
Cetrioli ripieni

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

I cetrioli arricchiscono le nostre insalate con il loro gusto fresco, anche se alcune volte potrebbe predominare il loro sapore amarognolo. Per eliminarlo occorre tagliarli in due parti per il verso della lunghezza, salare l'interno e sfregare le due metà; qualora i semi fossero troppo grandi è consigliabile eliminarli. I migliori cetrioli sono quelli con la buccia di colore verde intenso, che non siano avvizziti o ammaccati e di medie dimensioni, perché quelli grandi racchiudono troppi semi. Ancor più che nella nostra cucina, i cetrioli sono molto utilizzati in quella greca: le tradizionali e più conosciute ricette greche a base di cetrioli sono lo zatziki (cetrioli, aglio tritato, sale, olio e yogurt greco) e l'insalata greca (cetrioli, pomodori, cipolle, peperoni, olive nere e l'immane formaggio greco, la feta). Un'altra ricetta greca, meno conosciuta, ma altrettanto gustosa e di facile esecuzione, è quella dei cetrioli ripieni.

INGREDIENTI (per 4 persone) Per le barchette: 8 cetrioli di media grandezza, 1 sedano-rapa, 4 foglie di alloro, ? bicchiere di vino bianco secco, q.b. di sale e pepe. Per il ripieno: 150 gr. di carne macinata, 3 cucchiaini d'olio, 1 salsiccia di maiale, 1 cipolla, prezzemolo, finocchietto selvatico, q.b. di sale e pepe. Per la salsa: succo di 2 limoni. Per la presentazione: pomodorini ciliegia, prezzemolo, finocchietto selvatico.

PREPARAZIONE Per il ripieno: far appassire una cipolla finemente tritata, aggiungere la carne macinata e la salsiccia alla quale avrete tolto il budello e frantumato, regolare di sale e di pepe, quindi bagnare con un po' di vino bianco, alzare la fiamma per far evaporare l'alcol. A cottura ultimata unire il finocchietto selvatico e il prezzemolo tritato. Per le barchette: sbucciare i cetrioli, eliminare le estremità, tagliarli per il lungo, salare l'interno e sfregare le due parti, quindi con un cucchiaino eliminare i semi. Riempire i cetrioli e porli nella pirofila, precedentemente bagnata con olio e ricoperta da una dadolata di sedano rapa. Irrorare con olio ed unire alcune foglie di alloro, regolare di sale e di pepe, coprire con un foglio di alluminio e cuocere in forno a 200°C per circa 30 minuti. A cottura ultimata toglierli dalla pirofila e lasciarli intiepidire. Per la salsa: raccogliere il fondo di cottura in una pentola, unire il succo di limone, amalgamare e cuocere a fuoco basso per un minuto.

PRESENTAZIONE Servire i cetrioli su un piatto da portata, bagnare con la salsa e spolverare con abbondante prezzemolo tritato. Decorare con pomodori ciliegia e ciuffetti di finocchietto selvatico. Cristina Orlandi Fabio Pressi