modo seguente. Fa bollire del brodo di manzo con due zampe di vitello, due fette di presciutto, un limone privato della scorza verde e della bianca, ed una cipolla insteccata di garofani. Dopo quattro ore di bollitura, passa il brodo, sgrassato, allo staccio, rimettilo al fuoco e stemperavi due chiara d'uova sbattute. Quando comincia a bollire, ritira la casserola all'angolo del fornello, coprila con un testo arroventato, e, dopo quindici minuti, passa la gelatina alla salvietta bagnata nell'acqua. Poni metà di questa gelatina in uno stampo, e, quando sarà congelata, disponivi in giro le costolette, adagiandole a scaglioni le une sulle altre, e sopra di esse versa l'altra metà della gelatina. Servile colla loro gelatina sopra una salvietta di bucato.

97. Fricascea di coniglio (*Gibelotte*).

Ingredienti = *Coniglio, butirro, lardo, vino rosso, brodo, mazzetto d'erbe, chiovi di garofano, sale, spezie, capperi, funghi.*

Scuojato il coniglio e toltene le interiora, forbiscilo con una salvietta senza lavarlo e taglialo in pezzi mediocri. Struggi a fuoco quattro o cinque once di butirro, gettavi qualche fettina di lardo a prendere il color rosso, un cucchiajo di farina bianca, poi i pezzi di coniglio e falli saltare per otto minuti finchè sieno arrosolati. Bagnali quindi con un bicchiero di vino rosso e con due di brodo, e mettivi un mazzettino d'erbe odorose, sale e spezie. Coperta la casserola, lasciali subbollire per una mezz'ora circa, poi, tolti i pezzi dal loro fondo, ponili asciutti in altra casserola e versavi sopra il fondo, facendolo passare per uno staccio. Rimetti il tutto a fuoco per otto minuti coll'aggiunta di un pizzico di capperi, un' acciuga pestata e stemperata in un poco del fondo stesso, più tre once di funghi tagliati a piccoli dadi. Servili con sotto delle fette di pane fritte col butirro.

88. Lepre en civet.

Ingredienti. = *Lepre, lardo, carota, prezzemolo, lauro, salvia, sale, pepe, farina bianca, vino rosso, brodo, butirro.*

Metti in una casserola una lepre fatta in pezzi dopo aver messo a parte il suo sangue, se pur ne avrai trovato nel petto, con sette once di lardo magro, tagliato a fette, una carota, prezzemolo intero, una foglia di lauro, un ramicello di salvia, sale e pepe. Agitando sempre la massa, lasciala sfriggolare a fuoco ardente per dieci minuti, aggiungivi poi un' oncia di farina, e, lasciato che il tutto frigga ancora un istante, una bottiglia di vino rosso e tanto brodo che basti a coprire i pezzi di lepre. Chiusa allora la casserola, lascia cuocere a fuoco lento per due ore. Disposti quindi i pezzi di lepre sopra un piatto in un colle fette di lardo, unisci al fondo il sangue della lepre, rimesta il fondo stesso, disgrassalo, filtralo, e passalo di nuovo al fuoco a spessire, senza che bolla. Scioglivi dentro un pezzetto di butirro e versa il tutto sulla lepre. — *A questo modo potrai ammannire anche il coniglio.*

89. Lepre alla tedesca.

Ingredienti = *Lepre, acqua, aceto, carote, sèdano, cipolla, garofani, spezie, sale, foglie di lauro, lardo, butirro, farina bianca, panna brusca.*

Metti in una terrina due bicchieri d' acqua, uno di aceto, carote e sèdani a fette, una cipolla steccata di garofani, spezie, sale e due foglie di lauro. Poni in questo bagno la lepre, scuojata e fatta in pezzi, e lasciavela per ventiquattro ore. Tolti quindi i pezzi di lepre dal bagno, insteccali di filetti di lardo e falli abbrustolire per un' ora e mezzo con butirro senza sale. Cotta che sia la lepre, disponila asciutta sopra un piatto. Del grasso che ha lasciato nella casserola, prendine un solo cucchiajo, e, con esso, riduci col fuoco a color d' oro un pizzico di farina, aggiungivi poi un bicchiere di panna che sia già brusca, indi il resto del grasso ed anche qualche cucchiajata dell' acqua del bagno. Tirata questa specie di salsa a debita consistenza, bagnavi dentro i pezzi di lepre e lasciaveli subbollire per servirli fumanti con essa. — *Piatto di gusto squisito, ma di non troppo facile digestione.*

100. Lepre allo spiedo pillottata con panna brusca.

Ingredienti = *Lepre, panna brusca, sale, burro, pane grattugiato.*

Scuojata, sventrata ed allestita una lepre, infilzala sullo spiedo, mettila a fuoco e bagnala con panna di alcuni giorni, che abbia già preso un saor brusco. Quando la cottura sarà quasi compiuta, sala la lepre, ungila di burro fuso, col mezzo di un mazzetto di penne di cappone, e spolverizzala di pane grattugiato. Tostochè il pane avrà preso il tosto, ribagnala colla panna brusca fino a che la si veda rivestita di una bella crosta abbronzata.

101. Tacchino (in mil. Pollin) à la daube.

Ingredienti = *Tacchino, lardo, vitello, presciutto, vino bianco, acquavita, brodo, cipolla, erbe aromatiche, foglia di lauro, sale, pepe.*

Spiumato, sgozzato, sventrato e bruciacciato un giovane tacchino, insteccalo con lardelli e stringilo in tela rada, che cucirai da tutti i lati. Ponilo così in una casserola con dei pezzetti di vitello e di presciutto, un bicchiere di vino bianco, oppure mezzo bicchiere d'acquavita, o dello spirito in cui si conservano le ciliegie, una tazza o ramajuolo di brodo, una cipolla spaccata, un mazzetto d'erbe aromatiche, una foglia di lauro, sale e pepe. Copri la casserola e lascia che il tacchino vi bolla a piccol fuoco; voltandolo spesso fino a perfetta cottura. Sgrassane il fondo, staccialo, concentralo da solo al fuoco, se non è troppo denso, e versalo sul tacchino che avrai disimpacciato della sua tela. — In tal maniera si cucina anche l'oca. — NB. Se l'oca è arrostita, la potrai servire in *salmis*, preparando la salsa in tavola. A questo effetto taglia in pezzi l'oca, togline il fegato e schiaccialo con una forchetta, aggiungendovi il sugo che l'oca avrà lasciato sul piatto, due a tre cucchiaj d'olio d'ulive, il sugo di un limone, sale e pepe. Mesci bene la salsa così ammanita e servila sull'arrosto.

102. Tacchini à la maître d'hôtel.

Ingredienti = *Due tacchini, butirro, sale, garofani, scorza di limone, vino bianco, prezzemolo.*

Prepara due tacchini novelli e dividili in pezzi di mezzana grandezza. Tre quarti d'ora prima di dar in tavola mettili in una padella su fuoco ardente con tre once di butirro, sale, due chiovi di garofano, la scorza verde di un mezzo limone minutamente tritata. Scuotili di continuo e voltali finchè appajano dorati. Versavi allora un bicchier di vino bianco o di Madera, e lascia bollir cheto fino a cottura. Disponi i pezzi dei due tacchini sopra un piatto, ed unisci al fondo, che rimetterai al fuoco, un pezzo di butirro, il sugo di un limone ed un cucchiajo di prezzemolo trito. Mesci bene e versa il tutto sui tacchini.

103. Cappone stufato.

Ingredienti = *Cappone, lardo, pezzetti di vitello, carota, cipolle, chiovi di garofano, erbe odorose, limone, sale, pepe, brodo, vino, butirro e farina bianca.*

Allestito un bel cappone, affondalo in una casserola con fette di lardo sotto e sopra, qualche pezzetto di vitello o di manzo, una carota in fette, due cipolle, di cui una insteccata con due chiovi di garofano, un mazzetto d'erbe odorose, qualche fetta di limone privata della scorza bianca e dei semi, sale e pepe; bagnalo con del brodo e con altrettanto vino, e lascialo cuocere per un'ora a piccolo fuoco. Tolto allora il cappone dalla casserola, sgrassane il fondo, riducilo denso a fuoco, se non lo è, legalo con un pezzetto di butirro manipolato con della farina bianca, e versalo sul cappone per servirlo caldo.

104. Pollastri alla Delfina (fricassée).

Ingredienti = *Due pollastri, butirro, farina bianca, sale, brodo, cipolla, garofani, funghi, tre uova, panna, limone, prezzemolo.*

Fa sfriggolare in una casserola grande due pollastri, tagliati in quarti, con poco butirro, mezzo cucchiajo di farina e sale. Quando saranno abbronzati, bagnali con brodo liscio, mettivi una cipolla spaccata e insteccata di garofani, e, se vuoi, dei funghi secchi fatti in

pezzi, e lascia che bollano lentamente. A perfetta cottura, sgrassane il fondo, passalo allo staccio, légalò con tre tuorli d' uvo stemperati prima in poca panna, ed uniscivi, sotto continua agitazione, il sugo di un mezzo limone e poco prezzemolo trito.

105. *Blanquette di pollo.*

Ingredienti = *Pollo, butirro, farina bianca, vino di Marsalla, brodo, funghi, cipolle, chiovi di garofano, limone, prezzemolo.*

Allestito un pollo, tagliato nelle sue giunture a pezzi e mettilo per un quarto d'ora a macerare nell'acqua tiepida, indi per un solo minuto nell'acqua bollente. Ciò fatto, toglì i pezzi dall'acqua e lasciali scolare. Struggi intanto in una casserola due once di butirro e dentro scioglivi un cucchiajo di farina, bagnandola tosto con un mezzo bicchier di vino di Marsalla ed un boccale di brodo, ed aggiungendovi un pugno di funghi, una piccola cipolla invecchiata di chiovi di garofano, quattro fette di limone private della loro scorza bianca e dei loro semi, e finalmente i pezzi del pollo. Dopo una cheta bollitura di tre quarti d'ora, posti i pezzi di pollo in un'altra casserola, colavi sopra la salsa facendola passare per uno staccio, e lasciaveli ribollire. Prima di servirli gettavi dentro un pizzico di prezzemolo trito, e disposti i pezzi sul piatto, irrorali colla loro salsa, che farai concentrare da sola al fuoco se non sarà addensata.

106. *Minutaglie di polli con salsa di pomi d'oro.*

Ingredienti = *Minutaglie di pollo, butirro, cipolla, farina bianca, sale, brodo, salsa di pomi d'oro.*

Struggi a fuoco un pezzo di butirro con una cipolla tagliata in croce. Preso che abbia il color d'oro, getta via la cipolla, e metti a friggere nel butirro le minutaglie di pollo, come sarebbero le ali, il capo, il collo, il ventriglio, ec. e falli saltare, aspergendoli di farina. Abbronzati che sieno, salali e bagnali con una mezza tazza di brodo in cui siasi stemperato tanto come una noce di salsa asciutta di pomi d'oro. Copri il recipiente e termina la cottura a piccol fuoco.

107. Pollastri alla panna.

Ingredienti = *Due pollastri, butirro, sale, noce moscada, pepe, panna.*

Fa in pezzi due pollastri e mettili a sfriggolare a fuoco vivo nel butirro, con sale, poca noce moscada e poco pepe finchè prendano colore. A questo punto versavi un bicchiere e mezzo o due di panna, e fa che bollano cheto una mezz'ora, mettendo della brace anche sopra il coperchio della casserola. — *Piatto semplice, sano e facile a farsi. Si serve sopra una purée di patate.*

108. Pollastro freddo in salsa genovese (con olio).

Ingredienti = *Pollo, olio d'ulive, acciughe, farina bianca, aceto, biscottini, cannella, sale, timo, capperi, code di gamberi.*

Stempera a fuoco in una casserola, contenente dell'olio d'ulive, sei acciughe diliscate e peste, ed uniscivi un pizzico di farina. Tramesta bene e bagna il tutto con aceto prima che la farina prenda colore, chè la salsa ha da restar bianca. Lascia bollire per un quarto d'ora ed aggiungivi due biscottini frantumati, un pezzo di cannella, sale e un ramicello di timo. Passa la salsa, così preparata, allo staccio, collocavi dentro il pollo già allessato, e servilo freddo coll'aggiunta di capperi e code di gamberi.

109. Marinatura di pollastri e piccioni à la Crapaudine.

Ingredienti = *Polli o piccioni, olio, prezzemolo, sale, pepe, limone, pane.*

Taglia due pollastri piccoli, o due piccioni, per lo mezzo del petto, rovesciane indietro le due metà, asciugale con una salvietta e battile ben bene acciocchè rimangano appiattite. Disponile su di un piatto e lasciale marinare con olio, prezzemolo trito, sale, pepe, e sugo di limone. Dopo alcune ore di marinatura, cuocile, ben panate, alla gratella, bagnandole, nel voltarle, colla loro marinatura. Servi con salsa verde. (Vedi tra le *Salse* il n. 7.)

110. Piccioni en fricassée.

Ingredienti = *Piccioni lessati butirro, farina bianca, brodo, tre uova, limone, noce moscada, prezzemolo.*

Fa liquefare in una casserola un pezzo di butirro, uniscivi un cucchiajo di farina, bagnandola tosto con brodo in quantità tale che, ultimata la cottura della farina, ne resti un bicchiere all' incirca. — Sbatti a parte tre tuorli d'uovo col sugo di mezzo limone, poca noce moscada e del prezzemolo trito; rimesta il tutto ed uniscilo al brodo suddetto. Preparati sul piatto i piccioni già lessati e ancor caldi, versavi sopra la salsa e servili subito.

111. Piccioni nella stufaruola.

Ingredienti = *Piccioni, limone, sale.*

Disponi sul fondo di una stufaruola di terra (in mil. *stuin*) tre a quattro fette di limone da cui sia stata tolta tanto la scorza gialla quanto la bianca che vi sta sotto, e che nel cuocere piglia un sapore amaro. Sopra queste fette porrai due piccioni spennati, sventrati, e già salati a dovere di dentro e di fuori. Affonda la pentola nella carbonigia o cenere calda, e dopo due ore di lenta bollitura, servili irrorati del fondo che avranno lasciato.

112. Piccioni à la daube col loro sangue.

Ingredienti = *Piccioni, limone, butirro, cipolla, farina bianca, sale, brodo.*

Prendi due piccioni vivi e scannali. Tramesta il loro sangue, intanto che esce dall'arteria, col sugo di mezzo limone, e mettilo in disparte. Taglia i piccioni in quarti e falli friggere in una casserola con butirro, una cipolletta ed un cucchiajo di farina. Rimossa quindi la cipolla, salali a dovere e versavi sopra del brodo che venga a galla dei piccioni. Coprili e lasciali cuocere lento. Presso la fine della cottura, unisci loro il sangue che sarà ancor liquido, lasciali bollire ancora per qualche minuto e servili fumanti.

113. Crapaudine furcie.

Ingredienti = *Piccioni, lardo, erbe aromatiche, salsiccia, pane, latte, sale, pepe, spezie, due uova, butirro, limone.*

Fendi dalla parte del dorso due piccioni, senza schiacciarli. — Tritura colla mezzaluna i loro fegati insieme a del lardo, delle erbe aromatiche, della carne di salsiccia e della mollica di pane bagnata nel latte; metti sale, pepe, spezie, due tuorli d'uova e due chiara sbattute in fiocca. — Riempi i piccioni di questo composto, colloicali in una tortiera unta di butirro e falli cuocere per mezz'ora con piccolo fuoco sotto e sopra. Servili colla salsa che avranno deposta, cui aggiungerai il sugo di un limone.

114. Pasticcio di piccioni.

Ingredienti = *Piccioni, butirro, cipolla, cannella, funghi secchi, tartufo, farina, brodo, maccheroni, sale, formaggio, zucchero, tre uova, scorza di limone, acqua di fiori d'arancio.*

Mondati ed abbrustiti due piccioni, tagliali nelle loro giunture in otto pezzi ciascuno, infarinali e tienli in pronto. Metti in una casserola grande del butirro con una cipolla tagliata in quattro, qualche pezzetto di cannella, dei funghi secchi, ammolliti prima nell'acqua tiepida, poi passati alla mezzaluna, e, se vuoi, anche un tartufo a fette sottili. Preso che abbia un bel color d'oro il butirro, incorporavi un buon cucchiajo di farina e, legato bene l'intinto, getta via la cipolla e metti a sfriggolare i pezzi de' piccioni, salandoli. Abbronzati che sieno, bagnali con brodo che arrivi loro a galla e lasciali cuocere a piccol fuoco. — Fa bollire intanto sei once di maccheroni nell'acqua e sale, mettili a sgocciolare nel crivello, poi falli asciugare a fuoco in una casserola con poco più di una noce di butirro ed un po' di formaggio trito. Versa questi maccheroni nel *ragout*, lasciaci prenderè insieme la bontà e tieni il tutto al caldo. — Ora converrà preparare la *pastu da timballo* con dodici once di farina bianca, sei once di zucchero, sei once di butirro, due tuorli d'uovo, scorza gialla di limone ben trita, e, se vuoi, qualche goccia di acqua di fiori d'a-

rancio. Fattane una pasta e distesala della grossezza di un mezzo dito, copri con essa il fondo e i lati di una casserola o di un stampo ben unto di butirro. Riempine il vano coi pezzi di piccioni uniti ai maccheroni, copri con un disco della stessa pasta, e fa cuocere il pasticcio così preparato al forno o con fuoco sotto e sopra.

115. Fagiani, Coturnici e simili in *salmis*.

Ingredienti = *Selvaggina, farina bianca, lardo, cipolla, erbe odorose, vino di Malaga, rhum, brodo, vaniglia, cannella, ginepro, uccelletti già cotti, fette di pane.*

Ben disposta e tagliata in pezzi che infarinerai, metti a friggere la selvaggina in una casserola con delle fette di lardo, una cipolla fessa in croce e delle erbe odorifere. Rivoltane spesso i pezzi finchè abbiano preso un bel colore abbronzato. Allora getta via la cipolla, versa nella casserola un bicchier di Malaga e continua la bollitura finchè il tutto cominci ad alidire. Consumato il vino, mettivi un bicchierino di rhum, e, svanito ancor questo, del sugo o brodo, un pezzettino di cannella, sei ginepri pesti, qualche uccelletto cotto o crudo e pesto prima nel mortajo. Copri bene la casserola e lascia cuocer lento, poi passa allo staccio il fondo e versalo sopra i pezzi di selvaggina disposti già su delle fette di pane arrostiti nel butirro.

116. Due pernici all' uso del cacciatore.

Ingredienti = *Pernici, olio, carota, sale, pane, limone, vino rosso, brodo, due acciughe.*

Fa friggere chetamente, e per tre quarti d' ora, due pernici in una casserola coperta insieme a tre cucchiaj d' olio e una carota affettata; salale, e, come saran tenere, ritirale per tagliarle in quarti. Il fondo lo ritornerai al fuoco per dieci minuti, aggiungendovi due once di pane grattugiato, il sugo di un limone e tutta la sua scorza gialla tolta sottilmente dalla scorza bianca, un bicchier di vino rosso, un bicchier di brodo od acqua e due acciughe tritate. Ben incorporato il tutto, digrassalo, passalo allo staccio e fallo bollire ancora per altri dieci minuti insieme ai pezzi delle pernici. Servili col loro fondo sopra delle fette di pane fritte.

117. Tortine di sangue di pollo.

Ingredienti = *Sangue, latte, due uova, sale, spezie, zucchero, mandorle amare, pane, formaggio, cipolla, butirro.*

Stempera in due bicchieri di latte il sangue di due a tre polli, passato per lo staccio, rimestavi dentro due uova intere, una presa di sale e di spezie, un pizzico di zucchero, una dozzina di mandorle amare decorticate e pestate, oppure due amaretti, un buon pugno di pane grattugiato, un po' di formaggio trito. Ciò fatto, metti ad abbrustolire una cipolletta con un pezzo di butirro, e, preso che abbia il color d'oro, getta via la cipolla, unisci al butirro il composto, incorporalo bene, poi versalo in una tegghia o tortiera unta e panata, e lascialo cuocere lento con fuoco sotto e sopra.

118. Pomi di terra al lardo.

Ingredienti = *Pomi di terra, lardo, farina bianca, pepe, sale, prezzemolo, lauro, brodo.*

Fa friggere dei piccoli pezzi di lardo. Quando avran preso colore, aggiungivi un mezzo cucchiajo di farina che lascerai parimenti tostare sotto continuo rimescolamento. Condisci con pepe, poco sale, una pianticella di prezzemolo, una mezza foglia di lauro, e bagna il tutto con acqua o con brodo. Dopo cinque minuti di bollitura gettavi dentro i pomi di terra crudi e tagliati a fese. Cotti che sieno, toglila pianticella di prezzemolo e la foglia di lauro, sgrassa il fondo e servi.

119. Polenta ed uccelli scappati.

Ingredienti = *Polenta, lardo, ginepro, salvia, fegato di pollo o salsiccia, sale.*

Getta nel butirro sfriggolante delle sottili e piccole fette di lardo, qualche grano intero di ginepro, delle foglie di salvia, ed, avendolo, un fegato di pollo tritato finamente, oppure un pezzetto di salsiccia che sia stata ridotta in frantumi dopo toltane la pellicola. Lascia friggere prestamente, mettendoci la dose conveniente di sale. Fatto un buco nella polenta, versavi questo butirro, e ti parrà di mangiare polenta ed uccelli, ma gli uccelli non ve li troverai.

130. Sédani al sugo.

Ingredienti = *Sédani* (in mil. *seller*), *butirro*, *farina*, *brodo*, *sale*, *pepe*, *sugo di carne*.

Prepara dei gambi di *sédani*, col togliere loro le prime foglie che sono le più dure, tagliali tutti di eguale lunghezza, spaccali in quattro e mettili a cuocere nell'acqua finchè sieno teneri al tatto. Intanto che li porrai sullo staccio a sgocciolare, metti in una casserola del *butirro* con un mezzo cucchiajo di *farina*: quando questa avrà preso un leggier color d'oro, unisci i *sédani*, poi bagnali con *brodo*, e condiscili con *sale* e *pepe* grosso. Cotti che siano, ritirali asciutti sul tondo, e lega la salsa con del *sugo di stufato* o simile, poi versala sopra i *sédani*.

131. Carote alla salsiccia (in mil. *luganega*).

Ingredienti = *Carote*, *brodo*, *butirro*, *sale*, *pepe*, *salsiccia*.

Affetta otto *carote* decorticate, e già cotte nel *brodo*. Mettile a fuoco dolce per un quarto d'ora con un'oncia di *butirro*, *sale*, *pepe*. Prima di servirle, aggiungivi dodici once di *salsiccia*, ravviva il fuoco, e, tostochè avranno preso l'abbronzato, servile colla *salsiccia* dispostavi sopra in ispira.

132. Riso in prigione alla salsiccia.

Ingredienti = *Riso*, *brodo*, *sale*, *farina bianca*, *salsiccia*, *butirro*, *formaggio*.

Prepara, come di consueto, una minestra rara di *riso* in *brodo*. Sciogli a parte in poca acqua una mezza libbra di *farina bianca*, e, quando il *riso* sarà cotto, versala nella minestra e lasciavela subbollire fino a tanto che perda il sapore di *farina*. Inspessita così e ben cotta, servila con un giro di *salsiccia*, arrostita prima con *butirro*, e spargivi sopra, se vuoi, un po' di *formaggio* trito.

133. Gnocchi di riso.

Ingredienti = *Riso*, *brodo*, *pane*, *quattro uova*, *butirro*, *formaggio*.

Fa cuocere in buon *brodo* mezza libbra di *riso*, poi, levatolo dal *brodo*, mettilo a sgocciolare ed incorporavi quattro uova intere e

del pane grattugiato in tale quantità da formare una pasta piuttosto dura. Gettala quindi a cucchiaiate nel brodo rimasto indietro e che avrai rimesso in bollire, e, dopo pochi minuti di bollitura, disponi questa specie di gnocchi sul piatto, aspergili di butirro fritto e spolverizzali di formaggio trito.

124. Cannoncini (in mil. *maccaron*) **al sughillo.**

Ingredienti = *Maccheroni, acqua, sale, butirro, sugo di stufato, formaggio, noce moscada.*

Getta in due pinte di acqua bollente e salata una libbra di maccheroni napoletani, rotti in pezzi. Lasciaveli bollire lentamente per un' ora circa, indi mettili a sgocciolare. Fa friggere intanto due onces di butirro in una casserola, gettavi i maccheroni, favveli saltare per alcuni minuti, umettali con un cucchiajo di sugo di stufato, spargivi sopra un pajo d' onces di formaggio grattugiato, aggiungivi una presa di noce moscada, e, dopo di averli ben rimestati, servili fumanti.



CUCINA DI CARASSO

ARROSTI.

125. Culaccio (in mil. *culatta*) di bue arrosto con pomi di terra.

Ingredienti = *Culaccio di bue, lardo, burro, brodo, sale, rosmarino, salvia, pomi di terra.*

Tritura del lardo e mettilo in una casserola con un pezzo di burro e un bel pezzo di *culatta* di manzo inlardellata. Soffriggila, rivoltandola di tanto in tanto, poi bagnala con tre bicchieri di brodo, ponivi sale, foglie di salvia e ramicelli di rosmarino, copri la casserola, mettila sopra un peso, e dopo due ore e mezzo o tre di cottura, aggiungivi dei pomi di terra tagliati a dadi. Se il fondo si asciuga, versavi altro brodo. — Finita la cottura, servi l'arrosto insieme ai pomi di terra.

(Vedi tra gli *Allessi* il *Beefsteak* al n.º 70.)

126. Roast-beef nella casserola.

Ingredienti = *Filetto di bue, lardo, aceto, burro, sale.*

Prendi un bel pezzo di filetto di bue di una libbra ed un quarto circa, inlardellalo tutto e mettilo in una terrina profonda con una cucchiata di aceto. Dopo alcune ore di marinatura, ossia mezz'ora prima del pranzo, togliilo dall'aceto e mettilo a fuoco in una casserola con tre oncie di burro, voltandolo spesso e punzecchiandolo con sottil coltello. Salalo verso la fine della cottura e servilo solo o con *purée* di pomi di terra. (Vedila nella *Cucina di magro* tra i *Farinacci*.)

127. Filetto di bue alla panna.

Ingredienti = *Filetto di bue, foglia di lauro, panna, chiodi di garofano, sale.*

Ponf un piccolo filetto di bue in una terrina e marinalo per due ore con una foglia di lauro, due bicchieri di panna, quattro chiodi di garofano contusi e una presa di sale. Un' ora e mezzo prima del pranzo, mettilo allo spiedo, a fuoco vivo, e pillottalo, mentre cuoce colla stessa panna che ha servito a marinarlo. Vestito che abbia un bel colore abbronzato, salalo, e, dopo pochi minuti, servilo caldo.

128. Arrosto di vitello con latte.

Ingredienti = *Vitello, butirro, farina bianca, presciutto, sale, latte.*

Fa friggere un pezzo di butirro con un cucchiajo di farina bianca ed una fetta di presciutto, tagliata in sottili filetti. Ridotto il tutto a color d'oro, collocavi una libbra di fesa di vitello, e, dopo di averla lasciata arrosolare, salala, e versavi sopra un bicchiero di latte. Asciugato che sia questo primo bicchiero, versavene un altro, e così un terzo, un quarto, un quinto, lasciando che il vitello bolla sempre all'aria libera. Consumato il quinto bicchiero di latte, l'arrosto è bell' e fatto, e lo si troverà saporitissimo. — Servilo coll' intinto denso e bruno che resta.

129. Arrosto di vitello con panna e fette di rognone.

Ingredienti = *Arrosto di vitello, sale, butirro, panna.*

Leva il rognone ad un bell'arrosto di vitello. Instecca di grani di sale la carne, falla arrosolare colla metà del butirro che ci vorrebbe per fare un arrosto, e salala ancora. Preso che abbia l'abbronzato, aggiungivi un bicchiero di panna, coprilo e lascialo subbollire chetamente. Togli allora l'arrosto dal suo fondo e gettavi in sua vece il rognone tagliato a fette. Cotto che sia ancor questo, versa fondo e rognone sull'arrosto e servilo.

130. Arrosto di vitello alla schiitel.

Ingredienti = *Traversino di vitello, uovo, pane, burro, brodo, aceto.*

Prendi un *traversino* di vitello alto tre dita, levagli l'osso e battilo fino a ridurlo alla grossezza di due dita, avvolgilo nell'uovo sbattuto, indi nel pane grattugiato, come fosse una costoletta, e mettilo a cuocere in burro sfriggolante acciocchè prenda un bel color d'oro. Ciò fatto, versavi sopra un bicchiero di brodo, coprilo e lascialo cuocere a piccol fuoco. Sulla fine rattizza il fuoco e spruzza l'arrosto con un filo sottile di aceto. — *Piatto d'ottimo gusto.*

131. Polpettine di vitello distese.

Ingredienti = *Vitello, burro, pane, un uovo, sale, noci, spezie, prezzemolo, midolla.*

Stendi in una tortiera ben unta di burro le fettine di vitello ben battute. Su ciascuna fetta lascia cadere un mezzo cucchiajo del seguente composto. Pesta nel mortajo una mollica di pane con un uovo intero, aggiungivi poco sale, qualche gheriglio (in mil. *cucuruccuu*) di noci, spezie, prezzemolo trito e midolla di manzo, passata essa pure alla mezzaluna. Copri, ciò fatto, la tortiera col testo e lascia cuocere le polpettine con fuoco sotto e sopra. — Le fette così disposte si possono anche avvolgere nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato per farle friggere a guisa di costoline.

132. Pollastri fritti.

Ingredienti = *Polli teneri, burro, farina bianca, uovo, sale, pane, salvia, limone.*

Taglia a pezzetti nelle loro giunture due pollastri giovani, battili ma in modo da non romperne le ossa, involgili in tre onces di burro appena fuso, poi nella farina, ed indi nell'uovo sbattuto con un po' di sale e nel pane grattugiato. Mettili, così disposti, a friggere nel burro con qualche foglia di salvia, finchè abbiano preso bel colore da una parte e dall'altra, salandoli intanto con sal fino. — Servili col loro burro e con limone a parte.

133. Cappone alla gendarme.

Ingredienti = *Cappone, burro, sale, vino, lardo.*

Metti a friggere fino a color d'oro un bel cappone con burro e sale, poi versavi sopra due bicchieri di vino rosso, unendovi una pestata di lardo. Copri la casserola e lascia che il tutto bolla fino a perfetta cottura. — *Ottimo, semplice e sano cibo.*

134. Cappone alla siciliana.

Ingredienti = *Cappone, acciughe, burro, limone, noce moscada, vino di Marsalla.*

Preparato e sbogliato un bel cappone, riempi tutto l'interno col seguente burro di acciughe. — Pesta sei acciughe diliscate con tre once di burro e aggiungivi il sugo di mezzo limone e poca noce moscada in polvere. — Passato questo burro allo staccio e riempitone il cappone, cucilo bene ed infilzalo sullo spiedo. Nella leccarda versa del vino di Marsalla, bagna con esso il cappone intanto che arrosola, e salalo leggermente sulla fine. — *Questo è il principe de' piatti od il piatto de' principi.*

135. Anitra arrosto senza condimento.

Ingredienti = *Anitra, sale, acqua.*

Sala con doppia dose di sale l'anitra di dentro e di fuori, mettila in una casserola con due bicchieri d'acqua e, senz'altro, lasciala cuocere nella brace per quattro ore; poi, rattivato il fuoco, falle prendere, coll'evaporarsi dell'acqua, un bel colore abbronzato. — Servila col sugo che avrà lasciato.

136. Anitra allo spiedo.

Ingredienti = *Anitra, burro, sale, limone.*

Prepara l'anitra, soffregala tutta col suo fegato, poi involgila in un foglio di carta bianca con colla, unta di burro. Cuocila allo spiedo, pillottandola con burro. Condotta che sia a tre quarti di cottura, leva la carta, salala e lasciala girare a nudo, a fuoco vivo, fino a che mandi fuor della pelle dei getti di vapore. — Servila con fette di limone.

137. Uccelletti nella stufaruola.

Ingredienti = *Uccelletti, butirro, sale, salvia, ginepro, uva.*

Fa sfriggolare in una stufaruola (in mil. *stuin*) del butirro fino a color d'oro. Disponivi dentro gli uccelletti e lasciaveli cuocere al coperto e a piccol fuoco fino a mezza cottura, salandoli a dovere. Unisci loro qualche foglia di salvia, qualche grano di ginepro e spremivi sopra qualche acino d'uva. Prima di servirli, scopri la stufaruola e lasciali friggere a fuoco vivo fino a che l'umido sia evaporato.

138. Uccelletti alla bresciana, con polenta.

Ingredienti = *Uccelletti, salvia, butirro, lardo, sale.*

Spennacchiati, abbruciacchiati e ben forbiti gli uccelletti, togli loro gli occhi ed il sottobecco, senza svuotarne il ventre. Rivolte quindi le zampe verso la testa, infilzali sullo spiedino, frammezzandoli di foglie di salvia. Cuocili al giro ed a fiamma ardente, pillottandoli per otto o dieci minuti con butirro misto a poco lardo raschiato che si troverà nella leccarda. A questo punto, salali e non bagnali più fino a che, vedendo distillare il loro sugo, ti sarai fatto accorto che la cottura è compiuta. Servili coll'unto della leccarda nel mezzo di una gran polenta.

139. Quaglie alla inglese.

Ingredienti = *Quaglie, presciutto, erbe fine, butirro, uovo, pane, lardo, sale.*

Empi l'interno di quattro quaglie con un tritume di tre once di presciutto, due eucchiaj di erbe fine, ed un pezzetto di butirro. Alacciate, intrise in uovo sbattuto, avvolte in pane grattugiato, tre quarti d'ora prima del pranzo, collocale in una casserola sopra delle sottili fette di lardo, irrorale di butirro fuso, salale e falle cuocere al forno, o con brace sotto e sopra fino a che avranno preso un color ulivigno.

140. Fagiano arrosto.

Ingredienti = *Fagiano, butirro, vino di Malaga, sale, pane.*

Spennato e vuotato delle interiora un fagiano, lardellane bene il petto, involgilo in una carta forte, unta di butirro e spolverizzata di sale, e mettilo allo spiedo. Dopo cinque quarti d'ora di cottura a lento

fuoco, durante la quale bagnerai sovente la carta che lo avvolge col butirro della leccarda cui avrai aggiunto un cucchiajo di vino di Malaga o di Madera, liberalo dal suo involuppo perchè pigli l'abbronzato, salalo e continua a pillottarlo col butirro per un quarto d'ora. Si serve quando, collo schizzar fuori dei getti di vapore, dia indizio di sua perfetta cottura. Nella leccarda si dovranno trovare anche delle fette di pane con cui ornare il piatto.

Come si debba riscaldare l'arrosto freddo.

Per riscaldare del vitello o del pollo arrosto freddo, in modo che lo si trovi non meno tenero e saporito del primo giorno, taglialo in pezzi, involgi ciascun pezzo in una carta unta di butirro e infilzali tutti sullo spiedo. Quando cominceranno a fumare, togliili dal loro involuppo e servili.



CUCINA DI MAGRO

FRITTURE.

141. Frittura di pesci, gamberi e rane.

Ingredienti = *Pesci persici, rane, gamberi, burro, farina bianca, panna, sale, tre uova.*

Taglia a piccoli pezzetti dei pesci persici preparati e diliscati, aggiungivi delle polpe e dei fegati di rane e delle code di gamberi parimenti tagliuzzate, e getta il tutto in una padella per fare che asciughi al fuoco. Fa friggere a parte in una casserola del burro con un pizzico di farina, e prima che la farina prenda il color d'oro, uniscivi un mezzo bicchiere di panna ed una presa di sale. Addensata la pasta, aggiungivi i pesci, le rane ed i gamberi già disposti, incorpora il tutto, sempre a fuoco lento, lascialo freddare, legalo con tre tuorli d'uovo e tre chiara sbattute in fiocca, e gettalo a cucchiariate nella padella a friggere con burro. — *Cibo gustoso, leggero e sano.*

142. Frittura di *falsa* di pesce.

Ingredienti = *Tinca o luccio, burro, pane, latte, sale, pepe, noce moscada, formaggio, quattro uova, farina bianca.*

Pesta della carne cruda e diliscata di tinca o di luccio con tanto burro quanta è la carne, e con mollica di pane inzuppata nel latte. Fattane una pastina, mettila a cuocere lentamente coll'aggiunta di sale, pepe, noce moscada, due onces di formaggio trito, e poi, ritirandola dal fuoco, incorporavi quattro tuorli d'uova. Passala quindi allo staccio, dividila in tanti frittelli da infarinarsi e friggersi con burro.

143. Frittura di luccio.

Ingredienti = *Luccio, aceto, sale, un uovo, pane, butirro.*

Taglia un grosso luccio in pezzi della grossezza di due dita trasverse e falli cuocere per mezz'ora in un bicchiero di aceto con un buon pizzico di sale, a fuoco lento. Lasciali poi sgocciolare, e, diliscati, avvolgili nell'uovo sbattuto e nel pane grattugiato e friggili nel butirro.

144. Frittura di gamberi e rane con panna e ricotta

(in mil. *mascarpon*).

Ingredienti = *Gamberi, rane, butirro, panna, mascarpone, pane, cannella, formaggio, tre uova, acqua e sale.*

Fa cuocere in acqua salata il quarto di una libbra di gamberi e mezza libbra di rane. Spolpa le rane, leva le code ai gamberi, e tagliale di traverso a piccoli rocchi. Pesta tutto ciò che rimane nel mortajo tanto da farne una pasta, che passerai allo staccio. — Friggi in una casserola un'oncia e mezzo di butirro fino a che prenda un color dorato, uniscivi l'impasto stacciato insieme alle polpe ed alle code e sala il tutto a dovere. Arrosolato che sia per qualche minuto, versavi un bicchiero di panna, nella quale sieno stemperate quattro once di *mascarpone* ed una mollica di pane grattugiato con una presa di cannella, ed un pizzico di formaggio lodigiano. Incorpora bene il pastume, ritiralo dal fuoco, rimestavi dentro tre tuorli d'uova e versalo sopra un piatto a freddare. Di esso farai pallottole che, avvolte in uovo sbattuto ed in pane grattugiato, porrai a friggere nel butirro. — *Ottima, passantissima e di un gusto squisito.*

145. Frittura di pomi di terra.

Ingredienti = *Pomi di terra, zucchero, cannella, butirro, tre uova, cedrato, farina bianca.*

Pesta nel mortajo sei grossi pomi di terra cotti e pelati, con due once di zucchero, una presa di cannella, tre once di butirro, tre tuorli d'uovo e poco cedrato in piccoli pezzi. Se la pasta non è omogenea, passala allo staccio prima di aggiungervi il cedrato, dividila in tanti frittelli, infarinati e falli friggere nel butirro.

146. Frittura di pomi di terra semplicissima.

Ingredienti = *Pomi di terra, prezzemolo, sale, cannella, butirro.*

Cotti e pelati sei ad otto pomi di terra, pestali nel mortajo con due cucchiaj di prezzemolo trito, sale e cannella in polvere. Quando la pasta comincia ad essere ben legata e lucente, dividila in tante frittelle e falle friggere nel butirro, voltandole, finchè abbiano preso un color dorato oscuro. — Questo piatto è usitatissimo nella Svizzera tedesca, ove lo si fa servire per ornamento delle carni allesse. — Se vuoi il piatto più sostanzioso, si aggiungono quattro uova intere ed un pezzo di butirro al pastume, il quale vien detto allora *à la duchesse*.

147. Polenta in frittura.

Ingredienti — *Farina gialla, latte, sale, un uovo, pane, butirro.*

Prepara una polenta di farina gialla fatta nel latte con sale. Freddata che sia, dividila con un filo in fette della grossezza di un dito, e, con l'orlo di un bicchiere, fanne tante rotelle o dischi che, bagnati nell'uovo sbattuto e avvolti poi nel pane grattugiato, friggerai nel butirro. — Altri aggiungono alla polenta una presa di polvere di cannella, un po' di zucchero, del formaggio trito ed un pezzo di butirro. Fatta in tal modo la polenta, la spianano sul tagliere, la dividono con un bicchiere in tante rotelle e la fanno friggere come sopra. — Per avere i *frittelli alla lodigiana*, basta frapporre, tra una rotella e l'altra di polenta, una fetta sottile di formaggio detto *battelmat* giovane, avvolgere le tre fette unite nell'uovo e nel pane grattugiato e farle friggere.

148. Frittura di pane alla Vestale.

Ingredienti = *Pane francese, panna, zucchero, cannella, scorza di limone, un uovo, olio, butirro.*

Prepara delle rotelle basse di mollica di pane francese, bagnale con un bicchiere di panna, spargivi sopra due onces di zucchero, poca cannella e la scorza verde di un limone tritata minutamente. Avvolgi le rotelle così inzuppate e spolverate nell'uovo sbattuto, poi nel pane grattugiato e friggile in metà olio e metà butirro. Servile con zucchero.

149. Frittelli di riso e latte con pera.

Ingredienti = *Riso, latte, sale, zucchero, scorza di limone, farina bianca, tre uova, pera, butirro.*

Fa cuocere un quartino di riso in un boccale di latte con poco sale, qualche cucchiajo di zucchero, ed una scorza verde e ben trita di limone. Cotto il riso e tolto dal fuoco, uniscivi, rimestando, due once di farina bianca, tre tuorli d'uova, due chiara montate e dei pezzetti di pera *spadone*. Fanne pallottole, infarinale e friggile come i tortelli nel butirro liquefatto o nell'olio.

150. Frittura dolce di fior di farina e frittura di semolino.

Ingredienti = *Farina bianca, cinque uova, zucchero, scorza di limone, latte, pane.*

Metti in una casserola quattro tuorli d'uova, un pugnetto di zucchero, quattro cucchiaj di fior di farina, un poco di scorza verde di limone tritata finamente. Stempera il tutto con un cucchiajo di legno ed aggiungivi, rimestando sempre, un boccale di latte. Fa inspessire la massa a fuoco lento, e, quando la si stacca dalla casserola, unto un piatto di butirro, versala in modo che vi si appiani all'altezza di un dito. Freddata che sia, tagliala sotto forma di dadi o di rombi, avvolgine i pezzetti in tuorlo d'uovo e pane grattugiato, e falli friggere nel butirro.

La frittura di *semolino* è più semplice. In un boccale di latte metti una presa di sale, un pezzetto di butirro ed otto cucchiaj di semolino, rimestando a lento fuoco fino a che la pasta si stacchi dalla casserola. Raschiavi dentro un po' di scorza di limone, torna a rimestarla, e poi, versatala sopra un piatto unto di butirro, tagliala in pezzi per passarla all'uovo ed al pane e friggerla.

151. Frittura di ricotta (in mil. *mascarpon*).

Ingredienti = *Mascarpone, amaretti, formaggio, spezie, due uova, pane, butirro.*

Pestate sette once di amaretti, gettale in una casserola ed aggiungivi dodici once di *mascarpone*, una presa di cannella, una

presa di spezie ed un pajo d' uova intere. Incorpora bene il tutto, senza metterlo a fuoco, e fanne delle pallottole da avvolgersi in uovo sbattuto ed in pane grattugiato e da friggersi.

152. Frittura con mandorle toste.

Ingredienti = *Mandorle, butirro, latte, zucchero, pane, un uovo, cedrato.*

Sboglienta, decortica e pesta nel mortajo due once di mandorle dolci, e la pasta che ne ottieni falla tostare con un pezzetto di butirro in una casserola messa a fuoco. In altra casserola fa bollire due bicchieri di latte, e quando bolle versalo a poco a poco, rimestando, sulle mandorle. Quando vi si saranno stemperate, consolida il latte con sette once circa di pane grattugiato, poi lega l' impasto con un tuorlo d' uovo e dàgli sapore incorporandovi del cedrato ridotto prima in pasta nel mortajo; cotto questo impasto, versalo ancor caldo in una scodella ed incorporavi dentro tre once di butirro crudo, finchè tutto vi si sia sciolto. — Freddata la massa, fanne dei frittelli che, indorati con tuorlo d' uovo e panati, metterai a friggere nel butirro.

153. Frittura di zucche.

Ingredienti = *Zucca burucca o marina, latte, sale, un uovo, pane, butirro, zucchero.*

Tolta la pelle al collo di una zucca gialla, detta di Gerusalemme, tagliane la sostanza in pezzi grossi un dito e falli cuocere lentamente in tanto che basti di latte con una presa di sale. Quando i pezzi di zucca avranno attirato quasi tutto il latte, asciugali, avvolgili nel tuorlo d' uovo sbattuto, poi nel pane grattugiato, e lasciali friggere prestamente nel butirro, per servirli spolverizzati di zucchero. Bada che i pezzi non si sciolgano in *purée*.

154. Zucchette ripiene.

Ingredienti = *Zucchette, acqua, sale, butirro, farina bianca, panna, mascarpone, cannella, mandorle amare, biscottini, tre uova.*

Levata la pellicola alle zucchette e divise per il lungo in due metà, falle bollire nell' acqua salata per un quarto d' ora. Togliline allora con un cucchiajo la sostanza più molle, detta *rete*, spremila bene e tri-

tala colla mezzaluna. Friggi a parte in una casserola un pezzo di butirro con una piccola cipolla, fessa in croce, poi, gettata via la cipolla, mettivi la polpa delle zucchette, e, asciutta che sia la polpa, aggiungivi, rimestando, un cucchiajo di farina, e bagnala con della panna o del latte. Fa bollire il tutto per tre minuti, togliilo quindi dal fuoco ed incorporavi un pezzo di *mascarpone*, una presa di cannella ed una di sale, quattro mandorle amare peste, due biscottini spolverizzati, tre tuorli d'uova, e, più tardi, anche tre chiara montate in fiocca. Accomodate ora le zucchette in una tegghia unta di butirro, spolverizzele leggiermente di sale, riempile tutte col composto suddetto, spolverizzele ancora con due altri biscottini frantumati e mandale al forno.



CUCINA DI MAGRO

UOVA.

155. Frittata alla piemontese (*Omelette au pain*).

Ingredienti = Sei uova, pane, panna, sale, pepe, noce moscada, formaggio, butirro.

Incorpora bene, in una casserola, un pugno di mollica di pane grattugiato con un bicchiere di panna, aggiungendovi sale, pepe, poca noce moscada e poco formaggio trito. Fattone un impasto omogeneo, uniscivi sei uova intere, bene sbattute, e getta il tutto in una padella in cui siavi del butirro sfriggolante a fuoco vivo. Solidificata appena la frittata, voltala, lasciala ancora un minuto al fuoco, e servila, se vuoi, con funghi alla casalinga. (Vedi avanti tra le *Verdure* i *Funghi alla casalinga*).

156. Frittata con salsa d'uova.

Ingredienti = Quattro uova, sale, butirro, farina bianca, pepe, prezzemolo, tartufo.

Sbatti tre tuorli d'uova con una presa di sale, aggiungivi quattro chiara diguazzate in fiocca, e getta il tutto in una padella dove frigga del butirro. Tostochè la parte della frittata che tocca la padella è rappresa, volta colla paletta una metà della frittata sull'altra in guisa di darle la forma di una ocella, e ritirala dal fuoco. Di tal maniera operando, la parte della frittata che resta fra le due metà si trova ancora pressochè allo stato di liquido schiumoso. Versavi sopra una salsa calda fatta col tuorlo d'uovo che è rimasto, poco butirro, un cucchiajo piccolo di farina, poco sale e pepe, e del prezzemolo trito, tre cucchiaj di latte, cui aggiungerai, volendo, un piccolo tartufo triturato minutamente.

157. Fonduja (Piatto piemontese).

Ingredienti = *Otto uova, burro, olio, sale, formaggio svizzero.*

Metti a fuoco in una casserola mezza quarta di burro con un cucchiaino d'olio fino di ulive. — Intanto che il burro e l'olio prendono il color d'oro, sbatti in una terrina otto uova intere, sale e aggiungivi due oncie di formaggio svizzero, così detto *battelmatt*, tagliato prima in piccole fette sottilissime. Getta queste uova sbattute colle fette di formaggio nel burro sfriggolante e continua a rimestare tutta la massa fino a che prenda la consistenza di poltiglia, ciò che avverrà in quattro minuti, poi versa la frittata sul piatto e servila con sopra delle fette sottili di tartufo bianco.

158. Frittata soufflée dolce (*Omelette au sucre*).

Ingredienti = *Cinque uova, zucchero, sale, cannella, panna, scorza di limone, burro.*

Sbatti in una terrina cinque tuorli d'uova con un'oncia di zucchero, una piccola presa di sale, una presa di cannella o vaniglia, qualche cucchiaino di panna, la scorza verde, ben triturata, di mezzo limone. Riduci in ischiuma tre chiara ed uniscile ai tuorli, poi getta il tutto in una padella a friggere con burro abbondante, scuotendolo finchè abbia preso la consistenza di cacio fresco, poi, piegane una metà sopra l'altra a guisa di offella. Questa frittata la spolverizzerai di zucchero e vi stamperai qua e là vari segni con lama rovente di ferro. Lo zucchero bruciato dalla lama vi darà un gusto di caramella.

Irrorando questa frittura con rhum, che si accende al momento di servirla, si ha ciò che chiamasi *omelette au rhum*.

159. Pannicelli (*Pannequets*).

Ingredienti = *Cinque uova, farina bianca, sale, acqua di fiori d'arancio, latte, burro, zucchero.*

Metti in una terrina tre tuorli d'uova e due uova intere, due cucchiaini di farina bianca, sale e qualche goccia di acqua di fiori d'arancio, oppure la raschiatura di mezzo limone. Stempera bene il tutto

unendovi a poco a poco due bicchieri di latte. Scalda una padella, ungila colla barba di una penna intrisa in poco butirro fuso e gettavi piena una mestola della tua panniccia, chinandola in ogni senso affinché, mentre cuoce, stendasi in foglio sottile. Cotto così un pannicello, rovescialo sul piatto, spolverizzalo di zucchero, e ricomincia la stessa operazione per un altro pannicello, che rovescerai sul primo e così via via finchè avrai panniccia. — Sull'ultimo pannicello spargerai pure dello zucchero che farai rosolare con una lama rovente.

160. Busecchia di magro.

Ingredienti = *Uova, butirro, cipolla, carota, rane, farina bianca, sale, acqua.*

Fa prendere il tosto nel butirro ad una cipolletta tagliata in croce, con alcune fette di carote e dei pezzetti di sèdano, poi mettivi a sfrigolare delle rane piccole. Preso che abbiano il color d'oro, spolverizzate di farina bianca, salale ed allunga il guazzetto con acqua bollente, gettando via la cipolla. Ottenuto così un brodo denso e saporito, passalo allo staccio e riponilo a fuoco. Preparata in una padella una frittata sottile, accartocciala e tagliala in listarelle strette che getterai nel guazzetto colle polpe delle rane e con i loro fegati. Dopo due subbogli, servi la busecchia col suo fondo.

161. Uova alla neve.

Ingredienti = *Sei uova, zucchero, vaniglia, latte, butirro, sale, scorza di arancio.*

Diguazza sei chiara d'uova fino a schiuma, che sia tanto consistente da sostenere un uovo intero, ed uniscivi due once di zucchero ed una presa di zucchero di vaniglia. Fa bollire in una casserola un boccale di latte con un cucchiajo di zucchero, e gettavi separatamente delle cucchiajate di detta schiuma che lascerai solidificarsi in pallottole, voltandole di tanto in tanto per cinque minuti. Colloca questa specie di schiumette sullo staccio a gocciare, e ripeti la stessa operazione finchè avrai delle chiara da far bollire. Ciò fatto, riduci il latte, che rimane, a metà col farlo bollire, e versalo ancor caldo e lentamente in una terrina, ove diguizzerai i sei tuorli d'uova che restarono con mezz' oncia di butirro, due amaretti in polvere, una piccola presa di

sale, la scorza di un piccolo arancio ben trita ed un' oncia e mezzo di zucchero. Riscalda il tutto e tramesta fino a dovuta consistenza e irrorane le schiumette che avrai disposte sul piatto.

162. Uova al pane.

Ingredienti = *Tre uova, pane, latte, sale, zucchero, limone, butirro.*

Piglia la mollica di una mezza libbra di pane spugnoso, detto francese, e lasciala per due ore in due bicchieri di latte; levala quindi dal latte ed uniscila con tre uova intere, sbattute, una presa di sale, quattro once di zucchero, ed il sugo di un limone. — Struggi in una casserola un pajò d' once di butirro, e, fuso che sia, versavi il composto e rimestalo prestamente e sempre a fuoco vivo, fino a mezza cottura. Distendilo allora in una tortiera unta e panata, e ne termina la cottura con poca cenere calda al dissotto e con testo caldo al disopra, sì che alla fine abbia preso un colore dorato. Servilo spolverizzato di zucchero.

163. Uova affogate (in mil. in camisa).

Ingredienti = *Otto uova, sale, aceto, prezzemolo, olio, zucchero, spezie, mollica di pane.*

Lascia cascare in acqua bollente con sale ed un po' di aceto otto o dieci uova. Fa loro dare due o tre bolli, poi levali ad uno ad uno dall' acqua, sopprime le pellicole e le barbe di bianco che li circondano, asciugali con una salvietta e allogali sul piatto. Irrorali con salsa verde (Vedi fra le *Salse* il n.º 7), o con salsa di frutti di rose (in mil. *grattacuu*) allungata con un po' di vino bianco e scaldata a piccol fuoco. — *Piatto eccellente per chi non ama l' unto.*

164. Uova alla panna.

Ingredienti = *Sei uova, butirro, farina bianca, sale, noce moscada, prezzemolo, panna.*

Taglia sei uova sode (dure) in fette sottili. A parte dimena a fuoco non troppo vivo un' oncia di butirro con un cucchiajo di farina, sale, noce moscada ed un pizzico di prezzemolo trito, aggiungendovi un bicchiere di panna ed avvivando poi il fuoco affinchè bolla forte per dieci minuti. In questa crema getterai le uova affettate e le servirai tosto senza lasciarvele bollire.

105. Uova in tortino dette strapazzate (*brouillées*).

Ingredienti = Uova, sale, pepe, noce moscada, panna, butirro.

Rotte le uova, passale allo staccio, uniscivi sale, pepe, noce moscada ed un cucchiajo di panna. Mescola a piccol fuoco con un cucchiajo di legno finchè il tutto sia rappreso come cacio fresco. Ritira allora la casserola dal fuoco, gettavi un pezzetto di butirro fresco che vi si fonderà dentro in mezzo alle uova, e servile tosto ben calde sopra delle fette di pane lucido, fritte nel butirro.

CUCINA DI MAGRO

VERDURE.

166. Piselli al buon gusto.

Ingredienti = *Piselli, burro, cipolla, farina, sale, spezie, brodo.*

Fa friggere nel burro una cipolla tagliata in croce, finchè pigli il color d'oro, poi gettala via. In quel burro rimesta un pizzico di farina bianca, e, tostata che sia, aggiungivi i piselli verdi già sboglientati, salali e drogali con spezie. Quando l'unto avrà ben investito i piselli, versavi dentro tanto brodo che abbia a consumarsi alla fine della cottura (1).

167. Piselli allo zucchero.

Ingredienti = *Piselli, burro, acqua, zucchero, sale, quattro uova, panna.*

Fa cuocere a fuoco ardente per un quarto d'ora dodici once di piselli con due once di burro, un bicchiere d'acqua, un'oncia di zucchero ed una presa di sale. Divenuti teneri, ritirali dal fuoco e uniscivi quattro tuorli d'uova ben sbattuti, con un mezzo bicchiere di panna. Rimettili tosto al fuoco e, senza più lasciarli bollire, smuovili continuamente finchè si vedano ben legati.

(1) Con i bacelli (in mil. *guss*) de' piselli si può fare una *purée* per la zuppa. Si fanno cuocere nell'acqua non salata, bollente, con del prezzemolo; si lasciano sgocciolare, si fanno passare con forza attraverso di uno staccio, e si condisce la *purée* con burro e sugo di rane.

168. Poddingo non dolce di piselli.

Ingredienti = *Piselli, burro, sale, brodo, cannella, spezie, farina bianca, panna, amaretti, tre uova.*

Preso una libbra d'onze ventotto di piselli, sgusciali. Struggi in una casserola due onze di burro, e, preso che abbia il color dell'oro, uniscivi i piselli, salali e, fattili saltare per qualche minuto, e bagnatili poi con una mestola di brodo di rane, condiscili con un po' di cannella e di spezie. Quando cederanno sotto le dita, passali allo staccio. Fritto allora un altro po' di burro in altra casserola, gettavi la *purée* di piselli, rimestavi insieme un cucchiaino di farina bianca, e, dopo pochi minuti, uniscivi, sempre rimestando, un bicchiere e mezzo di panna, due amaretti polverizzati e tre tuorli d'uova. Tolto allora dal fuoco il miscuglio e freddato alquanto, incorporavi leggermente le tre chiare d'uova montate in fiocca; poi, unto e panato uno stampo, versavi il composto e mettilo a cuocere a bagno-maria con testo caldo al dissopra.

169. Fagioli à la maître d'hôtel.

Ingredienti = *Fagioli, acqua, sale, burro, prezzemolo, pepe, limone.*

Se i fagioli sono verdi, gettali nell'acqua che bolle. A metà cottura aggiungivi del sale e un piccolo pezzo di burro. Toltili dall'acqua e lasciatili sgocciolare, mettili, caldi ancora, in una casserola con del burro misto a prezzemolo trito, sale, pepe e un po' di sugo di limone. Falli saltare e servili su di un piatto riscaldato. — Se i fagioli fossero secchi, converrebbe farli bollire nell'acqua per più lungo tempo, gettandoli in essa quand'è ancor fredda. — Notisi che la stessa regola vale anche per i fagioli che devono servire per la minestra. In tal caso devesi sopprimere l'acqua in cui bollirono, poichè essa acqua, più che i fagioli, cagiona tormini e flatulenze.

170. Fagiuoletti in erba (mil. *cornitt*) **con zabajone acido.**

Ingredienti = *Fagiuoletti in erba, acqua, sale, quattro uova, zucchero, aceto.*

Cotti in acqua salata dodici once di fagiuoletti in erba, già rimondati, lasciali sgocciolare in un crivello, poi disponili su di un piatto. Tira intanto a densità in una casserola, posta a fuoco, due tuorli d'uovo con due once di zucchero, due gusci d'aceto e due di acqua, avvertendo che non si elevi il bollire. Versa questa specie di zabajone sui fagiuoletti e servili ancor caldi.

171. Spinaci alla panna (*purée*).

Ingredienti = *Spinaci, burro, farina bianca, sale, pepe, panna.*

Sbogliata una libbra di spinaci, spremili fortemente, triturali colla mezzaluna e passali allo staccio. Metti in una casserola un pezzo di burro con un pizzico di farina, lascia friggere un istante, poi gettavi gli spinaci e condiscili con sale e pepe. Rimestali bene per cinque minuti e bagnali quindi con due bicchieri di panna. Consunta la panna incorporavi dentro lestamente tanto quanto una noce di burro, e servi questa *purée* sulle fette di pane fritto con burro. — In tal modo si prepara anche la *purée di piselli, di gagliuoli* (in mil. *taccol*), *di fagiuoletti in erba* (in mil. *cornitt*).

172. Torta di spinaci (in mil. *scarpazza*).

Ingredienti = *Spinaci, burro, farina bianca, pane, latte, mandorle amare, formaggio, cannella, zibibbo, biscottini, tre uova, pinocchi.*

Allessati, spremuti e ben triturali gli spinaci, passali, se vuoi, allo staccio. Struggi a lento fuoco in una casserola un pezzo di burro con un pizzico di farina, uniscivi gli spinaci e rimestaveli per cinque minuti. Ciò fatto, versavi dentro un pantrito di latte, in quantità tale, che la torta non resti troppo densa nè troppo liquida, e continua a rimestarla, finchè bolla; poi togli dal fuoco e condiscila con qualche mandorla amara pesta, un po' di formaggio grattugiato, della cannella in polvere, del zibibbo, qualche biscottino ridotto in polvere, e tre uova intere per ogni due bicchieri di latte che si avrà impiegato. Ben incorporato il tutto, distendilo in una tegghia unta di

butirro e spolverizzata di pane grattugiato. Cuoci così la torta, dopo di avervi sparsi sopra dei pinocchi, con fuoco sotto e sopra. — Così si preparano anche le torte di *cardi*, di *coste*, di *carote*, ec.

173. Malfatti di spinaci.

Ingredienti = *Spinaci*, *butirro*, *cipolla*, *farina bianca*, *ricotta*, *pane formaggio*, *pepe*, *sale*, *noce moscada*, *quattro uova*.

Passa alla mezzaluna degli spinaci del giorno innanzi e già conditi, e gettali nel butirro fatto prima tostare con una cipolla tagliata in croce. Tolta quindi la cipolla, spargi sopra gli spinaci un cucchiajo di farina, aggiungivi quattro once di ricotta (in mil. *mascarpon*), un pugno di pane grattugiato, due once di formaggio trito, pepe, sale, noce moscada e quattro tuorli d'uova. Infarinato il desco, versavi sopra il composto già bene incorporato e dividilo in tanti pezzi grossi quanto un uovo, cui darai la forma di una polpetta. Metti questi *malfatti* a cuocere nell'acqua salata per un quarto d'ora, ponili a scolare in un crivello, poi, collocati in una tortiera, spolverizzali di formaggio e bagnali con butirro fuso. Scaldali con fuoco sotto e sopra.

174. Carote e zucchette in agro dolce.

Ingredienti = *Carote o zucchette*, *acqua*, *sale*, *butirro*, *farina bianca*, *aceto*, *zucchero*.

Lessate queste verdure, tagliale in tanti dadi e mettile a friggere nel butirro con un pizzico di farina. Quando comincia l'umidità a consumarsi, bagnale con dell'acqua e sulla fine con dell'aceto, spolverizzando di zucchero. Ridotta a giusta cottura e concentrazione, servile calde. — *Piatto eccellente*.

175. Carote à la Béchamell.

Ingredienti = *Sei carote*, *butirro*, *zucchero*, *sale*, *pepe*, *farina bianca*, *panna*.

Prendi sei grosse carote, raschia, lavale, tagliale in fette sottilissime e lasciale cuocere lentamente in una casserola con due once di

butirro, un pizzico di zucchero, sale e poco pepe, rimestandole continuamente. In altra casserola unisci un' oncia di butirro, un' oncia di farina bianca, due bicchieri di panna o latte, e sale a sufficienza. Bollita che sia la panna per dieci minuti, versala sulle carote, e fa scaldare il tutto senza nuova bollitura.

176. **Citrioli** (in mil. *Cocúmer*) **alla panna.**

Ingredienti = *Citrioli, butirro, farina bianca, sale, pepe, panna.*

Tolta la scorza a dei citrioli, fendili in due per toglier loro i grani del centro, tagliali in dadi, falli bollire nell'acqua finchè cedano sotto le dita, mettili a sgocciolare, e premili in una salvietta per asciugarli più che puoi. Fa arrossare intanto leggermente un mezzo cucchiajo di farina con un pezzo di butirro, sale e pepe, rimesta bene ed aggiungivi un bicchiere di panna. Quando la salsa sarà in bollore uniscivi i citrioli e lasciali scaldare senza che vi bollano.

177. **Cardoni con salsa bianca.**

Ingredienti = *Cardi, butirro, cipolla, carota, farina bianca, acqua, sale.*

Metti a fuoco quattro once di butirro con una cipolla tagliata in croce e una carota affettata. Lascia che la cipolla prenda il color dell'oro e la carota sudi. Getta allora la cipolla, e unisci, rimestando, al butirro un cucchiajo di farina, e, prima che prenda il tosto, bagnala con acqua salata. Quando l'acqua bolle, gettavi dentro i cardi mondati e tagliati a pezzi, e servili a giusta cottura.

178. **Cavolfiori con salsa bianca.**

Ingredienti = *Cavolfiori, acqua, sale, butirro, pepe, farina bianca, un uovo, aceto.*

Fa bollire i cavolfiori nell'acqua salata con un pizzico di farina. Quando piegano sotto le dita, togliili dall'acqua e mettili a sgocciolare. Disponili ancor caldi su di un piatto e versaci sopra la salsa seguente. — Fa fondere in una casserola tanto come un uovo di butirro

con sale e pepe, aggiungivi un cucchiajo di farina, e, poco per volta, rimestando sempre, un bicchiero d'acqua bollente. Cotta la farina, ritira la salsa dal fuoco e legala con un tuorlo d'uovo sbattuto prima con un filo di aceto, oppure con una noce di butirro, senza più rimettere la salsa al fuoco.

179. Verze alla cappuccina.

Ingredienti = *Due verze, acqua, acciughe, olio, d'ulive, prezzemolo, sale, pepe.*

Questo piatto, ordinariamente indigesto, diventa passantissimo quando si facciano cuocere le verze in molt'acqua, prima di condirle, sicchè perdano quell'acredine che contengono. — Taglia in pezzi due verze rimodate e falle cuocere in molt'acqua bollente, poi spremile e mettile in disparte. Fa sfriggolare intanto in una casserola tre acciughe diliscate e trite finamente con metà olio d'ulive e metà butirro e del prezzemolo trito, e quando l'unto avrà preso un color dorato, gettavi le verze e lasciale cuocere lentamente con sale e pepe.

180. Carciofi al vapore.

Ingredienti = *Carciofi, acqua, olio, sale, pepe.*

Mondati i carciofi e lasciato loro un gambo della lunghezza di due dita trasverse, disponili in una casserola piccola in modo che tutti vi stieno in piedi, appoggiati gli uni agli altri e sostenuti dai loro gambi. Nel fondo della casserola siavi dell'acqua all'altezza di un sol dito trasverso, sì che non giunga che alla metà dell'altezza de' gambi. Ciò fatto, apri alquanto i carciofi e versa nel cuore di ciascuno olio con pepe e sale. Copri bene la casserola e fa bollire l'acqua del fondo. Con ciò i carciofi cuoceranno, a vapore e si troveranno al tempo stesso conditi.

181. Marinatura di zucche.

Ingredienti = *Zucchette verdi, sale, noce moscada, butirro, farina bianca, latte, scorza di limone, tre uova.*

Togli la pellicola verde a delle piccole zucche, tagliale per tutta la loro lunghezza in fili sottili, salale ed aspergile di un po' di polvere di noce moscada. Dopo mezz'ora spremile in un pannolino sì che l'acqua ne esca tutta, e involgile nella seguente pastina. — Sciogli

a fuoco un pezzo di burro, uniscivi del fior di farina, bagna la pasta con del latte, mettivi del sale e della raschiatura di scorza di limone, poi, togliendola dal fuoco, incorporavi dentro tre tuorli d'uovo e tre chiara montate in fiocca e adopera in guisa che la pasta riesca liquida anzichè no. Involtili i fili di zucca, friggili con burro, o, meglio, nell'olio bollente, e servili con zucchero.

189. Funghi alla casalinga.

Ingredienti = *Funghi, burro, olio, acciuga, prezzemolo, sale, pane, limone.*

Mondati ed affettati i funghi, gettali nell'acqua fresca. Intanto fa fondere in una casserola un pezzo di burro con qualche cucchiajo d'olio, uniscivi un'acciuga tritata e spappolata, poi del prezzemolo pesto esso pure ed una piccola foglia di menta triturata. Ben rimessato il tutto, gettavi i funghi che avrai prima asciugati con un pannolino, salali e lasciali cuocere lentamente. Servili sulle fette di pane fritte nel burro, spremendovi sopra un mezzo limone.

193. Tartufi al formaggio dolce.

Ingredienti = *Tartufi, burro, olio, formaggio, sale, pepe.*

Metti in disparte dodici once di tartufi ben mondati ed affettati col tagliaretto. Fa friggere solo per un istante quattro once di burro con un cucchiajo d'olio d'ulive, gettavi i tartufi e con essi quattro once di formaggio *battelmatt* tagliato in sottili fettine. Rimescola il tutto a fuoco per dieci minuti, mettivi poco sale e pepe, e servilo prontamente.



CUCINA DI MACRO

FARINACCI.

184. *Pomi di terra alla panna.*

Ingredienti = *Pomi di terra, burro, farina bianca, panna, sale, pepe, noce moscada, prezzemolo.*

Cotti, pelati e tagliati a guisa di fette di limone dei pomi di terra del peso di una libbra e mezzo, mettili a parte. In una casserola fa fondere tre onces di burro con un cucchiajo di farina bianca, e dopo pochi minuti aggiungivi due bicchieri di panna con sale, pepe, poca noce moscada e prezzemolo trito. Quando la panna sarà presso a dare i primi bollori, gettavi dentro i pomi di terra e lasciaveli cuocere, facendoli saltare di tanto in tanto. — *Piatto squisito.*

185. *Purée di pomi di terra.*

Ingredienti = *Pomi di terra, latte, sale, burro, panna, zucchero.*

Pela dei pomi di terra nella dose d'una libbra, tagliali in quattro e gettali nell'acqua fredda perchè si conservino bianchi. Ciò fatto, mettili a bollire lentamente, in una casserola coperta, con un mezzo boccale di latte ed un po' di sale. Cotti e messi a sgocciolare, passali allo staccio, e, fattane una *purée*, rimestala in una casserola con due onces di burro, mezzo bicchiere di panna o poco più, ed un grano di zucchero. Ridottala pastosa ma non troppo tenera, mettila a subbollire un istante e servila. — *Ottima guarnizione di base ai beefsteak, alle costole, al manzo arrosto.*

186. Pomi di terra arrestiti.

Ingredienti = *Pomi di terra giovani, burro, sale.*

Scegli dei pomi di terra giovani, rotondi e tutti di volume uguale. Mettine una libbra in una casserola con due once di burro e dose giusta di sale. Copri la casserola col suo coperchio che chiuda bene e mettila a fuoco mite, dandoci di tanto in tanto una scossa come si fa per i marroni. Dopo tre quarti d'ora troverai i pomi di terra coperti di una crosta di color nocciuola, e tenerissimi e saporiti al di dentro. — *Piatto eccellente e più d'ogni altro economico.*

187. Gnocchi di pomi di terra.

Ingredienti = *Pomi di terra, latte, farina bianca, due uova, formaggio, sale, burro.*

Sboglientati, pelati e tagliati a fette otto o dodici grossi pomi di terra, lasciali cuocere in due bicchieri di latte, poi pestali nel mortaio e mescivi dentro cinque cucchiaini di farina bianca, un pajo d'uova intere, un po' di formaggio trito e del sale. Ben impastato il tutto, fanne pallottole, infarinale e cuocile in acqua bollente per cinque minuti finchè si sentano indurite. Condiscile allora con burro fritto e formaggio, e servile calde.

188. Gnocchi alla romana.

Ingredienti = *Sei uova, farina bianca, scorza di limone, latte, sale, burro, formaggio.*

Sbatti in una casserola sei tuorli d'uovo con tre cucchiaini di farina bianca, della raschiatura di limone, mezzo boccale di latte e dose sufficiente di sale. Metti a fuoco la casserola e rimasta la massa fino a che sia ben legata. Unto allora un piatto con burro, distendivila a freddare, e tagliala in pezzi, che allogherai sopra il fondo di una padella, frammettendo loro dei pezzetti di burro fresco e spolverizzandoli di formaggio. Falli cuocere per otto minuti con fuoco sotto e sopra.

189. Casonci alla bergamasca.

Ingredienti = *Pera, mandorle dolci, cedrato, amaretti, pan di semola, burro, un uovo, farina bianca, sale, formaggio.*

Decortica e taglia in fette sottili tre pera *spadoni* e falli cuocere in una casserola con poca acqua. — Pesta intanto in un mortajo tre once di mandorle dolci, decorticate, con tre once di cedrato candito, quattro amaretti ed una o due fettine di dette pera. Unisci questo composto al restante delle fettine, ed aggiungivi due soldi di pan di *semola* grattugiato e tre once di burro. Fa cuocere il tutto sempre rimestando, ritiralolo poi dal fuoco, legalo con un uovo intero e versalo su di un tondo a freddare. — Poni sul tagliere mezza libbra di farina bianca con una presa di sale e fa pasta coll'aggiungervi acqua ben calda. Spianala col matterello come per fare agnellotti, e ridotta alla sottigliezza di un cartoncino, tagliala con un bicchiere in tanti dischi. Sopra una metà di ciascun disco metti tanto come una noce del composto suddetto, coprilo coll'altra metà del disco, facendone attaccare gli orli che avrai prima bagnati con acqua. A questa specie di offelle darai la forma di un quarto di luna ripiegandone alcun poco gli angoli all'indietro. Falli cuocere per non più di un quarto d'ora nell'acqua bollente, salata, e quindi lasciali sgocciolare per condirli poi con formaggio trito e burro fritto, ma non annerito.

190. Torta di purée di ceci.

Ingredienti = *Ceci bianchi, sale, panna, burro, cannella, zucchero.*

Metti in un leggier liscivio tiepido dei ceci bianchi e lasciaveli tutta la notte. La mattina appresso falli bollire per alcune ore in acqua e sale, poi lasciali accanto al fuoco finchè, subbollendo sempre, si mostrino teneri sotto le dita. — Passali allora allo staccio, e la *purée* che ne otterrai, condiscila con poca panna ben incorporata nella poltiglia e con una presa di cannella in polvere. Stendila all'altezza di un dito trasverso in una tortiera unta di burro e fa che vi prenda colore con fuoco sotto e sopra. — Servila spolverizzata di zucchero.

191. Pudding di vermicelli alla tedesca.

Ingredienti = *Vermicelli, latte, sale, burro, quattro uova, formaggio, noce moscada, cannella, pane.*

Fa cuocere nel latte con poco sale una libbra di vermicelli fini, e, cotti che sieno, lasciali sgocciolare. Fa fondere intanto in una casserola sette once di burro, uniscivi, uno alla volta, quattro uova intiere sempre rimestando, poi i vermicelli, incorporandovi quattro once di formaggio trito, noce moscada e cannella. Preparato uno stampo ben unto e panato, versaci il composto suddetto, e cuocilo al forno, o con fuoco sotto e sopra per più di un'ora, in modo che pigli un bel color d'oro.

192. Polenta pasticciata con ragout.

Ingredienti = *Polenta, gamberi, rane, burro, funghi secchi, brodo di rane, formaggio.*

Fa cuocere delle rane in acqua salata e dei gamberi in acqua con sale, finocchio, prezzemolo e aceto. Leva alle rane le polpe ed i fegati, leva ai gamberi le code, e pesta tutto il resto nel mortajo con un pezzo di burro, poi metti a fuoco questo composto finchè sia caldo, passalo attraverso di un pannolino che storcerai con forza. Rimetti a fuoco questo sugo, uniscivi le polpe e i fegati delle rane e le code de' gamberi con dei funghi secchi messi a macerare nell'acqua tiepida e tritati colla mezzaluna. Preso che abbiano il color d'oro, bagnali con poco brodo di rane o con acqua salata e lasciali cuocere lentamente. Unta una casserola e preparata una polenta gialla, accomoda questa nella casserola, ben unta di burro, a fette sottili, e tra l'un suolo e l'altro di esse fette distendi un poco di ragout con formaggio trito e qualche pezzetto di burro.



CUCINA DI MAGRO



PESCI.

193. Tinca carpionata.

Ingredienti = *Tinca*, *olio*, *salvia*, *finocchio*, *erba maggiorana*, *farina bianca*, *aceto*, *vino*, *zucchero*, *sale*, *pepe*.

Fa friggere, come di consueto, una bella tinca nell'olio. A parte metti a bollire tre onces d'olio, otto foglie di salvia, del finocchio, dell'erba maggiorana, aggiungivi un cucchiajo di farina bianca e poco dopo un bicchiere di aceto, uno di vino bianco, un pizzico di zucchero, sale e pepe. Ridotto per consumazione il liquido a metà, passalo allo staccio e versalo sopra la tinca, lasciando che vi stia in infusione anche per qualche giorno.

194. Tinca piumentata (à la vinaigrette).

Ingredienti = *Tinca*, *olio*, *butirro*, *zucchero*, *aceto*, *biscottini*, *farina bianca*, *sale*, *erbe odorifere*, *cannella*, *uva passa*, *pinocchi*.

Spaccata per tutta la sua lunghezza una grossa tinca con un taglio sul dorso ed asciugatala, mettila a friggere ben infarinata nell'olio d'ulive, poi salala. — Getta a parte in una casserola un'oncia di butirro ed un pugno di zucchero e, a fuoco vivo, fagli prendere il color d'oro, poi bagnalo con aceto, incorporavi un pajo di biscottini ed un cucchiajo di farina bianca, uniscivi sale, erbe odorifere ed un pezzetto di cannella. Dopo un quarto d'ora di bollitura, passa la salsa allo staccio e versala sulla tinca, che servirai fredda, aggiungendovi, se vuoi, dell'uva passa e dei pinocchi.

195. Polpettino di pesci persici.

Ingredienti = *Pesci persici, carne di pesce, mollica di pane, latte, burro, sale, pepe, noce moscada, tre uova, prezzemolo, salvia, limone.*

Disponi distese sedici fette di pesci persici che servono comunemente per far frittura. Sopra ciascuna fetta metterai tanto come una noce del seguente composto. — Pesta nel mortajo della carne cruda di pesce con della mollica di pane inzuppata nel latte, e tanto di burro quanta è la carne di pesce che si pesta. Metti a cuocere questa pestata aggiungendovi sale, pepe, noce moscada, due uova intere e un poco di prezzemolo trito. Arrotola le fettine di pesce insieme al composto e, fattene delle polpette, infilzale con uno stecco, frappendovi una foglia di salvia. Fritte che sieno con burro, servile spremendovi sopra il sugo d'un mezzo limone.

196. Luccio al salmone.

Ingredienti = *Luccio, cipolla, sedano, carote, burro, farina bianca, sale, vino rosso, brodo di rane.*

Prepara in una casserola un letto di fette di cipolle, di sedano, di carote ed un pezzo di burro. Adagiavi sopra un bel pezzo di luccio ben infarinato, salalo e lascialo *gratinare*; poi bagnalo con un bicchiere di vino rosso, e, consunto il vino, con altrettanto di brodo di rane. Servilo col suo fondo passato allo staccio.

197. Luccio alla tedesca.

Ingredienti = *Luccio, vino bianco, sale, carote, sedano, prezzemolo, lauro, burro, farina bianca, due uova, limone.*

Metti a cuocere un pezzo di luccio in metà vino bianco e metà acqua con sale, fette di carote, pezzi di sedano, un ramo di prezzemolo, una foglia di lauro. Lascialo freddare nel suo *court-bouillon*. Prendi un poco di questo *court-bouillon* e mettilo a fuoco in una casserola con tanto quanto un uovo di burro ed un mezzo cucchiajo di farina, fino a che questa abbia perduto il gusto di farina. Lega allora questa salsa con due tuorli d'uova e uniscivi il sugo di mezzo limone ed un cucchiajo d'olio. Versala calda sopra il luccio, che avrai già collocato in un tondo caldo.

198. Tonno all'Italiana.

Ingredienti = *Tonno, butirro, cipolla, lauro, sale, pepe, vino di Marsala, acqua, acciughe, limone, prezzemolo.*

Fritta in tre onces di butirro una cipolla spaccata in croce insieme ad una foglia di lauro con sale e pepe, mettivi dentro a rosolare un pezzo di tonno, dissalato prima per tre ore nell'acqua bollente o nel latte, e soffritto per dieci minuti da ambe le parti, toglì la cipolla, bagna il tonno con un bicchiere di vino di Marsala od altro vino secco e con due bicchieri di acqua salata, e lascia che vi bolla cheto per un'ora e mezzo. Sciogli intanto a parte in una casserola un'oncia di butirro con quattro acciughe diliscate e trite, e, quando vi si saranno disfatte, unisci loro il brodo del tonno disgrassato, fallo bollire un istante, spremivi sopra il sugo d'un limone, mescolavi del prezzemolo trito e aspergi di questa salsa il tonno.

199. Tonno alla gratella.

Ingredienti = *Tonno, latte, olio, pepe, prezzemolo, sugo di limone.*

Metti nel latte per tre ore un pezzo di tonno salato. Levalo poi dal latte e marinalo con olio, pepe, prezzemolo trito e sugo di limone. Dopo due ore di marinatura, avvoltalo nel pane grattugiato e fallo cuocere alla gratella a piccol fuoco. Cotto, disponilo sopra il piatto e servilo colla sua marinatura, aggiungendovi altro sugo di limone. A questo modo si può preparare anche l'*anguilla* spogliata della sua pelle e tagliata a pezzi.

200. Rocchj (in mil. *Trosœu*) di carpione allo spiedo.

Ingredienti = *Carpione, sale, spezie, salvia, butirro, prezzemolo.*

Taglia di traverso in tanti rocchj un grosso carpione, leva loro le reste, spolverizzali di sale e di spezie e infilzali sullo spiedo frammezzati di foglie di salvia. Poni nella leccarda del butirro e dell'olio con del prezzemolo trito e pillotta i pezzi di carpione con quest'unto, facendoli arrosolare a fuoco lento sul principio e più forte verso la fine.

301. Trota alla gratella.

Ingredienti = *Trota, olio, limone, sale, pepe, prezzemolo, due uova, acciughe, citriolo, aceto.*

Pulisci, lava, taglia in rocchj una trota di media grossezza, mettila a marinare con olio, sugo di limone, sale, pepe e prezzemolo trito. Cuocila poi alla gratella, bagnandola colla sua marinatura, e servila colla salsa seguente. Pesta nel mortajo due tuorli d' uova dure con due acciughe ed un piccolo citriolo (in mil. *cocumerin*) nell' aceto, allunga l' impasto con olio ed aceto e passa il tutto allo staccio. Versa questa salsa sulla trota già abbrustolita.

302. Branlade (Piatto alla marsigliese).

Ingredienti = *Merluzzo, limone, olio, panna, aglio, scorza di limone, acciuga, prezzemolo.*

Fa cuocere nell'acqua un merluzzo salato, che sia già stato in bagno nell'acqua tiepida per un giorno o due, secondo la stagione. Toltolo dall'acqua, levagli tosto la testa e la pelle, e schiacciato e sbattilo forte in una casserola, posta a fuoco ardente, insieme al sugo di un limone, e ad una presa di spezie, servendosi di un cucchiajo di legno. Continua a dimenarlo per venti minuti, aggiungendo ora qualche goccia d'olio, ora qualche goccia di panna ed ora qualche poco del brodo ancor caldo del merluzzo. Ridotto così in una pasta soffice e bianca, uniscivi, sempre rimestando, uno spicchio d'aglio, ben pestato prima in un mortajo, con una scorza trita di limone, un' acciuga e del prezzemolo trito. La *branlade* non deve far olio; ove lo facesse, incorporavi un mezzo pomo di terra cotto e passato allo staccio. Servilo con fette di pane abbrustolite nel butirro.

È questo piatto assai gustoso, ma non già tanto facile a digerirsi, come gli altri già notati, specialmente a cagione dell'aglio, che s'è voluto lasciare per non togliere al piatto la sua originalità.

303. Aringhe salate alla gratella.

Ingredienti = *Dodici aringhe, latte, due uova, pepe, timo, basilico, butirro, pane.*

Taglia la testa e la coda a dodici aringhe salate, mettile in ma-

cero prima nell'acqua per quattro ore, poi nel latte per due ore, indi asciugale. Sbatti intanto in una terrina due tuorli d'uova con pepe, timo, basilico in polvere e butirro appena fuso. Bagnavi dentro le aringhe, involgile quindi nel pane grattugiato e mettile alla grattella, voltandole una o due volte.

304. Carpana (in mil. *Carpen*) alla tedesca.

Ingredienti = *Carpana, sale, pepe, spezie, cipolla, birra.*

Taglia a pezzi una carpana ben pulita, mettila in una casserola con sale, pepe, spezie, fette di cipolle e mezza bottiglia di birra. Lasciala subbollire a fuoco lento, e, cotta, togliila dalla sua sostanza e servila con sopra il suo fondo stacciato e concentrato a fuoco.

305. Stufato di sturione.

Ingredienti = *Pezzo di sturione, carote, acciuga, limone, sale, pepe, butirro, cipolla, farina bianca, vino bianco, brodo di rane.*

Pulisci un bel pezzo di sturione, inlardellalo con filetti di carote, avvoltolati prima in un pastume fatto di acciughe pestate con scorza verde di limone, sale e pepe. Ciò fatto, metti a friggere in una casserola un pezzo di butirro con una cipolla tagliata in croce. Getta via la cipolla subitochè avrà preso il color d'oro e poni in sua vece lo sturione infarinato; ed arrosolato che sia da ambi i lati, bagnalo con un bicchiero di vino bianco o meglio di Malaga, e, consumato il vino, aggiungivi del brodo di rane e lascialo andare a piccol fuoco per mezz'ora circa. Cotto, servilo col suo fondo sgrassato e ristretto.

306. Rane à la poulette.

Ingredienti = *Rane, butirro, sale, noce moscada, farina bianca, brodo di rane, prezzemolo, due uova, limone.*

Ventiquattro rane scuojate, mettile in una casserola con due onces di butirro, sale e noce moscada a friggere un istante; aggiungivi un cucchiajo di farina, un bicchier d'acqua o di brodo di rane, un po' di prezzemolo trito, e, dopo qualche subbollimento ritirando il tegame dal fuoco, due tuorli d'uova. Tramena bene la massa senza che più bolla. Spremivi sopra il sugo d'un limone.

207. Folaga alla provinciale.

Ingredienti = *Folaga, pane, latte, formaggio, mostaccino, un uovo, spezie, butirro.*

Spiumata e sventrata la folaga, ascingala, mettila in assetto; indi fa un composto col suo fegato, un poco di mollica di pane inzuppata prima nel latte e poi spremuta, poco formaggio, mezzo mostaccino, pestando il tutto nel mortajo ed unendovi un tuorlo d'uova, sufficiente quantità di latte e spezie. Riempi l'interno della folaga con questo composto, e, cucitane l'apertura, mettila allo spiedo, pillottandola con butirro. Servila con fette di pane fritte (*croutons*).

208. Folaga in salmis.

Ingredienti = *Folaga, butirro, pane, brodo di rane, vino di Madera.*

Metti una folaga allo spiedo, pillottandola col butirro della leccarda, in cui sianvi quattro fette di pane, poi salala a dovere. Cotta che sia, tagliala in quarti. Mettine il dorso e l'osso del petto nel mortajo e pesta il tutto insieme al pane ed al butirro della leccarda. Allunga la pestata con del sugo o brodo di rane e passala allo staccio; poi, aggiuntovi mezzo bicchiere di vino di Madera o vino santo, versalo sui pezzi di folaga che terrai in una casserola a bagno-maria fino al momento di servirli.

209. Folaga arrosto.

Ingredienti = *Folaga, aceto, vino, basilico, rosmarino, lauro, cipolla, butirro, panna.*

Marina una grossa folaga, posta in una terrina, con aceto, vino, basilico, rosmarino, una foglia di lauro ed una cipolla spaccata. Il giorno dopo, assestala sullo spiedo e bagnala da principio colla sua marinatura, poi con butirro fuso misto a panna finchè abbia preso un colore abbronzato.



CUCINA DI MAGRO

PIATTI DOLCI.

210. *Poddingo soufflé di spinaci (Bodin).*

Ingredienti = *Spinaci, burro, farina bianca, panna, zucchero, sale, sei uova, biscottino.*

Cotti, spremuti e ben tritati colla mezzaluna gli spinaci, del peso di dodici once, ponili in una casserola con tre once di burro e lasciaveli subbollire per un quarto d'ora: aggiungivi due once di farina bianca, e, dopo di averla incorporata cogli spinaci, uniscivi un boccale di panna, tre once di zucchero in polvere ed una presa di sale, tramenando forte la massa e lasciandola bollire fino a spessezza. Metti il tutto a freddare; poi uniscivi, sotto continuo rimestamento, cinque tuorli d'uova, un uovo intero e tre chiare sbattute in fiocca. Versa il *soufflé* così preparato in uno stampo unto di burro e spolverizzato con biscottino o pane grattugiato e lasciavelo cuocere a bagno-maria col testo sopra. — Allo stesso modo si prepara il *poddingo di indivia*.

211. *Carote in giulebbo.*

Ingredienti = *Carote, zucchero, scorza di limone, sugo di limone.*

Togli il midollo ad una libbra di carote, tagliale poi in tanti filetti della lunghezza di un pollice e falli bollire per un momento in molt'acqua, finchè perdano l'acre, mettili in un crivello a scolare, poi in una casserola con otto once di zucchero, la scorza verde di tutto un limone, tritata finamente, e tant'acqua che basti appena a coprirli. Quando il giulebbo colla bollitura sarà ridotto alla dose di una cuc-

chiajata o poco più, spremi sopra alle carote, il sugo d'un limone e servile fredde coll'allesso e coll'arrosto. — *Delizioso piatto.* — Se ne può fare una *charlotte*, versando le carote così preparate in uno stampo coperto internamente di fette di pan francese, unte di butirro, e cuocendole con fuoco sotto e sopra.

212. Poddingo di carote.

Ingredienti = *Carote, butirro, sale, vino bianco, zuccaro, amaretti, mostaccino, limone, mandorle amare, quattro uova.*

Cuoci in acqua salata nove onces di carote e poi passale allo staccio. — Metti a soffriggere in una casserola un pezzetto di butirro e gettavi dentro la *purée* di carote. Dopo cinque minuti di cottura, aggiungivi un bicchiere di vino bianco, due cucchiaj di zuccaro, due amaretti frantumati, un mostaccino pesto, la raschiatura di un limone, due mandorle amare peste e tre tuorli d'uovo. Mescola bene e lascia che il tutto prenda consistenza ad un leggier grado di calore. Frèddata la massa, uniscivi quattro chiare in fiocca e versala in uno stampo unto, facendovela cuocere a bagno-maria per mezz'ora con sopra un testo arroventato.

213. Poddingo di zucche con crema (in mil. cavollatte.)

Ingredienti = *Zucca barucca, latte, sale, zuccaro, tre uova, amaretti, raschiatura di limone.*

Fa cuocere della zucca barucca, affettata, con un mezzo bicchiere di latte ed un granello di sale, e passala allo staccio. Posta la *purée* di zucca in una casserola, mettivi due cucchiaj di zuccaro, un tuorlo d'uovo, quattro amaretti frantumati, oppure un'oncia di mandorle dolci, decorticate e peste, poi tre chiare d'uova ridotte in fiocca. Unto uno stampo o timballo, versavi dentro il poddingo e lasciavelo cuocere con fuoco sotto e sopra. — Servilo con sopra un *cavollatte* fatto con i due tuorli d'uova che rimasero, un bicchiere di latte, raschiatura di limone e zuccaro per addolcirlo.

214. Puddinge soufflé di pomi di terra.

Ingredienti = *Pomi di terra, burro, panna, farina bianca, sale, zucchero, cannella, quattro uova, pane.*

Preparati dodici grossi pomi di terra, impastali a fuoco con cinque once di burro, due bicchieri di panna, una presa di sale ed un cucchiajo di farina. Passato quindi il tutto allo staccio, uniscivi tre once di zucchero in polvere, della cannella, quattro tuorli d'uovo e quattro chiare sbattute in fiocca. Quando il composto sarà bene incorporato, versalo in uno stampo unto di burro e ben panato, e lascialo cuocere per tre quarti d'ora fino a color d'oro con fuoco sotto e sopra.

215. Torta dolce di riso e latte.

Ingredienti = *Riso, latte, sale, farina bianca, burro, zucchero, zibibbo, tre uova, scorza di limone.*

Fa cuocere del riso in parti eguali di acqua e di latte con sale. Cotto che sia, aggiungivi poco alla volta della farina bianca, sempre rimestando, poi un bel pezzo di burro, qualche cucchiajo di zucchero, alcuni acini di zibibbo. Tolto allora questo composto dal fuoco, mescivi, sotto continua agitazione, due a tre tuorli d'uova, la scorza verde di un limone, ben trita, e le chiare sbattute alla neve. Unto ora con burro un foglio di carta, adagialo sul fondo di una padella o tortiera, versavi sopra la torta, cospargila di zucchero e cannella, e cuocila con fuoco sotto e sopra.

216. Puddinge di pasta (Beignet).

Ingredienti = *Latte, farina bianca, sale, zucchero, scorza di limone, quattro uova.*

Stempera in un boccale di latte cinque cucchiaj di fior di farina con una presa di sale, due cucchiaj di zucchero, e la scorza verde, ben tritata, di mezzo limone. Tira la pasta a fuoco, sempre rimestandola, poi, perduto che abbia il sapore di farina, togliila dal fuoco e lasciala intiepidire. Uniscivi allora quattro tuorli d'uova e tre chiare montate in fiocca. Versa questa pasta in un piatto di rame stagnato od in una tortiera unta di burro e cuocila con fuoco sotto e sopra. Servila spolverata di zucchero.

317. Puddingo di semolino (*Gâteau de semoule*).

Ingredienti = *Semolino, latte, sale, zucchero, cedrato, uva passa, scorza d'arancio, quattro uova, pane.*

Fa cuocere tre once di semolino (1) in un boccale di latte con una piccola presa di sale. Cotto che sia, aggiungivi, ritirando dal fuoco la casserola, tre once di zucchero in polvere, dei pezzetti di cedrato, un' oncia e mezzo d'uva passa, la raschiatura di una mezza scorza di arancio, due uova intiere, poi due tuorli d'uova e due chiare sbattute in fiocca. Ben rimestato il tutto, versalo in uno stampo unto e spolverato di pane grattugiato, e cuocilo al forno, ovvero con fuoco sotto e sopra. Servilo caldo coperto di *zabajone* che preparerai come segue. — Sbatti in una casserola tre tuorli d'uova con tre mezzi gusci d'uova di vino bianco e tanto zucchero che basti ad addolcire il tutto. Frulla a fuoco lento la massa fino a densità, senza lasciarla bollire, e, quando l'avrai ritirata dal fuoco, instillavi qualche goccia di rhum continuando a frullarlo.

318. Polenta dolce.

Ingredienti = *Farina gialla, latte, sale, sei uova, cannella, zucchero, butirro, amaretti.*

Metti a bollire mezza libbra di farina gialla in due boccali di latte con una piccola presa di sale. Giunta la polenta a metà cottura, ritiralala dal fuoco ed aggiungivi sei tuorli d'uova sbattuti con una presa di cannella, tre once di zucchero, sette once di butirro e mezza libbra di amaretti spolverizzati. Fattone un impasto omogeneo, cuocilo in uno stampo unto, con fuoco sotto e sopra, fino a che la superficie prenda un bel colore dorato.

319. Torta di farina gialla e farina bianca.

Ingredienti = *Farina gialla e bianca, zucchero, butirro, mandorle, scorza di limone.*

Mescola tre once di farina gialla con tre di farina bianca, sei once di zucchero in polvere, sei once di butirro, sei once di mandorle dolci,

(1) Si può far uso del semolino di fior di farina, oppure del semolino di riso che pur si trova dai venditori di paste.

decorticate e tritate finamente colla mezzaluna, e poca scorza verde di limone ben trita. Fattone un impasto, stendilo all'altezza di un dito trasverso in una tortiera unta di butirro e lasciavelo cuocere con fuoco sotto e sopra.

220. Uova al gratin.

Ingredienti = *Sei uova, pistacchi, farina bianca, latte, zucchero.*

Mondate e peste quattro once di pistacchi, gettali in una casserola con due cucchiaj di farina bianca, sei tuorli d'uova, latte e zucchero in dose tale da averne un liquido abbastanza denso e dolce. Rimestalo a fuoco fino a dovuta consistenza, versalo su di un piatto di rame stagnato, coprilo con un testo caldo fino a che prenda colore, spolverizalo di zucchero e passavi sopra con una pala di ferro arroventata. — *Piatto squisito e facile a farsi, ma poco economico.*

221. Pudding alla vergine.

Ingredienti = *Mollica di pane inzuppata nella panna, zucchero, mandorle dolci, scorza d'arancio, cedrato, quattro uova.*

Stempera quattro once di mollica di pane lucido inzuppata nella panna ed uniscivi, rimestando, un'oncia e mezzo di zucchero, due mandorle dolci decorticate e peste, la raschiatura d'una scorza d'arancio, del cedrato in pezzetti, quattro tuorli d'uova e due chiare sbattute in fiocca. Unto e spolverato di pane grattugiato uno stampo, versavi il pudding e lasciavelo cuocere od al forno o con fuoco sotto e sopra. *Piatto facile e leggero.*

222. Pudding alla nobile.

Ingredienti = *Mandorle dolci, sei uova, zucchero, butirro, cannella, zucchero di vaniglia, pane.*

Sboglienta, decortica e pesta sei once di mandorle dolci bagnate nel mortajo con una chiara d'uovo perchè non facciano olio. Passale poi allo staccio e mettile in una casserola con sei tuorli d'uova, quattro once di zucchero in polvere, quattro once di butirro, che farai prima fondere al fuoco se è d'inverno, una presa di cannella, un cucchiajo di zucchero di vaniglia, e, fattone un impasto, rimestavi dentro quattro chiare d'uova ridotte in fiocca. Cuocilo in uno stampo unto e panato, con fuoco sotto e sopra, e servilo spolverizzato di zucchero, o con zabajone. *Vedi il n.º 217.*

223. Pudding inglese con pane e burro.

Ingredienti = *Fette di pane, burro, uva passa, latte, quattro uova, noce moscada, zucchero.*

Taglia delle fette sottili di pan soffice e coprile sopra e sotto di burro fresco. Collocale per suoli o strati in una tortiera, frapponendo a ciascuno strato dell' uva passa di Corinto od uva sultana. Ciò fatto, versavi sopra un boccale di latte in cui sieno stemperate quattro uova intere con un cucchiajo di zucchero. Spargivi sopra della cannella e dello zucchero. Fa cuocere al forno o con fuoco sotto e sopra.

224. Pudding di pane, latte e cioccolato.

Ingredienti = *Pan francese, latte, burro, cioccolato, zucchero di vaniglia, tre uova.*

Taglia una *michetta* di pan francese in fette, bagnale in due bicchieri di latte, e, dopo due ore, metti il tutto a fuoco in una casseròla con un pezzo di burro ed un terzo di tavoletta di cioccolato, tagliata in piccoli pezzi. Lascia cuocere, rimestando finchè gl'ingredienti sieno bene incorporati, poi ritira dal fuoco la casserola, rimestavi dentro un pizzico di zucchero di vaniglia, tre tuorli d'uova e tre chiare ridotte in fiocca. Fa cuocere a bagno-maria in uno stampo unto ed impanato. — Si serve anche coperto di *cavollatte*. Vedi il n.º 243.

225. Soufflé con cioccolato.

Ingredienti = *Cioccolato, fecula ossia farina di pomi di terra, zucchero, sei uova, burro.*

Fa liquefare a fuoco due once di cioccolato in poca acqua, ed incorporavi, framestando, un mezzo cucchiajo di fecula di pomi di terra, tre once di zucchero in polvere e quattro tuorli d'uovo. Ciò fatto, diguazza quattro chiare d'uovo tanto da ridurle in fiocca, uniscile al composto, e versa il tutto in uno stampo unto di burro e spolverato di pane grattugiato. Cuoci questo *soufflé* al forno o con fuoco sotto e sopra, e servilo coperto di zucchero in polvere.

226. Ricotta (in mil. *mascarpone*) **alla inglese.**

Ingredienti = *Mascarpone, panna, zucchero, cannella, rosoglio, biscottini, conserva, vino di Malaga.*

Prendi un *mascarpone*, scioglilo in mezzo bicchiere di panna e rimestavi dentro tre once di zucchero ed una presa di cannella. Ciò fatto, bagna di rosoglio uno stampo, coprilo tutto al di dentro e sul fondo di biscottini, distendi sui biscottini del fondo parte del *mascarpone* stemperato nella panna, come si disse, e sopra d'esso uno strato di una conserva qualunque di frutti, poi fa un secondo suolo di biscottini, uno di *mascarpone* ed uno di conserva, e così via via, finchè avrai del *mascarpone*. Irrora l'ultimo suolo di biscottini con vino di Malaga, e tieni lo stampo nel ghiaccio con sale, fino all'ora del pranzo. — Servilo, se vuoi, con *zabajone* freddo o con *capollatte* freddo. Vedi i nn.ⁱ 213 e 217.

227. Crème renversée (in mil. *tartara*).

Ingredienti = *Sei uova, zucchero, cannella, mandorle amare, scorza di limone, panna, zucchero o alkermes.*

Unisci in una casserola cinque tuorli d'uova e un uovo intero con cinque once di zucchero, un pezzetto di cannella, tre mandorle amare peste, una scorza di limone tritata. Ben diguazzate le uova, versavi a poco a poco due bicchieri di panna, sempre rimestando. Posta allora a fuoco la casserola, mesci la massa con un cucchiajo di legno, finchè la panna si addensi, senza bollire, e cominci ad attaccarsi al cucchiajo. Passa tosto allo staccio la crema, versala in uno stampo unto di butirro e lasciavela cuocere a bagno-maria per un'ora e mezzo, coprendola con testo caldo. Solidificata la crema, la si capovolge sul piatto e la si irroro con zucchero bruciato a caramella e sciolto poi a fuoco con un mezzo bicchiere di acqua calda, oppure la si asperge con alkermes, spolverizzandola, se vuoi, di migliarola di zucchero.

228. Crème au vin.

Ingredienti = *Vino, otto uova, zucchero, cannella.*

Stempera in una bottiglia di vino generoso, come sarebbe quello di Frontignano o simile, otto tuorli d'uova, e zucchero in dose tale

che acquisti un sapore non troppo dolce. Aromatizza la massa con una presa di cannella della regina. Passala allo staccio; rimestavi dentro tre chiare d'uovo, sbattendole bene perchè si spandano in tutta la massa, e versala in uno stampo che farai cuocere a bagno-maria ben caldo ma non bollente.

229. *Crème au café.*

Ingredienti = *Caffè, panna, zucchero, nove uova.*

Versa un bicchiere di caffè nero, forte, in tre bicchieri di panna, e, mettendo il tutto a fuoco, addolcisilo con sufficiente quantità di zucchero e tienlo a canto al fuoco. Sbatti a parte nove tuorli d'uovo, uniscivi a poco a poco la panna ancor calda, passa il tutto allo staccio, e, versatolo, in una casserola profonda, fallo cuocere a bagno-maria. Servi questa crema fredda.

230. *Kugelhupf.*

Ingredienti = *Farina bianca, butirro, sei uova, zucchero, sale, panna, uva sultana, lievito di birra.*

Fa liquefare a piccol fuoco in una casserola once quattordici di butirro fresco, e, fuso che sia, aggiungivi, rimestando, un uovo intero, poi quattro once di zucchero in polvere, ventotto once di fior di farina ed una presa di sale. Ammolisci l'impasto con un uovo intero alla volta fino a che ne avrai messi sei, poi aggiungivi un bicchiere e mezzo di panna intiepidita. In questo impasto ammolito distribuisce quattro once di uva sultana, incorporando il tutto per mezz'ora; poi vi unirai un'oncia e mezzo di lievito di birra che sia stato lasciato fino dalla sera precedente in un bicchiere di acqua fredda, spesso rinnovata, a perdere l'amaro. — Unto allora e panato uno stampo, versavi il *kugelhupf*, lascialo per un'ora o due in sito caldo a lievitare, poi mandalo al forno e servilo spolverizzato di zucchero.

231. *Strudel.*

Ingredienti = *Farina bianca, sale, un uovo, latte, pomi, uva sultana, zucchero, cannella, butirro.*

Disponi sul desco tre quarti di una libbra di farina bianca, favvi nel mezzo un buco e mettivi una presa di sale ed un uovo intero.

Fa pasta, aggiungendo di tanto in tanto dell'acqua tiepida salata e del latte, in modo che la pasta resti molle e non s'attacchi alla tavola. Lavorala fino a che cominci a far bolle, poi involgila in un pannolino infarinato e mettila in sito caldo a posare per mezz'ora. Stendila, col materello, più sottile che puoi, indi continua a stenderla ed assottigliarla lavorandovi per di sotto colle dita ben infarinate. Ridotta alla grossezza di un foglio di carta, coprila con fettine sottili di pomi pelati, che sieno prossimamente del peso di una libbra e mezzo, disponi, tra le fette dei pomi, dell'uva sultana o zibibbo, nella dose di tre once; spolverizza i frutti con tre once di zucchero, la raschiatura di un mezzo limone od un quarto d'oncia di cannella; seminavi sopra dei pezzetti di butirro del peso in tutto di quattro once circa, oppure fallo prima fondere ed ungi con esso i frutti, servendosi a ciò di un mazzo di penne di cappone. — Giunto a questo punto, prendi un angolo della pasta e piegalo sulla parte vicina, poi continua a rotolare pasta e frutti insieme, finchè, datale la forma di un polpettone l'attorcerai in ispirale, perchè occupi minor spazio nella tegghia, spalmata di butirro. Ungi di butirro dileguato il disopra dello *strudel* e lascialo cuocere in essa tegghia per tre quarti d'ora con fuoco sotto e sopra. Ai pomi si potranno sostituire le pesche, le albicocche, le pera, le fragole, l'uva moscatella.

323. *Plum pudding modificato.*

Ingredienti = *Quattro michette, latte, butirro, tre uova, scorza di limone, uva passa, cannella, zucchero, vino.*

Prendi quattro *michette* lucide. Due tagliale a dadi e mettile a bagnare in un bicchiere di latte; due grattugiale, e la raschiatura falla arrostitire nel butirro. Unisci questa raschiatura ai dadi ammolliati nel latte, ed aggiungivi tre uova intiere, una scorza di limone raschiata, dell'uva passa, cannella e zucchero quanto basta a dare alla massa buon sapore. Falla bollire legata in un pannolino unto leggermente di butirro, che terrai sospeso in mezzo all'acqua di una caldaja grande in bollire per una mezz'ora. Servilo bagnato con vino cotto con zucchero, cannella, e chiodi di garofano.

233. Plum-cake (leggi **Plum-kek**).

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, burro, uva passa piccola, sei uova, rhum.*

Mesci in una casserola mezza libbra di zucchero in polvere con mezza libbra di burro, aggiungivi due uova intere e quattro tuorla d' uova, poi mezza libbra di uva passa piccola (in mil. *ughett*), e finalmente, poco per volta, mezza libbra di farina bianca e le quattro chiare che rimasero, ridotte in fiocca. Ben incorporato il tutto, senza troppo sgualcirlo, distendilo in una tortiera, unta e panata, all' altezza di due dita trasverse e non più, mandalo al forno e servilo spolverizzato di zucchero, oppure coprilo, alla superficie superiore, con una crosta, fatta con zucchero e chiara d' uova, prima di mandarlo al forno.

234. Torta di pera e pane di mistura.

Ingredienti = *Pane di mistura, pera, burro, zucchero, uva sultana, cedrato.*

Unta con burro una tortiera, spolverizzala con pane di mistura grattugiato. Disponi sul fondo un suolo di fette di pera crude, spargile di zucchero, poi coprile con un suolo dello stesso pane grattugiato e seminavi qua e là dei pezzetti di burro. Sopra questo suolo stendi un altro suolo d' uva sultana e pezzetti piccoli di cedrato, e ricomincia col pane grattugiato, le pera, lo zucchero, e così via via fino a che la torta abbia la grossezza di un pollice. Copri la torta con una carta unta di burro e mandala al forno. — *Ottima torta, facile a farsi ed economica.*

235. Charlotte di pomi.

Ingredienti = *Pomi, vino bianco, burro, zucchero, cedrato, pan francese.*

Decorticati i pomi e levato loro il torso (in mil. *caruspi*), lasciali cuocere con vino bianco, un pezzo di burro, zucchero, nella dose di un terzo del peso dei frutti, e pezzi di cedrato candito. Quando i pomi cominciano ad asciugare, togliili dal fuoco. — Ungi intanto uno stampo, spolverizzalo di zucchero, tappezzane il fondo e i lati con

pezzi di mollica di pan francese della grossezza di uno scudo, che avevi bagnati nel butirro fuso, versavi in mezzo i pomi, coprili con altre simili fette di pane e fa cuocer la *charlotte* al forno o col testo. — Quando i pomi fossero per caso già troppo cotti e tendessero a squagliarsi prima di asciugare, levali dal loro giulebbo e collocali nello stampo già disposto; poi, concentrato a fuoco vivo il giulebbo da solo, versalo sui frutti. Così ridotti a giulebbo, potrai anche servirli colla crostata. Sbatti, a quest' uopo, tre chiare d' uovo in fiocca densa con tre cucchiaj di zucchero bianchissimo in polvere, stendi questa fiocca sui pomi in giulebbo e falle prendere un color nocciuola, coprendola per qualche istante con un testo caldo.

236. Pasticcini con frutti o senza.

Ingredienti = *Farina bianca, butirro, zucchero, un uovo, frutti o marmellata.*

Metti sul tagliere una libbra di farina bianca mista a mezza libbra di zucchero, incorporavi un uovo intero e mezza libbra di butirro che avrai già spremuto per ammolirlo. Spiana la pasta all' altezza di un grosso cartone. Tagliala coll' orlo di un bicchiere in tante rotelle e circondale con un orletto della stessa pasta. Ciò fatto, riempi il vano di ciascuna rotella con fragole spolverizzate di zucchero, con marasche in giulebbo, oppure con una marmellata; ed in mancanza di tutto ciò, indorane l' interno con rosso d' uova e spolverizzalo di zucchero e di mandorle sbogliantate, decorticate e grossamente tritate. Cuocile al forno con calore mitissimo.

Charlotte di carote.

Vedi tra i *Piatti dolci* della *Cucina di magro* il numero 211, *Carote in giulebbo.*

237. Dolce di limone cotto.

Ingredienti = *Limone, zucchero, butirro, quattro uova.*

Fa cuocere, il giorno precedente, in molt' acqua un grosso limone ben verde e fresco; lasciavelo diventar ben molle, sì che abbia perduto nell' acqua l' amaro della sua scorza, poi muta l' acqua e lasciavelo dentro fino all' indomani. Taglialo allora in fette per togliervi i

semi, e pestalo nel mortajo tanto da ridurlo in un unguento. Uniscivi tre once di zucchero e tre di butirro, quattro tuorli d' uova e quattro chiare montate in fiocca. Posto il tutto in un timballo o stampo unto, fallo cuocere a bagnò-maria e servilo con sopra dello zabajone. *Vedi* il n.º 217.

238. Zabajone allo stampo.

Ingredienti = *Cinque uova, vino bianco, zucchero, noce moscada, rhum, pan di Spagna, ghiaccio e sale.*

Metti in una casserola alta e stretta cinque tuorli d' uovo e cinque mezzi gusci d' uovo di vino bianco con tanto zucchero che basti a rendere dolce la miscela, che aromatizzerai con pochissima noce moscada raschiata. Bene incorporato il tutto, frullalo a lento fuoco sino a giusta densità, instillandovi intanto qualche goccia di *rhum*, e prendendo cura che non si elevi alcun bollore. Toglilo quindi dal fuoco, e, unitovi un quarto d' oncia di colla di pesce, sciolta prima in poca acqua tiepida, e quindi due chiare d' uova sbattute in fiocca, versalo in uno stampo che sia bagnato con qualche goccia di rosoglio e foderato internamente di sottili fette di pan di Spagna; coprilo con altre fette dello stesso pane, e colloca lo stampo nel ghiaccio pesto e frammito a sale. — Servilo gelato sopra una salvietta. — Alcuni aggiungono allo zabajone, prima di gelarlo, quattro mascarponi, stemperandoveli compiutamente.

239. Fromage à la crème.

Ingredienti = *Latte, caglio, sale, panna, zucchero.*

Fa intiepidire al fuoco un boccale di buon latte, metlici, rimessando, un granello di sale e tanto quanto un pisello di caglio che avrai prima stemperato in poco latte. Lascia che il latte si coaguli lentamente sulle ceneri calde e sotto coperchio. Fatto il coagulo, mettilo a sgocciolare sopra uno staccio, poi rovescialo sul piatto, irroralo con mezzo bicchiere di panna e spolverizzalo di zucchero.

240. Blanc-manger.

Ingredienti = *Mandorle dolci ed amare, acqua, zucchero, panna, acqua di fiori d' arancio, colla di pesce.*

Decortica una mezza libbra di mandorle dolci, dopo di averle sbogliantate, aggiungivi qualche mandorla amara parimenti decorticata,

asciugale e pestale in un mortajo, bagnandole con qualche goccia d'acqua perchè non facciano olio. Allunga l'impasto con due bicchieri di acqua, passa questo latte di mandorle attraverso di un pannolino, versalo in uno stampo ed aggiungivi otto once di zucchero in polvere, un bicchiere di panna, qualche goccia d'acqua di fiori d'arancio, e tanto come una mezz' oncia di colla di pesce, sciolta prima in poca acqua calda. Incorpora bene il tutto, dibattendolo con un fascio di piccole verghe; e quando comincerà a condensarsi, lascialo in riposo in sito fresco fino a che si induri. Se la stagione è estiva, porrai lo stampo nel ghiaccio con sale. Prima di capovolgerlo sulla salvietta, metti per qualche minuto lo stampo nell'acqua tiepida.

341. Pudding di pesche.

Ingredienti = *Pesche, zucchero, vino bianco, butirro, farina bianca, sei uova.*

Fa cuocere una libbra di pesche pelate e senza nocciuolo in un bicchiere di vino bianco con dose sufficiente di zucchero finchè siano sciroppate. Passale quindi allo staccio e mettile a freddare. Stempera intanto a fuoco in una casserola tanto come un uovo di butirro con un cucchiajo di farina bianca oppure di farina di pomi di terra, e, prima che la farina prenda colore, uniscivi parte delle pesche passate allo staccio. Ben incorporata questa pasta, versala nell'intera massa delle pesche e allungane l'impasto con sei tuorli d'uova. Ridotte poi in fiocca tre chiare e rimestatele nel puddingo, mettilo a cuocere a bagno-maria con testo non troppo caldo al dissopra.

342. Pesche nelle chicchere.

Ingredienti = *Pesche, zucchero, sei uova, vino bianco.*

Passa allo staccio tre belle pesche mature, uniscivi quattro once di zucchero in polvere, sei tuorli d'uova ed un bicchiere di vino bianco. Ciò fatto, riempine delle chicchere, che metterai a cuocere nel bagno-maria finchè la crema sia inspessita. Servila nelle stesse chicchere fredda od anche gelata.

243. Pesche à la framboise.

Ingredienti = *Pesche, zucchero, rosoglio, conserva di lamponi.*

Decorticate e spaccate in due delle belle pesche, togline l'osso, e, disposte in una tortiera, falle cuocere in acqua e zucchero fino a che il liquido si levi in bolle. Toltile allora dal fuoco, versa nelle loro cavità centrali qualche goccia di rosoglio e della conserva di *framboises*. Tienle sotto ad un testo coperto di brace fino all'istante di servirle.

244. Pera al mosto.

Ingredienti = *Pera, uva.*

Spremi da alcuni grappoli d'uva matura il mosto, ed in esso fa cuocere delle pera decorticate e tagliate a fette, servendosi a tal uopo di una scodella di terra inverniciata e non di un vaso di rame. Ridotte le pera ad una poltiglia, servile senza zucchero nè cannella.

245. Frutti riempi.

Ingredienti = *Frutti, vino bianco, cannella, scorza di limone, butirro, zucchero, biscottini.*

Decorticati e tagliati per lo mezzo i frutti, scavali nel centro con un cucchiajo, e mettili a cuocere fino a metà cottura in vino bianco con cannella e scorza verde di limone. Levatili poi dal vino, disponili in una tegghia unta di butirro. Il sugo vinoso che resta uniscilo a dello zucchero e condensalo a fuoco, inspessandolo con qualche biscottino trito e con qualcuno dei frutti cotti, che schiaccerei nel sugo incorporandovelo bene. Di questo denso giulebbo riempirai le cavità centrali dei frutti, e questi manderai al forno. — Di tal maniera si ammaniscono i *pomi*, le *pesche spiccate*, le *pera*, ec.

246. Dolce fatto col sugo di ciliege.

Ingredienti = *Ciliege, lamponi, farina bianca, zucchero, butirro.*

Schiaccia una libbra di belle ciliege in una terrina insieme a qualche lampona (*framboise*), che servirà a dar loro un po' di profumo. Lasciale ammassate per cinque ore, nel qual tempo diverranno molli. Togli loro l'osso e spremine il sugo attraverso una forte tela, ed al

sugo unisci, rimestando, tre once di farina bianca, quattro once di zucchero e quattro once di butirro. Fattane una pasta molle, lasciala riposare per due ore in sito caldo, affinchè fermenti, poscia distendila in una padella a guisa di torta, cuocila al forno e servila con zucchero.

247. Zuppa di ciliege o marasche (in mil. *marenn*)

(per l'estate).

Ingredienti = *Ciliege o marasche, vino, zucchero, cannella, scorza di limone, pane.*

Fa sciogliere a fuoco in un boccale di vino rosso sei once di zucchero se trattasi di ciliege, e dieci once se sono marasche, un pezzetto di cannella, qualche chiovo di garofano e la scorza verde di mezzo limone. Ai primi bollori toglie la schiuma e con essa anche la scorza di limone, la cannella e i chiovi di garofano. Addensato il sugo, gettavi dentro le ciliege o le marasche nella dose di una libbra, dopo di aver loro tolti gli ossi o noccioli. Dopo alcuni subbogli, versa il tutto su delle fette di pan francese. Servi questa zuppa fredda o ghiacciata. *Avverti che il recipiente sia di terra inverniciata e non di metallo, che dà cattivo gusto ai frutti.*

248. Zuppa di pane ed uva passa (per l'inverno).

Ingredienti = *Pane lucido, butirro, vino rosso, zucchero, cannella, uva passa.*

Taglia del pan lucido a fette, friggile con butirro e disponile asciutte in una zuppiera. Fa intanto bollire in una pentola di terra inverniciata un boccale di vino rosso con quattro once di zucchero, poca cannella in polvere e mezza libbra di uva passa piccola (in mil. *ughetta*) ben mondata. Dopo un quarto d'ora di bollitura, versa il tutto sulle fette di pane e servi la zuppa calda.

249. Prugne secche al giulebbo.

Ingredienti = *Prugne, vino rosso, zucchero, cannella, garofani, scorza di limone.*

Prendi delle prugne di Provenza od anche delle prugne damascene nella dose di una libbra, bagnale con acqua tiepida e lascia che vi

rinverdiscono per un'ora. Cuoci poi le prugne in due bicchieri di vino rosso con sei once di zucchero, della cannella, qualche chiodetto di garofano e una scorzetta di limone. Quando appariranno cotte e gonfie, togliile dal loro sugo e disponile asciutte sul piatto. Concentra a parte il sugo finchè assuma la consistenza del giulebbo e versalo sulle prugne prima di servirle.

250. *Foueté di frutti.*

Ingredienti = *Frutti, zucchero, sei uova.*

Passa allo staccio delle pesche cotte o delle meliache ben mature (in mil. *mognagh*) o delle fragole o dei lamponi o delle pera cotte o dei pomi cotogni, ben cotti essi pure, e ad ogni due bicchieri di mosto così ottenuto e messo in un recipiente di terra, unisci sei once di zucchero bianco in polvere e sei tuorli d'uova. Rimesta a fuoco questo composto come per fare un *cavollatte*, indi, ritirata la casserola dal fuoco, incorporavi due chiare d'uova montate in densa fiocca. Versa questo *foueté* nelle chicchere e servilo caldo, oppure mettilo a gelare.

251. *Tortelli di uova e farina.*

Ingredienti = *Fior di farina, sale, butirro, tre uova, cannella, zucchero, strutto.*

Prendi una *mestola* di fior di farina bianca, bagnala con acqua che eguagli in volume la farina, mettili la dose giusta di sale ed un'oncia e mezzo di butirro. Fanne pasta omogenea, poi gettala in una casserola, bagnala con tant'altr'acqua quanta ne adoperasti a far la pasta, e, posta a fuoco la casserola, incorpora bene il tutto finchè la pasta siasi fatta dura. Ciò fatto, ritira la pasta dal fuoco e rimestavi dentro, ad uno ad uno, tre tuorli d'uova ed una presa di cannella finissima. Perchè i tortelli gonfino bene, converrebbe dividere l'olio o lo *strutto* o la midolla di manzo fusa che si impiega, in due diverse padelle. Allora una parte la si fa appena intiepidire e l'altra la si mette al bollore. Se si getta un cucchialino della suddetta pasta nello strutto tiepido, presto la si gonfia e viene a galla. La si toglie allora dallo strutto tiepido per gettarla nel bollente, ove presto assume il color d'oro. — Se non convenisse poi tener in pronto due

padelle, bisognerebbe allora lasciar prima lievitare la pasta col tenerla per qualche minuto sotto un testo caldo, indi tagliarla a dadi e gettar questi nel liquido bollente. — Si servano con zucchero.

252. Tortelli di pane.

Ingredienti = *Pan di semola, acqua, sale, fior di farina, quattro uova, strutto.*

Taglia in fette sottili quattro soldi di pan di *semola*, mettile a cuocere in una casserola con due bicchieri di acqua ed un granello di sale. Stempera bene il pane nell'acqua ed uniscivi tre cucchiaj di fior di farina, poi, ritirando la casserola dal fuoco, quattro tuorli d'uova. Ben incorporata la pasta, versala sopra un coperchio a solidificarsi. — Preparato lo *strutto* o l'olio bollente, lasciavi cader dentro dei pezzetti oblungi di questa pasta e ritirali asciutti quando avran preso un bel color d'oro. Servili spolverizzati di zucchero.

253. Tortelli di fecola di pomi di terra.

Ingredienti = *Fecola, latte, fior di farina, butirro, cinque uova, sale, strutto.*

Stempera in un bicchiere di latte quattro once di amido o fecola di pomi di terra con due once di fior di farina, un granello di sale ed un pezzetto di butirro. Incorpora bene a fuoco la massa, poi, lasciatala freddare, uniscivi, ad uno ad uno, cinque tuorli d'uovo. Getta questa pasta a piccole cucchiagate nell'olio o nello *strutto*, come si disse poc' anzi. — Questi tortelli sono assai più leggieri dei precedenti.

254. Tortelli di soli pomi di terra.

Ingredienti = *Pomi di terra, acqua, sale, tre uova, farina bianca, strutto.*

Cotti in molt'acqua con sale i pomi di terra nella dose di ventotto once, pelali e pestali nel mortajo. Continua a pestarli finchè la pasta acquisti una certa qual lucentezza, ed intanto unisci ad essa tre uova intere, uno alla volta. Togli allora la pasta dal mortajo, infarinala alla superficie, arrotolala in modo che prenda la forma di un bastone e tagliala in piccoli pezzi, che getterai nell'olio o nello *strutto*.

255. Beignets per frittelli di frutti.

Ingredienti = *Farina bianca, tre uova, latte, sale, olio, o butirro.*

Stempera cinque cucchiaini di farina bianca con tre tuorli d'uova, bagnane la pasta con un bicchiere di acqua e latte, e salala a dovere. Riduci in fiocca le chiare e aggiungile alla pasta, dimenandola sempre in modo che acquisti tale densità da potersi attaccare alle fette di *crème*, di pomi, di pera, oppure alle foglie verdi di salvia che vorrai far friggere. — Così preparati i frittelli, gettali nell'olio, nel butirro o nello *strutto* bollente.

256. Beignets à la crème.

Ingredienti = *Panna, latte, sale, scorza di limone, farina bianca, pasta di beignets, olio o strutto.*

Riduci, mediante cottura, fino a metà della panna e del latte, uniti in parti uguali, con poco sale e la scorza verde tritata di mezzo limone. Aggiungivi della farina bianca tanto da farne una pasta densa. Versala, perduto che abbia il gusto di farina, sopra un piatto unto, sì che vi si distenda, e, fredda che sia, tagliala in tanti pezzetti, che avvolgerai nella pastina descritta al n.º 258, e farai friggere o nel butirro o nell'olio o nello *strutto*.

257. Beignets à la monsieur.

Prendi ventiquattro ostie da speciale. Bagnale prestamente ad una ad una nell'acqua, e tosto bagnate, distendile sopra del pane grattugiato. Adagia nel loro centro una nocciuola di marmellata qualunque di frutti, copri ciascuna ostia con altra ostia, comprimila all'orlo, involgilala nell'uovo sbattuto, poi nel pane-grattugiato e friggile per cinque minuti nell'olio o nello *strutto* abbondante; oppure non impiegando che un'ostia per ogni *beignet*, piegala su di sè stessa dopo di averci messa la marmellata, avvolgi queste specie di offelle nella pastina del n.º 258 e falle friggere finchè prendano bel colore.

258. Crêpes.

Ingredienti = *Farina bianca, sei uova, acquavita, sale, olio, acqua di fiori d'arancio, latte, butirro, zucchero.*

Stempera in una libbra di farina sei uova intiere, tre cucchiaj d'acquavita, una buona presa di sale, tre cucchiaj d'olio e due d'acqua di fiori d'arancio, e finalmente metà acqua e metà latte per darle la consistenza di una polliglia molle. Questa pasta va lasciata in riposo per tre o quattro ore. Acceso un bel fuoco di legna, fa fondere in una padella un piccolo pezzetto di butirro, versavi dentro piena una mestola di pasta, distendila sottile in guisa che tutto il fondo della padella ne sia coperto, fa cuocere da un lato, poi dall'altro. Ripeti l'operazione fin che hai pasta. Servi con zucchero, sul quale farai passare, volendo, una paletta incandescente per darci il sapore caramellato.

259. Nastrini delle monache o Gonfloni.

Ingredienti = *Fior di farina, un uovo, zucchero, vin di Malaga, strutto.*

Metti sul tagliere due pugni di farina, favvi un bucco nel mezzo e mettivi un uovo intero, due cucchiaj di zucchero e tre o quattro cucchiaj di vin di Malaga. Lavora bene la pasta, e, lasciatala riposare per dieci minuti, spianala sottile col materello, spiegala come un tovagliolo, spianala ancora e tagliala a liste lunghe quanto un dito e larghe quanto un traverso di dito, servendosi della rotella dentata. Ricondotte le due estremità di questi nastrini l'una sull'altra, gettali nello *strutto* bollente, e, preso che abbiano color d'oro, servili asciutti sopra una salvietta, spolverizzandoli di zucchero.



PIATTI DI CREDENZA



360. *Croquets alla parigina.*

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, quattro chiare d'uova, scorza di limone, carmino.*

Metti in una terrina nove onces di zucchero in polvere e otto onces di farina bianca, passate allo staccio, aggiungivi quattro chiare d'uova sbattute in fiocca, più la scorza verde di un limone raschiata ed un poco di carmino per colorare in rosa la massa. Rimesta per qualche minuto la pasta, sì che appaja ben legata e lucente. Sfrega con della cera una lamina di ferro, stendivi dei cucchiaini di pasta in modo di dar loro la forma di piccoli biscottini, lasciandoli alquanto distanti l'uno dall'altro. Mettili a posare in sito caldo per sei ore e falli cuocere nel forno temperato fino a color biondo-rossastro, ciò che ottiensi in quindici a venti minuti. Avverti di staccarli dalla lamina quando sono ancor caldi, chè, freddi, si staccano difficilmente senza rompersi.

361. *Schiumette di mandorle.*

Ingredienti = *Mandorle dolci, zucchero, tre chiare d'uova.*

Zucchero bianco polverizzato e passato allo staccio, una libbra; mandorle dolci decorticate, peste e passate allo staccio, due onces; chiare d'uova sbattute in fiocca, tre. Incorpora bene il tutto e distribuiscilo in tante cassetine di carta a varii colori. — Cuoci a forno temperato.

362. *Ossa di morti.*

Ingredienti = *Mandorle dolci, zucchero, tre chiare d'uova, scorza di limone.*

Mandorle decorticate e tagliate a fette, una libbra; zucchero, quattordici onces; chiare d'uova, tre; scorza verde di un limone tritata

finamente. Impasta bene il tutto, distendi e taglia la pasta sotto la forma di biscottini e cuocili a forno temperato.

263. Crocanti di pinocchi.

Ingredienti = *Pinocchi, zucchero, limone.*

Lava ed asciuga quattro onces di pinocchi non irranciditi. Tagliali ciascuno in due metà, per il lungo, mettili in una casserola, ove avrai cotto alla caramella assai densa mezza libbra di zucchero. Lascia che il tutto assuma un color biondo-carico, e, posta la massa ancor calda in uno stampo unto d'olio e sparso di migliarola di zucchero, assottigliala, servendosi di un limone intero per comprimerla e rialzarla a poco a poco sulle pareti dello stampo. Allo stesso modo si fanno i crocanti di mandorle dolci, sbogliantandole prima, decorticandole e tagliandole a filetti.

264. Amaretti (spumini).

Ingredienti = *Mandorle amare, zucchero e dolci, due chiare d'uova, cedrato.*

Zucchero passato allo staccio di velo, una libbra e mezzo; mandorle amare, mezza libbra; mandorle dolci, mezza libbra. Decorticate le mandorle, asciugale e pestale insieme a due chiare d'uova, passane il pastume allo staccio ed uniscivi lo zucchero in polvere. Formane sopra la carta degli amaretti grossi quanto una noce e cuocili al forno. — Alcuni vi aggiungono la raschiatura di un pezzo di cedrato.

265. Pasta di mostacciuoli (in mil. mostazzin).

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, spezie, acqua.*

Farina bianca, mezza libbra; zucchero, mezza libbra; spezie fine in polvere, un quarto d'oncia; acqua, mezzo bicchiero. Incorpora il tutto, cramolandolo sul tagliere, distendine la pasta col materello e tagliala in forma di mostacciuoli, che farai cuocere a forno temperato.

266. Biscottini di anici.

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, butirro, sei uova, anici.*

Tramesta forte in una bastardella dodici onces di farina bianca, sei onces di zucchero passato allo staccio, due onces di butirro, tre uova in-

tere e due tuorla d'uova, con mezz' oncia di anici interi. Impasta bene il tutto per mezz' ora, poi uniscivi tre chiare montate in fiocca. Dividi la massa in tante cassette di carta oblunghe in modo che i quadrilunghi o rettangoli sieno della grossezza del traverso di un dito pollice. Cuocili a forno temperato. Tolti i rettangoli dalle cassetine, tagliali di trasverso per avere dei biscottini di forma allungata, come si usano.

267. Paue di Spagna.

Ingredienti = *Zuccaro, dodici uova, scorza di limone, farina bianca, butirro.*

Zuccaro ben stacciato, dodici once; tuorli d'uova, nove; poca scorza di limone, raschiata. Rimesta bene il tutto per mezz' ora ed aggiungivi le nove chiare d'uova montate in fiocca. Intanto che stai rimestando a pasta, uniscivi, lasciandovele cadere dallo staccio, nove once di farina bianca. Cuoci subito al forno entro uno stampo basso od una tortiera unta di butirro e spolverizzata di zuccaro. — Servilo con zuccaro. — Se vuoi, coprime la superficie superiore di una crosta di ottimo gusto, detta *ghiacciata*. Per ottenerla, passa allo staccio fino sei once di zuccaro, aggiungivi il sugo di mezzo limone e due chiare d'uovo montate in fiocca. Sbatti bene il tutto, instillandovi qualche goccia di rosoglio. Distendi questa ghiacciata all'altezza di un cartone sul pan di Spagna prima di mandarla al forno.

268. Pasta di marzapani.

Ingredienti = *Mandorle dolci, zuccaro, sale, fecola di pomi di terra, sette uova, scorza di limone, butirro, pane.*

Pesta sei once di mandorle dolci, decorticate ed asciugate con una chiara d'uova, aggiunta a piccole riprese nel mortajo. Passa il pastume allo staccio e mettilo in una terrina con sei once di zuccaro in polvere, una piccola presa di sale, un' oncia e mezzo di fecola di pomi di terra, due tuorli d'uova, quattro uova intere e la raschiatura della scorza di un limone. Sbatti questa pasta per tre quarti d'ora, uniscivi due chiare ridotte in fiocca, e versatala in una tortiera unta e panata, sul cui fondo sia un foglio di carta unta di butirro, mandala al forno.

269. Pasta frolla.

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, butirro, sei uova, scorza di limone, acqua di fiori di arancio.*

Due libbre di farina bianca, una libbra di zucchero in polvere, una libbra di butirro, sei tuorli d'uova, poca scorza verde di limone ben trita. Fa pasta senza troppo sgualcirla o maneggiarla acciocchè non riesca troppo dura. Stendila della grossezza di un dito trasverso e fanne dei cuori, delle *s* od una torta. — Talora si fa una triplice torta, mettendo sotto alla pasta frolla un suolo di pan di Spagna, e sopra la pasta frolla uno strato di marmellata qualunque, e poi un altro suolo di pan di Spagna. — Talora invece agli ingredienti si unisce della pasta frolla, della farina gialla e dei fiori secchi di sambuco (in mil. *panigada*) per fare dei dolci che in milanese diconsi *pandemein* e a cui si può dare la forma di stelle, di *s* e simili.

270. Pasta sfogliata.

Ingredienti = *Farina bianca, sale, limone, butirro.*

Prepara sul desco dodici once di farina bianca passata allo staccio, ammucciala, facci un buco nel mezzo (buco che i cuochi chiamano *fontana*), e ponivi una presa di sale, il sugo di mezzo limone, due tuorli d'uova, un'oncia di butirro ed un bicchiere d'acqua fresca; oppure, lasciato il sugo di limone, un bicchiere di vino bianco. Fa pasta, poi coprila con un pannolino e lasciala posare per un quarto d'ora. — Intanto spremi colle mani tanto butirro quant'è la farina, ed asciugalo con una salvietta. — Distesa la pasta all'altezza di un mezzo dito trasverso, copriline la metà con tanti pezzetti schiacciati di butirro, e piega la parte non butirrata della pasta sulla pasta butirrata. Stendila ora col materello e torna a piegarla su di sè stessa a guisa di un portafoglio, ripetendo questa operazione per cinque volte nell'inverno e per quattro nella state. Cuoci a forno temperato.

271. Paste genovesi.

Ingredienti = *Farina bianca, dodici uova, zucchero, cannella, sale, butirro, limone, pistacchi.*

Sbatti dodici uova intere in una terrina con dodici once di farina,

dieci once di zucchero, poca cannella in polvere, una presa di sale per avvivare i sapori, e dodici once di butirro. Ben tramestato il pastume, ungi di butirro una padella e coprine con esso il fondo all'altezza di un pollice. Cuoci a forno caldetto per un'ora e mezzo. — Tratta fuori la focaccia, tagliala in tanti quadrati che coprirai di chiara d'uova diguazzata in fiocca, addolcita con zucchero e spruzzata di sugo di limone. Ciò fatto, spargivi sopra dei pistacchi triti o dell'uva passa piccola, e mettili di nuovo nel forno caldo per un quarto d'ora.

372. Pasta alla Maddalena.

Ingredienti = *Farina bianca, butirro, zucchero, tre uova, scorza di limone, cedrato.*

Farina bianca, once quattro; butirro liquefatto, once quattro; zucchero, once cinque; tuorli d'uova, quattro; scorza verde di mezzo limone ben trita, ed un pezzetto di cedrato tagliato minutamente. Mesci sbattendo, poi aggiungivi tre chiare d'uovo, ridotte in fiocca, e tosto, disposta la pasta all'altezza di un dito in una tortiera ben unta, cuocila con poco fuoco al dissotto e con testo arroventato di sopra, per un'ora. — Alcuni aggiungono alla pasta sei once di *mandorle*, decorate, peste e passate allo staccio, prima di unirvi la chiara sbattuta.

373. Bussolà di Brescia.

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, butirro, lievito, sei uova, sale.*

Metti sul tagliere una libbra di fior di farina con una presa di sale, tre once di zucchero in polvere, un'oncia e mezzo di butirro, sei once di lievito di fior di farina e cinque ova intere. Fa pasta ben cramolata e riponila in sito caldo a lievitare. Indorane la superficie con un uovo sbattuto e falla cuocere a forno temperato.

374. Pane di latte alla tedesca.

Ingredienti = *Farina bianca, lievito di birra, zucchero, anisi o cumino, butirro, latte.*

Comincia dal far macerare in un bicchiero d'acqua fredda spesso rinnovata, una mezz'oncia di lievito di birra, perchè in essa perda il suo amaro. La mattina seguente, facendo colare l'acqua attraverso un pannolino, raccogli su di esso il lievito e lo impasta, entrò una cati-

nella forte di terra inverniciata, con una libbra di farina bianca, quattro once di zucchero, una presa di anisi o di cumino in polvere, tre once e mezzo di butirro e tre bicchieri di latte. Fattane così una pasta molle e bene sbattuta, lasciala in sito caldo, coperta da una salvietta, per tre o quattro ore, finchè si alzi a doppio volume. Collocala allora sopra un tagliere sparso di farina, lavorala come si fa del pane, e, resasi più consistente, stendila in forma ovale e dell'altezza di un pollice sopra una lastra di ferro o di latta, unta di butirro, e cuocila nel forno temperato, tanto che prenda un color nocciola carico. — *Pane leggero perchè soffice e senz' uova, che, tagliato a fette, serve per il thè.*

375. *Magen-Brod, o pane per lo stomaco.*

Ingredienti = *Farina bianca, zucchero, mandorle dolci, cannella, garofani, scorza di limone, sei uova.*

Unisci in una terrina dodici once di zucchero, sette once di farina bianca, sei once di mandorle dolci, decorticate e ben pestate nel mortajo coll' ajuto di un po' di chiara d' uova, la quale impedisce che le mandorle facciano olio; più, mezz' oncia di cannella fina in polvere, mezz' oncia di garofani pure in polvere, la scorza verde e ben trita di un mezzo limone e sei tuorli d' uova. Mesci bene il tutto con un cucchiajo di legno, e, fattane una pasta, aggiungivi le restanti sei chiare d' uova sbattute in fiocca, e rimesta leggermente il tutto. Stendi questo pane in una padella unta di butirro e cuocilo con fuoco sotto e sopra. — *Dolce eccellente, che si mangia alla frutta, tagliato a fette e coperto di zabajone.*

GELATI E GELATINE.

Talora, trattandosi di gelati o di gelatine al gelo, giova mascherare i sapori de' frutti che vi si impiegano, perchè resti indeciso il giudizio de' commensali. — Eccone le norme. — L' albicocca si unisce bene alla pesca, se si aggiunge alla miscela qualche fiore di garofano o di gelsomino.

— La pesca va colla scorza verde del limone e qualche lampone (*framboise*).

— Il ribes si maschera colle fragole e coi lamponi.

— Il lampone colle ciliege e coll' uva-spina (*Epine-Vinette*).

— L' ananas col cedro in confettura, colle fragole e coi lamponi.

376. Sorbetti di panna.

Ingredienti = *Panna, sei uova, zucchero, cannella.*

Prendi un boccale di panna, sei tuorli d' uova, sei once di zucchero e mezz' oncia di cannella della regina, in polvere. Messo il tutto in una casserola, lo rimesta a lento fuoco fino a consistenza e senza che se ne levi il bollore. Passa allo staccio, lascia freddare il miscuglio, poi versalo nella sorbettiera, che porrai in una secchia di legno al cui fondo sia posto del ghiaccio pesto con sale. Intorno alla sorbettiera metterai altro ghiaccio ed altro sale, e, copertolo con tela bagnata, farai girare la sorbettiera sempre nello stesso senso, fino a che, dopo dieci minuti, il sorbetto s' attacchi alle sue pareti. Staccalo allora da queste con ispatola di legno, e ripeti l' operazione fino a tanto che il sorbetto sarà ben manteccato. — Aggiungendo al miscuglio già cotto e freddato un quarto d' oncia di rosoglio di maraschino in sostituzione alla cannella, si avrà il gelato di panna al maraschino. — Fra i molti gelati di frutta, più facili a farsi sono i pochi che seguono.

377. Gelato di fragole con maraschino.

Ingredienti = *Fragole, colla di pesce, sugo di limone, zucchero, due uova, maraschino.*

Monde e lavate dodici once di fragole infatte, disponile in uno stampo da gelati. Prepara a parte tre quarti d'oncia di colla di pesce sciolta in un bicchiero di acqua calda in cui siavi il sugo di mezzo limone e tre once di zucchero. Depura a fuoco la colla colla chiara di due uova sbattuta in un po' di acqua, e, levatane la schiuma impura, riduci il liquido a densità, filtralo per tela, ed aggiungivi mezzo bicchiero di maraschino. Versa allora questo liquido sulle fragole e fallo gelare nel ghiaccio pesto con sale. Per togliere il gelato dallo stampo, basterà immergerlo per un istante nell'acqua calda, chè tosto il gelato si staccherà dalle sue pareti.

378. Crema gelata alle fragole.

Ingredienti = *Fragole, dieci uova, zucchero, panna, colla di pesce, aranci.*

Passa allo staccio dodici once di fragole e fanne cadere la polpa in una terrina. — Metti a parte in una casserola otto tuorli d'uova, passate allo staccio, sette once di zucchero bianco in polvere, sbatti ed aggiungi un boccale fra latte e panna, e, fattane una crema, addensala a fuoco lento in modo che non si elevi in bollore, rimestala sempre, e lasciala poi freddare. Ciò fatto, sciogli a fuoco un'oncia ed un quarto di colla di pesce in un bicchiero di acqua, schiumala, e, ridotta a metà, aggiungivi il sugo di tre aranci e la polpa delle fragole, e getta la miscela nella crema, incorporando il tutto e passandolo di nuovo allo staccio, se occorre. Con otto libbre di ghiaccio e del sale lo ridurrai a fermezza in uno stampo, che avrai unto prima con qualche goccia di olio di mandorle dolci, affinchè il gelato si stacchi bene da sè, senza bisogno di acqua calda.

379. Panna montata e gelata con fragole.

Ingredienti = *Panna, zucchero, gomma arabica, fragole.*

A tre bicchieri di panna fresca aggiungi sei once di zucchero, un piccolo cucchiajo di gomma arabica in polvere e un bicchiero di

polpa di fragole ottenuta col farle passare per lo staccio. Sbatti il tutto fino a ridurlo in densa fiocca e servilo dopo di averlo posto entro uno stampo nella miscela di ghiaccio pesto e sale, oppure di ghiaccio e muriato di calce. — I *lamponi*, le *albicocche*, e le *pesche* possono essere sostituite alle fragole in questo dolce.

280. Gelatine trasparenti gelate.

Ingredienti = *Colla di pesce*, *zucchero*, *limone*, *rosoglio*.

Metti a gonfiare nell'acqua tre quarti d'oncia di colla di pesce per qualche ora, cambiando in questo tempo l'acqua per due volte. Gonfiata la colla, mettila a fuoco con un bicchiere di acqua pura, e, quando vi si è sciolta, colala con un pannolino bagnato. — A parte stempera una libbra di zucchero bianco in un bicchiere di acqua, mettilo a fuoco perchè si fonda in sciroppo e passalo attraverso di un pannolino bagnato. Unisci ora la colla allo sciroppo di zucchero, e, messo in uno stampo, aromatizza il liquido col sugo di un limone ed un bicchierino di alhermes o di maraschino o di kirsch-wasser o di rhum. Invece di questi liquori potrai anche servirti dei lamponi, delle fragole o dei pomi granati, schiacciandoli prima in una terrina e passandoli allo staccio. Lascia freddare la gelatina, se d'inverno; o mettila a gelare, se d'estate. Acciocchè si stacchi con facilità dalle pareti dello stampo, immergi questo per un istante nell'acqua calda. Aggiungendovi un po' d'amaranto liquido, quale si trova dai confetturieri, lo sciroppo prenderà un colore gradevole. Se poi, intanto che la gelatina è sul ghiaccio a gelare, la si diguazza con un frullino, la si renderà soffice e spumosa come un *soufflé*.



CUCINA DEI CONValesCENTI

Vedi alla rubrica *Brodi* come fare un buon brodo in un'ora di tempo. — Vedi inoltre la *Zuppa di rane* n.º 39.

351. Gelatina semplice.

Ingredienti = *Manzo, gallina, zampa di vitello, carote, rape, sale, un uovo.*

Prendi una libbra di carne magra di manzo, una gallina vecchia, e la metà di una zampa o garretto di vitello. Taglia il tutto in piccoli pezzi e fallo bollire in tre boccali d'acqua per una mezz'ora colla dose conveniente di sale. Quando il brodo entra in bollore, schiumalo; aggiungivi due carote e due rape tagliate in fette; copri la casserola, sovrapponendo al coperchio un panno umido; poi, passata la mezz'ora, spremilo con forza attraverso di una stamigna. Freddato che sia, uniscivi una chiara d'uovo, sciolta prima in mezzo bicchiere dello stesso brodo, rimettilo al fuoco in bollore, schiumalo, e, quando, lasciandolo cadere sopra un tondo, il brodo prende consistenza, versalo in una terrina a freddare.

352. Sagou in brodo.

Ingredienti = *Sagou, brodo, uova.*

Il *sagou* è una sostanza feculenta e gommosa, in grani bianchi e rotondi, che si trae da molte specie di palme dell'Arcipelago asiatico e segnatamente dal *Sagus farinacea*. Lavalo con acqua bollente, poi lascialo cuocere nel brodo che vi aggiungerai poco alla volta, fino a che il *sagou* sia convertito in una specie di gelatina. Puoi renderlo più nutritivo stemperandovi, al momento di servirlo, uno o due

turli d' uovo. — Lo si fa cuocere anche nel latte, ed allora lo si aromatizza con un pezzetto di cannella messo a bollirvi insieme, ed in luogo di sale vi si mette una dose conveniente di zucchero.

283. Orzo di Germania.

Ingredienti = *Orzo brillato, brodo.*

Devi mettere quest' orzo a macerare nell' acqua fredda la sera prima. Il giorno seguente, fattolo sgocciolare, mettilo a cuocere in buon brodo finchè sia tutto scoppiato. A principio non vi metterai che quel tanto di brodo che basti a coprir l' orzo, aggiungendovene in seguito a poco a poco. Passalo attraverso di una tela forte e rada, spremendo forte, e servi il brodo denso che otterrai dalla spremitura, e che i Francesi chiamano *crème d' orge*.

284. Brodo di farina di pomi di terra.

Ingredienti = *Fecula o farina di pomi di terra, brodo o latte.*

È questo un alimento sano e leggero. Stempera in poco brodo un gran cucchiajo di fecula e versala così stemperata nel resto del brodo già bollente, rimestandovela bene, e dopo pochi bollori servilo nè troppo denso nè troppo liquido. — Se si fa uso del latte invece del brodo, converrà zuccherarlo. — L' *Arrow-root*, che è una fecula esotica della *Maranta indica*, lo si ammanisce nello stesso modo.

285. Tapioka.

La *Tapioka* o pane di cassava che si estrae dalla radice della pianta detta *Jatropha Manihot*, trovasi in commercio tanto in grani di grossezza ineguale, quanto sotto forma di semolino. Preferisci quest' ultimo e fallo bollire nella dose di un cucchiajo in una tazza di latte con un granello di sale. Dopo dieci minuti di bollitura, aggiungivi un cucchiajo di zucchero in pani e servilo.

286. Racahout degli Arabi.

Il *Racahout* è una polvere composta. La composizione varia secondo le diverse fabbriche da cui ci viene. Ottima è la seguente. Mesci un' oncia di cacao torrefatto e polverizzato, con due once e tre quarti di fecula di pomi di terra, due once e tre quarti di farina di riso,

quattro onces di zucchero bianchissimo in polvere ed un ottavo d'oncia di vaniglia parimenti polverizzata. Un buon cucchiajo di questa polvere in due bicchieri di latte, dopo una bollitura di sei ad otto minuti, dà una bibita densa, nutriente e di facile digestione. Per chi ama il dolce vi si può aggiungere uno o due cucchiaini di zucchero. Molti vi ammollano del pane come si farebbe del caffè e panna.

387. Della farina di riso preparata in casa.

Di rado si trova della buona farina di riso: ecco in qual modo la si può preparare. Fa bollire in poca acqua del riso finchè sia ben tenero e rigonfio, lascialo sgocciolare, stendilo sopra un foglio di carta e fallo seccare al sole. Quando sarà ben secco, pestalo nel mortajo e staccialo.

Questa farina, che è già cotta, basterà gettarla nel brodo che bolle o nel latte parimenti bollente ed addolcito con zucchero per avere una minestra rinfrescante e nutritiva.



CUCINA D' OLIO

288. Brodo di rane.

Ingredienti = *Rane, acqua, sale.*

In una pinta d' acqua con sale, posta in una casserola, fa cuocere delle rane piccole, già allestite. Cotte, togliete dal brodo e pestate nel mortajo. Il pastume che ne risulta, gettalo nel brodo, e, rimettendo la casserola al fuoco, lascia che bolla ancora per un' ora. Passalo poi alla salvietta per servirtene.

289. Sugo d' olio.

Ingredienti = *Olio d' ulive, cipolle, carote, sédano, rane, sale, farina bianca, brodo di rane.*

Metti a fuoco in una casserola tre onces d' olio d' ulive con cipolle, carote e sédano in fette. Preso che abbiano queste verdure un color d' oro, unisci loro una libbra di rane piccole già allestite, e, se ne hai, delle reste di pesci. Fa arrosolare il tutto, salandolo a dovere, poi legalo con due cucchiaj di farina bianca e bagnalo con una pinta di brodo di rane. Dopo una bollitura di tre ore, passa allo staccio il sugo.

290. Orzo di Germania.

Ingredienti = *Orzo, sugo d' olio, sale.*

Lava con acqua fredda una libbra d' orzo brillato di Germania e gettalo nel sugo d' olio suddetto, mentre bolle. Lasciavelo bollire dolcemente per tre o quattro ore, rimestandolo di tanto in tanto, e servilo salato a dovere.

291. Zuppa di fave.

Ingredienti = *Fave, sugo d' olio, olio, salvia, prezzemolo, acciughe.*

Fa levare il bollore a tre boccali di sugo d' olio, gettavi dentro mezza metà di fave e lasciavele bollire a lento fuoco. A metà cottura, condiscile come segue. Metti a friggere qualche cucchiajo d' olio con qualche foglia di salvia trita, poco prezzemolo pure trito e due acciughe diliscate e parimenti tritate colla mezzaluna. Preso che abbia il color d' oro, versa questo condimento nelle fave che bollono, e, ultimata la cottura, servitine per la zuppa.

292. Zuppa di lenti.

Ingredienti = *Lenti secche, olio, prezzemolo, salvia, acciughe, sugo d' olio.*

Metti dell' acqua a bollire, ed al primo bollore gettavi mezza quarta di lenti secche ben mondate, leva quelle che si portano a galla e lascia cuocere le altre fino a che si schiaccino sotto le dita. Ciò fatto, mettile a gocciolare in un crivello. — Prepara intanto in una casserola due once d' olio fino con del prezzemolo, delle foglie di salvia e qualche acciuga, il tutto passato alla mezzaluna. Preso appena il color d' oro, uniscivi le lenti, rimestate, bagnale con sugo d' olio e lasciavele cuocere a fuoco lento, scuotendole di tanto in tanto. Dopo pochi minuti versa brodo e lenti su delle fette di pane tostate sulla grattella. — Nella stessa guisa si cucinano i *fagioli secchi*, coll' avvertenza di lasciarli prima nell' acqua tiepida dalla sera alla mattina.

293. Zuppa alla giardiniera.

Ingredienti = *Rape, carote, sedano, olio, cipolle, sugo d' olio, sale.*

Taglia in tanti fili delle rape, delle carote, del sedano, e gettali a bollire per poco in molt' acqua. — Fa intanto tostare nell' olio una cipolla spaccata in quattro, poi, gettando via la cipolla, unisci all' olio le verdure ben spremute. Fritte che sieno, bagnale con sugo d' olio e lasciale cuocere lentamente, salandole, se conviensi. Servi il tutto con fette di pane abbrustolite.

394. Zuppa di mandorle ed acciughe.

Ingredienti = *Mandorle dolci, olio, sugo d'olio, acciughe.*

Sboglientate e decorticate le mandorle dolci del peso di mezza libbra, falle tostare nell'olio, poi pestale nel mortajo, unendovi un po' di sugo d'olio e passale allo staccio. — Pesta a parte sei acciughe, passale esse pure allo staccio ed uniscile alla pasta di mandorle. Scioglino l'impasto con sugo d'olio, mettilo a cuocere a bagnomaria e servilo con fette di pane tosto alla gratella.

395. Riso alla cappuccina.

Ingredienti = *Riso, acciughe, cipolle, olio, sugo d'olio.*

Fa tostare in una padella una mezza metà di riso, cotto prima in acqua e sale, con un mezzo bicchiere d'olio d'ulive, quattro acciughe tritate, ed una piccola cipolla. Quando il riso avrà preso il tosto, leva la cipolla e bagnalo poco per volta con sugo d'olio o con brodo di rane, in modo che la minestra, a perfetta cottura, sia densa come un risotto.

396. Riso in cagnoni.

Ingredienti = *Riso, acqua, sale, acciughe, cipolla, olio, pepe, noce moscada.*

Fa cuocere il riso nell'acqua salata e poi levalo asciutto dall'acqua. — Prepara intanto quattro acciughe ben tritate e mettile a prendere il tostato con una cipolla tagliata in croce e mezza quarta d'olio. Tolta la cipolla, unisci all'olio ed alle acciughe il riso, rimestalo bene e condiscilo con sale, pepe e noce moscada. Se all'olio si sostituisce il butirro ed alla noce moscada il formaggio trito, si avrà il solito *riso in cagnoni* per i giorni di magro.

397. Polenta alla salvia.

Ingredienti = *Polenta gialla, olio, cipolla, salvia, prezzemolo, acciughe, funghi, farina bianca.*

Intanto che cuoce la polenta gialla, metti a fuoco vivo in una caserola mezza quarta d'olio con una cipolla spaccata in croce, dell'erba salvia trita con del prezzemolo e con due a tre acciughe; più,

due once di funghi secchi già stati ammoliti nell'acqua tiepida e passati essi pure alla mezzaluna. Quando l'olio avrà principiato a prender colore, versalo bollente nella polenta, rimestala fino a perfetta cottura, tagliala in fette, e queste fette infarinale e falle cuocere nell'olio già prima tostato con dell'altra salvia trita.

298. Trota in bianco.

Ingredienti = *Trota, vino, aceto, sale, cipolla, carota, sèdano, prezzemolo, foglia di lauro, limone, olio.*

Fa cuocere una trota, od altro pesce, involgendola in un pannelino, entro un terzo di acqua, un terzo di vino ed un terzo d'aceto, una cipolla, ed una carota a fette, un gambo di sèdano, un ramò di prezzemolo, una foglia di lauro, un limone scorzato e tagliato in fette ed una quarta d'olio d'ulive. Il liquido deve venire a galla del pesce. Cotto, servilo in insalata, oppure con salsa verde o piccante alla sènape. (Vedi, tra le *Salse*, i n.º 7 e 13).

299. Lumache alla svizzera.

Ingredienti = *Lumache, acciughe, prezzemolo, finocchio, salvia, olio, farina bianca, vino bianco, sale, pepe.*

Imbianchite, tolte dal guscio e pulite trenta lumache, mettile in disparte. — Trita due acciughe diliscate e del prezzemolo con poco finocchio e con delle foglie di salvia, e fa tostare il tutto in poco, olio d'ulive. Dopo qualche minuto, stemperavi un cucchiajo di farina bianca, che poi bagnerai, sempre rimestando, con un bicchiere di vino bianco. Uniscivi le lumache e lasciavele cuocere lentamente per un'ora, mettendovi la dose conveniente di sale e pepe. Quando asciugano, bagnale con brodo di rane. Servendole, irrorale col sugo, sgrassato, che lasciarono. — *Piatto gustoso ma di non facile digestione.*

300. Spinaci all'olio con acciughe.

Ingredienti = *Spinaci, sale, pepe, noce moscada, uva passa, pinocchi, prezzemolo, acciughe, olio.*

Subbolliti gli spinaci, spremili, tagliali in quarti e distendili sopra una salvietta, spolverizzandoli con sale, pepe e poca noce moscada. Dopo di avervi unito dell'uva passa, lavata prima nell'acqua, o del-

l' uva sultana con dei pinocchi, mettili in disparte. — Trita intanto del prezzemolo con tre acciughe diliscate, getta questo tritume in una casserola in cui siavi un bicchiere d'olio, e, tostato che sia, aggiungivi gli spinaci, rimestali e lasciali andare a fuoco lento. Servili con fette di pane tostato alla gratella. — Allo stesso modo, lasciando l' uva passa ed i pinocchi, si preparano *le zucche dure e i pomi di terra*. Questi tre piatti possono servire anche negli altri giorni di magro, sostituendo all' olio il butirro.

301. Insalata di scorzonera.

Ingredienti = *Scorzonera, olio, sale, pepe, aceto, zucchero.*

Pulita e perbollita la scorzonera in molt'acqua, acciocchè vi perda l'amaro, levala il fusto centrale, tagliala in pezzi e condiscila con olio, aceto, sale, pepe e poco zucchero. — Prepara questa insalata tre ore e più prima del pranzo, e solo al momento di servirla lascia sgocciolare tutto il liquido che si sarà raccolto al fondo, aggiungivi l'olio e rimestala bene. — In tal modo si dovrebbero condire anche le insalate erbacee di cicoria, di indivia, di lattuga, ec.

302. Insalata di broccoli.

Ingredienti = *Broccoli, olio, aceto, capperi, acciughe, prezzemolo.*

Subbolliti nell'acqua salata e sgocciolati i broccoli, asciugali con una salvietta e disponili in una insalatiera. Preparata a parte la salsa di olio, aceto, un'oncia di capperi, due a tre acciughe e prezzemolo triti, versala sui broccoli. — Si prepara allo stesso modo l'insalata cotta di navoni (in mil. *bojocch*), di carote, di barbabietole, di pomi di terra, ec.

303. Tinca al carpione.

Ingredienti = *Tinca, olio, sale, salvia, finocchio, maggiorana, farina bianca, aceto, vino bianco, zucchero, pepe.*

Fa friggere nell'olio una bella tinca e mettila a freddare. Fa cuocere a parte tre once d'olio con otto foglie di salvia, del finocchio e dell'erba maggiorana, uniscivi un cucchiajo di farina, poi un bicchiere di aceto, uno di vino bianco, un pizzico di zucchero, sale e pepe. Ridotto per consumazione il liquido a metà, passalo allo staccio e versalo sopra la tinca, lasciando che la vi stia in infusione anche per qualche giorno.

304. Caffè e latte d'olio.

Ingredienti = *Mandorle dolci, caffè, zucchero.*

Sbogliata, decortica e pesta nel mortajo due once di belle mandorle dolci, bagnandole di tanto in tanto con qualche goccia d'acqua. Sciogli il pastume con due bicchieri di acqua e mettilo a fuoco fin quasi al bollore, aggiungendovi un cucchiajo di zucchero bianco. Passa allo staccio questo latte di mandorle e uniscivi la dose di caffè nero che avrai preparato a parte. Servilo con pane *lucido*.



ROSOGLI E VINI ARTIFICIALI

305. *Chartreuse.*

Si ha la vera *chartreuse* dai Padri della Certosa di *Grenoble*. Eccone la preparazione: sciogli in una piccola boccetta, contenente due cucchiaini di spirito di vino, cinque gocce d'assenzio, una goccia d'essenza di cannella, e mezza goccia d'essenza di rose. Versa questo poco spirito in dodici once di spirito di vino a 53 gradi. Fa bollire allora per un istante sedici once di acqua con quattordici once di zucchero raffinato. Freddato lo sciroppo, uniscivi lo spirito aromatizzato e passa il tutto, se è duopo, attraverso di un filtro di carta per poi metterlo in bottiglie.

306. *Rosoglio di Parigi* (sei bottiglie).

Zucchero bianco, otto libbre; acqua, sei libbre. Sciogli a freddo ed aggiungi spirito di vino rettificato, quattro libbre e mezzo; estratto di vaniglia, un ottavo d'oncia; essenza di rose, tre gocce; essenza di cannella della regina, otto gocce; tintura d'ambra grigia, otto gocce. Ciò fatto, colora il rosoglio con quanto basta di tintura di cocciniglia (1).

307. *Alchermes* (sei bottiglie).

Vaniglia, un ottavo d'oncia; cardamomo, un quarto d'oncia; noce moscada, un ottavo d'oncia; cannella della regina, un quarto d'oncia. Pesta queste sostanze e infondile per tre giorni in quattro libbre e mezzo di spirito di vino rettificato, aggiungendovi quattro once di liquido color rosa (1). Sciolte a parte otto libbre di zucchero in sei libbre di acqua, uniscivi lo spirito aromatizzato dalle droghe e colalo.

(1) Puoi preparare un color rosa per liquori con cocciniglia pestata, un'oncia; cenere, due once; acqua, una libbra. Fa bollire per cinque minuti, poi cola.

308. Rosoglio di ciliege.

Kirschen-wasser, once tre e mezzo; sciroppo, ossia conserva di lamponi, once due; spirito di vino a gradi 36, once otto; acqua, once ventiquattro, in cui sieno già sciolte sei once di zucchero. Filtra.

309. Limonata cotta, gazosa.

Togli a quattro limoni freschi la scorza verde più superficiale e gettala in sei boccali di acqua. Leva dagli stessi limoni anche la scorza bianca e gettala via. Taglia a fette i limoni e mettili nell'acqua insieme alla scorza verde e ad una libbra di zucchero bianco, Esponi a fuoco il tutto fino a che l'acqua levi il primo bollore. Lasciala poi freddare e chiudila in bottiglie piccole di birra, ben tappate. Dopo alcuni giorni la si troverà gazosa.

310. Champagnino senz'uva.

Acqua, boccali venti; zucchero biondo, once quarantaquattro; orzo brillato e pesto, once una; coriandoli pesti, once una; radice d'iride fiorentina, once una; fiori di sambuco o di viole o di tiglio, tre quarti d'oncia; macis pesto, un ottavo d'oncia; frutti o pani in frantumi di tamarindo, once dodici. Lascia il tutto in luogo caldo a fermentare per quattro giorni, colalo, ed aggiungivi spirito di vino once sette. Imbottiglia questo vino e non comincia a berlo se non dopo passati sei giorni, avvertendo di penetrare col cavaturaccioli, attraverso il sughero, fino al vano della bottiglia, perchè, se troppo forte è il gaz, possa trovare una via di uscire in parte, prima che la bottiglia sia sturata. — Altri sostituiscono al tamarindo venti once di pomi grattugiati e quattordici once di aceto. Il vino in tal modo ottenuto non è però preferibile a quello per noi indicato.

311. Vino di albicocche imitante il vino di Lunello.

Prendi dodici libbre (d'once dodici) d'albicocche mature, spaccale, toglì loro il nocciolo, spolverizzele con trentasei once di zucchero, lasciale macerare collo zucchero per sei ore; poi falle bollire fino a che comincino a foudersi. Freddate, versale in una grande olla di terra od in una *damigiana*, ed unisci loro i gusci di un terzo dei

noccioli estratti, gettando via le mandorle. Bagna il tutto con dodici bottiglie di vino bianco ordinario e tre bottiglie di buona acquavita, chiudi il recipiente e lascia che stia in macerazione per un mese, senza esporlo mai al sole. — Cola questo vino colla manica di lana ed imbottiglialo.

Vino di ciliege. — Se si uniscono quattro boccali di sugo di ciliege ottenuto per espressione, con un boccale di acquavita, nove once di zucchero ed uno scrupolo di cannella, si avrà un vino d'ciliege aggradevolissimo.

312. Vino di *Château-Margot*.

Vino rosso, bottiglie tre; vino bianco bottiglie una e mezzo; lamponi freschi, once sei. Fa bollire il miscuglio per un minuto. Freddato, aggiungi un sedicesimo d'oncia di tintura di vaniglia e sei once di spirito di vino. Filtra ed imbottiglia.

313. Vino di Cipro.

Versa in otto boccali di vino bianco ordinario tre libbre di zucchero, una di zibibbo, un quarto d'oncia di fiori di cartamo ed un quarto di fiori di sambuco. Fa bollire il tutto per un minuto, poi, freddato che sia, aggiungivi otto once di rhum. Filtra ed imbottiglia.

314. Vino moscato di Frontignano.

Otto bottiglie di vino bianco, due libbre di uva moscata bianca, due libbre di zucchero, un ottavo d'oncia di fiori di cartamo. Fa bollire il tutto per due minuti, lascialo freddare, aggiungivi una libbra di spirito di vino, filtra ed imbottiglia.

315. Vino di *Lacryma-Christi*.

Venticinque libbre di vino rosso, mezza libbra di uva passula secca, due libbre di zucchero, due once di fiori di papavero, un quarto d'oncia di fiori di cartamo, un ottavo d'oncia di terra catú. Fa bollire il miscuglio per un minuto, filtra ed imbottiglia.

316. Vino di Madera.

Otto bottiglie di vino bianco, una libbra di zucchero, una libbra di fichi secchi pestati, un'oncia di fiori di tiglio, un sedicesimo d'on-

cia di rabarbaro, un grano d' aloe. Fa bollire il tutto per un istante, e, freddato, aggiungivi una libbra di spirito di vino. Filtra ed imbottiglia.

317. Aceto artificiale.

Prendi sedici once di zucchero e centoquattordici once di acqua con un' oncia di lievito di birra. Lascia fermentare in luogo caldo per dodici giorni ed avrai un ottimo aceto, del quale 32 parti varranno a saturare 3 parti di carbonato di potassa, mentre 100 parti del miglior aceto naturale ne saturano 8.

318. Punch.

Sopra la scorza verde e tritata di un limone mista ad un pizzico di thè versa un boccale e mezzo di acqua bollente. Dopo dieci minuti cola l' infusione e favvi fondere dodici once di zucchero. Aggiuntivi poi due bicchierini di rhum, servi il punch, così fatto, nelle tazze. È inutile di far uso del sugo di limone che, non aggiungendo nulla al gusto del punch, rende necessaria una quantità maggiore di zucchero.

319. Thè.

Ecco come si procede in Russia per fare un buon thè. Si riempie di acqua bollente la *bouilloire* e la si mantiene in bollore mettendo nel vano cilindrico, che occupa il suo centro, un cilindro di ferro incandescente, oppure dei carboni accesi. Disposta la *tetiera* e le tazzette, si versa in tutti questi recipienti un po' d' acqua bollente affinchè si scaldino. Ciò fatto, si getta nella *tetiera* tanti cucchiaini di thè quante sono le tazzette, e vi si lascia cader sopra quel tanto solo di acqua bollente che basti a far rinverdire il thè. Dopo qualche minuto si riempie di acqua bollente la *tetiera*, e, se vuoi, la si colloca sopra il cilindro centrale della *bouilloire* perchè non si raffreddi. Passati quattro a cinque minuti il thè è fatto, e lo si versa nelle tazzette.

320. Sapajean.

Versa in una casserola mezza bottiglia di vino generoso e rimestavi dentro tre uova intere, quattro once di zucchero ed il sugo di un limone e mezzo. Sbatti il tutto continuamente, mantenendolo a fuoco vivo, e quando sarà presso a dare in bollore versa il *sapajean* nelle tazze che servono per la cioccolata.

SOSTANZE CONSERVATE E RICETTE

UTILI NELL' ECONOMIA DOMESTICA



SOSTANZE CONSERVATE.

331. Conservazione naturale de' frutti.

I frutti non maturano totalmente e con rapidità che per il concorso dell'aria, del calore e della luce: privandoli di questi tre agenti si potrà dunque ritardare la loro maturanza e quindi conservarli per lungo tempo, stantechè la loro maturanza è il termine della loro conservazione.

Mettili perciò in una camera ove non geli, chiudi la finestra, luttane le fenditure e non aprirla mai. Se vi entra la luce diretta del sole, fa in modo che le imposte si possano chiudere senza aprire la finestra. Anche l'uscio deve stare continuamente chiuso, ed anzi devesi internamente ricoprire con una coltre di lana.

In questa camera disponi i tuoi frutti su delle tavole in guisa che l'uno non tocchi l'altro, e vedrai che vi si conservano a lungo, quando almeno abbiasi l'avvertenza di visitarli spesso per levarne quelli che cominciassero a guastarsi.

L'uva potrà sospendersi alla soffitta col picciuolo in basso, chiudendo ciascun grappolo in un sacchetto di carta, che si allaccerà in alto attorno alla fune con cui è tenuto sospeso il grappolo stesso.

Una cantina asciutta e chiusa con vetri potrebbe benissimo servire come camera da frutti.

322. Conservazione delle albicocche ed altri frutti o civate.

(Metodo di Apert.)

In once dodici di zucchero bianco, bollito per alcuni minuti in un boccale di acqua, getta a dar due o tre bollori sei libbre di albicocche che sieno un po' ferme e non troppo mature; lasciale freddare nello sciroppo, sgocciate e chiudile così asciutte in bottiglie a largo collo, che otterrai con sughero, assicurandevole mediante uno spago incrociato. Disponi, ciò fatto, le bottiglie in una pentola piena d'acqua, frammezzandole con paglia perchè non si tocchino, e coprendole con un pannolino bagnato nell'acqua fredda acciocchè non si scaldi il collo delle bottiglie, che deve star fuori dell'acqua. Lasciale ivi bollire per un quarto d'ora. Freddate che siano nel bagno stesso, ritirale, ne incatrama lo zaffo e serbale in luogo fresco.

Tutti i frutti si possono conservare con questo metodo. Le *fave*, i *piselli*, i *fagiololetti verdi* si conservano nello stesso modo, colla sola differenza che questi non hanno bisogno nè di antecedente cottura, nè di zucchero. Messe che sieno in bottiglie ben tappate, si lasciano cuocere a bagno-maria e per non meno di un'ora.

Anche i *tartufi* si conservano come i legumi, avvertendo che vanno prima bolliti un istante nell'olio con sale e cannella.

323. Conservazione delle pesche fino al mese di marzo.

Procurati delle pesche non affatto mature e munite del loro peduncolo; e per questo peduncolo sospendile con un filo in un armadio che si debba tenere costantemente chiuso. Ciò fatto, fonda a fuoco della cera, e con pennello intonaca la superficie di ciascuna pesca in guisa che da nessuna parte possa penetrarvi l'aria.

324. Conservazione dei frutti nello spirito di vino.

Metti in vaso di vetro a tappo smerigliato un boccale di spirito di vino a gradi 52, mezza libbra di zucchero, un pezzetto di cannella fina e dieci chiovi di garofano. Quando, dopo alcuni giorni, vedrai che lo

zucchero si è sciolto nello spirito di vino, aggiungivi le marasche o le cerase o le prugne o le pesche o l'uva, che vorrai conservare. Ottura il vaso col suo tappo, coprilo con carta pecora o con vescica di porco e tienlo in luogo fresco.

335. Gelatina di ribes per l'inverno.

Prendi un terzo di ribes bianchi, due terzi di rossi e la quarta parte di lamponi. Schiacciali, ritirane i graspi e spremili forte in un panno per estrarne il sugo in una catinella non stagnata o in un pajuolo ben terso; aggiungi ad ogni libbra di sugo una libbra di zucchero, schiuma e lascia bollire per un quarto d'ora. Versane un cucchiajo sopra un tondo; se vi si coagula, la gelatina è fatta. — Mettila tosto in vasi di cristallo e non copri il vaso che con un pannolino e non già con carta pecora o vescica, perchè, impedita l'evaporazione, la gelatina si copre di muffa.

In tal modo si prepara la gelatina di *lamponi*, la quale va lasciata poi colare da una manica di lana. Per ogni libbra di sugo di lamponi non metterai che tre quarti di libbra di zucchero, essendo i lamponi meno acidi del ribes.

336. Conserva di fragole o di lamponi.

Se questi frutti, non troppo maturi e bene asciutti, si schiacciano, si fanno passare per lo staccio e si aggiunge loro altrettanto zucchero bianco in polvere, si avrà una conserva che, senza cottura, chiusa in tante mezze bottiglie, vi si conserverà indefinitamente. — Se poi le bottiglie, ben tappate, si mettono nel bagno-maria finchè l'acqua del bagno stia per dare i primi bollori e vi si lasciano raffreddare, si sarà ben più sicuri di conservare il sugo per degli anni.

337. Marmellate di frutti.

Prendi, per es., libbre tre di pesche, di albicocche, di cornati o simili, passali allo staccio. — A parte riduci à la *petite plume* ventotto once di zucchero bagnato con tre bicchieri di acqua in cui siasi diguazzata una chiara d'uovo. Ben ischiumata la chiara che si coagula colla bollitura e ben addensato lo sciroppo, gettavi e mescivi insieme la polpa de' frutti e lascia che il tutto bolla ancora per qualche

tempo, finchè l'umidità se ne vada. Anche queste marmellate ammuffiscono se si coprono con carta o con vescica, e perciò coprirete solo con un pannolino. Queste marmellate riescono più saporite, più trasparenti e meno proclive ad ammuffirsi se si preparano senz'acqua e con zucchero raffinato in polvere. In tal caso, scelta la specie di frutto e decorticatolo, se fia duopo, passalo allo staccio, aggiungivi altrettanto zucchero quanto è il peso della polpa stacciata, e dopo qualche ora di riposo, fa bollire il tutto a fuoco vivo per cinque a sei minuti.

NB. I frutti delle rose selvatiche, detti ballerini o cinosbati (in milan. *grattacuu*), devono prima essere posti in infusione nel vino bianco per tre dì, ed essere poi bolliti nello stesso vino finchè si disfacciano e possano passare per lo staccio. — V'ha però chi prepara questa marmellata come segue. Frutti di rose, once dodici; mettili in vaso di terra con ventiquattro once di acqua. Favveli bollire finchè sieno ammolli, passali allo staccio di crini, e la polpa che ne avrai uniscila al doppio di zucchero fino e portala colla bollitura alla consistenza di marmellata.

328. *Compote* d'albicocche coi frutti interi.

Scegli delle albicocche mature, ma non troppo tenere e fa loro uscire il nocciolo con un grosso ago di ferro, cacciato nel frutto dalla parte ove esso frutto s'attaccava all'albero. Ciò fatto, pela i frutti, allogali in una insalatiera e coprili con altrettanto zucchero bianco in polvere quanto erano in peso le albicocche. Dodici ore dopo, versa il sugo, che avran deposto, in una pentola di terra e fallo cuocere fino a che, lasciandone cadere una goccia sopra un foglio di carta, questa resti globosa. Versa allora le albicocche nello sciroppo così adensato e lascialevele subbollire finchè faccia ancora la goccia rotonda come fosse di colla densa. Quanto ai noccioli, rompi, pelali e uniscili alla *compote* prima di ritirarla dal fuoco. — Serbala in vaso di vetro coperto solo da un pannolino fitto e collocato in sito fresco e asciutto.

329. *Sciroppo* di pomi cotogni.

Prendi dei pomi cotogni in tal quantità che, tagliati insieme alla loro scorza in fette sottili, bastino a occupare la metà di una casserola. Versavi sopra tant'acqua da riempire la casserola stessa e met-

tila a bollire per alcune ore, fino a che il tutto si riduca ad un terzo. — Ciò fatto, spremi quanto resta attraverso di una tela rada, ed ottentone così un denso sugo, pesalo esattamente. — Prendi ora tanto zucchero quanto è il peso del sugo, e, messolo in una bastardella non stagnata, o meglio in un vaso di terra, bagnalo con acqua che gli venga a galla e riducilo al fuoco in uno sciroppo che fili. A questo punto unisci allo sciroppo il sugo dei pomi e lascia che hollano insieme fino a debita densità. Versa questo sciroppo in un recipiente di vetro e coprilo con un pannolino di bucato che leggerai all'intorno della bocca del vaso con una funicella.

330. Cedrato e scorze di limoni e di aranci in sciroppo.

Taglia un grosso cedrato in fette, levane la parte interna molle, pesa le fette, poi mettile, fornite come sono della loro scorza gialla, in molt'acqua a bollire finchè appajano cedevoli al tatto. Di questa bollitura nell'acqua ti servirai parimenti per ammolire le scorze de' limoni o degli aranci, che peserai esse pure e taglierai a fette. — Le scorze già bollite e messe a scolare, riuniscile in un recipiente di terra verniciata e versavi sopra tant'acqua fredda che le copra. Rinnova tutte le mattine l'acqua fredda per quattro giorni, passati i quali, asciuga le scorze con una salvietta e disponile asciutte in un otre. — Prepara a parte lo sciroppo di zucchero mettendo in una bastardella non stagnata tanto zucchero bianco in peso, quanto era il peso del cedrato e delle scorze di limone e di arancio impiegate. Bagnalo con tant'acqua fredda che giunga appena a galla dello zucchero, e, ponendo la bastardella al fuoco, lascia che vi si sciolga e si condensi in sciroppo. Fatto ciò, versa lo sciroppo ancor caldo sulle scorze e fa che vi restino immerse per un giorno; poi, versato di nuovo il solo sciroppo nella bastardella, condensalo ancora a fuoco finchè abbia perduto quell'acqua che vi avranno lasciato le scorze. Condotta a densità, versalo di nuovo sulle scorze, e così di seguito ripeti l'operazione quotidianamente per quattro giorni. Lasciando allora le scorze nel loro otre immerse nello sciroppo, coprile con un pannolino e conservale in sito fresco ed asciutto.

Se le scorze così preparate si tolgono dallo sciroppo e si mettono asciutte nella stufa a seccare, si avrà una specie di candito ottimo per fare i *paddinghi* od altri piatti dolci.

331. Mostarda.

Pela e taglia in fette dei pomi, delle pera, delle zucche; aggiungivi dei fichi maturi, delle pesche secche, del cedrato in pezzi, e metti il tutto in una caldaja con acqua a bollire finchè i frutti sieno teneri al tatto. Toltili allora dall'acqua, esponili sopra un graticcio al sole finchè appassiscano. — Intanto fa bollire in una bastardella di rame una libbra di miele, oppure due libbre di zucchero con mezzo boccale di vino bianco. Quando il miele o lo zucchero sarà sciolto nel vino, aggiungivi due chiare d'uovo sbattute in fiocca, e con esse purga lo sciroppo, schiumandolo. — In questa dose di sciroppo fa bollire per un istante due once e mezzo di *senape* recentemente polverizzata, poi versalo in un bariletto in cui avrai già allogati i frutti appassiti. Copri il bariletto con carta e col suo coperchio e ponilo in luogo asciutto.

332. Conservazione a secco dei fagiololetti verdi e de' funghi.

Monda i fagiololetti più teneri (in mil. *cornitt*), immergili nell'acqua che bolle, e, ripescatili tosto, asciugali e mettili sopra una tela rada, all'aria aperta, senza esporli al sole, ma badando che l'uno non tocchi l'altro. Quando sieno ben secchi, chiudili in sacchetti di carta che leggerai con ispago alla imboccatura. Per farne uso tienli in molle nell'acqua fresca per tutto un giorno. — Anche i *funghi*, ben spazzolati e tagliati in fette sottili, si possono far seccare al sole, e, secchi, si conservano in sacchetti di carta.

333. Conservazione dei fagiololetti verdi al carpione.

Mondati i fagiololetti verdi (*cornitt*), mettili a cuocere in acqua salata che abbia già levato il bollire. Cotti e freddati, asciugali con una salvietta. Friggili con una quarta d'olio d'olive, prezzemolo e salvia tritata, aggiungivi poi una pinta di aceto e fa bollire il tutto. Lasciali quindi freddare, disponili in un vaso di terra inverniciato e coprili col loro carpione. Si servono nell'inverno col manzo allessato.

334. Conservazione dei pomi d'oro per l'inverno.

Scegli dei pomi d'oro (*tomates*) abbastanza maturi, ma non segnati o amaccati. Mettili in un'olla e versavi sopra dell'acqua salata nella proporzione di tre once di sale per ogni boccale di acqua. Copri il vaso con un pannolino fitto e serbalo in sito fresco.

335. Salsa di pomi d'oro (per l'inverno).

Prendi un mastello che abbia un foro da una parte presso al fondo e collocalo in un recipiente più grande, come sarebbe una bastardella. Disponi sul fondo del mastello un suolo di pomi d'oro freschi ed asciutti, che avrai prima tagliati in piccoli pezzi; spolverizza questo suolo di sale in polvere; poi stendine un altro suolo e spolverizzalo esso pure di sale; e così continua finchè avrai dei pomi d'oro. Lascia che l'acqua gemente dai pomi d'oro gocci per ventiquattro ore dal foro del mastello nella bastardella. Decorse le ventiquattro ore, passa i pomi d'oro, già addensati, per lo staccio, e lega la *purée* che ne otterrai in un pannolino non troppo fitto. Suspendilo sopra una pentola qualunque e lascia che, gocciando per altre ventiquattro ore, la *purée* che contiene si spogli di quasi tutta l'acqua che contiene. Metti allora questa *purée* in un vaso di vetro smerigliato al suo largo collo, coprila di uno strato d'olio d'ulive alto due dita, chiudi il vaso col suo tappo smerigliato, e, copertolo con carta, conserva così questa salsa, in sito fresco e non umido. — Volendo servirti di detta salsa, terrai per una mezz'ora il vaso inclinato da un lato affinchè l'olio sopra nuotante si ritiri nella parte più declive; e dal lato in cui la salsa resta a nudo trarrai col cucchiajo quel tanto che ti abbisogna per la giornata, avendo cura di raddrizzare poscia il vaso e di chiuderlo come prima.

336. Conservazione delle uova.

Gli Scozzesi gettano le uova nell'acqua bollente, e, dopo uno o due minuti, le traggono fuori dell'acqua e le conservano così senz'altro. Lo strato sottile di bianco che si coagula al di dentro del guscio, protegge il resto del bianco ed il tuorlo dall'accesso dell'aria. — Comunemente le uova settembrine, fresche e non fecondate, si con-

servano nel miglio o nella crusca oppure nell'acqua di calce che si prepara con una parte di calce e 300 di acqua. — Alcuni le rivestono di sego fuso con un pennello e così le conservano. — Altri le ricoprono di una densa soluzione di gomma o di gelatina. — I Chinesi pongono le uova fresche in una soluzione di una parte di sale di cucina e dieci parti di acqua, e ve le lasciano finchè cadano al fondo. Le tolgono allora dall'acqua salata e le fanno asciugare, poi le allogano in una cassa in cui siavi del grano secco o della sabbia, oppure della segatura di legno.

337. Conservazione dei pomi di terra.

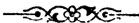
Per conservarli anche per vari anni basta scottarli, cioè immergerli per qualche minuto nell'acqua ben calda, evitando che si screpolino. Così scottati e ben asciugati, si conservano indefinitamente senza germinare o divenir *ghiacciosi*, e non perdono mai ciò che dicesi il *farinoso*.

338. Conservazione del brodo (durante l'estate).

Il brodo presto s'inacidisce nell'estate od acquista sapor cattivo anche quando lo si conservi nella cantina. Se ti preme di averlo sempre buono durante i grandi calori, preparalo con poco sale e fallo bollire sera e mattina. Con queste ripetute bolliture il brodo si concentra ma non si altera.

339. Conservazione dei funghi piccoli per guarnire i piatti.

Pela e lava due libbre di funghi piccoli, fa loro dare due subbogli nell'acqua, lasciali sgocciolare nel crivello e asciugali con un pannolino. Trita colla mezzaluna del finocchio, del basilico e del timo con quattro acciughe diliscate, e metti il tutto a bollire in una libbra d'olio. Dopo qualche minuto, uniscivi i funghi, rimestandoli, e bagnali con mezzo bicchiero di aceto. Aggiungivi due once di sale in polvere e mezz'oncia di spezie fina, lasciali freddare e versali in un vaso profondo di maniera che l'olio vi soprannuoti. Servili nell'inverno anche per *hors d'œuvres*.



RICETTE UTILI

340. Come si preparano le così dette spezie ad uso di cucina.

Chiovi di garofani, mezz' oncia; noce moscada, due once; pepe bianco, mezz' oncia; cannella della regina, un' oncia e mezzo; foglie di lauro secche, un quarto d' oncia; basilico, mezz' oncia; timo, mezz' oncia. Pesta il tutto, passalo allo staccio di seta e serbalo in iscatola ben chiusa, onde le droghe non perdano il loro profumo.

341. Come ottenere una perfetta cottura dei legumi farinosi.

Sia la loro natura coriacea, sia la qualità dell' acqua in cui si fanno bollire che contenga dei sali calcarei, spesso i legumi farinosi hanno del ligneo o del tiglioso. Si rimedia a ciò mettendo nella pentola in cui bollono della cenere nella quantità di un uovo e che sia chiusa in un sacchetto di tela. Oltre all' accelerarne la cottura, la cenere migliora il sapore dei legumi.

342. Maniera di fondere il butirro da conservarsi per l' inverno.

Ad ogni trenta libbre di butirro, che porrai in un pajuolo ben terso, aggiungi quattro chiovi di garofano e due foglie di lauro. Fallo cuocere a lento fuoco per tre ore senza schiumarlo. Ritiralo allora dal fuoco, e, lasciatolo un' ora in riposo, schiumalo e versalo dolcemente nei vasi di terra inverniciata che porterai nella cantina. Consolidato che sia il butirro, coprilo con carta, e sopra di questa fa che vi pesi una pietra.

343. Mezzo per avere al momento del butirro fresco.

Invece della zangola si fa uso di una bottiglia a collo largo, nella quale si versa la panna in quantità tale che non ne occupi che i due terzi, per agitarvela a forza di braccio ora in un senso ed ora in un

altro. Di tal maniera si ottiene prestamente del butirro. Fatto che sia, lo si fa girare nella bottiglia sempre dall'istesso lato, ed il butirro si allunga allora e ne esce sotto forma di cilindro.

344. Come preservare il pesce dalla corruzione per qualche giorno.

Fagli dare un subboglio in una piccola quantità d'acqua salata entro un vaso di terra. Lasciandolo in quest'acqua due o tre giorni, vedrai che vi cade al fondo e vi si conserva perchè coperto di acqua salata.

345. Come tenere in fresco il vino quando non si ha ghiaccio.

Versa in una secchia dieci parti di acqua, sei parti di nitro, sei di sal ammoniaco e quattro parti e mezzo di solfato di soda cristallizzato. Si ottiene così un liquido che segna al termometro cinque gradi sotto lo zero.

346. Come si possono ingrassare dei pollastri in quindici giorni, sì che pesino il doppio.

Dividi la capponaja con delle tavole in guisa che ciascun pollo stia separato dagli altri e non abbia campo di muoversi nella sua cella. Ciò fatto, prepara una polenta discretamente dura con una farina qualunque o di riso o di melica o di frumento, cotta nel latte. Dividila in tante pallottole, cacciale nella gola del pollo tanto che ne sia rimpinzato fino al becco. Ripetendo questa operazione due volte al giorno, ti troverai avere, in quindici giorni di tempo, un pollo squisitissimo e grasso, di un peso doppio di quello che prima aveva.

347. Fabbricazione dell'amido o fecula di pomi di terra.

Prendi dei pomi di terra di buona qualità, lavalì in molte acque per liberarli dalla terra, raschiali sulla grattugia e fa in modo che la raschiatura cada in una tinozza contenente dell'acqua. Agitando questa raschiatura nell'acqua, poi lasciandola riposare, l'amido si deporrà al fondo e le parti inutili sopra nuoteranno. Getta in allora tutto ciò che sta sopra l'amido, ed a questo che non si troverà an-

cora bianco, unirai altr'acqua che agiterai per alcun tempo, poi, lasciato cadere al fondo l'amido, verserai lentamente l'acqua torbida sopra nuotante. Ripetuta una terza volta questa operazione, se la crederai necessaria, farai seccare l'amido su dei fogli di carta asciugante, e, secco che sia, e passato allo staccio, lo riporrai in iscatole, difendendolo dall'umidità. Questa specie di farina bianchissima è più leggiera e quasi altrettanto nutritiva di quella del frumento. Serve a far pappine per i bambini, a far tortelli, biscotti ed altri generi di pasticceria, e a dar la salda alle lingerie al pari dell'amido di frumento.

**348. Inchiostro azzurro da prepararsi in un minuto
e che costa pochi centesimi al boccale.**

Bleu di Prussia ossia azzurro di Parigi, mezz'oncia; acido ossalico, un quarto d'oncia; acqua piovana od acqua distillata, un boccale; gomma arabica in polvere, un ottavo d'oncia. Getta il *bleu* nell'acqua dopo di averlo pesto grossolanamente, poi l'acido, e tosto vedrai tingersi l'acqua di un bel colore azzurro intenso. Sciogli allora la gomma arabica in piccola quantità d'acqua calda e aggiungila al boccale d'inchiostro. Questo inchiostro va adoperato colla *strazza di seta* ed in un calamajo che sia tenuto sempre aperto. — Se vi si unisce un ottavo d'oncia di essenza di lavanda, si impedirà la formazione della muffa, cui talora soggiace.

349. Inchiostro rosso.

Legno di Fernambucco, quattordici once; acqua distillata, o meglio aceto, un boccale; allume, due once; gomma arabica, due once e mezzo. Fa bollire il legno nell'acqua, o meglio nell'aceto, per una mezz'ora in un vaso di terra verniciata, ed al decotto colato ed ancor caldo aggiungi l'allume e la gomma arabica sciolta prima in piccola parte dello stesso decotto. Questo inchiostro, che non è volatile come quello fatto con ammoniaca, ha però l'inconveniente di ammuffire se non lo si tiene in vasi sempre aperti, o non coperti che con un semplice pannolino che lo preservi dalla polvere.

350. Inchiostro violetto che col tempo diventa nerissimo.

Legno Campeccio, mezza libbra; allume di rocca, once due; gomma arabica, mezz' oncia; zucchero bianco, mezz' oncia (il tutto in polvere); chiovi di garofano, un sedicesimo d' oncia; acqua, libbre sei. Fa bollire in una pentola di terra il legno Campeccio nell'acqua coll'aggiunta dell'allume e dello zucchero e dei chiovi di garofano, i quali ultimi impediranno che l'inchiostro ammuffisca. Diminuita la decozione di un buon terzo, ossia ridotta a meno di due libbre, versane in una tazza una piccola parte e scioglivi dentro la gomma; poi cola questa parte e tutto il rimanente attraverso di un pannolino e mettilo in bottiglie. Questo inchiostro è di colore violetto non molto intenso; ma poco dopo si rende nero. Per averlo subito di un colore più intenso adopera, la seconda volta che lo fai, non l'acqua semplice, ma un decotto fatto col legno di Campeccio che ti è rimasto sul filtro.

351. Ricette per l'inchiostro nero.

Prendi una libbra di noci di galla, pestale e falle bollire in due libbre di acqua con tre once di solfato di ferro, un' oncia di zucchero ed un' oncia di caffè tostato ed in polvere. Ridotto l'inchiostro per la bollitura a metà, colalo e chiudilo in bottiglie.

Altra. — Legno del Brasile o di Campeccio, minutamente tagliato, due once; galla d'Istria pesta, once sei; solfato di ferro, once due; acqua comune, boccali due e mezzo. Lascia il tutto in infusione per alcuni giorni, poi mettilo a bollire e colalo attraverso di un panno di lana, disteso sopra uno staccio. Stempera in una piccola quantità dell'inchiostro ancor caldo tre once e mezzo di gomma arabica in polvere e unisci questa soluzione al restante dell'inchiostro. Questo inchiostro dà un nero tendente al paonazzo.

352. Ricette per l'inchiostro che serve a marcare le lingue.

Gomma arabica in polvere, mezz' oncia; scioglila in un' oncia e mezzo di acqua distillata e calda, e nella soluzione getta dieci denari di nitrato d'argento cristallizzato, cinque denari di solfato di rame e

dieci denari di carbonato di soda. Versa questa soluzione in un vaso di cristallo smerigliato ed aggiungivi un'oncia ed un quarto di ammoniaca pura liquida.

Altra più semplice.

Nitrato d'argento, sedici grani; gomma arabica, un quarto d'oncia; acqua distillata, un'oncia ed un quarto. Per servirsi di questo inchiostro, bisogna bagnare l'angolo della tela da marcarsi in una soluzione gommosa di carbonato di soda, lasciarla asciugare e scrivervi sopra coll'inchiostro suddetto.

353. Inchiostro bianco per scrivere sulle bottiglie di vino.

Stempera della cerussa in polvere (in mil. *biacca*) nell'olio di trementina (in mil. *acqua rasa*), in modo di avere un liquido denso, con cui scriverai sulle bottiglie che vogliono conservare per lungo tempo nella cantina. — Altra maniera più semplice è la seguente. — Se, preso un pezzetto di cerotto diachylon, di quello cioè che si trova già disteso sulla tela presso i farmacisti, gli si scrive sopra dal lato ove la tela è a nudo, poi, scaldatolo per un momento al lume della candela, dal lato ove è steso il cerotto, lo si attacca alla bottiglia, si troverà che i caratteri vi si conserveranno indefinitamente.

354. Lucido per le scarpe.

Unisci, rimanendo, tre once di gomma arabica in polvere con tre once d'olio d'ulive, quattro once e mezzo di copparosa bianca ossia solfato di zinco polverizzato, e quanto basta di aceto per ridurre la massa in una poltiglia semiliquida. In questa poltiglia getta a poco a poco una libbra e mezzo di nero di avorio, una libbra e mezzo di miele e quattro once e mezzo di acido solforico (in mil. *oli d'inverdriœu*).

355. Pasta per le screpolature delle mani e per mantenere la pelle morbida e liscia.

Prendi un quarto di libbra di grasso di porco fresco, ossia non salato, e, tagliato a pezzi, fallo fondere a piccol fuoco, spremilo da

un pannolino, lavalo nell'acqua comune e poi in un po' di acqua di rose, e quindi uniscivi due tuorli d'uova ed un cucchiajo di miele. Aggiungi alla massa tanto di mandorle dolci, decorticate e peste, quanto è necessario a fare una pasta morbida e consistente, della quale ti servirai per mantenere morbide le mani.

356. Unti per i capelli.

Fa fondere a fuoco lento, o meglio a bagno-maria, sempre rimestando, un'oncia di olio di ricino, un'oncia di grasso di porco, un quarto d'oncia di cera bianca e mezz'oncia di spermaceto. Fusa la massa, ritiralala dal fuoco, e, intanto che si raffredda, continua a rimestarla forte, aggiungendovi qualche goccia di essenza di rose e quanto basta di tintura di orcaneto per colorare leggermente in rosa l'unguento.

Altro. — Fa fondere in un vaso di terra a lento fuoco tre once di midolla d'osso di bue con un'oncia di olio di ricino e qualche foglia di geranio o di cedronella (in mil. *limonzina*). Colata la massa attraverso di una tela in un altro vaso, poni questo nell'acqua fresca e, intanto che unto si consolida, instillavi qualche goccia di essenza di cedro o di rose, e sbattilo continuamente con una spatola di legno, finchè diventi bianco e splendente.

Altro. — Fuse tre once di midolla di manzo con un'oncia di olio di ricino, aggiungivi un cucchiajo di buon aceto. Lascia evaporare a fuoco e per pochi minuti l'umidità, cola, poi metti la massa a freddare, sbattendola intanto con forza.

357. Grasso inglese per le ruote delle carrozze.

Pesta in un mortajo sei once di sapone di Como con trentadue once di grasso di porco, dodici once di piombaggine e sei once di nitro. Ridotto l'unto a morbidezza, servitine per ungere gli assi delle ruote.

358. Catrame per le bottiglie.

Fa fondere a lento fuoco dodici once di pece greca con nove once di resina, quattro once di trementina e cinque once di bolarmeno in polvere.

Altra ricetta. — Fa fondere parimenti a fuoco non' troppo vivo sette once di trementina, sei once di colofonia e sei once di gomma lacca. Fusa la massa, uniscivi quattro once di rossetto di Germania.

359. Coni odoriferi per profumare le camere.

Unisci due once di benzoe in polvere con mezz' oncia di balsamo peruviano, aggiungivi sei once di polvere di carbone ed un quarto d' oncia di nitro. Lega queste sostanze con bastante quantità di gomma dragante, sciolta prima in poca acqua a guisa di mucilaggine. Della pasta consistente che ne risulta formerai dei chiodi o coni che, accesi, bruceranno lentamente spandendo un fumo gratissimo.

— Altro mezzo più semplice per profumare una camera è quello di bruciare sulla brace ardente della polvere di cascarilla; oppure di mettere sulla brace delle scorze di limone riempite di buon aceto.

360. Mezzo facile per uccidere le mosche.

Fa bollire mezz' oncia di legno di quassia in un boccale di acqua. Colata la decozione, aggiungivi quattro once di melassa e distribuisca in tanti tondi che disporrai sul tavolo di cucina o sulla mensa. Le mosche, avidi di questo decotto, accorrono a berlo e vi restano morte.

Per allontanarle, senza ucciderle, metti in tavola un tondo, sul quale avrai versato dell' aceto molto forte. L' odore dell' aceto le tien lontane almeno per il tempo del pranzo.

Con un decotto fatto con quattro once di legno di quassia e quattro once di radice di piretro in quattro boccali di acqua, da ridursi colla bollitura a due boccali, si possono distruggere anche le *cimici*. A tal uopo si bagnano, con un pennello tuffato in detto decotto, tutte le fenditure in cui si annidano.

361. Come si saldano i pezzi di un vaso di porcellana rotto.

Riduci della calce viva in polvere fina, stacciala attraverso un velo di Bologna e mettime una parte in un pezzo dello stesso velo, che leggerai a modo di sacchetto. Sugli orli dei pezzi di porcellana distendi della chiara d' uovo, poi spolverizzali di calce, scuotendo nell' aria il

sacchetto, ed avvicina subitamente i pezzi che, dopo poco, si troveranno saldamente uniti. Unendo della calce estinta in polvere con del formaggio fresco in modo da dare alla miscela la consistenza della panna e spalmando con questa gli orli dei pezzi rotti, si otterrà egualmente la loro riunione, quando abbiasi l'avvertenza di tenerli aderenti con uno spago. — Per istuccare all'ingiro i vetri delle finestre prendi dell'olio cotto essicativo e fa pasta con della terra creta.

**362. Mezzo per conservare buona
per un anno una penna d'oca da scrivere.**

Lasciala costantemente nell'inchiostro quando non te ne servi per iscrivere. L'inchiostro è un liquido astringente che conserva alla penna la sua durezza, e mantenendola umida, impedisce che si screpoli o salti sotto il tagliente del temperino.

**363. Come si rimette a nuovo un cappello
che sia stato alla pioggia per poco tempo.**

Asciugalo tosto con due o tre fogli di carta asciugante o bibula, che applicherai premendola su tutti i punti bagnati. Il cappello così asciugato riacquista la lucidezza di prima.

364. Come si puliscono gli oggetti d'oro.

È noto che nella loro composizione entra una certa quantità di rame. Sciogliendo quindi il rame che si trova alla superficie di tali oggetti, si restituisce loro la lucentezza ed il colore proprio dell'oro puro. Basta per ciò farli bollire in un boccale di acqua in cui siasi sciolta un'oncia di sal ammoniaco, e poi asciugarli diligentemente e strofinarli in seguito con una pelle di daino.

365. Come si toglie la ruggine al ferro od all'acciajo.

Ungi il ferro irruiginato con olio d'ulive e lascialo così unto per due giorni, poi soffregalo con della calce viva in polvere fina. L'operazione riesce più spiccia, ma non senza intaccare alquanto il ferro, quando lo si strofini con della polvere di pomice bagnata con poca acqua.

366. Usi della soluzione di potassa.

Mezza libbra di potassa in una pinta d'acqua forma una soluzione che serve a molti usi. Per nettare i dipinti ad olio, e gli orli degli usci, si lavano con essa servendosi di un tampone grosso di cenci, bagnato in detta soluzione. Bisogna poi lavare con acqua fresca l'oggetto perchè la potassa non lo corroda soggiornandovi a lungo. La stessa soluzione serve per nettare i vetri e gli specchi, come pure i palloni di vetro smerigliato che si collocano sulle lucerne e che si trovino macchiati d'olio. A quest'ultimo oggetto converrà far uso della soluzione calda.

Scioglie perfettamente il verde rame senza intaccare lo stagno. Si allunga con altr'acqua la soluzione e la si mette a bollire nel vaso di rame sospetto. Tutte le materie grasse che aderivano allo stagno e il verde rame verranno sciolte dalla potassa bollente.

367. Per dare il colore e la lucentezza ai pavimenti di mattonelle.

Color rosso. — Rosso di Prussia, sei libbre; colla di Fiandra, una libbra ed un quarto. Comincia dal mettere a gonfiare la colla in sei pinte di acqua, poi falla sciogliere a fuoco lento, colala e uniscivi il rosso, poi rimettila a fuoco, senza più lasciarla bollire, per adoperarla ben calda.

Lava il pavimento, se vecchio, con tre once di potassa sciolta in una pinta e mezzo d'acqua, poi applicavi il colore ben caldo con un grosso pennello, rimestandolo per far risalire il precipitato che si forma al fondo del vaso. Data una mano di colore, la si lascia seccare per darne un'altra.

Intanto che secca il colore si deve preparare l'*encaustico* per darli la lucentezza. L'*encaustico* è un sapone di cera che diventa lucido quando lo si sfregi con una spazzola e che si applica freddo. Per ottenerlo si comincia dal far sciogliere tre once di potassa del commercio in due bicchieri d'acqua calda; poi, messe in una casserola nove once di cera con sei boccali d'acqua, la si fa bollire, e, fusa che sia la cera, vi si aggiunge a poco a poco la soluzione di potassa ancora calda, rimestando il tutto. La cera, divenuta colla potassa solubile

nell'acqua, prende l'aspetto e la consistenza di una panna. Questa, fredda, la si applica leggermente con un pennello sui mattoni già coloriti, e quando comincia a seccare, si spazzola vigorosamente il pavimento finchè assuma una bella lucentezza.

Color giallo. — Sostituendo l'ocra gialla al rosso di Prussia si tingevano i pavimenti in giallo.

368. Delle macchie sugli abiti e dei mezzi atti a levarle.

Se la macchia è di unto, levatane la parte che sovrasta con una lama sottile di coltello, tenta di assorbirne quanto più puoi con carta senza colla, messa sotto e sopra la stoffa, premendo sulla carta stessa mediante un ferro caldo. Assorbito l'unto, bagna il punto macchiato con un pannolino inzuppato nell'etere solforico, il quale ha la proprietà di sciogliere i corpi grassi e far così scomparire ogni traccia rimasta.

L'etere unito alla essenza di trementina; questa stessa essenza allungata con spirito di vino rettificato; l'ammoniaca liquida, sono parimenti atte a sciogliere i grassi e possono liberarne una stoffa senza alterazione del colore e senza che si renda necessario l'impiego del calore. L'acqua di Colonia non è altro che spirito di vino misto ad essenze odorose, e può servire al pari dell'essenza di trementina, quando però la stoffa non sia bianca.

Se la stoffa macchiata d'unto è di seta, stendila sui dorsi di due scranne, poste a certa distanza, e copri la macchia con fina raschiatura di pietra steatite o pietra saponaria, oppure con terra di Vicenza, con creta fina o con magnesia, poi bagnala con alcune gocce di olio di trementina misto a spirito di vino rettificato e lascia che il tutto asciughi all'aria aperta o meglio al sole.

Le macchie dovute alle *candele steariche* svaniscono prontamente collo spirito di vino.

L'untume dei fazzoletti di seta da collo scompaie quando si lavino nell'acqua tiepida in cui siasi stemperato un tuorlo d'uovo, oppure quando si faccia uso del fiele di bue allungato coll'acqua.

Se trattasi di macchie prodotte da *corpi resinosi*, da *pece* da *vernice*, bisogna sciogliere queste sostanze collo spirito di vino rettificato

o coll' etere. Se poi la macchia è già vecchia e tenace, la si scalda prima con ferro da stirare, poi la si scioglie coll' essenza di trementina, indi la si lava collo spirito di vino.

Le macchie di *ruggine* sono di due sorta. L'una è nerastra, ed è dovuta all'ossido nero di ferro; l'altra è formata dall'ossido rosso. Per levare una macchia nera di ferro basta spolverizzarla con cremor di tartaro, passato allo staccio fino, e quindi umettarlo con acqua. Il cremor di tartaro si unisce all'ossido di ferro formando un sale solubile, che scompare colla lavatura. — Per levare una macchia di ossido rosso di ferro, cospergila invece con sale di acetosella, oppure con acido ossalico, poi lascia cadere sul sale qualche goccia d'acqua. Dopo pochi momenti lava la stoffa, strofinala, spremila ed asciugala con un pannolino, e troverai che la macchia sarà scomparsa.

Le macchie d' *inchiostro nero*, se recenti, svaniscono al solo lavarle col sugo di limone, coll'acido ossalico sciolto nell'acqua, coll'acido muriatico allungato con cinque o sei volte il suo peso di acqua, e finalmente coll'acqua di cloro, quale la si può avere dai farmacisti. Quest'ultima ha inoltre la singolare proprietà di togliere da una carta stampata una macchia d' inchiostro senza alterarne i caratteri o le figure, sciogliendo essa l' inchiostro ordinario e non intaccando nemmenoamente quello di stampa. Il foglio macchiato lo si immerge nell'acqua di cloro, e, sparita la macchia, gli si fa un bagno di acqua semplice affinché la carta perda l'odore del cloro, ripetendo poi l'immersione nel cloro se la carta macchiata non è abbastanza detersa.

Le macchie prodotte dai *frutti* svaniscono, sebbene sempre difficilmente, mediante la soluzione acquosa d'acido solforoso, che può aversi dagli speciali.

Le macchie di *vino* lavale con acido muriatico allungato con acqua.

Le macchie provenienti dalle *salse* sono le più difficili a togliersi per essere assai composte. Ordinariamente vi si trova dell'olio, del sugo di carne, dell'aceto, del sugo di limone, o di un altro frutto qualunque. Converterrà quindi cominciare coll'essenza di trementina per levare la sostanza grassa; passare poi all'acido ossalico per disciogliere il sangue della carne, quindi all'ammoniaca liquida per neutralizzare gli acidi, ed infine all'etere per restituire il lustro alla stoffa. Le macchie nere che lascia sulla tela o sulle mani il nitrato d'argento sva-

niscono con lavarle in una soluzione di una parte di cianuro potassico o di joduro potassico in dieci di acqua, oppure di una parte di sublimato, una di sale ammoniaco e dieci parti di acqua.

I *sali di piombo* che avessero lasciato macchie sopra una stoffa bianca, svaniscono facilmente coll'acqua ossigenata che si prepara dai farmacisti.

Gli *acidi* fanno diventar rossicci i colori neri, i fulvi, i violetti; distruggono i gialli leggieri e fanno passare all'azzurro il verde delle stoffe di lana; rendono pallidi i gialli più intensi, fanno rossicci i *ponseau*, ed ingialliscono l'azzurro tratto dal campeggio e dal solfato di rame. — Si restituisce in questi casi il primitivo colore alla stoffa, imbevendola di ammoniaca liquida od esponendola al suo vapore. Se poi, svanita la macchia, resta all'intorno di essa ciò che suolsi chiamare *cerchio di alterazione*, bagnisi leggiermente e più volte con un pannolino imbevuto di etere. — L'orina putrefatta, contenendo dell'ammoniaca, può servire benissimo al pari di essa ed in sua vece.

Il colore giallo-rossiccio che prendono gli abiti di colore oscuro sotto le ascelle in causa del *sudore*, non può farsi scomparire se non con una soluzione debole di stagno nell'acido idro-cloronitrico, che in tintoria vien detta *composizione per lo scarlatto*. Se poi ti accade troppo spesso, per facilità al sudore, di veder arrossati i tuoi abiti sotto le ascelle, puoi foderarle con due mezzelune di pelle fina, verniciata, e in tal guisa impedirne l'arrossamento.



VARIAZIONE O ROTAZIONE QUOTIDIANA DEI PIATTI

PER UN MESE D'INVERNO

Prima Settimana.

Giorno 1.^o **Lunedì** — Brodo di manzo.

Risotto alla milanese — n. 26. (Serba parte del risotto.)
Manzo allessato con salsa di pinocchi — n. 16. (Serba parte del brodo.)

Poddingo *soufflé* di pomi di terra — n. 214.
Piecioni *en fricassée* — n. 110.

Giorno 2.^o **Martedì** — Brodo del giorno innanzi.

Pasta con fagioli in brodo.
Frittura grassa di risotto del giorno innanzi — n. 60.

Stufato alla milanese — n. 66.
Poddingo inglese con panna e butirro — n. 223.

Giorno 3.^o **Mercoledì** — Senza brodo.

Riso in cagnoni — n. 296 (nella cucina d'olio sostituisce all'olio il butirro).
Presciutto affumicato, cotto allessato,

con guarnitura di spinaci al butirro — n. 300.
Pomi di terra alla panna — n. 184.
Ricotta (in mil. *mascarpon*) alla inglese — n. 226.

Giorno 4.^o **Giovedì** — Brodo di pollo.

Riso con verze e prezzemolo.
Cappone allessato con pieno di noci — n. 72. (Serba parte del pollo

per gli agnellotti della domenica.)
Cavolfiori con salsa bianca — n. 178.
Poddingo di pasta (*beignet*) — n. 216.

Giorno 5.^o **Venerdì.**

Zuppa d'indivia — n. 24.
Frittura di pomi di terra semplicissima — n. 146.

Uova affogate con salsa verde — n. 163.
Torta di farina gialla e bianca — n. 219.

Giorno 6.^o **Sabato.**

Castagne peste con latte per zuppa — n. 28.
Busecchia di magro — n. 160.

Pasta fatta in casa e condita con burro e formaggio — n. 36.
Kugelhupf — n. 230.

Giorno 7.^o **Domenica** — Brodo di vitello e cappono.

Zuppa di agnellotti (in mil. *ravioli*) alla milanese — n. 29 (con pollo del giorno 4.^o).
Vitello e cappono allessi. (Serba parte del brodo.)

Carote alla salsiccia — n. 121.
Filetto di bue alla panna con insalata — n. 127.
Blanc-manger — n. 240.

*Seconda Settimana.*Giorno 8.^o **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Riso e pomi di terra in brodo.
Trippa di bue alla milanese con fagioli bianchi — n. 77.

Polpettine di fegato con polenta — n. 93.
Crêpes — n. 258.

Giorno 9.^o **Martedì** — Brodo di majale.

Zuppa per l'inverno — n. 41.
Costolette di porco allessi.

Animelle (in mil. *laccetti*) di vitello in agro-dolce — n. 88.
Uova alla neve — n. 161.

Giorno 10.^o **Mercoledì** — Brodo di manzo.

Riso e lenti in brodo.
Manzo allessi con mostarda. (Serba parte del brodo.)
Fegato di vitello alla marmottina —

n. 91; oppure: Lingue di vitello al vino — n. 90.
Poddingo di semolino — n. 217.

Giorno 11.^o **Giovedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa di grattini veronesi — n. 34.
Beignets à la crème — n. 256.

Salsicciuolo (in mil. *luganeghin*) o
 Zampetto con spinaci.
 Uccelli arrosto con polenta — n. 138.

Giorno 12.^o **Venerdì**.

Zuppa di rane — n. 39.
 Frittura di pomi di terra —
 n. 145.

Luccio al *court-bouillon* con salsa
Mayonnaise — n. 8.
 Ricotta (*mascarpon*) con zucchero
 e cannella.

Giorno 13.^o **Sabbato**.

Polentina gialla con latte per mi-
 nestra.
 Frittura di pesci persici.

Gnocchi di pomi di terra — 187.
 Tonno alla gratella — n. 199.

Giorno 14.^o **Domenica** — Brodo di manzo.

Zuppa di gnocchi alla tedesca — 30.
 Manzo allessato con salsa alla cappuc-
 cina — n. 1. (Serba parte del bro-
 do e parte del manzo.)

Anitra allo spiedo con insalata —
 n. 136. (Serba parte dell'anitra).
 Dolce di limone cotto n. 237.

*Terza Settimana.*Giorno 15.^o **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Riso e verze con fagioli, carote,
 sedano e cotiche di lardo (*Mine-
 strone*).
Mondeghili con manzo e carne d'a-

nitra del giorno innanzi — n. 63.
 Manzo alla certosina — n. 68.
 Pasticcio di piccioni — n. 114; op-
 pure: *Crapaudine farcie* — n. 113.

Giorno 16.^o **Martedì** — Brodo di vitello.

Zuppa alla borghese — n. 21.
 Frittura di *nervetti* di vitello.
 Punta di vitello allessato con salsa di
 acciughe — n. 11. (Serba parte
 del brodo.)

Anitra arrosto senza condimento —
 n. 135. (Serba parte del sugo che
 avrà lasciato l'anitra.); oppure:
Roast-beef nella casserola — n. 126.

Giorno 17.^o **Mercoledì** — Brodo del giorno innanzi.

Cannoncini (maccheroni) al sughillo
(col sugo dell'anitra) — n. 124.
Frittura di fegato — n. 57.
Malfatti di spinaci — n. 173; op-

pure: Gnocchi di riso — n. 123.
Focaccia di vitello con acciughe —
n. 83.

Giorno 18.^o **Giovedì** — Senza brodo.

Pomi di terra al lardo — n. 118.
Costolette di porco all'uso del cac-
ciatore — n. 94.
Polenta dolce — n. 218.

Fagiani o coturnici in *salmis* —
n. 115.
Charlotte di pomi — n. 235.

Giorno 19.^o **Venerdì**.

Riso in *cagnoni* — n. 296.
Frittura dolce di semolino — 150;
oppure: Frittura di luccio — 143.
Uova alla panna — n. 164.

Polenta pasticciata con *ragout* —
n. 192; oppure: Torta di *purée*
di ceci — n. 190.

Giorno 20.^o **Sabato**.

Riso con brodo di rane e gamberi.
Frittelli di riso e latte — n. 149.
Tinca piumentata — n. 194; oppu-

re: Rocchj di carpione allo spiedo —
n. 200.
Zabajone allo stampo — n. 238.

Giorno 21.^o **Domenica** — Brodo di manzo.

Zuppa di carote composta — n. 22.
Costoline di vitello alla cuoca —
n. 81.
Manzo allessato con pasta condita.
Polli *fricassés* — n. 104. (Serba
parte del brodo e parte tanto del

manzo quanto del pollo già cotto.)
Arrosto di vitello alla *Schnitzel* —
n. 130; oppure: Pollastri fritti —
n. 132.
Sorbetto di panna — n. 276.

*Quarta Settimana.*Giorno 22.^o **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa di agnellotti (in mil. *ravioiu*)
alla milanese — n. 29. (Fatti con
manzo e pollo del giorno innanzi.)
Coscia di montone con fagioli — n. 95.

Cibreo (in mil. *cazzœula*) con verze
cotte prima in molt'acqua.
Frittella (in mil. *lacciada*).

Giorno 23.° **Martedì** — Brodo di majale.

Verzata con cotiche di lardo.
Tempia allessa con carote e sèdano.
Poddingo di pane, latte e cioccolato
— n. 224.

Arrosto di vitello con panna e fette
di *rognone* — n.129; oppure: Lepre
allo spiedo con panna brusca —
n. 100.

Giorno 24.° **Mercoledì** — Brodo di vitello.

Orzo di Germania con fagioli pic-
coli e lardo — n. 283.
Vitello allessa *farsito* (con pieno di
noci) — Vedi Cappone — n. 72.
Cavolifiori con salsa bianca — n.178.

Costolette di montone all' amorosa
— n. 96.
Culatta di bue arrosto con pomi di
terra — n. 125.

Giorno 25.° **Giovedì** — Senza brodo.

Riso, verze e fagioli con butirro e
pestata di lardo.
Tacchini (in mil. *pollin*) à la *mat-
tre d'hôtel* — n. 102.

Polenta ed uccelli scappati —
n. 119.
Poddingo *soufflé* di spinaci —
n. 210.

Giorno 26.° **Venerdì**.

Riso in *cagnoni* — n. 296.
Frittura di marenzane (in mil. *me-
resgian*) cotte prima a lessa, indi
pelate, indorate con uovo ed av-
volte nel pane grattugiato.

Zuppa di pane ed uva passula per
l'inverno — n. 248.
Poddingo di vermicelli alla tedesca
n. 191.

Giorno 27.° **Sabbato**.

Minestra di semolino — n. 35.
Sardelle od aringhe alla gratella —
n. 203.

Rane à la poulette — n. 206.
Folaga in *salmis* — n. 208; oppure:
Folaga arrosto — n. 209.

Giorno 28.° **Domenica** — (Pranzo d'invito) Brodo di manzo.

Pilau di Turchia — n. 27; oppure:
Zuppa alla modenese — n. 23.
Piattini in tavola: Salato misto,
butirro, acciughe, mostarda.
Manzo allessa ridotto a stufato —
n. 74 (Serba parte del brodo.)
Quaglie alla inglese — n. 139; op-
pure: Piccioni à la *daube* — n.112.

Poddingo alla nobile — n. 222.
Arrosto di vitello alla *Schnitzel* —
n. 130; oppure: Cappone alla si-
ciliana — n. 134, con insalata.
Tortelli di fecola di pomi di terra
— n. 253; oppure *Plum pudding*
modificato — n. 232.

Giorno 29.^o **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa con pasta fatta in casa —
n. 36.
Manzo nel sugo di cipolle — n. 69.
Zampe di vitello à la *poulette* —
n. 87.

Poddingo *soufflé* di castagne — *Ve-
di* Poddingo di pomi di terra —
n. 214; oppure: *Soufflé* con cioc-
colato — n. 225.

Giorno 30.^o **Martedì** — Brodo di manzo.

Zuppa di gnocchetti alla romana —
n. 32.
Manzo bollito, fritto alla veneziana
— n. 64.
Lepre en civet — n. 98; oppure: *Fri-
cassea* di coniglio — n. 97.

Pollastri alla panna — n. 107.
Lattemiele con castagne arrosto —
oppure: *Crème au vin* — n. 228;
oppure anche: *Crème au café* —
n. 229.

PER UN MESE DI ESTATE

*Prima Settimana.*Giorno 1.^o **Lunedì** — Brodo di manzo.

Riso con verze e fagioli.
Manzo bollito con fagiololetti (in mil.
cornitt) in insalata. (Serba parte
del brodo e del manzo per il dì
sussequente.)

Fricandeau — n. 80.
Poddingo di zucche con latte à
la crème (in mil. *cavollatt*). —
n. 213.

Giorno 2.^o **Martedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa di carote composta — n. 22.
Coppietta (in mil. *mondeghili*) di
manzo — n. 63.
Pollastro freddo con salsa genovese

— n. 108. (Serba parte del pollo);
oppure: Cappone stufato — n. 103.
Meliache (in mil. *mognagh*) o pe-
sche à *la framboise* — n. 243.

Giorno 3.^o **Mercoledì** — Brodo di vitello.

Zuppa di agnellotti (in mil. *raviceu*)
alla milanese — n. 29.
Vitello allesto — n. 71, con salsa
panata inglese — n. 17.

Fagiololetti (in mil. *cornitt*) con za-
bajone — n. 170.
Dolce fatto col sugo di ciliege —
n. 246.

Giorno 4.^o **Giovedì** — Senza brodo.

Riso in <i>cagnoni</i> — n. 296.	Gelato di fragole con maraschino —
Vitello tonnato, freddo — n. 84.	n. 277; oppure: Panna montata
Poddingo <i>soufflé</i> d'indivia — n. 210.	e gelata con fragole — n. 279.

Giorno 5.^o **Venerdì** — Brodo di magro.

Zuppa di rane — n. 39.	Zucchette ripiene — n. 154.
Frittura di pesci, gamberi e rane	Tinca carponata fredda — 193.
— n. 141.	

Giorno 6.^o **Sabato** — Senza brodo di magro.

Zuppa per l'estate — n. 42.	Pannicelli — n. 159.
Frittura di pane alla vestale —	Carote o zucchette in agro-dolce —
n. 148.	n. 174.

Giorno 7.^o **Domenica** — Senza brodo.

Minestra di semolino — n. 35.	Carote à la <i>béchameil</i> — n. 175.
Salato misto.	<i>Beefsteak</i> con insalata — n. 70.
Frittura composta — n. 65.	

*Seconda Settimana.*Giorno 8.^o **Lunedì** — Brodo di manzo.

Riso con zucchette e fagioli.	Pollastri o piccioni à la <i>Crapaudine</i>
Stufato fatto col manzo allessso —	— n. 109; oppure: <i>Blanquette</i> di
n. 74.	polli — n. 105.
Torta di spinaci — n. 172.	

Giorno 9.^o **Martedì** — Brodo di manzo.

Zuppa alla modenese — n. 23.	Frittura di <i>nervetti</i> di vitello.
Manzo allessso con salsa verde — n. 7.	<i>Strudel</i> — n. 231.

Giorno 10.^o **Mercoledì** — Senza brodo.

Zuppa di farina abbrustolita (<i>Brenn-</i>	Cappone alla gendarme — n. 133.
<i>suppe</i>) — n. 33.	(Serba parte del pollo.)
<i>Granelli</i> di montone fritti — n. 58.	<i>Charlotte</i> di carote — n. 211.

Giorno 11.^o **Giovedì** — Senza brodo.

Polentina gialla con latte in luogo	Marinatura di zucche — n. 181.
di minestra.	Costolette di porco alla <i>gratella</i> —
Frittura di pollo del giorno innanzi	n. 61.
— n. 59.	

Giorno 12.^o **Venerdì.**

Minestra di pasta fina.		Fagiuoletti (mil. <i>cornitt</i>) al butirro.
Frittura di falsa di pesce — n. 142.		<i>Crème renversée</i> — n. 227.

Giorno 13.^o **Sabbato.**

Riso e lenti con brodo di rane.		Frittata alla piemontese — n. 155.
Frittura di zucche — n. 153.		<i>Casonsei</i> alla bergamasca — n. 189.

Giorno 14.^o **Domenica** — Brodo di manzo.

<i>Pilau</i> di Turchia — n. 27.		del brodo per il giorno seguente.)
Manzo allessato e <i>purée</i> fatta con i bacelli dei piselli — n. 166. (Serba		Piselli allo zucchero — n. 167.
		<i>Beignets</i> per frittelli di frutti — n. 255.

*Terza settimana.*Giorno 15.^o **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Brodetto de' Veneziani — n. 38.		Funghi alla casalinga — n. 182.
Lingua di bue allo stufato — n. 76.		Braciuciole di vitello — n. 79.

Giorno 16.^o **Martedì** — Brodo di majale.

Riso con pomi di terra arrostiti — n. 186.		Uccelletti alla stufaruola (in mil. <i>stuin</i>) — 137; oppure: Uccelletti alla bresciana — n. 138.
Frittura di peducci di porco — n. 62.		
Fagiuoli <i>à la maître d'hôtel</i> — n. 169.		

Giorno 17.^o **Mercoledì** — Brodo di manzo.

Risotto alla milanese — n. 26.		Pesche nelle chicchere — n. 242.
Manzo allessato con salsa di pomi d'oro — n. 20.		(Oggi prepara il sugo di barba- bietole per il giorno 23. — Vedi n. 75.)
Poddingo <i>soufflé</i> di pomi di terra — n. 214.		

Giorno 18.^o **Giovedì** — Brodo di majale.

Zuppa di gnocchi soffici alla polacca — n. 31.		Gnocchi alla romana — n. 188.
Costolette di porco allessato.		Fesa di vitello con gelatina al gelo — n. 78.

Giorno 19.^o **Venerdì.**

Pasta grossa con fagioli in brodo di rane.		<i>Fonduja</i> — n. 157.
Frittura di gamberi e rane con ri- cotta — n. 144.		Torta di pera e pane di mistura — n. 234.

Giorno 20.^o **Sabbato.**

Riso e lenti con brodo di rane.
Polenta in frittura — n. 147.

Uova strapazzate — n. 165.
Polpettine di pesci persici — n. 195.

Giorno 21.^o **Domenica** — Brodo fatto colla giunta di manzo.

Zuppa di gnocchi alla tedesca —
n. 30.

Manzo alla California — n. 73.
Spinaci alla panna — n. 171.

Polpettine di vitello distese — n. 131;
oppure: Minutaglie di polli con
salsa di pomi d'oro — n. 106.
Plum-cake — n. 233.

*Quarta Settimana.*Giorno 22.^o **Lunedì** — Brodo di cappone.

Riso alla cappuccina — n. 25.
Cappone freddo con salsa genovese
— n. 108. (Serba parte del bro-
do.)

Tortino di sangue di cappone —
n. 117.
Insalata di pomi di terra, broccoli
o barbabietole — n. 302.

Giorno 23.^o **Martedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa alla regina — n. 40.
Manzo alla polonese con sugo di
barbabietole preparato fino dal
giorno 17 — n. 75.

Cardoni con salsa bianca — n. 177;
oppure: Sédani al sugo — n. 120.
Piccioni nella stufarola — n. 111.

Giorno 24.^o **Mercoledì** — Brodo di vitello.

Maccheroncini con fagioli in brodo.
Punta di vitello allessa — n. 71.
(Serba parte del brodo.)
Purée di piselli o di fagiololetti (*cor-*

nitt) o di gagliuoli (*taccol*) —
n. 171.
Frutti ripieni — n. 245.

Giorno 25.^o **Giovedì** — Brodo del giorno innanzi.

Riso e latte con zucche e fagioli.
Boeuf à la mode — n. 67.

Piselli al buon gusto — n. 166.
Pera o mele in giulebbo con zabajone.

Giorno 26.^o **Venerdì.**

Zuppa di lenti con pane di mistura.
Polenta tagliata a biscottini, frita
con butirro e spolverizzata di zuc-
cero; oppure: Frittura di mandorle
toste — n. 152.

Spinaci alla panna (*purée*) — n. 171.
Tartufi al formaggio dolce — n. 183;
oppure: Uova al pane — n. 162.

Giorno 27.° **Sabbato.**

Pasta condita per minestra.
 Frittata con salsa d'uova — n. 156.
 Carciofi al vapore — n. 180.

Foueté di frutti — n. 250; oppure:
 Gelatina trasparente di frutti —
 n. 280.

Giorno 28.° **Domenica** — Brodo di manzo.

Riso e verze con fagioli e cotiche
 di lardo (*Minestrone*).
 Fettine di fegato nella loro sostanza
 — n. 92.
 Manzo allessato con pomi di terra alla
 panna — n. 184. (Serba parte del
 brodo.)

Zucchette ripiene — n. 154; oppure:
 Poddingo non dolce di piselli —
 n. 168.
 Torta di spinaci — n. 172.
Plum pudding — n. 232.

Giorno 29.° **Lunedì** — Brodo del giorno innanzi.

Zuppa di pane fritto nel butirro con
purée di piselli — n. 171.
 Costoline alla minuta — n. 82.

Poddingo di pesche — n. 241.
 Pasticcini con frutti — n. 236.

Giorno 30.° **Martedì** — Senza brodo.

Polentina gialla e latte per minestra.
 Frittura di ricotta (*mascarpon*) —
 n. 151.
 Cappone alla siciliana — n. 134.

Panna tenuta in ghiaccio e servita
 con biscottini o fette di pan fran-
 cese, zucchero e cannella.

Giorno 31.° **Mercoledì** — Senza brodo.

Zuppa per l'estate — n. 42.
 Vitello arrosto con latte — n. 128.
 Pera al mosto — n. 244.

Polpettine tonnate microscopiche —
 n. 85.

*Due altri giorni di magro.***Venerdì.**

Pappa *scianschia* — n. 37.
 Polenta frita alla lodigiana — n. 147.

Luccio al salmone — n. 196.
 Frittata *soufflée* dolce — n. 158.

Sabbato.

Branlade (piatto marsigliese) —
 n. 202.
 Pasta di marzapani o pan di Spa-
 gna con zabajone — n. 267, 268.
 Trota alla gratella — n. 201; op-

pure: Stufato di storione — n. 205.
 Prugne secche al giulebbo — n. 249.
 Nastrini delle monache, o gonfioni
 — n. 259.

FINE.