

Tre ricette di alta cucina che ti faranno innamorare delle frattaglie

scritto da Gabriele Pasca | 21/07/2023



Come la cucina stellata, le nuove tendenze gastronomiche e l'attenzione crescente per la sostenibilità alimentare stanno cambiando la percezione e l'utilizzo delle frattaglie. Dalla rielaborazione di ricette tradizionali all'esplorazione delle frattaglie ittiche, ecco tre straordinari esempi di cucina di alta gamma

Cibo di second'ordine? Non ditelo alle frattaglie, o quinto quarto, che negli ultimi anni sta vivendo un vero e proprio periodo di riscoperta e valorizzazione.

La riscoperta delle frattaglie

Una volta considerate parte di una cucina povera, relegata alla periferia del palato collettivo, le **frattaglie sono oggi al centro di un rinnovamento** che spazia da ristoranti stellati Michelin a food truck di tendenza. Un modo per ridurre gli sprechi, utilizzare interamente l'animale e, allo stesso tempo, offrire piatti audaci.. E, a dispetto di ciò che si potrebbe pensare, non si tratta solo di "riutilizzare" parti dell'animale altrimenti destinate alla spazzatura.

Chef di fama mondiale, come **Fergus Henderson** in Inghilterra e **Chris Cosentino** negli Stati Uniti, hanno sdoganato l'uso delle frattaglie, ridando loro dignità e dimostrando come queste parti dell'animale possano essere trasformate in piatti squisiti, versatili e ricchi di sapore. A seguire questa corrente, numerosi sono i ristoranti che stanno rivoluzionando il loro menù, accogliendo a braccia aperte la rinascita delle frattaglie.

L'anatomia del quinto quarto

Le frattaglie o interiora sono parti dell'animale che non rientrano nella categoria dei muscoli. A volte chiamate "*fifth quarter*" o "quinto quarto", in riferimento al fatto che rappresentano quasi un quarto del peso totale di un animale, sono state a lungo una fonte di nutrimento fondamentale per molte culture.

Ricche di nutrienti e spesso di **sapore più intenso rispetto alla carne muscolare**, le frattaglie hanno svolto un ruolo importante nella cucina umana per millenni, permettendo infatti di utilizzare l'animale nella sua interezza, riducendo gli sprechi e rispettando il ciclo della vita, un concetto conosciuto come "nose-to-tail" o "dal naso alla coda".

Esistono numerosi tagli che variano considerevolmente in gusto e consistenza. Fegato, reni, cuore, trippa, cervello, lingua, orecchie, coda, piedi: ogni organo possiede un sapore unico e un modo di preparazione caratteristico che ne esalta le proprietà.

Il **fegato**, con la sua consistenza morbida e il suo sapore deciso, è probabilmente tra i più conosciuti. Da qui derivano delizie come il **fegato alla veneziana** o il **paté**, ricco e vellutato. Lo **stomaco o trippa** è un ingrediente fondamentale in molte zuppe e stufati in tutto il mondo, dalla menudo messicana alla trippa alla fiorentina.

Il rivoluzionario uso delle frattaglie ittiche

La nuova tendenza che sta emergendo in questa rinascita delle frattaglie riguarda l'uso dei pesci. Mentre molte persone sono familiari con la pratica di mangiare frattaglie di animali terrestri, meno noto è l'uso di parti simili provenienti dal mondo ittico.

Cuochi avventurosi e innovativi stanno esplorando le possibilità offerte da parti di pesce tradizionalmente scartate, come il fegato, le gonadi o persino le branchie. La cucina giapponese, ad esempio, è famosa per l'uso di **shirako**, ovvero le **gonadi del pesce**.

Inoltre, il fegato di alcuni pesci, come il merluzzo e l'halibut, è noto per il suo sapore ricco e la sua consistenza vellutata. Spesso paragonato al foie gras, può essere servito crudo in insalata, cotto in padella o usato per creare salse dense e saporite.

I reni, ricchi di sapore, vengono solitamente brasati o grigliati e sono un elemento chiave in piatti come il tradizionale "**steak and kidney pie**" britannico.

Riscoprire queste parti dimenticate dell'animale è un'avventura gastronomica che vale la pena di intraprendere.

La gastronomia del quinto quarto: tre casi di studio

Diversi chef di fama internazionale stanno reinterpretando queste parti "meno nobili" in piatti sorprendenti e squisiti, dimostrando che la bellezza e il sapore possono risiedere anche dove meno ce lo aspettiamo.

Noi **abbiamo selezionato tre ristoranti di prestigio**, ciascuno con la propria ricetta virtuosa che mette in evidenza le frattaglie in maniera innovativa. Ecco, quindi, come questi maestri della cucina stanno utilizzando il quinto quarto per creare piatti straordinari.

Zia Restaurant, Roma (1 stella Michelin)

A Roma, la creatività culinaria dello chef **Antonio Ziantoni** brilla attraverso la reinterpretazione moderna delle tradizionali **animelle di vitello** allo [Zia Restaurant](#), una stella Michelin. Il piatto è un sapiente mix di sapore e texture, con *animelle farcite con pomodori secchi, mozzarella e origano, impanate e poi cotte al forno*. Il tutto è arricchito da un jus di vitello densamente aromatico, una setosa fonduta di robiola tre lattini, puntarelle e erbe di stagione crude. Questo piatto esemplifica il modo in cui le frattaglie possono essere trasformate in una creazione gastronomica di alto livello, con tecniche di cottura che esaltano il sapore delle animelle.

Osteria degli Assonica, Sorisole, Bergamo (1 stella Michelin)

Al nord, nell'[Osteria degli Assonica](#) a Sorisole, gli chef **Alex e Vittorio Manzoni** stanno rivoluzionando il concetto di frattaglie di pesce con la loro innovativa *Trippa di baccalà, porri, 'nduja e pinoli*. Questo piatto gioca con contrasti di consistenza e sapore: la texture collaginoso del baccalà, la dolcezza della crema di porro brasato, l'acidità del coriandolo fermentato e il piccante della salsa all'anduja. Il piatto, inserito nel menu "**I Successi**", è un esempio di come le frattaglie di pesce possano offrire un'esperienza culinaria deliziosa e inaspettata.

Ristorante Le Logge del Vignola, Montepulciano, Siena

Per finire, ci spostiamo nel cuore della Toscana, al [Ristorante Le Logge del Vignola](#) di Montepulciano, dove lo **chef Carlo Gutierrez** ci propone un *Patè di fegatini di pollo servito in una cassetta di pane al caffè*, piatto in carta sin dal 2001. Questa sofisticata creazione viene completata con una pera speziata e una dolce salsa al vino cotto. Un piatto che mette in mostra la versatilità delle frattaglie e come, attraverso tecniche culinarie moderne, si possono elevare a veri e propri capolavori della gastronomia.

Frattaglie e sostenibilità: un ritorno alle radici

Insomma, che si tratti di **animelle di vitello farcite**, **trippa di baccalà** o **paté di fegatini di pollo**, questi piatti dimostrano che le frattaglie possono occupare un posto d'onore nella gastronomia contemporanea.

In particolare, l'uso innovativo delle frattaglie di pesce rappresenta un passo importante verso una maggiore consapevolezza dell'importanza di un approccio sostenibile alla cucina.

E per quanto la tendenza possa sembrare moderna, non dobbiamo dimenticare che si tratta di una riscoperta delle nostre radici. Le frattaglie, in fondo, erano una volta una parte centrale della dieta quotidiana, apprezzate per il loro sapore e la loro nutrizione.

Che sia per curiosità, passione culinaria o impegno etico, vale la pena dare alle frattaglie una seconda possibilità. Non solo contribuiremo a un futuro più sostenibile, ma scopriremo anche nuovi sapori lungo il cammino.