L'*insalata di rinforzo* ha un tocco di genialità, già dal nome. È una portata d'obbligo, a Napoli, nel menù della vigilia di Natale, ma anche dei giorni successivi.
La si preparava anche a casa mia, non saprei dire se perché in qualche modo s'usa anche a Foggia, oppure, più verosimilmente, per le numerose contaminazioni partenopee presenti nella mia famiglia, per parte di padre.
A me che da ragazzo non andavo matto per gli ortaggi e la verdura, quell'insalata era uno strappo alla regola. Mi gustava un sacco quel tripudio insolito ed azzardato di sapori e di colori che compariva in tavola proprio quando il pranzo interminabile della vigilia sembrava volgere al termine.
Di qui il nome, "di rinforzo" quasi ad esorcizzare il rischio di alzarsi da tavola ancora non sazi, e dunque prevenendo il rimpianto d'un cenone troppo frugale.
È assai più d'un contorno, ed assai più d'una insalata: ha una sua dignità di pietanza che pare, anticamente, servisse ad irrobustire i cenoni a base di magro.
C'è chi dà all'etimo anche un altra interpretazione: a Napoli l'insalata di rinforzo non si serve soltanto alla vigilia, ma accompagna tutta la *kermesse* gastronomica natalizia, almeno fino a S.Stefano. Quel che avanza un giorno, viene servito il giorno successivo, opportunamente integrato (ovvero "rinforzato") da altri ingredienti.
E vediamo come si prepara.
L'ingrediente principale è il cavolfiore: uno medio basta per quattro persone. Dopo averlo lavato e tagliato dividendolo in piccole cimette, va lessato in abbondante acqua salata, facendo attenzione che resti bello sodo, e quindi che non cuocia troppo. Gli esperti dicono che dieci minuti nell'acqua bollente sono più che sufficienti. Qualcuno per mantenerlo compatto e farlo durare più a lungo aggiunge all'acqua di cottura un bicchiere di aceto.

Lasciar raffreddare le cimette e quindi porle in un ampia insalatiera in cui dovranno essere aggiunti gli altri ingredienti, che sono veramente tanti: una scarola riccia opportunamente lavata, scolata e sminuzzata (facoltativa), 100 gr. di olive verdi, 100 gr. di olive nere, 50 gr. di capperi sotto sale (preventivamente lavati e dissalati), 100 gr. di sottaceti tagliati a pezzetti, 100 gr. di peperoni privati del torsolo e dei semi e tagliati grossolanamente (bisognerebbe usare quelli napoletani, detti *pappacelle*, che hanno una forma tondeggiante), 6 acciughe sotto sale, pulite e tagliate a pezzetti.
Il tutto va infine condito con pepe, sale, olio extravergine d'oliva e aceto. mescolando con la massima delicatezza, per mantenere integre le cimette di cavolfiore.
Una delizia per il gusto e per la vista, che va servita in tavola prima della frutta e del dolce.
Una interessante variante consiste nell'aggiungere alle dosi indicate 500 gr. di baccala lesso. In questo caso, però, l'insalata perde la sua peculiarità di "rinforzo" e può essere servita come un secondo.

Facebook Comments

Potrebbe interessarti anche:

-

  Sanguinaccio, antico sapore perduto di Carnevale

-

  Risotto alle foglj ammisck: il "riso alla foggiana" dello chef Mario Ognissanti

-

  I sapori della memoria | Cartellate, inno natalizio pugliese e antidoto ai fast food

-

  I sapori della memoria | La monumentale Zuppetta di San Severo, il pancotto di Natale

Clicca sul pulsante per scaricare l'articolo in Pdf

Hits: 1092