

AULLA

Anatra alla lunigianese con rapini sfritti

Questa è una ricetta che ho trovato e volentieri ve la ripropongo perché è perfettamente in chiave con lo 'spirito' di contemporaneità e di storia di questo libro.

Per 4 persone

1 anatra

½ di litro di aceto bianco

Una dozzina di foglie di salvia

4 o 5 rametti di rosmarino

1 capo d'aglio

Qualche bacca di ginepro

½ litro di Colli di Luni bianco

Il succo di un'arancia

Olio extravergine di oliva

Sale e pepe

Fate l'anatra a pezzi e sgrassatela il più possibile. In una terrina mettete l'aceto, qualche spicchio d'aglio schiacciato, le foglie di salvia e un rametto di rosmarino e mettete l'anatra in infusione (a marinare) per almeno dodici ore. In un tegame di coccio mettete quattro cucchiaini d'olio, qualche spicchio d'aglio schiacciato e lasciatelo imbiondire. Aggiungete poi i pezzi d'anatra scolata dalla marinata con il rimanente rosmarino. Fate insaporire per qualche minuto a fuoco vivace girando sempre; a questo punto mettete il vino bianco, regolate di sale e pepe. Lasciate cuocere a fuoco medio per circa un'ora, un'ora e mezza (dipende dalla grandezza dell'anatra) e servite subito caldo. Questo piatto si accompagna bene ai 'rapini sfritti', verdura che si trova sempre in Lunigiana e nella lucchesia e che è il contorno ideale per carni arrosto di qualsiasi tipo. Vi consiglio di comprare le rape già pulite e bollite. Tagliate sul tagliere con la mezzaluna due o tre 'palline' di rape cotte e senza scolarle. In un tegame di coccio mettete ad imbiondire tre o quattro spicchi d'aglio schiacciati in quattro cucchiaini d'olio. Quando iniziano a prendere colore aggiungete i rapini e lasciate rosolare a fuoco medio – vivace per due o tre minuti. Abbassate il fuoco, regolate di sale e pepe e lasciate cuocere coperto, avendo cura che non 'attaccino', per circa venti minuti. Se vi sembra che ci sia ancora troppa acqua di vegetazione alzate il fuoco e lasciate evaporare girando sempre.

LE MEDESIME RICETTE ALL'USO DEI TEMPI PASSATI

Anatra alla lunigianese

Questo piatto certamente si potrebbe anche definire Cinquecentesco, sia per il criterio di preparazione, la marinatura, sia per l'abbondanza di spezie 'nostrali' sia per l'uso di sapori dolci – forti. Probabilmente anche in questo caso per esser più vicini alla tradizione Medicea si potrebbero aggiungere ancora pinoli e uvetta. Ma della ricetta dell'anatra con le rape (da non confondersi però con le nostre della ricetta che sono 'cime di rapa') seppure in diverso modo, ce ne dà un esempio Marco Gavio Apicio nel suo *De Re Coquinaria*. Scrive Apicio: «Anatem ex rapis: prepara e fai bollire in acqua l'anatra con sale e aceto, fino a metà cottura. Fai cuocere le rape per togliere il sapore acre. Leva l'anatra dalla pentola e sistemala in un'altra con olio, garum e un mazzetto di porri e coriandolo. Aggiungi una rapa tagliuzzata a pezzettini. Poi versaci sopra del mosto cotto per colorare e prepara la seguente salsa: pepe, cumino, aceto e sugo di cottura. Versa questa salsa sull'anatra e termina la cottura. Condisci con pepe e servi.» Buon appetito, aggringio io!