



L'aglio è presente nella cucina di tutte le nazioni. Alcuni popoli lo usano con estrema abbondanza (quasi come un disinfettante intestinale), altri sono più moderati a causa dell'odore che rimane ad alito e pelle.

Per mitigare l'odore che acquista l'alito è utile togliere "l'anima" interna degli spicchi. Masticare un chicco di caffè dopo un piatto di spaghetti all'olio e aglio può aiutare.

Piatti presi qua e là dalle varie regioni:

AIÒN (aglione)

Rosmarino – salvia – basilico in uguale quantità – 3 spicchi d'aglio – sale grosso 100 gr.

Pulire le foglie, stenderle su un canovaccio e farle asciugare un po'. Tritare finemente l'aglio con le foglie. Unire il sale grosso schiacciato un po' con il mattarello. Mettere tutto nei vasetti dopo averlo ben amalgamato in una tazzina. E' ottimo per condire arrostiti, bracioline, bistecche.

SPAGHETTI AGLIO, OLIO, BROCCOLETTI O CAVOLFOIORE

Broccoli o cavolfiore – olio – aglio – spaghetti.

Cuocere in acqua per pochi minuti le teste del cavolfiore a pezzetti o i broccoli. Scolarne la metà (devono essere molto al dente). Nell'acqua rimasta cuocere gli spaghetti. Intanto in un padellino fare soffriggere in abbondante olio l'aglio tagliato a fettine; quando sarà appena biondo unite le cime di broccolo o cavolfiore, sale e pepe e fate ben insaporire.

Scolare la pasta con la verdura, condire con il sugo, cospargere di parmigiano grattato o pecorino stagionato e servire.

TAGLIATELLE AL PESTO BIANCO

250 gr. di ricotta – 200 gr. di gherigli di noci – 2 spicchi d'aglio – sale – latte – parmigiano – olio – tagliatelle.

Mettere nel frullatore noci, aglio, sale, pepe, un po' di latte e frullare il tutto, unire la ricotta e l'olio: condire la pasta con questa salsa facendola saltare in padella. Unire abbondante parmigiano e servire. (L'olio può essere sostituito da burro fuso).

BAGNA CAÛDA.

100 gr di burro – 75 gr. di olio di oliva (sempre extravergine) - 4 spicchi di aglio – 3 o 4 acciughe sotto sale.

Mettere in un tegame l'aglio pestato e il burro. Fare lentamente cuocere per alcuni minuti, poi unire l'olio e le acciughe diliscate e tagliate a pezzetti e fare sciogliere lentamente. Servire la salsa caldissima. Ogni commensale

intingerà verdure crude o cotte: sedano, peperone ecc. o coste di cardo lessato.

SALSA DI MOLLICA

1 tazza di pane grattato – olio – sale – pepe – 1 peperoncino – brodo – 2 spicchi d'aglio – 1 cucchiaino di aceto.

Bagnare il pane con un po' di brodo, strizzarlo poi lavorarlo con l'aglio tritato, il peperoncino a pezzetti. Unire l'aceto e tanto olio quanto ne assorbe. Condire carne e verdure.



SALSA "AIOLI"

6 spicchi d'aglio – 3 tuorli – olio d'oliva extravergine – succo di 1 limone – sale – pepe.

Lavorare i tuorli unendo l'olio goccia a goccia e montandoli come una comune maionese; unire l'aglio tritato finissimo, il succo di limone, il sale e il pepe.

Si può partire anche utilizzando un vasetto di buona maionese.

E' una salsa ottima per il pesce o le verdure lessate.

PASTELLA PER VERDURE

1 tazza di farina – 1 o 2 spicchi di aglio – sale – pepe – acqua gassata – 1 tuorlo.

Mettere la farina e l'aglio tritato in una terrina. Unire tanta acqua quanto basta per avere una pastella fluida e 1 tuorlo. Tuffare i pezzetti di verdura, estrarli dalla pastella e friggerli in olio bollente.

Verdure: finocchi a spicchi–zucchine–carote – carciofi–foglie di salvia e basilico–cavolfiore– radicchio rosso–mela.