

03 Dicembre 2020

Salsa cren, il lato irresistibile del rafano

Dalla radice di rafano si ottiene una crema speciale con proprietà balsamiche e un sapore che ricorda la senape



Trentino Alto Adige

La salsa di rafano o cren è un crema che soddisfa i palati più forti. Un **wasabi italiano**, direbbero alcuni, il cui sapore, deciso e piccante, appartiene alle tradizioni di diverse regioni del belpaese. **Il rafano** è una radice che cresce spontanea in collina e nei territori montani, soprattutto nelle arde del Nord e sull'appennino Tosco-Emiliano. La crema che si ottiene da questa radice diventa ingrediente capace di fare la differenza, un modo semplice per aggiungere **toni pungenti** ad antipasti e secondi piatti, con la sicurezza che non passeranno inosservati. La salsa cren si può ritrovare in diverse varianti a seconda delle regioni, ma è cara soprattutto alla cucina trentina, veneta e friulana, così come è di casa in Piemonte ed Emilia Romagna.

Rafano, la radice balsamica dalle grandi doti [1]

La **ricetta** per preparare la salsa cren in casa non è difficile. L'importante è stare attenti a bilanciare bene le dosi, e quindi i sapori. Si parte dalla radice del rafano, bianca e allungata, che viene tritata e mischiata con pane e aceto. La preparazione ha diverse sfumature a seconda delle tradizioni, ma il risultato è ovunque speciale: una salsa **decisa, intensa**, che ricorda un po' la senape e un po' la più celebre specialità giapponese. Una **crema densa** e corposa per rendere speciali secondi piatti di carne, e accompagnare al meglio **bolliti e arrostiti**, oppure **zampone e cotechino** che non possono mancare sulle tavole invernali, ma anche piatti a base di **pesce, uova e salsiccia** come si usa nella tradizione gastronomica tedesca e austriaca. La salsa cren è un'ottima soluzione anche per un **aperitivo** più saporito del solito: a tal fine si consiglia di provarlo spalmato su tartine insieme al salmone; oppure accanto al prosciutto cotto in crosta di pane [2] strizzando l'occhio all'usanza triestina.

Nel carattere forte di questa salsa si nascondono inoltre le tante **proprietà del rafano** (chiamato anche barbaforte), una pianta erbacea perenne famosa per essere un **antibiotico naturale**. Potente analgesico, la

radice del rafano gode inoltre di **virtù balsamiche**, il che lo rende un grande alleato per combattere le congestioni nasali, resistere ai primi freddi e ai malanni di stagione. L'arrivo dell'inverno ci dà l'opportunità di scoprire i segreti e il gusto della salsa: una ricetta originale in grado di valorizzare la tavola, di rendere sfizioso un aperitivo, e, non da ultimo, di stupire famiglia e ospiti con un sapore inaspettato.

Potrebbe interessarti anche

Zenzero, rafano e liquirizia: le radici dell'amore [3]

La piccante leggerezza del rafano [4]

Rafano, la radice balsamica dalle grandi doti [1]

Links

[1] <http://territori.coop.it/territori/rafano-la-radice-balsamica-dalle-grandi-doti>

[2] <https://www.territori.coop.it/territori/trieste-laperitivo-si-fa-con-il-prosciutto-cotto-crosta-di-pane>

[3] <http://territori.coop.it/benessere/zenzero-rafano-e-liquirizia-le-radici-dell-amore>

[4] <http://territori.coop.it/benessere/la-piccante-leggerezza-del-rafano>