



La legge del gusto: la nuova vita di Lorenzo e Adele all'Osteria degli Avvocati

Due ex legali che hanno cambiato strada per seguire una vocazione più profonda: la cucina. Nel loro locale in Via Trionfale a Roma, il baccalà diventa un racconto gastronomico tra accoglienza sincera e tradizione romana riletta con rigore

C'è chi, davanti a una crisi professionale o personale, si limita a immaginare una svolta. E chi, come **Lorenzo Giacco** e **Adele De Quattro**, decide invece di compierla davvero.

La loro storia nasce da un “molto tutto e cambio vita” che non ha nulla di impulsivo, ma molto di lucido: chiudere il capitolo della carriera forense e riscriverlo in cucina.

Oggi l'**Osteria degli Avvocati** – nella nuova sede di Via Trionfale, nel quartiere Prati di **Roma** – è il risultato di un sogno coltivato con disciplina, studio e un talento che ha trovato finalmente il suo spazio naturale.

Lorenzo in cucina e Adele in sala dimostrano che cambiare strada non significa scappare, ma coraggio di ascoltare se stessi, e dare vita ad una trattoria dove il **baccalà** diventa identità e non semplice ingrediente.

Storie di gusto, dal diritto alla cucina

Lorenzo Giacco, avvocato, che da bambino sognava l'alberghiero e respirava l'arte dell'ospitalità grazie al padre barman, ha lasciato la dirigenza aziendale dopo una crisi morale che gli ha imposto un cambio di prospettiva.

È ripartito dal fondo della gerarchia, con la determinazione di chi vuole apprendere ogni gesto della cucina. Da lavapiatti nei ristoranti a studi, corsi di specializzazione, dalla bassa temperatura alla sfilettatura giapponese. Ha organizzato cene, cucinato per i figli, giudici severi quanto necessari.

Un percorso rapido e ambizioso che dodici mesi dopo lo porta persino in TV, alla **Prova del Cuoco**, per poi approdare a ristoranti importanti. Ma la meta era un'altra: un luogo tutto suo, dove mettere in tavola un'idea precisa.

Sua moglie **Adele De Quattro** arriva con un dottorato in diritto ambientale e uno studio legale a Napoli alle spalle. Incontra Lorenzo, che la conquista attraverso i suoi piatti e scopre che un ristorante è molto più della cucina: è gestione, comunicazione, sostenibilità. Quando decidono di aprire insieme, lascia lo studio senza esitazioni.

Nasce così, nel 2020, l'**Osteria degli Avvocati**: il nome è una firma, un manifesto di trasformazione.



L'Osteria degli Avvocati nella nuova sede di Via Trionfale 92 nel quartiere Prati a Roma (Foto © Ufficio Stampa).

Una filosofia essenziale e rigorosa

La “nuova casa” di **Lorenzo e Adele** è una trattoria elegante su due livelli, trentasei coperti interni e dodici nel dehors. Legno, rimandi al passato degli anni '70, in un'atmosfera che bilancia sobrietà e calore.

All'**Osteria degli Avvocati** la cucina è un principio, prima che un mestiere: rispetto della materia prima, stagionalità, zero sprechi. Una visione nutrita dal passato giuridico di entrambi, tradotta in metodo e coerenza.

Il **menù cambia ogni tre mesi**, seguendo i ritmi della terra. Non esistono surgelati: tutto è fresco, quotidiano, trattato come si faceva in casa una volta. I vegetali inoltre sono protagonisti, non alternative. Le proposte vegetariane e vegane non sono infatti un'aggiunta di cortesia, ma una sfida tecnica. Non è un caso che la nuova sede di Via Trionfale ha preso il posto del primo ristorante vegetariano di Roma.

Gli scarti diventano risorse grazie agli essiccatori che trasformano bucce, sedano, pomodoro e altre verdure in sughi, spezie e polveri aromatiche. La tecnica – dal sottovuoto alla CBT, dalla tempura con farina di riso alla vaso cottura – è un mezzo, mai un fine.

Il risultato è una cucina che appare semplice ma nasce da una precisione meticolosa, nutrita da relazioni autentiche con piccoli produttori locali e una filiera corta che dà concretezza alla loro idea di sostenibilità.



Baccalà selvaggio islandese CBT con datterini scoppiati in forno, patate, capperi, uvetta e olive (Foto © Malinda Sassu).

Il baccalà tra ricordo, tecnica e identità

Il filo conduttore della cucina è un pesce che molti considerano umile: il [baccalà](#). Non un vezzo, ma un filo narrativo che attraversa antipasti, primi e secondi.

Per Lorenzo è un ricordo di casa: il piatto che la madre preparava ogni venerdì e che da ragazzo non amava, ma che da adulto ha riscoperto con un'altra consapevolezza. Ha studiato la sua storia, la sua funzione, la genialità della conservazione sotto sale. Ha compreso la sua versatilità e la sincerità di un alimento che "non puoi falsare".

All'**Osteria degli Avvocati** il baccalà non è solo un omaggio alla tradizione romana: è la sua evoluzione naturale, un pesce povero e nobile insieme, antico eppure contemporaneo, che appartiene alla memoria collettiva.

Le cotture sono leggere e rispettose: tempura leggera con farina di riso per preservarne il gusto,

CBT per esaltarne la texture, mantecature delicate per lasciare parlare la materia. La selezione è meticolosa su prodotto arriva dissalato lentamente sotto acqua corrente per sette giorni: per i secondi arriva dalle **Isole Faroe**, taglio generoso e consistenza avvolgente. Per il mantecato degli antipasti si preferisce l'**origine portoghese**, carne tenera che evoca delicatezza.

Il risultato è una proposta che ne esplora ogni potenzialità senza snaturarlo, trasformandolo in un elemento identitario del ristorante.



Spaghettoni di Adele, il primo piatto a base di baccalà dello chef Lorenzo Giacco (Foto © Malinda Sassu).

Antipasti e primi piatti che raccontano la tradizione

Il percorso gastronomico si apre con un ventaglio di entrées che introducono la filosofia della casa. Dalle *polpette di bollito con cicoria ripassata e mostarda di frutta* a quelle di *melanzane in salsa di pomodoro* che rievocano la cucina domestica.

Il baccalà entra in scena con personalità nei *filetti selvaggi islandesi in tempura*, asciutti e leggeri, e nel *mantecato portoghese servito con carasau croccante*, oppure nell'*insalata con fagiolini e patate*, dove la sapidità trova un appoggio fresco e vegetale.

Nei **primi piatti** la romanità domina senza esitazioni: carbonara, gricia, amatriciana e cacio e pepe vengono eseguite con rigore e ingredienti selezionati. Non mancano interpretazioni

identitarie come gli *gnocchi alla romana su crema di datterino* e gli *Spaghettoni di Adele*, un piatto che intreccia Mediterraneo e tecnica: pasta Gentile, baccalà selvaggio islandese, datterino giallo, capperi, olive taggiasche e origano calabrese.



Baccarciofo, carciofo romanesco CBT ripieno di baccalà mantecato, panato nel panko e fritto (Foto © Malinda Sassu).

L'espressione piena della cucina di Lorenzo Giacco

Il capitolo dei **secondi piatti** rappresenta la sintesi ideale della visione dello chef. Il *Baccarciofo*, carciofo romanesco CBT ripieno di baccalà mantecato, panato nel panko e fritto, racconta la tradizione attraverso un gesto contemporaneo e misurato. Due simboli della cucina romana in un'invenzione croccante fuori e cremosa dentro due simboli

Il *baccalà selvaggio islandese cotto a bassa temperatura con datterini scoppiati in forno, patate, capperi, uvetta e olive taggiasche* è invece un intreccio calibrato di contrasti: dolcezze, acidità, note sapide e aromatiche che convivono con naturalezza. Un piatto che celebra la pazienza.

Il dolce finale tra memoria e artigianalità

I dolci potrebbero raccontare di più della filosofia del locale ma omaggiano comunque la tradizione, dal *Tiramisù al Bicchiere* alla *Mousse di Ricotta e Visciole*. La collaborazione recente

con una pasticceria viterbese porta monoporzioni delicate e golose, da accompagnare con amari e distillati selezionati da Adele.

Graziosa la carta dei vini proposta con pagine dedicate alle aziende e una buona scelta di vini in accompagnamento all'intero menù.

Lorenzo e Adele hanno costruito un luogo dove la cucina diventa linguaggio, dove ogni preparazione riflette empatia e percorso condiviso. Niente ricerca di effetto, niente concessioni all'estetica social.

L'ingrediente resta al centro, sempre.

OSTERIA DEGLI AVVOCATI

Via Trionfale 92/94 – Roma

www.osteriadegliavvocati.it

Data di creazione

26/11/2025

Autore

malinda-sassu