



Patate al cartoccio ripiene, come arricchire un ingrediente povero

Una ricetta estremamente semplice che regala un piatto straordinario. La purea viene estratta, mantecata, riposizionata nella buccia croccante delle patate e insaporita con gli ingredienti che ci suggerisce la fantasia.



Patate al cartoccio ripiene con salsiccia e pesto (Foto © Paola Alemanno).

Le **patate al cartoccio ripiene** rappresentano un piatto unico perché si tratta di un tubero molto energetico e nutriente mentre la farcitura le renderà davvero golosissime.

Ingrediente povero ma sostanzioso, accessibili a tutti, le patate possono essere cucinate in infinite modalità. Le abbiamo viste fritte, bollite, schiacciate, protagoniste di primi e secondi piatti ma, in questo caso, le proponiamo al **cartoccio**, un metodo semplice ed efficace.

Si mettono in forno per circa un'ora e, intanto, ci potremo occupare di altre faccende senza preoccupazioni.

Origini e superstizioni sulla patata

[La patata](#) è un tubero originario dell'America Meridionale, giunta in Europa verso la metà del XVI secolo grazie ai conquistadores spagnoli.

Inizialmente la sua diffusione fu scarsa per la differenza di clima e per il suo aspetto esteriore. La patata era considerata "brutta" e alcuni sostenevano potesse persino causare la lebbra. Inoltre, non essendo citata nella Bibbia, si riteneva che non fosse commestibile e veniva accostata al diavolo.

Il boom della produzione si ebbe molto più tardi, verso la metà del XVIII secolo, quando crebbe la

popolazione e nacque la necessità di fornire un cibo ricco di calorie e allo stesso tempo con un periodo breve di maturazione.

Bucce delle patate: vietato gettarle nell'umido

Della patata si mangia tutto, anche – e soprattutto – la buccia perché contiene sostanze eccellenti per il nostro corpo come potassio, vitamine e fibre.

In questa ricetta abbiamo utilizzato la varietà di **patata a pasta bianca**, farinosa e tendente a spappolarsi in cottura. La purea viene estratta e mantecata – oltre che con burro/olio e sale – con i formaggi che più vi piacciono: scamorza, provola, certosa, stracciatella, ecc.

Nella preparazione ci si può sbizzarrire arricchendo la patata con i propri ingredienti preferiti. In questo caso, abbiamo farcito un tubero con fontina, speck e rucola, mentre l'altro con [Parmigiano Reggiano](#), salsiccia e [pesto genovese](#).



Patate al cartoccio ripiene di rucola e speck (Foto © Paola Alemanno).

Ricetta patate al cartoccio ripiene

Data di creazione

06/03/2019

Autore

paola-alemanno