

12 Ottobre 2020

Tutti i segreti della ricotta

Dalla colazione al dessert, passando per primi piatti e le ricette della tradizione, le possibilità sono tante e ogni territorio le interpreta a modo suo



Delizie casearie

La **ricotta** è un latticino dai mille volti. Fresca o al forno, oppure salata, fatta con latte vaccino o di pecora, ma anche di capra, di bufala o mista, le scelte sono tante, quasi quanto i suoi usi che spaziano **dall'antipasto al dolce** con straordinaria naturalezza. Perché la ricotta è così: semplice, leggera e perfetta per ogni palato e combinazione. Si può degustare al naturale senza restare delusi e, allo stesso modo, si lascia impreziosire da condimenti, o diventare essa stessa ingrediente di polpette, torte salate e ricette tradizionali, come accade per il ripieno dei più svariati ravioli e cannelloni. Infine, la ricotta è anche condimento per **primi piatti**, o componente segreto di **celebri dolci**. Ogni territorio la interpreta infatti a suo modo. Un esempio su tutti è la Sicilia, dove non è possibile pensare alla ricotta senza abbinarla alle geometrie della Cassata e agli invitanti cannoli siciliani.

Cassata siciliana: ingredienti arabi e cake design barocco [1]

Ma qual è il segreto della ricotta? Occorre innanzitutto chiarire che non si tratta di un formaggio ottenuto dalla cagliata, bensì di un **latticino** che prende forma attraverso un processo di riutilizzo del siero di latte rimasto da precedenti lavorazioni di formaggio. Il nome stesso parla della sua lavorazione: il termine ricotta deriva infatti dal latino e significa cotto due volte. Si tratta di un prodotto a pasta molle che, per la sua freschezza, va consumato entro pochi giorni dalla preparazione. Inoltre, se si escludono i casi di aggiunta di panna o latte, è considerata un **alimento magro** (con un apporto calorico che varia dalle 130 alle 240 kcal per 100 grammi). A determinare le varianti è specialmente la **scelta del latte** che a seconda dei casi darà vita a un prodotto con sfumature di sapore differenti, da cui deriverà la scelta degli abbinamenti e l'utilizzo in cucina.

La ricotta più delicata è senz'altro quella fatta con **latte di mucca**. Si gusta al naturale, magari accanto ad

insalate o piatti a base di verdure, ma è perfetta anche per condire pastasciutte come i paccheri con cacio e ricotta, o per farcire cannelloni insieme a funghi e salsiccia. Molto utilizzata anche nei dolci come cheesecake o torte caserecce a base di ricotta come quella con pere e cioccolato. La **ricotta di pecora** si differenzia da quella vaccina per il profumo e il sapore più intenso. Molto diffusa nelle regioni del sud Italia, si lascia gustare così com'è e abbinata a marmellate o miele. Inoltre, è alla base di ricette tipiche salate, combinata magari a spinaci o noci; e di dolci tra cui i cannoli siciliani e la cassata. Ad unire le caratteristiche di latte vaccino e ovino ci pensa infine la **ricotta mista** che si colloca dunque tra l'estrema delicatezza della prima e la maggiore decisione di quella ottenuta dal solo latte di pecora.

Il carattere delicato e versatile della ricotta di latte misto [2]

Spaziando tra Campania, Lazio e Puglia, s'incontra la caratteristica **ricotta di bufala** che ha un carattere definito e un profumo persistente, sebbene meno robusto di quello della tipica mozzarella di bufala. Si può gustare in antipasti miscelata con erbe aromatiche oppure in un piatto di spaghetti insieme ai friarielli. Il suo uso è versatile e trova spazio nella realizzazione di innumerevoli piatti salati tra cui anche polpette e pizze rustiche. Il sapore si fa ancora più forte se si passa invece alla **ricotta di capra**: molto digeribile e dall'alto valore nutrizionale è indicata per i bambini e per chi pratica sport, ma anche per concedersi uno stuzzichino dal sapore inaspettato. Lo stesso vale per il gusto della cosiddetta **ricotta salata**. Quest'ultima si ottiene infatti cospargendo di sale le forme che, una volta estratte dai tipici contenitori, vengono lasciate a stagionare su una graticola. La ricotta così ottenuta ha una consistenza dura ed è utile per la preparazione di specialità gastronomiche legate a diverse tradizioni, come ad esempio quella Abruzzese, o semplicemente grattugiata sulla pasta.

I mille volti della ricotta abruzzese, tra piatti tipici e tradizione pastorale [3]

Potrebbe interessarti anche

Crema di lattuga con piccoli canederli di ricotta alla Fior di Frutta Limoni [4]

I segreti della ricotta siciliana [5]

Il carattere delicato e versatile della ricotta di latte misto [2]

Links

[1] <http://territori.coop.it/territori/cassata-siciliana-ingredienti-arabi-e-cake-design-barocco>

[2] <http://territori.coop.it/viaggi/il-carattere-delicato-e-versatile-della-ricotta-di-latte-misto>

[3] <http://territori.coop.it/territori/i-mille-volti-della-ricotta-abruzzese-tra-piatti-tipici-e-tradizione-pastorale>

[4] <http://territori.coop.it/territori/crema-di-lattuga-con-piccoli-canederli-di-ricotta-alla-fior-di-frutta-limoni>

[5] <http://territori.coop.it/territori/i-segreti-della-ricotta-siciliana>