

### Ricette tipiche veneziane

La cucina tradizionale veneziana è ricca di piatti tipici e gustosi soprattutto a base di pesce. Il pesce costituisce una ovvia dominante nell'alimentazione dei veneziani che da sempre hanno avuto nella laguna la loro fonte primaria di sostentamento e di ricchezza



Il grande rispetto che la Serenissima nutriva per la laguna era simboleggiato dal famoso simbolico sposalizio del Doge con il mare, celebrato ogni anno in occasione della “**Sensa**” (Ascensione). Le autorità inoltre fissavano le dimensioni minime del pescato vendibile ed il suo prezzo. La più antica legge di cui siamo a conoscenza è del 1173 voluta dal doge Sebastiano Zani. In tutti i mercati erano esposti questi importanti dati di vendita ed ancora oggi ne resta traccia, ad esempio nella pescheria di

#### **Rialto**

o di S. Margherita. Il modo tipico di cucinare il pesce a Venezia è sulla “grea” cioè alla griglia e tuttora non è infrequente nelle isole, specie a

#### **Burano**

e

#### **Pellestrina**

veder cucinare all'aperto con questo sistema che spande un appetitoso profumo tutt'intorno. Caratteristica la cottura del “bisato”, anguilla, “su l'ara” che era il forno usato nelle vetrerie muranesi. La laguna offriva anche, con le sue barene, abbondante ed apprezzata cacciagione. Dall'usanza del doge di regalare, ogni dicembre, 5 uccelli marini a ciascun membro del

#### **Maggior Consiglio**

derivò, in sostituzione, nel 1521 il conio della

#### **“osela”**

la famosa moneta d'oro. Ed ancora i vasti orti diffusi in tutte le isole del litorale da

#### **S. Erasmo**

a

#### **Chioggia**

a

### **Murano**

al

### **Lido**

offrivano frutta e verdura in abbondanza. Ancora adesso si possono gustare i prodotti di S. Erasmo come le “castraure” piccoli carciofi dallo spiccato aroma amarognolo, gli “sparasi” asparagi bianchi e le “sparesee” asparagi verdi, l’uva ed i vini tipici dell’isola o la “succa barucca”, tipica zucca dal colore giallo intenso, di Chioggia o ancora i bruscardoli, germogli di luppolo. Il modo tipico di cucinare le verdure è in “tecia” cioè in una teglia dove si è precedentemente scaldato dell’aglio con un po’ d’olio. Molto usate a Venezia erano poi le spezie importate dall’Oriente ed a tal proposito si ricordano gli gnocchi conditi con zucchero e cannella. Dalla dominazione asburgica i veneziani hanno ereditato i “chiffel” paste dolci, simili al “croissant” ma ripiene di un impasto di mandorle, e lo

### **“sprit”**

l’aperitivo diffusissimo in tutti i bar. Per il “forest” (lo straniero) è poi sicuramente insolita l’usanza del

### **“cicheto”**

, spuntino a base di assaggi di pesce (seppioline, folpetti...), di verdura (carciofini, peperoni...) di salumi (musetto, salame...) accompagnato da un’

### **“ombra” di vino**

che si può gustare a tutte le ore nei cosiddetti

### **“bacari”**

, osterie tipiche veneziane. Vogliamo ora ricordare alcune famose ricette della tradizione gastronomica veneziana.

---

### **Anara col pien**

Ingredienti: 1 anatra di circa 1 kg, cuore e fegato dell’anatra, 50 gr di salame con l’aglio, 50 gr di carne di maiale tritata, 50 gr di parmigiano, 1 tuorlo d’uovo, rosmarino, sale, pepe.

Preparazione: si passa l'anatra alla fiamma per togliere le penne residue e quindi si lava sotto l'acqua corrente. A parte si prepara la farcitura mescolando il salame, la carne di maiale, il parmigiano, il cuore ed il fegato tritati, il rosmarino, sale e pepe e l'uovo per "legare" il composto. Quando il composto risulta della consistenza di un polpettone si procede alla farcitura dell'anatra precedentemente salata e pepata esternamente ed internamente. Terminata la farcitura si chiude l'anatra con del filo robusto. Si procede infine alla cottura in forno caldo a 180°.

---

### **Bigoli in salsa**

Ingredienti: 400 gr di bigoli neri, 4 cipolle medie, 4 sardine salate, olio extravergine di oliva, sale, pepe.

Preparazione: tagliare le cipolle a rondelle non troppo sottili e metterle a soffriggere in abbondante olio. Pulire le sardine e togliere il sale. Quando le cipolle saranno ammorbidite, unire le sardine e continuare la cottura fino a che le sardine non si siano sciolte. Nel frattempo procedere con la cottura dei bigoli in abbondante acqua bollente salata. Una volta cotti i bigoli scolarli e condirli con la salsa di cipolle e sardine, eventualmente aggiungendo del pepe appena macinato.

---

## **Risi e bisi**

Ingredienti: 320 gr di riso per minestra, 400 gr di piselli già sbucciati, 1 cipolla, 1 litro di brodo vegetale, sale, pepe, parmigiano, olio extravergine di oliva.

Preparazione: soffriggere i piselli nell'olio caldo con la cipolla tritata. Una volta cotti aggiungere il riso e, un poco alla volta, il brodo vegetale. Una volta cotto il riso aggiungere parmigiano e servire. Il risotto deve essere servito "all'onda", ovvero non deve essere troppo denso.

---

## **Bovoleti consi**

Ingredienti: 750 gr di lumachine d'orto, olio extravergine di oliva, sale, pepe, aglio, prezzemolo, cipolla.

Preparazione: lavare bene le lumachine in acqua corrente e lasciarle a bagno in acqua salata a spurgare per almeno mezz'ora. Una volta trascorso il tempo necessario preparare un soffritto con olio, cipolla, aglio e prezzemolo e quando l'olio è ben caldo unire le lumachine, lasciandole cucinare per 5 minuti circa. Una volta cotte disporre le lumachine in una terrina e condirle con sale, pepe, olio, aglio e prezzemolo. Si gustano preferibilmente fredde. Per estrarre le lumachine dal guscio si usano un apposito spillone e, naturalmente, le mani.

---

## **Canoce lesse**

Ingredienti: 1 kg di cicale di mare, olio extravergine di oliva, sale, pepe, limone, aglio, prezzemolo.

Preparazione: lavare i crostacei e immergerli ancora vivi in acqua bollente salata per circa 5 minuti o sino al comparire della caratteristica schiuma bianca. Scolare e lasciar raffreddare. A parte preparare una salsina con olio, sale, pepe, aglio, succo di limone e prezzemolo. Prendere i crostacei e con l'aiuto delle forbici estrarre la polpa dal guscio e disporli su un piatto da portata cosparsi con la salsina precedentemente preparata. Se l'estrazione completa dal guscio risultasse particolarmente difficoltosa, si consiglia di tagliare solamente le zampe e la parte superiore della corazza. Le canoce più apprezzate sono quelle con il corallo, ovvero pregne di uova dal caratteristico colore arancione, che si trovano nel periodo tardo autunnale.

---

## **Pasta e fasoi**

Ingredienti: 300 gr di fagioli secchi di Lamon, 120 gr di pasta (linguine, ditaloni o altro), 1 cipolla, olio extravergine di oliva, sale, pepe, 1 litro di brodo vegetale.

Preparazione: lasciare a bagno i fagioli secchi per tutta una notte e poi risciacquarli. Versarli in una pentola con un litro di brodo e la cipolla intera e portarli a cottura. Una volta cotti, durante l'ebollizione, aggiungere la pasta e attendere la cottura. Si servono tiepidi ma sono ottimi anche freddi con una macinata di pepe fresco. La tradizione vorrebbe che per renderli più corposi durante la cottura venissero aggiunti dei "fondi" di prosciutto o del musetto ma in alternativa dell'olio extravergine di oliva a fine cottura è più leggero e comunque appetitoso.

---

### **Figà a la venexiana**

Ingredienti: 500 gr di fegato di vitello o di maiale, 500 gr di cipolle bianche, olio extravergine di oliva, sale, pepe.

Preparazione: lavare il fegato e tagliarlo a strisce sottili. Preparare un soffritto con le cipolle e dopo qualche minuto aggiungere il fegato. Appena cotto servirlo caldo con polenta.

---

### **Fritolasse venexiane**

Ingredienti: 200 gr di farina"00", 50 gr di zucchero, 50 gr di uvetta sultanina, 10 gr di lievito di birra, 2 dl di latte, 1 uovo, sale, 1 litro d'olio per friggere.

Preparazione: mescolare in una terrina la farina con lo zucchero e l'uvetta, precedentemente fatta rinvenire nell'acqua, il sale l'uovo, il lievito ed il latte. Quando la pasta ottenuta avrà la giusta consistenza lasciar riposare coperta con un panno per circa un'ora. Quindi friggere a cucchiaiate in olio ben caldo. Si servono spolverizzate di zucchero semolato o a velo.

---

### Galani

Ingredienti: 400 gr di farina "00", 40 gr di burro, 1 uovo e un tuorlo, vino bianco secco q. b., sale, olio per friggere, 50 gr di zucchero, zucchero a velo.

Preparazione: impastare la farina con lo zucchero, il sale, le uova, il burro appena fuso ed il vino. Impastiamo come per una comune pasta per le tagliatelle con l'unica differenza del vino bianco al posto dell'acqua. Quando l'impasto avrà la giusta consistenza stenderlo sottilissimo e ritagliare i "galani" con l'apposita rotellina. Procedere quindi ad una rapida frittura. Servirli abbondantemente spolverati di zucchero a velo o semolato.

---

## **Oseleti scampai**

Ingredienti: 12 fettine di vitello o di maiale, 12 fettine di pancetta affumicata, 12 foglie di salvia, 1/2 bicchiere di vino bianco, sale, pepe, olio extravergine di oliva.

Preparazione: tagliare in tre parti le fettine di vitello o di maiale e fare altrettanto con la pancetta. Prendere degli spiedini di legno e infilare in ciascuno, alternandoli, 3 pezzetti di vitello o maiale, tre di pancetta e una foglia di salvia. Una volta terminati porre gli spiedini su una casseruola a rosolare in abbondante olio o burro, sale e pepe. A metà della cottura aggiungere il vino bianco. Sono ottimi serviti caldi con polenta gialla.

---

## **Antipasto de granceola**

Ingredienti: 4 granceole, olio extravergine di oliva, sale, pepe, il succo di un limone, alloro, 1 gambo di sedano, 1 carota.

Preparazione: immergere le granceole ancora vive in acqua bollente salata e aromatizzata con alloro, sedano e carota. Cuocere per circa 20 minuti. Una volta cotte lasciarle raffreddare e procedere poi al paziente lavoro di estrazione della polpa bianca e dell'eventuale corallo dal guscio. La polpa così ottenuta si condisce con olio, sale, pepe e succo di limone e si dispone, volendo, all'interno degli stessi gusci del granchio preventivamente lavati.



---

## **Riso e patate**

Ingredienti: 320 gr di riso per minestra, 3 patate farinose di media grandezza, 1 litro di brodo vegetale, 1 cipolla, 50 gr di pancetta a dadini, rosmarino, 1 noce di burro, sale, parmigiano, olio extravergine di oliva.

Preparazione: pelare le patate, tagliarle a dadini, salarle e soffriggerle con la pancetta, la cipolla ed il rosmarino. Una volta ammorbidite aggiungere il riso e portarle a cottura allungando con il brodo vegetale. Prima di servire “mantecare” il risotto con burro e parmigiano.

---

## **Sardele in saor**

Ingredienti: 600 gr di sardine, 600 gr di cipolla bianca, 1/2 litro di aceto bianco, 100 gr di pinoli, 100 gr di uvetta sultanina, olio e farina per friggere, sale.

Preparazione: pulire bene le sardine togliendo loro la testa e le interiora. Lavarle, asciugarle, salarle, passarle nella farina e friggerle. A parte preparare un soffritto con le cipolle tagliate a rondelle. Quando la cipolla sarà dorata aggiungere sale, pepe, aceto, pinoli e uvetta. Quando il

composto bolle e l'aceto si è in parte consumato toglierlo dal fuoco. In una terrina disporre a strati le sardine ed il composto con le cipolle. Il saor si mangia uno o due giorni dopo la preparazione.

---

### **Schie co agio e ogio**

Ingredienti: 600 gr di schie, 2 spicchi d'aglio, olio extravergine di oliva, sale, pepe, prezzemolo.

Preparazione: lavare bene le schie in acqua corrente e versarle, ancora vive, in abbondante acqua salata bollente. Dopo pochi minuti, non appena si forma la schiuma scolarle e sgusciarle pazientemente. Condire quindi con olio, sale, pepe, prezzemolo e aglio e servire fredde accompagnate da una fetta di polenta bianca morbida.

---

### **Sepe in tecia col nero**

Ingredienti: 1 kg di seppie, 1 cipolla, 1 spicchio d'aglio, 2 dl di passata di pomodoro, olio extravergine di oliva, sale, pepe, prezzemolo, 1/2 bicchiere d'acqua, 1/2 bicchiere di vino bianco.

Preparazione: pulire le seppie togliendo osso, interiora, rostro, occhi, pelle e mettere da parte alcuni sacchetti di nero. Tagliarle poi a strisce sottili e aggiungerle, salate e pepate, ad un soffritto d'aglio e cipolla. Cuocere per circa un'ora e poi aggiungere il pomodoro con il liquido nero allungato con un po' d'acqua calda e filtrato. Continuare la cottura per un'altra mezz'ora aggiungendo verso la fine il vino bianco. Servirle calde accompagnate da una fetta di polenta.

---

### Sepe roste

Ingredienti: 1 kg di seppie, olio, sale, prezzemolo, aglio.

Preparazione: pulire le seppie togliendo osso, interiora, rostro, occhi, pelle. Lasciarle intere e cuocerle sulla griglia già calda. Preparare un trito di aglio e prezzemolo. Appena le seppie sono cotte condirle con olio, sale e il trito. Buone calde e anche fredde.

---

## **Sparasi co i vovi**

Ingredienti: 1 kg di asparagi bianchi di Bassano, 4 uova sode, sale, pepe, olio extravergine di oliva.

Preparazione: pulire gli asparagi ed eliminare la parte di gambo più dura e sfilacciosa quindi metterli in acqua calda salata e cuocere per 8-10 minuti. Una volta cotti e scolati disporli in un piatto da portata assieme alle uova sode. A parte preparare il condimento a base di sale, pepe, olio ed eventualmente succo di limone. Il composto va versato sugli asparagi caldi prima di servire.

---

## **Fondi in tecia**

Ingredienti: 8 fondi carciofo, olio, sale, pepe, prezzemolo, burro, aglio, passata di pomodoro.

---

Preparazione: mettere i fondi di carciofo in una pentola, tecia, con olio, sale, pepe, aglio, prezzemolo e, volendo, un po' di burro. Cuocere a fuoco lento e a fine cottura, se desideriamo la versione in rosso, aggiungere la passata di pomodoro e correggere di sale.

---

### Risi e suca

Ingredienti: 320 gr di riso per minestra, 500 gr di zucca gialla, una noce di burro, sale, parmigiano, olio extravergine di oliva, 1 litro di brodo vegetale.

Preparazione: pulire la zucca, togliere la scorza e tagliare la polpa a pezzettoni. Cucinare a fuoco lento con olio e sale. Quando la zucca avrà assunto un aspetto cremoso e inizierà a bollire, aggiungere il riso e cucinare del riso mescolando e aggiungendo qualche mestolo di brodo all'occorrenza. Una volta cotto il riso, che deve restare "all'onda", aggiungere burro e parmigiano e servire tiepido.

---

## **Risoto de bisato**

Ingredienti: 400 gr di riso, 400 gr di anguilla giù pulita, cipolla, aglio, sedano, carota, sale, pepe, olio, prezzemolo.

Cuocere il pesce con pochissimo olio e tutti gli odori. Una volta cotto tagliarlo a piccoli pezzi e aggiungere il riso. Portare a cottura bagnando con brodo vegetale o meglio ancora di pesce. Al termine aggiungere il prezzemolo fresco e servire spolverato di formaggio grana.

---

## **Risotto di branzino**

Ingredienti: 2 branzini di circa 400 gr ciascuno, 400 gr di riso, sedano, carota, cipolla, alloro, erba cipollina, sale, olio, prezzemolo.

Lessare il pesce assieme a sedano, carota, cipolla e alloro. Una volta cotto diliscarlo con attenzione. Preparare un soffritto con olio, cipolla, sedano e carota. Quando il soffritto è

imbiondito aggiungere la carne del branzino. Dopo qualche minuto aggiungere il riso. Portare a cottura aggiungendo di tanto in tanto il brodo di lessatura del pesce. Al termine aggiungere prezzemolo ed erba cipollina. Servire caldo.

---

### Pincia

Dosi: ½ kg di farina gialla di mais, 200 gr farina di fiore, 2 uova, 200 gr di uvetta, 100 gr di zucchero 200 gr di fichi secchi spezzettati, una bustina di lievito in polvere, un cucchiaino di semi di finocchio, 50 gr di burro, latte q.b., un pizzico di sale.

Impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto morbido. Imburrare una tortiera e versarvi il composto. Cuocere in forno preriscaldato a 180° per circa 40/50 minuti.

Qualcuno aggiunge pinoli, cedrini e spicchi di mela per renderla più ricca e della grappa per aromatizzarla. In altre varianti non sono presenti le uova. Le proporzioni di farina gialla e bianca inoltre variano a seconda della consistenza che si vuol dare al dolce. Per abbreviare la cottura c'è chi cuoce per una ventina di minuti la polenta nel latte.

---

### Zaleti

Ingredienti: 250 gr di farina gialla di mais, 250 gr di farina "00", 150 gr di zucchero, 200 gr di burro, 4 uova, 100 gr di uvetta sultanina, la scorza grattugiata di un limone, vaniglia, sale.

Preparazione: mettere a bagno l'uvetta per farla rinvenire. Nel frattempo sbattere le uova con lo zucchero e a parte mescolare le due farine con il sale, la vaniglia e la scorza di limone. Unire le uova sbattute, il burro ammorbidito e l'uvetta scolata. Lavorare l'impasto fino ad ottenere un composto omogeneo e compatto (eventualmente aggiungendo del latte per ammorbidirlo). Da questo ricavare dei biscotti rettangolari circa 8x4 cm da porre in forno caldo a 180° per 12 -15 minuti. Una volta pronti i biscotti saranno di un bel colore giallo intenso da cui il nome dialettale: zaleti.

---

### Costesine co le verze sofegae



Ingredienti: 1 cavolo verza, sale, olio, pepe, aglio, 12 costicine di maiale.

Lavare la verza e tagliarla a strisce non troppo sottili. Metterla in una pentola con olio, sale, pepe e aglio. Lasciarla cucinare a fuoco lento per almeno un'ora. Se si asciugano aggiungere olio. Nel frattempo cuocere le costicine. Terminata la cottura di verdura e carne servire il tutto caldo. Per dare più sapore al piatto le costicine possono essere aggiunte alle verze e riscaldate assieme per una decina di minuti.