



Chiacchieroni

A N I T A L I A N P O D C A S T

Ciao a tutti e benvenuti su Chiacchieroni, il podcast per imparare l'italiano un po' alla volta.

Se vi state chiedendo perché ho chiamato questo podcast Chiacchieroni, beh, la risposta è semplice: continuate ad ascoltarmi un pochino ogni giorno, e diventerete davvero dei grandissimi chiacchieroni!

Cominciamo subito!

Episodio numero 5

Cultura: piatti estivi

Buongiorno a tutti gli ascoltatori e ascoltatrici di Chiacchieroni!

Iniziamo una nuova puntata del podcast e... io sento già un languorino.

Languorino

Sai cos'è un languorino? È quando inizi ad aver fame, quando non vedi l'ora di assaggiare qualcosa, ma non è ancora pranzo o cena.

Magari sei in giro e vedi una bella torta nella vetrina di una pasticceria. Oppure passeggiando trovi dei ragazzi seduti al bar a fare aperitivo, e ti viene un languorino vedendo le patatine e i tramezzini.

Ecco, parlandone così, il languorino è venuto a me! Cerco di non pensarci e ti presento l'argomento di oggi. Parleremo di piatti preferiti dagli italiani in estate!

Inutile dirlo, quando fa caldo non abbiamo voglia di mangiare cose pesanti, troppo condite oppure calde... anche se c'è sempre chi lo fa, e secondo me a volte sfidano perfino le leggi della fisica!

Nei mesi estivi, diciamo da giugno fino a settembre, il tipo di cucina quotidiana, i piatti che mangiamo ogni giorno, cambiano e si adattano al clima. Diventano più leggeri e più facili da digerire, includono molta più frutta e verdura.

Cucine regionali

Ah, una cosa importante: ogni regione italiana ha una varietà incredibile di piatti tipici. A volte penso che chi viene qui in Italia dovrebbe veramente fare un viaggio culinario, dedicato alla scoperta delle cucine regionali.... C'è da leccarsi i baffi!

Leccarsi i baffi

Soffermiamoci un attimo su questa espressione: **leccarsi i baffi**. Significa che non vediamo l'ora di mangiare una cosa che ci piace parecchio.

Io ad esempio mi lecco i baffi quando vedo la pizza... per me è semplicemente irresistibile. Oppure mi lecco i baffi davanti a un sacchetto di pop corn, li adoro!

E tu, per cosa ti lecchi i baffi? A molte persone succede con i dolci, con le torte e i pasticcini ad esempio. E non hanno tutti i torti! Mmm, penso proprio che dedicherò una puntata a questo tema... i dolci italiani, sì!

I piatti estivi

Ma veniamo al tema di oggi, quello che mi provoca quel languorino: i piatti estivi. Te ne descriverò alcuni, sono soprattutto dei primi.

I primi

Ci sono 2 piatti che gli italiani amano particolarmente d'estate, e il primo di questi è l'insalata di riso.

L'insalata di riso

L'insalata di riso è una ricetta molto semplice da fare, si prende un po' di riso, lo si cucina e poi lo si condisce con verdure come peperoni, pomodoro, mais e olive, e c'è chi ci mette un po' würstel.

La maggior parte delle persone prende dei preparati per insalata di riso al supermercato. Ci sono dei vasetti con il condimento già pronto e alcuni non sono per niente male. Di solito, per fare prima facciamo così, anche se i puristi della cucina avrebbero da dire qualcosa in proposito!

Altrimenti si possono preparare gli ingredienti a parte: a me piace cucinare i peperoni in una padella insieme al pomodoro. Poi aggiungo le olive, il mais e un po' di mozzarella a cubetti piccoli. Qualche foglia di basilico tritato oppure di menta, e il gioco è fatto!

Il gioco è fatto

Ah, il gioco è fatto vuol dire che hai finito il tuo compito nel migliore dei modi, ci sei riuscito, è tutto a posto.

Di solito, quando prepariamo l'insalata di riso ne cuciniamo un bel po' perché poi la mettiamo in frigo e dura per parecchi giorni.

Ecco, ovviamente sai già che per quella settimana il tuo pranzo sarà composto solo ed esclusivamente da insalata di riso! Quando me la porto al lavoro, ad esempio, i colleghi cominciano a prendermi in giro e a contare per quanti giorni consecutivi la mangio *"Ah, ecco, questo è il quarto giorno! Vuoi un po' del mio pranzo?!"*

"Ancora insalata di riso? Ma non ti va fuori dalle orecchie ormai?!"

Andare fuori dalle orecchie

Significa non poterne più di qualcosa, essersi stancati, fare una cosa talmente tanto che non ne puoi più. La tua pazienza è finita, basta.

Ti sei talmente riempito (di cibo, di chiacchiere, di pensieri... insomma di tutto), che il tuo corpo non ne può più, ed è come se tutto uscisse fuori... dalle orecchie appunto!

Ah, ultima cosa. L'insalata di riso può essere fatta anche con l'orzo o con il farro, ci piacciono i cereali! E c'è chi aggiunge anche un po' di maionese, ma allora bisogna mangiarla tutta in pochi giorni, altrimenti va a male, diventa cattiva.

Pasta fredda

Un altro piatto amatissimo è la pasta fredda, cioè la pasta che viene cotta e lasciata raffreddare. Successivamente viene condita con verdure come pomodoro, zucchine, peperoni e poi mozzarella, tonno, mais, basilico, erba cipollina, origano eccetera. Non c'è una ricetta specifica, ognuno mette quello che ha e quello che preferisce. A volte usiamo lo stesso condimento dell'insalata di riso.

Anche in questo caso ne prepariamo un bel po', così poi la mettiamo in frigo e ci dura per giorni.

Prosciutto e melone

Il prosciutto e melone lo troverai spesso anche al ristorante come antipasto oppure come primo piatto... ma difficilmente troverai insalata di riso o pasta fredda, quelli sono piatti che vengono preparati più in famiglia, nella vita quotidiana.

Prosciutto e melone sono un abbinamento perfetto secondo me: il prosciutto è abbastanza salato e si sposa bene con la dolcezza del melone.

Qui in Italia, d'estate, si mangia tantissimo il melone e c'è sempre il solito dibattito tra chi lo preferisce e chi invece va matto per l'anguria. Sono i due frutti simbolo dell'estate perché sono freschi e dissetanti, specialmente l'anguria! Io li adoro entrambi e ne consumo grandi quantità in questo periodo.

Caprese

Un altro piatto che amo moltissimo è la caprese, fatta con fette di pomodoro e di mozzarella, qualche foglia di basilico fresco e un filo d'olio. Semplice, leggero e super estivo! La possono fare tutti, e normalmente al ristorante la puoi trovare... ma costa sempre più del necessario!

Questi erano i piatti più gettonati, quelli più scelti, più apprezzati, dalla gente in estate. Ovviamente consumiamo anche molta più verdura come zucchine (fritte, al vapore, crude...), melanzane, pomodoro, carote, insalata. E anche più frutta come pesche, albicocche, meloni, angurie, susine e tanto altro. Però ora vado che ho fame, ok?!

Bene, per oggi ci fermiamo qui.

Se vuoi leggere la trascrizione in pdf di questo episodio ti basterà scrivermi una mail a info@chiacchieroni.it e ogni volta che ce n'è uno di nuovo la riceverai. Potrai riascoltarlo seguendo comodamente la trascrizione, e se hai dubbi o domande, beh, io sono qui e non vedo l'ora di risponderti.

Grazie per avermi fatto compagnia e ci risentiamo nel prossimo episodio, ciao!