



FRIULI VENEZIA GIULIA

Conosciamo questa regione attraverso le parole accorate di Pier Paolo Pasolini che nei suoi romanzi vagheggia il mondo della sua infanzia e una terra, come scrisse Guido Piovene, che è “per se stessa un universo nella sua varietà”. Il Friuli Venezia Giulia è una realtà per più motivi composita. Innanzitutto per elementi geografici: pianura e montagna, con l’intermezzo di colline eccezionalmente votate alla vigna e senza dimenticare il mare con tutto ciò che questo ha comportato nei contatti con il Levante. Una regione composita anche per etnie, dalla maggiore, i friulani, alle minori dell’arco alpino, i carinziani dell’Alta Carnia e gli sloveni dai Colli Orientali al Carso.

Composita, infine, per fattori storici, con principale riferimento al lungo periodo della dominazione austroungarica. La tradizione regionale vive della contrapposizione tra cucina contadina e cucina nobile, tra influenze padano-venete e mitteleuropee, ma si diversifica di luogo in luogo con singolari sovrapposizioni.

Due le province del Friuli, Udine e Pordenone, che un tempo erano domini di terraferma della Serenissima; due quelle della Venezia Giulia, Gorizia e Trieste, dove sono sensibili i punti di contatto con il mondo dei Balcani.

Di ciò, ovviamente, si ha riflesso in tavola: d’ambito padano sono i risotti e la polenta, e una cucina di mare d’accento veneziano; d’ascendenza mitteleuropea sono invece certi piatti che si consumano nei buffet del porto di Trieste, come il Gulash e le salsicce servite su un letto fumante di crauti; spiccatamente sloveno è infine il piccante degli spiedini di carne e di certi piatti marinari istriani.

Quella friulana è una cucina variegata, interessante nella composizione e nella frizzantezza.

I prodotti, i sapori e il territorio

- **Montasio**

Il Montasio appartiene alla grande famiglia dei formaggi alpini.

Nati all'inizio del millennio, erano un modo per immagazzinare un prodotto facilmente deperibile, come il latte, per i periodi di nulla o scarsa produzione.

Il Montasio è un formaggio a pasta cotta, semidura, ottenuto esclusivamente con latte bovino prodotto nella zona di produzione. Il suo utilizzo è caratterizzato da quattro stagionature:

- Fresco oltre i 60 giorni di stagionatura
- Semistagionato oltre i 4 mesi di stagionatura
- Stagionato oltre i 10 mesi di stagionatura
- Stravecchio oltre i 18 mesi di stagionatura.

Le caratteristiche organolettiche del Montasio sono diverse a seconda della stagionatura. Infatti mangiato fresco, ha un sapore morbido e delicato che ricorda il latte da cui viene prodotto;

mezzano, i sapori risultano essere più decisi con caratterizzazioni di pienezza particolari; stagionato, assume gusti particolarmente aromatici con piccantezza non eccessiva adatto ai consumatori che preferiscono gusti forti e decisi.

- **Prosciutto di San Daniele**

UNA COSCIA DI MAIALE PUO' DIVENTARE PROSCIUTTO DI SAN DANIELE SOLO A TRE CONDIZIONI.

Innanzitutto l'origine della materia prima. Le cosce devono provenire esclusivamente da maiali allevati in dieci regioni del centro-nord Italia (Friuli Venezia Giulia, Veneto, Lombardia, Piemonte, Emilia Romagna, Toscana, Lazio, Abruzzo, Marche, Umbria).

In secondo luogo il rispetto della lavorazione ereditata da un'antica tradizione. Poichè è vietata qualsiasi forma di congelamento delle carni le cosce fresche devono raggiungere rapidamente la cittadina del Friuli collinare per essere lavorate ricreando il ritmo naturale delle stagioni, con l'utilizzo del sale marino, senza l'aggiunta di additivi chimici o conservanti.

Infine è necessario che quanto segue avvenga a San Daniele del Friuli.

- **Salumi d'oca**

Il Salame d'oca friulano è un misto di carni crude di oca e di maiale e si differenzia da quelli nella zona lombarda della Lomellina-provincia Pavia (l'unica altra zona italiana famosa per i salumi d'oca) dove si sono consolidate due diverse tecniche di produzione: il Salame d'oca di Mortara IGP (che è un cotto con 1/3 d'oca e 2/3 di suino) e il Salame d'oca crudo 'ecumenico' della Lomellina (interamente di carni d'oca, stagionato 2 mesi, con ricette non ben definite ma collegate alla tradizione ebraica del misto di carni e cicciolate).

Petto affumicato

Più difficile da trovare, è tuttavia il salume più caratteristico e prelibato di questo animale. E' costituito da carne del petto (con la naturale fascia esterna di grasso pregiato) che viene salata e speziata e quindi insaccata e sottoposta ad affumicatura.

Prosciuttino crudo

La coscia dell'oca viene lavorata esattamente come quella del maiale per ottenere il prosciutto crudo con salatura e stagionatura . Disponibile anche al pepe o affumicato.

Speck

Come per il maiale, si utilizzano parti dell'animale contenenti sia carne sia grasso. E' leggermente affumicato.

Prosciutto cotto e Porcaloca

E' il risultato di una lavorazione complessa di sole carni di oca. Se è realizzato con un misto di carni di oca e di maiale è oggi comunemente denominato 'Porcaloca'.

- **Trota affumicata Regina di S. Daniele**

Trattasi di filetti di trota che vengono affumicati a freddo o a caldo, senza uso di additivi.

I processi di salatura a secco, di essiccazione e di affumicatura avevano inizialmente lo scopo di rendere conservabile il prodotto in assenza di sistemi refrigeranti.

La trota viene eviscerata in ambienti idonei, dopo di che viene salata a secco, con sale marino. Successivamente, rispettando i processi tradizionali, viene leggermente affumicata facendo uso di farine di legni duri, a foglia larga, non resinosi, con l'aggiunta di bacche aromatiche, che danno l'inconfondibile profumo che contraddistingue questa specialità. Il prodotto viene quindi confezionato in buste sottovuoto e conservato a temperatura controllata.

Distingue i tipi Regina di San Daniele e Fil di Fumo la temperatura raggiunta durante l'affumicatura che per la Regina di San Daniele non deve superare i 30°C.

- **Grappa friulana**

Considerata tra i distillati di qualità più elevata, la Grappa Friulana è fortemente legata alle tradizioni e alla storia dell'intera regione. Gli "ingredienti" indispensabili per ottenere un distillato d'eccellenza sono da identificarsi nel felice concorso di più fattori: l'impiego di vinacce ancora ricche di polpa e l'utilizzo di impianti di distillazione adeguati (alambicchi discontinui), oltre a una

profonda conoscenza delle tecniche di distillazione. Esistono grappe ottenute da vinacce provenienti da diversi vitigni e grappe monovitigno. In genere, le grappe sottoposte a un periodo di affinamento sono più morbide e rotonde di quelle più giovani, fresche di alambicco.

Vini regionali

- **Pinot Bianco del Collio**

Il Pinot bianco è forse uno dei vini più eleganti del Collio; è caratterizzato da un colore giallo paglierino e sia al naso che in bocca presenta una spiccata mineralità e sapidità, ma nello stesso tempo tutta la freschezza e struttura dei vini del Collio.

Vino ottenuto esclusivamente da uve di Pinot Bianco, vitigno di grande pregio particolarmente vocato alla zona collinare, si è perfettamente ambientato in Friuli, ed in particolare nella zona del Collio. Il Pinot Bianco è stato posto a dimora in zona ventilata e in terreno prevalentemente marnoso, produce grappoli piccoli e compatti, gli acini sono rotondi di colore giallo dorato. La raccolta di queste uve è manuale, la pressatura soffice a cui segue un breve periodo di decantazione in totale assenza di anidride solforosa. La fermentazione avviene in vasche di inox con innesto di pied de cuve a temperatura controllata, mentre l'affinamento successivo si compie sui lieviti per 8 mesi.

- **Pinot Grigio del Collio**

Vino ottenuto esclusivamente da uve di Pinot Grigio, vitigno di origine francese coltivato in collina, in terreni mediamente marnosi. Produce grappoli piccoli con acini rotondi di colore rosso grigio, e, come il Pinot Bianco, deriva dalla mutazione gemmaria del Pinot Nero.

- **Sauvignon del Collio**

Vino ottenuto esclusivamente da uve di Sauvignon, vitigno di grandissima importanza, coltivato nelle terre del Sauternes e del Bordolese, zone da cui è stato importato nel Friuli trovandovi condizioni di terreno e clima ideali. Coltivato in collina, predilige terreni argillosi e freschi, produce grappoli piccoli con acini di media grandezza. La raccolta è manuale, la pressatura soffice, cui segue un breve periodo di decantazione in totale assenza di anidride solforosa.

- **Merlot dei Colli Orientali del Friuli**

Ha un gusto gradevole, secco di corpo, armonico, sapido, con leggero sapore erbaceo. Invecchiato si affina in etereo bouquet e sapore amarognolo.

Essendo vinificato a contatto con le bucce, si ottiene un vino dal caratteristico sapore di sottobosco, con intenso e permanente sapore di more e lampone. Robusto e tannico, con una notevole intensità di profumi

E' un vino da carni fredde della grande cucina, se invecchiato si sposa bene con arrosti, selvaggina e cacciagione, formaggi a pasta dura. Si consiglia di servirlo stappando la bottiglia antecedente alla mescita.

- **Cabernet Franc dei Colli Orientali del Friuli**

Vino dal colore rosso granato intenso con riflessi arancio. Al naso sprigiona un profumo intenso persistente. In bocca risulta avere un gusto morbido, di corpo, pieno, vellutato.

E' un vino da Arrosti di carne rossa e cacciagione

I segreti e la tradizione culinaria nelle ricette del Friuli Venezia Giulia

- **Risotto di scampi**
- **Cialzons o agnolotti carnici**
- **Gnocchi de Susini**
- **Rambasicci**
- **Baccalà alla triestina**
- **Trota regina di San Daniele con Guazzetto di Patate e Olive**

• RISOTTO di SCAMPI

Forse il piatto della tradizione friulana più conosciuto ed apprezzato sia sul territorio nazionale che su quello internazionale per il suo sapore dolce ed al contempo deciso: il risotto di scampi.

Ingredienti e dosi per 4 persone

450 g di riso
1 cipolla
Sale
Burro
800 g di scampi
Prezzemolo
Pepe
farina bianca
1 limone
400g salsa di pomodoro
olio

Preparazione

Prendiamo gli scampi freschi sghiamoli, infariniamoli e facciamoli soffriggere leggermente in olio di oliva bollente. Dopodiché scoliamoli e mettiamoli da parte per un attimo.

Nell'olio di cottura degli scampi aggiungiamo la cipolla tagliata finemente ed appena imbiondisce aggiungiamo la salsa di pomodoro e mezzo bicchiere di acqua tiepida, un pizzico di sale, una spolverata di pepe e facciamo cuocere il tutto per 30 minuti.

Aggiungiamo quindi gli scampi, e il succo di limone. Mescoliamo brevemente e togliamo dal fuoco.

In una pentola antiaderente versiamo il riso ed aggiungiamo un po' alla volta dell'acqua bollente a fuoco molto moderato. Facciamo cuocere così pian piano il riso. A circa metà cottura aggiungiamo la salsa di scampi precedentemente preparata e facciamo continuare la cottura del riso mescolando con cura. Una volta che il riso sarà cotto aggiungiamo una noce di burro e del prezzemolo tritato. Serviamo caldo.

• CIALZONS o AGNOLOTTI CARNICI

Un primo piatto dal sapore agrodolce, adatto ai palati che apprezzano la sperimentazione ed i gusti complessi. Per quanto l'accostamento degli ingredienti possa risultare estremamente particolare è uno dei piatti più gustosi del Friuli Venezia Giulia.

Ingredienti e dosi per 4 persone

500 g di spinaci
4 uova
100 g di burro
un pizzico di zucchero
prezzemolo
50 g di uvetta
400 g di farina bianca
50 g di cedro candito
1 tuorlo d'uovo
50 g di cioccolata
cannella in polvere
ricotta affumicata grattugiata
formaggio carnico stravecchio
pane di segale rafferma
sale

Preparazione

I Cialzons vengono chiamati anche agnolotti carnici per via della tipologia di formaggio in esso contenuti. Prendiamo una ciotola, riempiamola d'acqua tiepida e mettiamo ad ammorbidire l'uvetta. Lessiamo gli spinaci in compagnia di qualche rametto di prezzemolo. Una volta pronti, scoliamoli e strizziamoli con cura. Mettiamoli in un contenitore accompagnati da due cospicue manciate di pane di segale sbriciolato, la cioccolata grattugiata, l'uvetta strizzata, il cedro tritato ed un pizzico di cannella. Prendiamo una ciotola, e sbattiamo al suo interno un tuorlo ed un cucchiaino di zucchero fino a che i due ingredienti non siano amalgamati fino a creare una preparazione ben montata. Aggiungiamo quindi il composto con gli spinaci precedentemente preparato e amalgamiamo bene il tutto.

Impastiamo insieme la farina, le uova, un pizzico di sale e quando sarà pronto stendiamo l'impasto in fogli sottili. Dividiamola in dischi. Stendiamo il composto precedentemente preparato sui dischi di pasta e richiudiamoli a metà, lasciando un piccolo bordo esterno che richiuderete verso l'interno facendo assumere ai Cialzons la loro tipica forma.

Mettiamoli a bollire in abbondante acqua salata, scolandoli appena affioreranno dall'acqua con un mestolo apposito. Serviamoli in una terrina alternando ogni strato di ravioli ad uno strato di ricotta. Coniamo il tutto con burro fuso, una spolveratina di zucchero e del formaggio carnico stravecchio grattugiato. Servire caldi.

• GNOCCHI de SUSINI

Una preparazione dal sapore agrodolce che come molte altre pietanze tipiche risente dei vari influssi orientali che l'hanno caratterizzata per decenni: parliamo degli gnocchi de susini, ovvero gli gnocchi con le susine.

Ingredienti e dosi per 4 persone

1 kg di patate
250 g di farina
100 g di burro
1 uovo
latte
zucchero
prugne nere essiccate
pangrattato
cannella
sale

Preparazione

Prendiamo le prugne facciamole ammorbidire in una ciotola con acqua tiepida. Quindi snoccioliamole e al posto del nocciolo, inseriamo al loro interno mezzo cucchiaino di zucchero. Nel frattempo facciamo lessare le patate per l'impasto degli gnocchi. Una volta che le patate saranno lessate (con tutta la buccia per non alterarne il sapore), peliamole e passiamole allo schiacciapatate allargando la purea ottenuta su un piano da lavoro. Cospargiamo con un pizzico di sale e facciamo intiepidire.

Aggiungiamo quindi la farina, l'uovo, una noce di burro e tre o quattro cucchiai di latte.

Amalgamiamo bene il tutto impastando con le mani. Se il composto dovesse risultare troppo morbido, usiamo ancora della farina. Dall'impasto così ottenuto dobbiamo formare degli gnocchi di discreta grandezza e poniamo nel mezzo di ognuno una prugna.

Lessiamoli in abbondante acqua e scoliamoli appena verranno a galla.

Condiamoli quindi con del pangrattato rosolato nel burro ed aromatizzato da un mezzo cucchiaino di zucchero ed un pizzico di cannella.

• RAMBASICCI

Un secondo piatto tipico della tradizione culinaria regionale in grado di creare un'ottima commistione tra carne e componenti vegetali in un gusto fresco e speziato: i rambasicci.

Ingredienti e dosi per 4 persone

300 g di carne di maiale macinata

300 g di carne di manzo macinata

25 g formaggio grattugiato

Olio

1 cucchiaio di pangrattato

1 cipolla

Sale

Aglione

Brodo

Burro

1 verza

Pepe

Paprica

Preparazione

Scottiamo brevemente le foglie di verza per qualche minuto in acqua bollente e mettiamole ad asciugare su un telo da cucina.

In una ciotola a parte uniamo i due tipi differenti di carne, salate, aggiungiamo l'aglio tritato e la paprika.

Mescoliamo con cura il composto e mettiamone un po' sulle foglie di verza (per la quantità ovviamente regoliamoci sulla grandezza delle foglie).

Arrotoliamo quindi le foglie e fermiamole con uno stuzzicadenti. Prendiamo una padella antiaderente e facciamo rosolare all'interno della cipolla tritata finemente e del burro. Appena la cipolla inizia a prendere colore aggiungiamo gli involtini nella pentola ed almeno un mestolo di brodo. A cottura quasi del tutto ultimata aggiungiamo agli involtini una spolverata di formaggio grattugiato e pangrattato.

• BACCALA' alla TRIESTINA

Lo stoccafisso è il merluzzo artico norvegese (*Gadus morhua*) conservato per essiccazione. Il nome deriva probabilmente dalla cittadina norvegese di Stokke. Secondo alcuni però potrebbe derivare dal norvegese *stokkfisk* oppure dall'olandese antico *stocvisch*, ovvero "pesce a bastone", secondo altri dall'inglese *stockfish*, ovvero "pesce da stoccaggio" (scorta, approvvigionamento); altri ancora sostengono che pure il termine inglese sia mutuato dall'olandese antico, con lo stesso significato di "pesce bastone". Simile al baccalà nell'aspetto, lo stoccafisso si differenzia dal primo, che viene invece conservato mediante salagione e ha un sapore completamente diverso.

Nell'Italia settentrionale (in particolare nell'area della dominazione veneziana dove fu inizialmente introdotto) lo stoccafisso assume tuttavia il nome di baccalà.

Ingredienti e dosi per 4 persone

600 g di stoccafisso bagnato
800 g di patate
100 g di filetti d'acciuga
prezzemolo
olio
sale

Preparazione

Tagliamo lo stoccafisso a pezzi non tanto grandi, eliminiamo le spine.

In una pirofila versiamo due-tre cucchiaini d'olio, adagiamo uno strato di patate sbucciate e tagliate a fettine, saliamo poco e insaporiamo con un giro d'olio versato a filo.

Sopra disponiamo uno strato di baccalà, cospargiamolo con prezzemolo fresco tritato e alcuni filetti d'acciuga. Ricopriamo con altre patate a fettine, così di seguito fino a esaurimento degli ingredienti.

Dobbiamo finire con uno strato di patate, condiamole con due giri d'olio versato a filo e aggiungiamo nella pirofila un mestolo d'acqua.

Mettiamo in forno caldo a 180° e cuocete per 1 ora abbondante. Le patate a fine cottura devono essere diventate di un bel color d'oro.

- **TROTA REGINA di San Daniele con GUAZZETTO di PATATE e OLIVE**

Questa specialità viene prodotta con trote allevate rispettando sia l'ambiente che i tempi ottimali di crescita. Per mantenere integre le caratteristiche nutrizionali delle trote, vengono lavorate appena pescate, seguendo metodi tradizionali e utilizzando solo ingredienti naturali.

Ingredienti e dosi per 4 persone

4 Trote regina di San Daniele salmonate a freddo
100 gr di olive nere
3 patate grosse
1 spicchio d'aglio
1 rametto di timo
qualche foglia di prezzemolo
sale e pepe
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva.

Preparazione

Peliamo le patate e dando loro una forma cilindrica, tagliamole a fettine dello spessore di un centimetro. In una padella mettere l'olio con l'aglio, il timo, le olive nere, il prezzemolo e un goccio d'acqua, cuocere in questo guazzetto le patate, salare e pepare. Scaldiamo le trote regina a bagnomaria, stendiamo le patate a forma di cerchio su un piatto caldo e appoggiamo sopra le trote. Condire il tutto con il guazzetto leggermente ridotto.