



LA NEWSLETTER DELLE RICETTE TIPICHE GIUGNO = PIZZA ROSSINI



Non sei stato davvero a Pesaro se non assaggi la Pizza rossini, nelle sue molteplici varianti! La Pizza Rossini infatti è l'autentica specialità di Pesaro, nata negli anni '60 come raffinato stuzzichino da bar e pasticceria.

Le origini

È una pizza classica guarnita con salsa di pomodoro, mozzarella (nella variante del pizzaiolo) o solo pomodoro (nella versione originale da bar), arricchita in superficie con fette di uovo sodo e maionese. Accostamento da tanti criticato ma alla fine apprezzato da molti. Fu inventata dal pasticcere Aldo Montesi (o, secondo altre fonti locali, dalla storica pasticceria Alberini) per servire uno snack salato agli studenti e accompagnare l'aperitivo. Prende ovviamente il nome dal celebre compositore pesarese Gioachino Rossini.



La ricetta

Ingredienti

300 g Farina 00

3 g Lievito di birra fresco

180 ml Acqua

1 cucchiaino Olio extravergine d'oliva

4 g Sale

PER LA FARCITURA

200 g Passata di pomodoro

200 g Mozzarella

4 Uova sode

6 cucchiaini Maionese

q.b. Origano

q.b. Olio extravergine d'oliva

q.b. Sale

PROCEDIMENTO

Per la realizzazione della pizza Rossini, sbriciolare il lievito di birra all'interno di una ciotolina e unire l'acqua a temperatura ambiente. Mescolare fino a quando il lievito sarà sciolto del tutto. In una ciotola capiente, o nella planetaria, versare la farina ed aggiungere il composto di lievito e acqua. Iniziare ad impastare. Unire anche il sale e l'olio extravergine di oliva; impastare fino a quando il composto non prenderà forma: dovrà risultare una massa compatta e morbida che non si attacchi alle mani o alla ciotola. Coprire la ciotola con la pellicola e far lievitare l'impasto per quattro ore, fino al raddoppio del volume. Trascorso il tempo di lievitazione, prendere l'impasto dividerlo in due panetti uguali e metterli nelle teglie unte. Stendere l'impasto all'interno delle teglie con l'aiuto delle mani e far lievitare per altre 3/4 ore, lontano dagli spifferi, meglio se nel forno spento. Condire la passata di pomodoro con dell'olio extravergine di oliva, sale e una spolverata di origano. Una volta trascorso il tempo di lievitazione distribuire il pomodoro sulle pizze. Cuocere nel forno già caldo a 220°C per 5 minuti, poi sfornare e

aggiungere la mozzarella tritata. Rimettere in forno e far cuocere per altri 5 minuti, o fino a cottura desiderata. Una volta sfornate le pizze adagiare le uova sode tagliate a fettine e condirle con la maionese. Servire e buon appetito!

CURIOSITA'

Dal 21 giugno, in occasione della Giornata Europea della Musica, fino al 24 agosto, arriva a Pesaro "Rossini qua, Rossini là – estate rossiniana nella Città della Musica", che riunisce sessanta appuntamenti promossi dal Comune di Pesaro insieme a venti principali istituzioni culturali e musicali del territorio. Così concerti, incontri, visite guidate, laboratori, mostre e iniziative divulgative accompagneranno cittadini e visitatori alla scoperta della figura, dell'opera e dell'eredità culturale di Gioachino Rossini. Non mancheranno musica e ovviamente cibo, visto che Rossini stesso era proprio un buongustaio!

PILLOLE DI SICUREZZA ALIMENTARE

Molecole benefiche prodotte dalla fermentazione spontanea dell'impasto madre

Quando addentiamo una pizza stesa a regola d'arte, soffice e con il cornicione alveolato, attribuiamo il merito alla maestria del pizzaiolo. Ma la vera magia accade a livello microscopico. Dietro il profumo inconfondibile e la digeribilità superiore di un impasto con **lievito madre** (o pasta madre) si nasconde un vero e proprio laboratorio biochimico vibrante di vita.

A differenza del lievito di birra commerciale (composto da un unico ceppo di fungo, il *Saccharomyces cerevisiae*), la pasta madre è un ecosistema complesso dove convivono in armonia **lieviti selvaggi** e **batteri lattici** (LAB, *Lactic Acid Bacteria*). È proprio questa biodiversità a generare una serie di molecole straordinariamente benefiche per il nostro organismo. Vediamo quali sono le principali.

Acido Lattico e Acido Acetico

Durante la lunghissima fermentazione della pizza, i batteri lattici "mangiano" gli zuccheri della farina e producono principalmente due molecole: **acido lattico** e **acido acetico**.

Abbassano il pH dell'impasto, rendendolo leggermente acido. Questa acidità non solo conferisce quel sapore aromatico e rotondo, ma attiva gli enzimi stessi della farina (le proteasi). Questi enzimi iniziano a "pre-digerire" le proteine del grano, spezzettando la fitta rete del glutine in frammenti più piccoli (aminoacidi).

Beneficio: Il nostro stomaco riceve un impasto virtualmente già parzialmente demolito, riducendo drasticamente la sensazione di gonfiore e pesantezza tipica delle lievitazioni troppo rapide.

L'Acido Fitico Demolito

I chicchi di grano contengono naturalmente **acido fitico**, una molecola considerata un "anti-nutriente". L'acido fitico si lega a minerali preziosi come ferro, zinco, magnesio e calcio, impedendo al nostro intestino di assorbirli.

L'ambiente acido creato dalla pasta madre attiva un enzima chiamato **fitasi**. Questo enzima fa a pezzi l'acido fitico, liberando i minerali.

Beneficio: La pizza con lievito madre non è solo più leggera, ma diventa biologicamente più nutriente, permettendo al nostro corpo di assimilare molti più sali minerali.

CSR Marche 2023-2027 intervento SRH04 prog. Id. 76702 che prevede il contributo comunitario



CSR Marche 2023-2027 intervento SRH04 prog. Id. 76702 che prevede il contributo comunitario