Butta in tavola

Dal Refettorio Ambrosiano un libro di ricette

LUCIANO GUALZETTI
Direttore Caritas Ambrosiana

Il Refettorio Ambrosiano è stato realizzato nel quartiere di Greco a Milano, ristrutturando il vecchio cinema parrocchiale, e aperto nel maggio 2015. Il pane è simbolo di questa mensa solidale

Quello che abbiamo tra le mani è un libro di ricette molto particolare. Racconta piatti semplici e gustosi, adatti a tutti i palati e soprattutto a misura di tutte le cucine. Ma è la loro origine e il significato che racchiudono a farne qualcosa di eccezionale. Tutte le ricette, che qui per la prima volta vengono pubblicate, nascono da **un'esperienza unica nel panorama italiano**, quella del Refettorio Ambrosiano, realizzato da Caritas Ambrosiana nel contesto dell'esposizione universale di Expo Milano 2015. Lungo quei sei mesi, ai fornelli della sua grande cucina, nel quartiere Greco a Milano, **si sono alternati 65 chef di tutto il mondo, guidati dal numero uno, Massimo Bottura, impegnati a realizzare piatti d'autore con le eccedenze alimentari e gli scarti provenienti dai padiglioni di Expo**.

Ricette

del Refettorio Ambrosiano

Il riso avanzato diventa una gustosa ricetta siciliana

Arancini a modo mio

RISO
avanzi

Difficoltà:
Tempo: 45 min

ingredienti

100 g di riso già cotto solo lessato o risotto giallo
1 mozzarella oppure 125 g di formaggio a pasta molle
1 pomodoro oppure avanzi di sugo o di ragù
prosciutto cotto (se disponibile) o avanzi di carne
farina q.b.
1 uovo
pane grattugiato q.b.
piselli (se disponibili)
olio di semi di girasole q.b.

4

PROCEDIMENTO

1. Tagliare il **formaggio** a disposizione e il **pomodoro a pezzetti** molto piccoli.
2. Lavorare con le mani il **riso avanzato** in modo da **preparare delle palline** di misura media.

3. Con le dita, inserire all'interno della pallina ***qualche pezzetto di formaggio, di pomodoro*** e alcuni piselli poi richiudere in modo che siano completamente inglobati dal riso.
4. **Impanare** la pallina ripiena procedendo in quest'ordine: far rotolare nella farina, poi passare nell'uovo sbattuto e infine nel pane grattugiato. *Ripetere il procedimento due volte, altrimenti si rischia che le palline si aprano durante la cottura*.
5. **Friggere** in olio di semi di girasole.
   Appena tolti dalla padella, adagiare gli arancini su un foglio di carta da cucina.

In alternativa, si può inserire del **ragù o del sugo** avanzato dal giorno prima.

Se abbiamo del **prosciutto cotto o degli avanzi di carne già cotta** e abbastanza morbida, possiamo tritare il tutto e inserirlo nelle palline di riso

Il piatto forte del Refettorio Ambrosiano: pomodori in tutte le salse

Salsa di pomodoro

VERDURA
eccedenze

Difficoltà:
Tempo: 30 min

ingredienti

1 kg di pomodori misti
½ cipolla
1 gambo di sedano
1 carota media
2 foglie di alloro (o altre spezie a piacere)
olio q.b.
sale q.b.
pepe q.b.

PROCEDIMENTO

1. Tritare finemente **cipolla**, **sedano** e **carota** e poi far soffriggere con poco olio.
2. Aggiungere i **pomodori tagliati a pezzetti** (più sono piccoli, più rapida sarà la cottura).
3. ***Lasciar cuocere a fuoco medio***, mescolando di tanto in tanto per evitare che si attacchi, fino a raggiungere la consistenza desiderata.

4. In prossimità della fine della cottura aggiungere **sale**, **pepe** e le **spezie** (le foglie d'alloro andranno tolte prima di servire).

Consigli

La salsa viene esaltata dall'aggiunta di ciuffetti di calamari. Soffriggere i ciuffetti con aglio, sale e pepe, e aggiungerli alla salsa soltanto a cottura ultimata.

Ideale per condire spaghetti e linguine.