

## LA RICETTA

## Gnocchi con la vignarola



**Ingredienti:** 1 kg patate gialle, 1 uovo, farina qb, 70 g pecorino grattugiato, 400 fave, 400 piselli, 3 carciofi, 3 cipollotti freschi, 200 g asparagi, 6 foglie di lattuga, sale, pepe, olio extravergine, menta.

**Preparazione:** Lessare le patate in abbondante acqua salata; appena cotte pelarle e schiacciarle con l'aiuto di uno schiacciapata.

Far raffreddare e aggiungere l'uovo e la farina fino a formare un impasto sodo (fare la prova cottura di uno gnocco per essere sicuri della riuscita), formare dei serpentine e poi tagliare la forma degli gnocchi desiderata.

Versare un filo di olio in una padella, stufare dolcemente i cipollotti tagliati sottilmente e aggiungere le fave e i piselli privati dei loro baccelli, far insaporire qualche minuto e aggiungere 2 dei 3 carciofi tagliati sottilmente, e i gambi degli asparagi precedentemente spellati con uno sbucciapata. Bagnate con del brodo vegetale o dell'acqua e continuate la cottura. Verso fine cottura aggiungere le punte di asparagi e le foglie di lattuga sminuzzate; aggiustare di sale e pepe e, a fiamma spenta, aggiungere la menta spezzettata con le mani. Cuocere gli gnocchi in acqua salata e appena a galla tuffarli nella padella della vignarola, mantecando con pecorino. Per dare un gioco di consistenze si può aggiungere al momento di servire un carciofo tagliato sottilmente e fritto in olio, darà quella croccantezza che renderà il piatto più interessante.

(Chef **Dino De Bellis**, *Salotto culinario*, via Tuscolana 1199, Roma. Tel. 06 7263 3173)



# Vignarola

Piatto che annuncia la primavera, con le prime verdure dell'orto  
I locali dove si mangiano le più buone e quelle più...creative

## INFO

**Stefania Monaco**

La vignarola rappresenta il risveglio della natura dopo la stagione fredda. Preannuncia la primavera con lesue generose primizie verdi. È un piatto che si perde nella notte dei tempi ma è sicuramente chiaro che si tratta di tutto quel che vegeta sotto e intorno alla vigna. Quindi piante spontanee come gli asparagi, le erbe, nonché baccelli come fave e piselli.

Varianti ne esistono in tutta Italia ed è difficile pensare che non siano vignarole le paste asparagi e guanciaie, fave e pecorino del sud Italia (Puglia, Basilicata e Calabria) o che non siano vignarole gli gnoc-

chi sbattuti con asparago bianco, spinaci freschi e formaggio del Veneto. Tuttavia è il Lazio che celebra da secoli questo piatto che può essere espresso con una zuppa o come condimento per la pasta (come la ricetta di Dino De Bellis qui a fianco). Ogni ristorante che rispetti la stagionalità dei prodotti porterà infatti nel proprio menù una vignarola.

Anche nella cucina vegana esiste una vignarola fatta con il seitan al posto del guanciaie. Gli ingredienti della vignarola cedono uno ad uno il sapore un po' come se fosse una sorta di minestrone primaverile. La preparazione a ratatouille (verdere cotte separatamente e assemblemate alla fine), consente

di ottenere la cottura giusta e permette di scandire una dall'altra il sapore di ogni singolo ingrediente. Interessante è il suo utilizzo per quiche, strudel e torte rustiche. Può anche diventare un valido contorno per accompagnare una buona carne di agnello. Un'altra cottura interessante può essere quella wok. Ma anche in una frittata la vignarola ha una sua versione intrigante.

Tra le vignarole «fuori porta» da assaggiare quella di Anna Dente alla Osteria San Cesario (rigorosamente con il guanciaie), il piatto di Salvatore Tassa alle Colline Ciociare di Acuto, «raperosse al Campari», vignarola di fave e piselli con aringa laccata» un gioco di

## 210

**Calorie**  
Sono quelle contenute in una porzione di vignarola

abilità e di contrasti. Da gustare assolutamente anche le Tagliatelle alla Vignarola per opera dello chef Valerio Intrecciagli al Monticello di Monteporzio Catone.

Nella capitale: Trancio di merluzzo alla griglia su vignarola di Fabrizio Sepe del Ristorante Le Tre zucche; raviolo di ricotta con vignarola di Claudio Secondi del Pastificio Secondi; la versione pasquale di Angelo Troiani del Convivio «Zuppa riposata di Vignarola con salame corallina, scampi all' lemon grass e cacione»; «Fave e cicoria alla vignarola» di Rosanna Borrelli al ristorante Tram Tram; «Vignarola con tripe di baccalà» di Marina Perna del Ristorante La Regola.

A cura di  
[www.bibenda.it](http://www.bibenda.it)

## LA GUIDA

## L'OLIO

O.e.v. Cantico

**Lungarotti**

Viale Giorgio Lungarotti, 2 | 06089 Torgiano PG

Valutazione Bibenda: 3 Gocce: Olio di buon livello e particolare finezza | Frantoio 65%, Moraiolo 20%, Leccino 15% | Euro 12,80 (0,75)

Torgiano è il polo da cui ha avuto origine la storia enologica dell'Umbria, grazie all'azienda fondata nel 1962 da Giorgio Lungarotti. È, infatti, per merito dei suoi primi due vini, il Rubesco e il Torre di Giano, che nel 1968 è stata riconosciuta all'Umbria la prima Doc Torgiano bianco e Rosso. Dal 1974, l'azienda ha creato il Museo del Vino, cui hanno fatto seguito, nel 1987, la **Fondazione Lungarotti** e nel 2000 il Museo dell'Olio e dell'Olivo. Dalla produzione olivicola dell'azienda segnaliamo il Cantico, un extravergine verde dorato lucente, dal profilo olfattivo pulito, che ricorda erba falciata, melanzana e fungo prataiolo fresco, e dalla bella pienezza amaro-piccante all'assaggio, ideale da abbinare ad un piatto di umbricelli con trota e tartufo nero.

## IL VINO

Bocca di Rosa 2012  
Tabarrini

Frazione Turrita | 06036 Montefalco PG

Valutazione Bibenda: 3 Grappoli: Vini di buon livello e particolare finezza | Godibile sin d'ora e per altri 2 anni | Tipologia: Rosato Igt | Uve: Sagrantino 100% | Gr. 15,5% | 12 Euro

Si estendono nella splendida area verde di Montefalco, in località Turrita, gli undici ettari di vigneto dell'azienda Tabarrini, viticoltori da quattro generazioni e imbottigliatori solo dal '90. Al centro della produzione, il Sagrantino, che a Montefalco trova la sua stessa ragion d'essere e che, grazie alla profonda conoscenza che la famiglia Tabarrini ha del territorio, del clima e delle peculiarità geologiche, viene qui vinificato con grande rispetto e delicatezza. Come nell'originale versione rosata del Bocca di Rosa: un vino dagli intriganti profumi di ribes rosso, lampone ed erbe aromatiche e sorso di grande freschezza e sapidità, con buona spinta alcolica. Per accompagnare dei gamberi di fiume saltati in padella con peperoncino e prezzemolo.

## IL RISTORANTE

Vespaia  
dell'hotel Palazzo Seneca

Via C. Battisti, 10 | 06046 Norcia PG

Valutazione Bibenda: 4 Baci: Vale il viaggio, ristorazione elevata | Chiusura: sempre aperto | Ferie: dal 10 al 25/1 | Coperti: 100 | Etichette: 500 | Prezzo: entro 100 Euro

Nell'esclusiva cornice di Palazzo Seneca, splendida maison de charme all'interno di una residenza umbra del cinquecento, il ristorante Vespaia si distingue per la sua atmosfera familiare ma elegante, saldamente poggiata sui 150 anni di esperienza nella ristorazione della famiglia Bianconi.

La cucina, affidata allo chef Flavio Faedi, racconta il territorio con gusto e originalità, attraverso piatti curati e ben eseguiti, tutti a base di prodotti e materie prime locali, quali Tartufo nero di Norcia, lenticchie di Castelluccio, agnello del Parco nazionale dei Monti Sibillini e salumi di tradizione norcina. Notevole la cantina, che annovera oltre 500 etichette d'Italia e non solo. Servizio cortese e attento.