

23 Luglio 2019

La grigliata d'estate è sempre semplice ma abbondante

Dalla carne al pesce passando per la porchetta e le verdure grigliate senza dimenticare formaggi come il Caciocavallo da accompagnare alla polenta abbrustolita



Feste d'estate

Carne o pesce, verdure e formaggi: d'estate sulla griglia finisce davvero di tutto. Nelle calde serate estive non può mancare quest'appuntamento conviviale all'insegna dell'abbondanza. Del resto il maestro grigliatore sa che non esiste grigliata con pochi ingredienti.

La grigliata perfetta deve essere semplice sì, ma ricca. C'è spazio per **salsicce, costine, bracioline, spiedini** di maiale o pollo, **pesce spada, orate, branzini, sardine, gamberoni**. E ancora: **cipolle, peperoni, melanzane, zucchine, patate** e anche i formaggi come **scamorza, tomini di montagna o Caciocavallo Silano Dop** per non dimenticare nulla. Quest'ultimo formaggio, dal sapore aromatico e delicato quando giovane e più piccante con l'avanzare della stagionatura, è particolarmente adatto alla griglia perché non tende a liquefarsi ma mantiene una certa compattezza pur abbrustolito e morbido all'interno.

Anche il pane, scaldato a dovere, si riempie di sapore e dei profumi di cottura, un'autentica delizia che accompagnerà la festa. Ma se si cercano soluzioni alternative al prodotto da forno si può optare per la **polenta tagliata a fette**. Con la polenta si possono preparare ad esempio deliziose bruschette. Salse, verdure grigliate o passate in padella, uova, funghi trifolati, formaggi alla piastra, carne e pesce o anche semplicemente un'insalata di pomodori: tutto si sposa benissimo con la polenta croccante appena grigliata. Adagiando sulle fette di polenta pomodori conditi con olio extravergine d'oliva e sale, un po' di mozzarella, basilico fresco e origano otterrete, ad esempio, una deliziosa proposta perfetta anche per un antipasto.

Per garantire alla carne una **cottura ottimale**, una **buona marinatura** è sempre una buona idea. La regola d'oro, qualsiasi siano gli ingredienti preferiti, è quella di utilizzare una parte acida (vino, birra, aceto, limone), dell'olio extravergine d'oliva, delle erbe aromatiche e delle spezie. Con la marinatura la carne risulterà più tenera e l'utilizzo dell'olio eviterà che la carne risulti troppo asciutta. Se sulla griglia finisce la

carne di maiale potrete sbizzarrirvi con le erbe aromatiche come origano, timo, aglio, salvia e rosmarino, ma anche con le spezie come coriandolo o cumino. Per **grigliare i formaggi** è necessaria sempre grande attenzione. Oltre alla scelta del formaggio più adatto bisogna prestare attenzione a non eccedere mai con la temperatura perché si rischia di sporcare la griglia. A quel punto il fumo può diventare un problema e rovinare il sapore di altri alimenti. L'ideale sarebbe sistemare il formaggio sul fuoco a fine grigliata, quando le braci sono meno calde. Quando il formaggio comincia ad ammorbidirsi va girato con una paletta, ma se non si vogliono rischiare antipatici incidenti si può ricorrere all'uso di piastre di pietra lavica da appoggiare sulla griglia.

Sulla piastra può essere intiepidita anche la **porchetta tagliata a fette o a straccetti**. L'unica raccomandazione è quella di non eccedere con il calore perché la consistenza della carne e gli aromi ? rosmarino, pepe nero, aglio e anche finocchietto nella versione marchigiana ? non sarebbero valorizzati. Così preparata la porchetta si accompagna benissimo con le **verdure grigliate** come zucchine, cipolle, peperoni, patate e melanzane. Nei panini farciti può essere accompagnata da pomodorini e melanzane sott'olio.

Per il brindisi non può mancare poi una buona birra o per chi non rinuncia al nettare di Bacco un vino bianco leggero. Da provare è il **vino Frascati Doc**, un vino bianco, fermo e secco, dal profumo fresco, floreale e fruttato. Il sapore è rotondo con un retrogusto leggermente amarognolo, sapido, equilibrato, di buona struttura e persistenza.
