

Pane e pomodoro

Giancarlo Arrigucci

2013 n°8



Ingredienti

1. Pane (Bianco, toscano (senza sale) meglio fresco ma anche di qualche giorno addietro non è male).
2. Pomodoro fresco maturo (meglio se del vostro orto o del vostro balcone, in alternativa comprato direttamente dal produttore, se la campagna è lontana ci sarà pure un anziano che fa l'orto sull'argine o dovunque vicino a voi, ecco andate li).
3. Olio extravergine di oliva (se avete soldi prendetene uno costoso, comunque anche se non avete molti soldi da spendere prendetelo sempre dal produttore e prendetelo sfuso, con la stessa cifra ne prendete di più e/o migliore).
4. Sale iodato.

Ingredienti aggiuntivi a piacere

1. Origano (le foglie della pianta secca non confezionata, perché quelle confezionate non fanno di molto).
2. Cipolla fresca.
3. Aglio.
4. Aceto (di vino fatto in casa, meglio se da voi con gli avanzi di vino messi in un'acetiera).
5. Vino rosso (meglio se buono)
6. Acciuga sotto sale (naturalmente lavata).

Ferramenta

1. Coltello per il pane.
2. Tagliere.
3. Piatto/vassoio.

Preparazione

1. Tagliate il pane a fette alte (La parte migliore è il corteccio tagliato a 5-6 cm).
2. Salate.
3. Dividete in due il pomodoro (in più parti se troppo grosso) e strofinatelo sopra il pane fino a che la polpa non sia tutta trasferita sulla fetta. La rimanente buccia se ha della polpa attaccata si distribuisce sopra la fetta altrimenti si scarta. Al corteccio va cavata la mollica: con il coltello si incide in profondità lungo la crosta, come a fare una barchetta, e poi si strofina il pomodoro e la polpa si accumula nella vaschetta centrale così realizzata. La mollica non va assolutamente buttata dato che da ultimo servirà da coperchio della vaschetta.
4. A questo punto si possono aggiungere alcuni degli ingredienti a piacere: Una passata di origano, la cipolla fresca tagliata a fettine fini, l'aglio tritato finemente, alcune gocce di aceto o di vino buono, pezzetti di acciuga lavata, di solito un tipo solo ma potete anche esagerare ed aggiungerne due alla volta.
5. Aggiungete olio.
6. Chiudete il corteccio con la mollica.
7. Lasciate riposare il tutto per 5 minuti e mangiate.

Note

1. E' una merenda eccezionale per voi e per i vostri figli (il vino necessario si limita a poche gocce per ogni fetta e se non volete darlo a minori basta evitare di metterlo).
2. L'aggiunta di acciuga è di una raffinatezza particolare, purtroppo è sempre più difficile trovare acciughe buone.
3. Se non aggiungete l'acciuga è una merenda vegetariana al 100%

Da bere

L'acqua sicuramente va bene, io bevo quella del pozzo, se non lo avete sicuramente ci saranno delle fonti vicino a voi, andate lì. Niente bibite gassate, per il resto basta che sia buono e non dobbiate guidare.



Quest'opera è stata rilasciata con licenza Creative Commons *Attribuzione - Non commerciale - Condividi allo stesso modo* 3.0 Italia. Per leggere una copia della licenza visita il sito web <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/it/> o spedisci una lettera a Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco, California, 94105, USA.