

FUNGHI IN CUCINA

a cura di Marco sandri

PREMESSA

Il periodo di crescita dei *Pleurotus* va dall'autunno fino a primavera, interrompendo la crescita con le temperature gelide. Fungo saprofita, raramente parassita, nasce in piccoli gruppi sovrapposti come tegole su alberi di gelso, pioppo o vecchie ceppaie. Le varietà dei *Pleurotus* con qualità superiore, dal sapore dolce, e consistenti alla cottura il *Pleurotus ostreatus*, chiamato anche gelone, orecchione, fungo d'ostrica, sbrisa e il *Pleurotus eryngii*, chiamato comunemente cardoncello. Oltre che reperibili in natura, i *Pleurotus* possono essere coltivati in serre, costituendo funghi tra i più coltivati al mondo. Le prime coltivazioni sono state fatte in Germania, durante la Prima guerra mondiale, come mezzo di sussistenza. I *Pleurotus*, avendo carne particolarmente gustosa, resistente e fibrosa, si prestano per la preparazione di varie ricette.



Pleurotus ostreatus



Pleurotus eryngii

Io ho usato il *Pleurotus ostreatus*, ma va bene anche il *Pleurotus eryngii*. Per prima cosa puliamo i funghi: usando un coltellino, tagliamo la base del gambo, perché è coriacea, e eliminiamo tutte le impurità, grattiamo il gambo e con un panno umido puliamo la superficie del cappello; a questo punto siamo pronti per la preparazione del piatto.

Nelle mie ricette troverete sempre scritto ctav, cte, olio evo; sono abbreviazioni, il primo significa cucchiaino da tavola, il secondo cucchiaino da tè e il terzo olio extravergine d'oliva

STRACCETTI DI POLLO CON PLEUROTUS E POLVERE DI PAPRIKA ALL'AROMA DI MAGGIORANA



Ingredienti per 6 persone

gr 500 di petti di pollo tagliati a straccetti

gr 700 di Pleurotus puliti e tagliati a fettine sottili

un ctav di paprika dolce (se vi piace il piccante potete fare mezzo di paprika dolce e mezzo di quella piccante)

gr 20 di farina 00

ml 100 di vino bianco secco (no frizzante)

2 scalogni pestati

Continua nella prossima pagina

2 agli in camicia

un ctav di prezzemolo pestato

2 rametti di maggiorana

olio evo, sale fino, pepe nero macinato al momento

PROCEDIMENTO

In una padella con un po' d'olio evo soffriggere l'aglio, unire la maggiorana, i funghi, salare, pepare e cuocere fino a che non risulteranno asciutti e teneri; a questo punto alzare il fuoco e farli leggermente colorare. A parte condire la carne con la paprika, il sale e il pepe, unire la farina, mescolare bene e mettere a riposare. Mettere sul fuoco una padella antiaderente con lo scalogno e l'olio, soffriggere, unire la carne, sgranarla con l'aiuto di un forchettone di plastica, farla dorare, bagnare col vino, farlo evaporare; a questo punto unire i funghi, far cuocere per cinque minuti, per ultimo unire il prezzemolo e servire caldissimo.

