

A Lapio di Arcugnano con Vittoria Folco

di Francesca Zedda

Nord Africa in tavola alla Scuola dei Sapori

Kous-kous, tabulé, humus di ceci, Vittoria Folco porta il Nord Africa a Vicenza. Anche quest'anno la nota gourmet vicentina nella sua "Scuola di Sapori" di via Costa Bassa a Lapio di Arcugnano propone un ricco calendario di seminari di cucina, che andranno avanti fino a giugno.

Il corso inizia riprendendo il viaggio interrotto nel ciclo di lezioni dello scorso autunno: partiti dall'Asia, gli allievi della Folco continueranno ad avvicinarsi ai sapori della nostra terra facendo tappa questa primavera in quelli dell'Africa e passando, in un secondo momento, per quelli delle Americhe.

Nei primi incontri verranno svelati i segreti di ricette dalle chiare influenze arabe come il kous kous di pesce, e l'insalata che si può preparare con il pesce, meglio

nota come tabulé, l'humus di ceci, una crema ottenuta frullando questi legumi ed arricchendone il gusto con diversi aromi, e le polpettine di pollo alla curcuma.

Dopo le prime lezioni, i piatti tipici della cucina etnica africana lasceranno spazio ai corsi base per la preparazione di ricette più classiche. In queste ore, in programma per marzo, gli allievi impareranno a cucinare prelibatezze come il pollo ficatum, che riprende l'antica tradizione romana di arrostitire il pollo con l'aceto di lamponi, o i ravioli vegetariani al profumo di limone. Negli appuntamenti seguenti, queste prelibatezze impreziosite da erbe e fiori come vuole la tradizione della Scuola di Sapori, cederanno il passo agli appetizer, altra specialità di Vittoria Folco.



L'insalata di pesce "tabulé"