



Anche a bordo di una barca si possono preparare piatti dignitosi: parola dello chef Armando Palmieri.

## IN BARCA CON LO CHEF

di SHAKTI D'INTINOSANTE

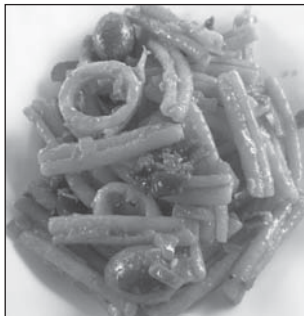
Vela e cucina. Una formula per scoprire navigando piatti semplici e raffinati secondo le ricette di un professionista

**M**etti insieme la creatività dello chef, Armando Palmieri, l'accoglienza dello skipper Riccardo Casella, aggiungi una buona dose di curiosità dell'equipaggio, senza tralasciare la comodità della barca a vela *Giorgia*, un Bavaria 50 gestito dalla società *Mar a Vela* e il "piatto" è pronto!

Questi sono stati gli ingredienti per la realizzazione dell'evento *Lezioni di cucina in barca a vela*. Siamo partiti da San Vito Lo Capo per arrivare a Trapani con due stupende soste alle isole Egadi. Abbiamo nuotato nelle incontaminate acque dell'isola di Levanzo e ci siamo fermati a Favignana. Il tutto è stato condito da prelibate pietanze e momenti di convivialità, con consigli in cucina e assaggi di buon vino. A seguire il resoconto del nostro viaggio di sapori.

**2 ottobre.** Sveglia con un buon caffè guardando il sole che albeggia. Prepariamo le ultime cose per accogliere l'equipag-

gio che arriverà nel pomeriggio. Così mentre Riccardo prepara le cabine e sistema le ultime cose, io e lo chef Armando andiamo a fare la spesa. Vedere come un cuoco organizza la propria spesa è istruttivo, tutto viene ragionato facendo una lista delle cose che servono. Una volta calcolate le quantità si lascia spazio solo alla possibilità di reperire qualche prodotto locale che possa stuzzicare la creatività. In pescheria prendiamo delle ottime



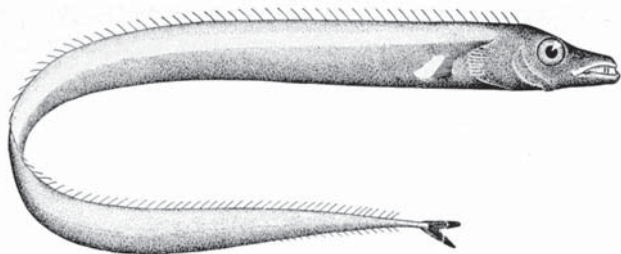
*Pasta alla trapanese rivisitata con olive verdi, calamari, mandorle e capperi.*

mazzancolle e del pesce bandiera. Abbiamo tutto, lo chef è pronto.

I ragazzi arrivano nel pomeriggio. Dopo essersi sistemati vanno a fare un giro in paese per San Vito Lo Capo con Armando, tornano soddisfatti e con del buon vino accuratamente scelto.

Alle ore 19 si inizia a cucinare. Armando tira fuori le mazzancolle fresche e comincia a spiegarci come pulirle e cuocerle ammantate nel bacon. Le servirà su una crema di fagioli cannellini al profumo di timo.

La seconda preparazione è ancora più avvincente, una *Millefoglie di pesce bandiera con crema di melanzane e pane croccante su pomodoro ristretto*, un piatto bello da vedere e anche rapido da preparare. È entusiasmante vedere come il quadrato sia ormai un piccolo ristorante su misura, caldo accogliente e pieno di profumi. La cena si conclude con la coccola serale fatta con le pesche flam-



Il pesce bandiera, detto anche sciabola (*Lepidopus caudatus*) ha carne soda e bianca. Si pulisce facilmente, ha poche spine e un sapore delicato.

bate con crema di mascarpone mangiate in pozzetto in pieno relax.

**3 ottobre.** Decidiamo di partire, Armando va a prendere del pesce fresco per la giornata e al suo ritorno molliamo gli ormeggi e ci dirigiamo verso Levanzo. Al nostro arrivo il sole e il silenzio ci invogliano a fare un bagno e a prepararci per gli spaghetti con le vongole, che gustiamo con lo sfondo del paese mentre lo chef svela alcuni trucchi per cucinare al meglio questo piatto.

Per ottenere un condimento cremoso, per esempio, bisogna scolare la pasta qualche minuto prima della completa cottura, questa verrà terminata in padella con un po' di acqua di cottura. In questo modo l'amido della pasta farà da guazzetto. Il resto per quel che riguarda il sapore lo faranno le vongole, che naturalmente devono essere precedentemente spurgate, ossia messe a bagno in acqua con un pugno di sale.

Il pomeriggio passa velocemente e alle ore 19 iniziamo la nostra lezione di cucina. Armando prepara un guazzetto di gamberi da leccarsi i baffi e per finire, triglia e dentice con *brunoise* di verdure croccanti. Queste ultime tagliate a quadratini e sfumate con un pochino di aceto hanno dato un tocco di sapore unico a tutto il piatto.

**4 ottobre.** Ci svegliamo con una leggera pioggia, il tempo è completamente cambiato rispetto dal giorno prima e decidiamo di aspettare qualche ora prima di dirigerci verso Favignana. La mattinata passa allegramente, con qualche passeggiata e uno spuntino a base di pane cunzato (un panino tipico della zona fatto per lo più con pomodoro, origano, formaggio e alici). Per mezzogiorno partiamo alla volta di Favignana. Arrivati in porto, una parte dell'equipaggio va a vedere che cosa offrono i pescatori per la cena e a fare una passeggiata per il centro del paese.

Per pranzo Armando cucina una pasta corta alla trapanese rivisitata con pomodorini secchi, olive verdi, mandorle, capperi e dei calamari che la sera prima ci sono stati regalati a Levanzo da dei marinai che in questo modo



Le mazzancolle ammantate nel bacon con crema di cannellini e spezie.

hanno voluto ringraziarci dell'aiuto che gli abbiamo offerto nelle manovre di ormeggio. Una leccornia divorata felicemente.

Il pomeriggio abbiamo fatto una passeggiata all'ex stabilimento Florio, la tonnara di Favignana, attualmente divenuto polo museale, all'interno del quale è possibile rivivere la storia della pesca del tonno, ricca di tradizioni e figure particolari come quella del *rais*, colui che impartiva gli ordini durante la mattanza e in possesso di alcuni segreti che venivano trasmessi solo da padre in figlio. Una figura ricca di mistero. L'ultimo *rais* della tonnara di Favignana gira ancora per il paese e se si è fortunati è possibile incontrarlo e ascoltarne i racconti.

Il tempo non ne vuole sapere di migliorare così, soddisfatti della gita, decidiamo di andare in barca, dove ci intratteniamo con un aperitivo di carote e sedano in *vinagrette* e *citronette*.

La serata continua con una grigliata di tombarelli accompagnati da una composta al fico d'india e peperoncino. Tutti nel pozzetto per imparare a pulire il pesce: la prima imprescindibile regola è rimuovere accuratamente gli organi interni e le branchie. Poi una volta avviata la cottura ci siamo cimentati nella "composta" che si può preparare in tanti modi e con diversi tipi di frutta, un ottimo sistema per accompagnare alcuni piatti di carne o pesce. In questo caso quella ai fichi d'india e stata una sperimentazione dettata dalla nostra curiosità, una richiesta che Armando ha assecondato sorprendendoci con arte e maestria.

**5 ottobre.** Ci svegliamo con un profumo di biscotti al caramello, l'impasto l'avevamo preparato il pomeriggio precedente. Prepararlo, dice lo chef, "è facile se im-



Per la composta si taglia la frutta a dadini, si mette un filo d'olio in padella, si aggiunge la frutta e la si lascia macerare per bene in cottura. Quindi si aggiungono le spezie e si aggiusta di sale e zucchero per dare una buona sapidità.

pari a non bruciarlo... che e la cosa più difficile". I biscotti sono la degna conclusione del nostro viaggio culinario. Il tempo passa rapidamente con bagni e passeggiate e per pranzo prendiamo il largo e torniamo a Trapani.

Partecipare a quest'avventura culinaria sul mare è stato divertente. In cucina non si finisce mai d'imparare e sperimentare. È proprio questo il bello, e ancor più vedere come la creatività riesca a dar vita a piatti raffinati, gustosi e belli da vedere, con semplicità. A seguire due delle

ricette realizzate dal nostro chef pensate per 4-5 persone.

#### **Millefoglie di pesce bandiera.**

*Ingredienti: 200 gr di pesce bandiera, pane raffermo tagliato a dadini, 1 melanzana grossa, 50 gr di concentrato di pomodoro, 200 gr di pomodorini, 1 spicchio d'aglio, olio e sale quanto basta.*

**Procedimento.** Preparare i crostini di pane riscaldando una padella con un filo d'olio e uno spicchio di aglio e lasciar saltare i dadini di pane finché non sono dorati e croccanti. In una padella far soffriggere i pomodori

a metà in un filo di olio d'oliva, stemperare il concentrato di pomodoro in mezzo bicchiere d'acqua e unirlo ai pomodori in padella. Lasciar cuocere per circa 3 minuti aggiungendo di sale.

Per la crema di melanzane, tagliare le melanzane a fette spesse 2 centimetri farle bollire in acqua e ridurle in purea pressandole con la forchetta. Disponendo di forno microonde, porre le fette in un piatto e coprire con la pellicola per alimenti, posizionare e fare cuocere per 5 minuti alla massima potenza.

Frullare il tutto con un filo d'olio, sale e basilico, fino a trasformarlo in crema e conservarlo da parte. Pulire il pesce bandiera e porzionarlo, cuocere in padella sulla pelle finché non risulta cotto in superficie.

**Guarnizione del piatto:** porre in una fondina il ristretto di pomodoro, disporre al centro i crostini di pane, adagiarvi una quenelle di crema di melanzane e posizionarvi i pezzi di pesce bandiera. Decorare con un foglia di basilico e un filo d'olio d'oliva.

#### **Biscotti al caramello.**

*Ingredienti: 500 gr di farina, 250 gr di burro, 200 gr di zucchero, 100 gr di caramello mou composto da 80 gr di zucchero e 60 gr di panna.*

Preparare un caramello a secco solo con lo zucchero, a parte riscaldare la panna e infine decuocere, ossia aggiungere del liquido al caramello bollente.

**Procedimento per i biscotti:** sabbare il burro e la farina insieme, aggiungere lo zucchero e in ultimo il caramello mou, formare l'impasto, mettere in pellicola e far riposare in frigo. Preparare i biscotti e far cuocere in forno a 180 gradi per 20 minuti. Per i golosi è possibile guarnire con del caramello mou.

**SHAKTI D'INTINOSANTE**



Millefoglie di pesce bandiera con crema di melanzane (a sinistra) e biscotti al caramello (a destra): due ricette da gourmet da preparare anche in barca.