

Edizione
Straordinaria

FIRENZE, SABATO 8
SETTEMBRE 1979

CIBRÈO

RISTORANTE
& COCKTAIL BAR

L'Orto Bioattivo
di Firenze



L'ORTO CON L'ANIMA.
*La coltura bioattiva di Andrea,
fra pratiche cistercensi e virtù
della simbiosi.*

www.ortobioattivo.com

IL PRIMO GIORNALE MANGIA&LEGGI CON QUALCOSA DA ORDINARE E QUALCOSA DA IMPARARE



Il buon cibo nutre l'anima

UN VIAGGIO GASTRONOMICO ALLA SCOPERTA DELLE MIGLIORI MATERIE PRIME DI STAGIONE

Insalata di trippa detta l'antinfluenzale

Se avete 1 kg di trippa

rosa - e quindi lavorata dai nostri trippai con i loro calderoni a vapore e non quella bianca che fa il giro di

mezza Europa dopo essere stata lavata con la soda caustica - potete e dovete tagliarla a listarelle

larghe 1/2 cm e lunghe non oltre i 4, lasciandola immersa per 10 minuti in abbondante acqua con

mezzo bicchiere d'aceto, cioè la stessa operazione che dovrete fare per ottenere la partenza della trippa

alla fiorentina. Dopo di che sciacquatela per cinque volte con acqua corrente, facendo sì che tutte le molecole dei suoi grassi, eccessivamente odorosi, scompaiano.

Una volta scolata e asciugata potrebbe già essere mangiata col sale.

Io non resisto a questo gesto iniziatico.

Provate e capirete.

Tornando al chilo di trippa, unitelo a un trito di cipolle rosse, 2 carote e un grumolo di sedano, il tutto lavorato a coltello o con la mezzaluna. 2 spicchi d'aglio, anch'essi tritati finemente,

1/2 bicchiere d'olio e 4 cucchiaini di aceto rosso. Peperoncino macinato, pepe e sale a piacere e quanto basta andranno mischiati a un cucchiaino di prezzemolo, anch'esso tritato finemente, per completare l'alchimia di questo potentissimo antinfluenzale.

Per 10-15 persone : 1kg di trippa, 2 cipolle piccole, un grumolo di sedano, 1 carota, 4 cucchiaini da cucina di aceto di vino rosso, 1/2 bicchiere d'olio, 1

La frase del giorno

Colline di Toscana, coi loro celebri poderi, le ville, i paesi che sono quasi città, nella più commovente campagna che esista.

(Fernand Braudel)



ENTRÉE

UN INSIEME DI COSE BUONE

Una Selezione dei Migliori Prodotti del Mercato Giornaliero, in Stile Cibrèo Ristorante & Cocktail Bar

1 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10 - 12

€26

LE OSTRICHE

Pregiate Ostriche Kys dalla Bretagna Servite con Cipollotto all'Aceto

12 - 14 | 🍷 🍴

€10

2 Pz

IL CARCIOFO

Cuore di Carciofo Scavato, Cotto Sottovuoto a Bassa Temperatura, Riempito con Spuma di Pecorino Romano e Prezzemolo, Condito con Olio al Carciofo Arrostito

7 | 🍷

€24

IL PATÉ DEL CIBRÈO

Paté di Nostra Produzione di Fegatini di Pollo Ruspante, Servito con Pan Brioche Tostato Fatto in Casa e Agrumi Zuccherati

1 - 3 - 7 - 9

€22

L'INVIDIA

Insalata Tiepida di Porro con Indivia e Noci, Conditata con Olio al Porro Bruciato

8 | 🍷 🍴 🍷

€14

LO SPIEDINO BRADO

Spiedini Grigliati di Pancia di Maiale Brado del Casentino con Olio Extra Vergine al Finocchietto, Rosmarino e Salvia

🍷 🍴

€25

CARABACCIA MODERNA

Morbida Vellutata alla Cipolla Bianca, Guarnita con i Petali della Cipolla Stessa

🍷 🍴 🍷

€14

BATTUTA AL COLTELLO CON SALE DI MOTHIA

Tartare di Fassona all'Olio Extra Vergine di Oliva e Sale di Mothia, Servita con un Piccolo Tuorlo d'Uovo di Quaglia, Acciughe del Cantabrico, Rafano, Capperi e la Nostra Senape in Grani

3 - 4 - 10 | 🍷

€30

DAL MARE

Tagliatella di Calamaro con il Suo Nero

4

€26

cucchiaino di prezzemolo tritato, 4 spicchi d'aglio, sale, pepe e peperoncino.

Crosticini di pane inzuppati per fortunate alchimie

Se state cucinando mentre qualcuno vi racconta fragili e tristi fatti di poca importanza, per chiedergli di riflettere se non sia il caso di tacere, anche per non banalizzarle, sulle piccole disgrazie proprie ed altrui senza essere scortesì, dovrete cercare un contropiede emotivo.

Potete, dunque offrirgli di inzuppare dei crosticini di pane in qualsiasi cosa stiate facendo sobbollire. Per chiarezza, va bene anche un brodo. In questo caso appoggerete i crosticini su dei piattini caldi e darete al vostro ospite una forchetta.

Ma se state cucinando una pomarola o un ragù otterrete il prezioso silenzio, sorridendo e pregando mentre date al

vostro amico la possibilità di ungersi le mani con la bellezza della vita.

Vedrete immediatamente gli effetti degli uni, i crosticini, e dell'altra, la preghiera, sul suo viso.



INFORMAZIONI SUL MENÙ



SENZA GLUTINE



SENZA LATTOSIO



VEGETARIANO



VEGANO

Acqua: €5 | Caffè: €3,50
Coperto: €3,50 a persona

Lesso rifatto detto anche francesina

Tagliate finemente tantissime cipolle rosse fino a superare lo sproposito. Fatele appassire, inizialmente in abbondantissimo olio aggiungendo, nel largo tegame a bordo basso che state usando, acqua per far sì che la cipolla ceda la sua rigidità. Dopo che l'acqua

sarà evaporata, la cottura deve continuare nel soffriggere le cipolle. Un paziente lavoro di mestolo, di fuoco, di manualità nel rigirare e nell'accompagnare le cipolle per vederle prima imbiandire e poi giungere al punto di soffrittura necessario: oltre il rame, nel color bronzo conclamato.

Aggiungete spicchi d'aglio in un numero proporzionato alla quantità di cipolle e di lesso usato e al vostro amore per l'aglio stesso. Usate 2 o 4 foglie d'alloro, misurandone la potenza spezzandole in due e usando il vostro naso per misurarne l'odorosa forza. Vi ricordo che le foglie di

nuova annata eccedono in amare clorofille e difettano nei profumi. Un nonniente di pomodoro pelato vi permetterà di fermare il tutto, aggiungendo subito dopo il bollito a tocchetti e un'eventuale tazza di brodo, se l'insieme dovesse risultare troppo asciutto. Costaterete

che alcune carni rimangono integre nella morbidezza, mentre

altre si sfilacciano. Fra le due tipologie non saprei scegliere. Piatto che necessita di pepe abbondante in ambedue i casi, mentre solo nel secondo aggiungo, ogni tanto, alla carne sfilacciata, un variabile quantitativo di patate fritte, divertendomi a nominarlo "Lo spezzatino del Pelliccia, tante patate e poca ciccìa". Sappiate che questi piatti necessitano, a fine cottura, di un tempo di riposo per far sì che i sapori rientrano e si combinino agli odori e agli umori. Nel caso dei tocchetti integri, questa ricetta, nella mia città, assume, e non so perché, il nome di Francesina. Mi piace immaginare, conoscendo la nostra divertita competizione con i francesi, che qualcuno, per vincere una sua partita personale, abbia dedicato l'idea del lesso rifatto con le cipolle a una giovane francese.

Roast beef

Dovrete comprare 1,4-1,6 kg di scannello serrato. Se questo taglio proviene da mani esperte avrà forma trapezoidale. Dovrete possedere, per tutta la vita, un tegame medio-alto che vi servirà quando dovrete fare una violenta e completa arrosticciatura, in questo caso, in 2 cm d'olio. Arrivate, girando il pezzo di manzo sui suoi tre lati, al completo bronzo scuro in 10-12 minuti. Fermate il tutto



con un bicchiere o due di vino rosso (Chianti ovviamente).

Fuoco violento a sfumare per altri 10 minuti rigirando la carne spesso e volentieri.

Spegnete il fuoco. 10 minuti di riposo ed ecco il vostro roast-beef al sangue. L'untuosità si comporrà con i suoi umori e col vino sfumato. Sale e pepe quanto basta, tenendo presente che il sugo che ne risulterà dovrà sempre avere un punto di salatura in più per riuscire a insaporire tutte le sottili fette che farete. Varianti infinite, e per amato esempio: 3 spicchi d'aglio, 4 foglie spezzettate di salvia e un nonniente di rosmarino tritato sgarbatamente gettati nel tegame un paio di minuti prima del vino rosso. In assenza di questi ingredienti, aprite la vostra dispensa. Vedrete che in fondo sulla destra, ci sarà ancora quel barattolo di senape di Digione che, se non siete francesi, vi siete dimenticati da mesi. Bene, prendetelo e, subito dopo il vino, mentre quest'ultimo sta sfumando, aggiungete 3-4 cucchiaini. Mai capito perché questa ottima francesizzante versione venisse chiamata da mia madre roast-beef all'inglese. E infine, la mia preferita, fattibile in tegame o in un forno da grandi capacità di grigliatura. Con un coltello stretto e lungo fate un foro che attraversi completamente tutto il taglio di carne. Fate, a quel punto, un abbondante trito di salvia, rosmarino, scorza di limone e aglio miscelato a sale e abbondante pepe. Aiutandovi con un cucchiaino da caffè e con le vostre dita, riempite uniformemente tutto il foro. Se in tegame, stessi tempi di cottura della prima versione e stesso



PRIMI PIATTI

CAVATELLI CON CRUSCO E SANTO

Cavati Aperti con Peperone Crusco di Senise, Acciughe del Cantabrico e la Crosta del Nostro Pane Santo

1 - 4 | 🍴

€18

RISOTTO IN INZIMINO

Carnaroli Mantecato all'Inzimonio con Seppia Arricciata, Ripreso dalle Ricette più Storiche del Cibrè

9 - 12 - 14 | 🍴

€22

SPAGHETTO ALL'ELBANA

Spaghetti di Grano Duro di Gragnano, Polpa e Fumetto di Granceola e Olio alla Rucola

1 - 2 | 🍴

€26

TAGLIOLINO RUBATO

I Tagliolini Fatti a Mano nella Nostra Cucina, Gratinati nella Cocotte con Cacio, Burro e Tartufo Nero

1 - 3 - 7 | 🍴

€16

COME UN CANNELLONE

Cannellone di Pasta Fresca all'Uovo e Spinaci, Ripieno di Ricotta, Accompagnato dal Ragù del Cibrè e Cime di Rapa

1 - 3 - 7 - 9

€20

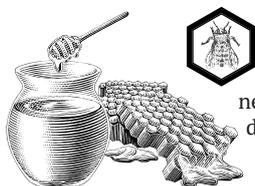
LA RIDUZIONE DEL PLIN

Classico Plin Ripieno di Coda di Manzo Brasata Lentamente nel Vino, Crema di Parmigiano, Riduzione di Manzo e Cioccolato Extra Fondente 85% Noalya

1 - 3 - 7 - 9 - 12

€22

MIELE dell'Isola d'Elba BALLINI



Dall'Orto dei Semplici di Rio nell'Elba, il nettare dell'ex ciclista che parla alle api

Dalla natura il meglio.

procedimento. Se in forno, non evitate di circondare la carne di piccole patate a tocchetti con abbondante olio. Finita la rapida e completa rosolatura fatta con un grill che non deve durare oltre i complessivi 20 minuti, togliete la carne dal forno. Finite la cottura delle patate arrosticciandole il più possibile. Tagliate la carne che dovrà risultare, anche in questo caso, decisamente al sangue e

conditela con l'unto e con le patate, consigliando ai vostri commensali di spalmarsi fetta fetta il sopra descritto trito che troveranno al centro di ogni fetta.

Salsicce all'uva nera

Rosolate rapidamente sotto un grill potente delle salsicce di maiale ben allevato, in una padella o in una teglia da forno, per poi risaltarle insieme a dei chicchi sgranati (mezzo bicchiere per una

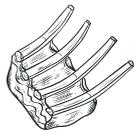
salsiccia) di qualsiasi uva nera da vino: io uso sangiovese o canaiolo. Una metà dei chicchi si romperà e formerà con le untuosità della salsiccia una salsina dolce-acidula dal color violaceo.

Per raccogliere questa sugagna e per ogni pezzetto di salsiccia, sarà necessario approfittare di pane casalingo. Non scartate i semi, frantumando col morso qualche rinfrescante caldo-umido integro chicco, che mi dicono faccia tanto bene, se non altro ai miei sensi di colpa scatenati dal non sapermi fermare prima della totale ripulitura di questo piatto.



Vari colli di pollo ripieni

Cercando polli allevati intelligentemente, fatevi, con supplica, vendere i loro colli caduti sotto la mannaia risanante sul



moscata e una microscopica dose di pepe nero macinato andranno insieme a questa base di impasto, in cui amalgamerete anche un cucchiaino da tè di sedano tritato finemente più un paio di passate di scorza di limone sul lato "mele" della grattugia. Farcite con un sacchetto da pasticciere il vostro unico collo, se da soli, chiudendolo con un nodo ben fatto di spago da cucina ma senza serrare eccessivamente l'impasto. Raddoppiate le dosi se in due e via avanti. Poi mettetelo a bollire lentissimamente in un pentolino di acqua garbatamente salata e insaporita con cipolla, sedano e carota e un chiodo di garofano, se non avete del buon basilico, che eventualmente aggiungerete a un ciuffetto di prezzemolo. Dopo 30 minuti togliete il collo dal brodo per farlo raffreddare e per poi mangiarvelo a fettine di 4 mm insieme a una buona maionese fatta con olio vero e limone (il garbato brodo potrete utilizzarlo per una minestrina di pasta o riso condita ulteriormente di burro e parmigiano). Un altro utilizzo del suddetto collo è farlo stufare lentamente dentro a un ragù di carne, o se volete dentro una semplice pomarola. In entrambi i casi, condirete la vostra pasta - poniamo dei maccheroni - con uno dei due sughi, per poi servire questo piatto, che risulterà unico, affettando il collo per disporlo 'n

coppa alla pasta, sporcandolo con l'untuoso pomodoro a condimento. Una grattugiata di parmigiano, in questo caso, è d'obbligo. Se poi siete saggi e vi siete fatti gli gnocchi con le patate, va da sé che, comunque li condirete, saranno cosa buona. Ma vi giuro che se proverete a condirli con il ragù di carne, frantumandoci dentro il collo farcito, a ogni forchettata alzerete gli occhi al cielo per universale ringraziamento.

ceppo di una rivoluzione che fu nominata, in altri tempi, del "quinto quarto", dove il popolo, stravolto di inventiva, rispondeva alla miseria con saggezza alimenta-

re. Fame scacciata dal buon senso, dunque. Cercate polli veri e ben allevati, con teste, creste e bargigli integri e, se non siete capaci di disossarveli, chiedete al

vostro pollaiolo di fiducia di farlo lui con ovvia professionale facilità. Dopodiché per ogni collo di pollo preparate una farcia che corrisponda a 50 gr di un

buon magro di manzo scelto, tritato ben due volte con macina fine e lavorato poi con un cucchiaino da cucina insieme a 10 gr di parmigiano più 20 gr di

mollica di pane ammorbidita nel latte. Calcolate di aggiungere un uovo intero per dar futura consistenza. Un nonniente di un nonniente di noce



SECONDI DI PESCE

IL MARE IN TAVOLA

*Pesce Fresco dell'Arcipelago Toscano
Servito con Verdure Rigorosamente
Locali (Soggetti a Stagionalità)*

4 | 🍴 🌱

€42

ZUPPETTA REALE

*Zuppetta di Scampi all'Armagnac,
Accompagnata da Tartare di
Scampi, Scampi alla Griglia e Pane
Santo Condito con Olio all'Aglio*

1 - 2 - 9 - 12

€34

POLPO E PATATE

*Granfia di Polpo in Doppia Cottura
Servita con Patata Brasata in un
Brodo di Vitello*

7 - 9 - 12 - 14 | 🍴

€30

ASTICE SULLA GRIGLIA

*Astice Cotto alla Brace, Profumato
al Burro e Servito con la Nostra
Maionese al Limone*

2 - 3 - 7 | 🍴

€38



SECONDI DI CARNE

FARAONA IN DOPPIA COTTURA

*Tenero Petto di Faraona Cotto
a Bassa Temperatura con Pelle
Crocante e Coscia Laccata al Malto
Ripiena di Pistacchi e Pregiato
Tartufo Nero, Servite con Purè di
Patate, Cipolline in Agrodolce e la
Loro Salsa*

3 - 7 - 8 - 9 - 12 | 🍴

€40

L'ENTRECOTTE ALLA FIORENTINA

*Bistecca di Nobili Razze
d'Allevamento Sostenibile, Cotta
sui Carboni alla Maniera Toscana,
con Salse a Scelta*

300 Gr

🍴 🌱

€36

LA FASSONA

*Filetto di Fassona dell'Appennino
Tosco-Emiliano Cotto sui Carboni e
Servito con la Famosa Salsa Elegante
del Picchi a Base di Carote e Senape*

🍴 🌱

€42

BISTECCA ETRUSCA

*Tomahawk di Pregiate Carni
Marezzate, Cotta sui Carboni,
Servita con Salse a Scelta*

1 Kg / 1.2 Kg

🍴 🌱

€60

GUANCIA A GUANCIA

*Guance di Maialino da Latte
Stracotte nel Vino Bianco con Aromi e
Verdure di Stagione, Salsa
Aromatizzata con Senape in Grani di
Dijon e Mela Renetta*

9 - 10 - 12 | 🍴 🌱

€38

ROSTICCIANA DELLO CHEF

*Costolette di Maiale
dell'Appennino Toscano Marinate
con la Nostra Selezione di Spezie e
Laccate con Miele dell'Elba*

🍴 🌱

€26

LE NOSTRE SALSE

SALSA AL PEPE VERDE

7 - 9 - 12 | 🍴 🌱

SALSA ALLE ERBE

🍴 🌱 🌿

FONDO BRUNO

9 - 12 | 🍴 🌱

SALSA ELEGANTE DEL PICCHI CON CAROTE E SENAPE

1 - 6 - 12 | 🍴

SALSA AGRODOLCE

9 - 12 | 🍴 🌱 🌿

Trippa alla fiorentina
Come possiate fare, altrove, a rintracciare la

qualità di trippa di cui ci riforniscono i nostri trippai, io non so. Quindi affrontate

questo piatto solo se avete deciso di vivere, per due giorni o tutta la vita fino in fondo, a

Firenze. Qui non c'è da affidarsi alla Divina Provvidenza. Infatti la nostra trippa, non

sbiancata da improbabili e diaboliche sode caustiche, è quotidianamente pulita dalla Cooperativa dei trippai fiorentini con dei dolci calderini al vapore.



CONTORNI

PATATE FRITTE FRITTE

Le Nostre Famose Patate delle Campagne di Sansepolcro rese Croccanti dalla Doppia Cottura



€8

ZOLFINI & RIGATINO

Fagioli Zolfini dell'Orto Bioattivo di Bellosguardo, Sporcati di Pomodoro e Cotenna di Prosciutto Crudo del Casentino, Serviti con una Spolverata del Nostro Rigatino Croccante



€8

LA VERDE

Insalata Verde di Stagione dell'Orto Bioattivo di Bellosguardo



€8

L'ORIENTALE

Bietola Costoluta Cinese da Orti Toscani, Scottata e Servita con Olio di Sesamo



€8

LE GRIGLIATE

Verdure di Stagione da Orti Toscani, Grigliate sui Carboni



€8

Trippe liberate dalla presenza di odorose molecole che scompaiono con questa tecnica ormai quasi millenaria. Quanta sapienza nel lasciare le trippe color rosa! Quanta insistenza artigianale nel lavarle comunque, come suggerisce mia madre, una volta nella vostra cucina, in abbondante acqua acetosa, dopo averle tagliate a listarelle larghe 1 cm e lunghe 4!

Cinque risciacqui in acqua fresca e rinnovata, certi di far sparire il senso dell'aceto con gli ultimi piccoli grassi residui.

Soffritto di abbondante cipolla rossa, rapporto tre a uno carota e sedano, portato avanti oltre l'oro, fino al color rame conclamato. Attendere l'attimo in cui il rame sta per diventare, ma non è ancora, color bronzo. Fermate il tutto con due, tre, quattro, a seconda della grandezza, pomodori pelati.

Spiaccicottateli e fate ripartire il calore aggiungendovi subito la trippa. Fuoco lento, per farle cedere tutta la sua umidità determinata anche dalla lavatura.

Tempo variabile, dai 30-40 minuti ai 60, dipende dalla qualità della vitella di provenienza. Mettete in cottura 2 spicchi d'aglio rosa interi e 1 chiodo di garofano che toglierete prima di servire. Accogliete il suggerimento del Collodi, mantecando la vostra trippa con una doppia dose di burro e parmigiano, per un vostro ulteriore esercizio di generosità.

Zampa di manzo alla fiorentina

Dopo aver bollito, non meno di 3 ore - 3 ore e 1/2, la zampetta di manzo, disossatela attentamente facendo poi col coltello delle listarelle del tutto simili, come misura, alla trippa alla fiorentina. Stessa

identica ricetta. Evitate solo la doppia dose di burro e la mantecata col parmigiano.

Quest'ultimo va messo sopra la zampa nel piatto di porzione. Piatto di memoria territoriale, piatto per esperti mangiatori. Infinito pane necessario e abbondante vino. Diggiuno obbligatorio prima e dopo.

Polpettone freddo con la maionese

La competenza e l'onestà di un cuoco la si misura con la bontà del suo polpettone. Questo vale per gli uomini ma non per le donne, a cui viene sempre e comunque buonissimo.

Ingredienti: 130gr di mollica di pane ammorbida con del buon latte (20cl), 6 uova, 100 gr di parmigiano, 40 gr di pistacchi. Potrete anche accompagnare la dolcezza

delle carni e dell'intingolo con mostarda di frutta piccante. 1/2 kg di magro scelto macinato due volte, 1/5 di una noce moscata, pepe e sale quanto basta. Dopo averlo amalgamato con grande attenzione, cuocetelo in acqua bollente per 45 minuti, depositando prima l'impasto sopra un cotone da cucina arrotolato su se stesso a formare così un cilindro del diametro di 10 cm. Serrate in maniera certa l'estremità con filo da cucina arrotolato con una leggera pressione intorno al polpettone fino all'estremità opposta, chiusa anch'essa da un sicuro nodo. Fatelo freddare e poi servitelo a fette fra i 6 e gli 8 mm. Fette che, se non mangerete fredde con la maionese fatta a mano con il nostro potente olio, potrete risaltare in una salsa livornese con aglio, pomodoro, prezzemolo e peperoncino. Salsa con le fette di polpettone dove potrete risaltare, anche per mangiarcele insieme, patate fritte.



DOLCI

CAFFÈ AGRUMI

Mousse al Caffè e agli Agrumi Servita con un Sorbetto al Limone Ricoperto di Cioccolato Bianco e Gelato agli Arachidi

5 - 7 | ☞

€12

IL BOMBARDINO DEL CIBRÈO

Il Famoso Zabaione con il Nostro Gelato alla Nocciola del Piemonte

3 - 7 - 8 | ☞ | ALCOL

€12

RICOTTA & LAMPO

Mix di Lamponi in Diverse Consistenze in Abbinamento ad una Soffice Mousse di Ricotta

3 - 7 | ☞

€12

PASSIONE PER LA TERRA

Sorbetto al Frutto della Passione, Mousse al Cioccolato Bianco, Crumble di Cioccolato Fondente

1 - 3 - 5 - 7 | ☞

€14

SELEZIONE DI FORMAGGI

Servita con Assortimento di Confetture e Mieli

7 - 8 | ☞

€26

FRUTTA FRESCA

Secondo Stagione



€10

Frittata che noi fiorentini chiamiamo tortino di carciofi

Prendete dei carciofi cotti nei loro primi 7 minuti. Senza aspettare la loro definitiva cottura, ancora turgidi, passateli dentro una padellina ben calda, che possa così bruciachiarli leggermente. Versateci subito dopo e sopra una piccola quantità di uova sbattute che, nel contatto con la padella, si rapprenderanno intorno ai carciofi formando una sottilissima frittata. A quel punto, e solo a quel punto, rigirate la frittata, che ricolerà nuovamente con le parte umida dell'uovo sulla padellina, formando anche lì una successiva sottilissima frittata che andrà a chiudersi con la precedente. Sostanzialmente vi risulteranno come due crespelle sovrapposte con un'altra farcita di carciofi al tegame. Nell'uovo, quando lo sbattere, aggiungete la solita manciata di parmigiano.

Piselli alla fiorentina

Dopo aver sgranato 1/2 Kg di piselli freschi e la loro dolcezza, usate un tegamino di media grandezza a bordo medio-alto dove, a crudo, aggiungerete un cucchiaino da cucina di aglio fresco, un cucchiaino abbondante di prosciutto grasso e magro tagliuzzato in piccolissimi pezzi, un cucchiaino colmo di prezzemolo tritato finemente e, per mio gusto, pepe abbondante. Attenzione al sale: per il "quanto basta" dovete avere la memoria del sale che il prosciutto rilascerà. Un po' d'olio e un bicchiere da cucina d'acqua per una lenta stuccatura. Giunti alla fine, con i piselli morbidi ma non disfatti, dopo numerosi e

golosi assaggi, spegnete il fuoco e aggiungete segretamente, ma con grande convincimento, un cucchiaino raso di zucchero non raffinato. Tiepidi e freddi, i vostri piselli vi daranno un'idea più precisa della meraviglia del creato. Una o due volte nella vita potrete sciuparli, si fa per dire, usando il tegamino dei vostri piselli fiorentini per

condire un paio d'etti di pasta fresca di altre regioni: tagliolini emiliani, trofei liguri, fusilli napoletani, orecchiette pugliesi o quel che vi pare. Davanti a questo piatto, chiunque vi guarderà con sincerissima gratitudine. Sappiatene approfittare.

Gelatina di pomodoro
La scelta della qualità

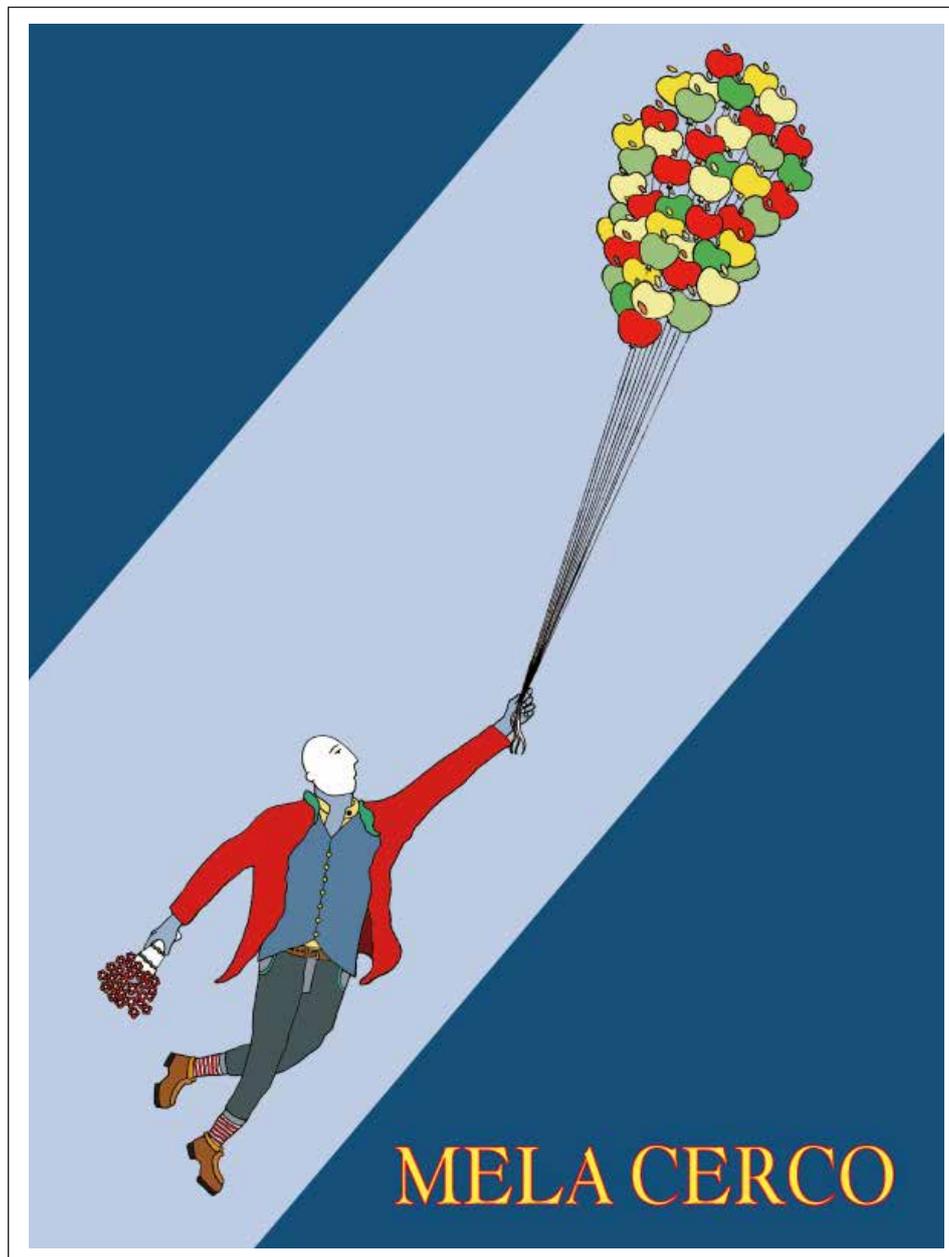
estrema della materia prima per questo budino di pomodoro è l'unico obbligo per ottenere un risultato che vi entusiasmerà, anche nelle fasi della sua preparazione. Assaggerete dunque via via, per giungere a una giusta salatura e alla piccantezza di vostro gradimento. Frullare 250 gr di pomodori pelati non scolati (io



**CONTI
CAPPONI**

Vignaioli a Greve in Chianti
dal 1524

www.conticapponi.it



di alluminio. Con queste dosi ve ne verranno fra 15 e 20. Dopo 3 ore di frigorifero, per liberarli dovrete tuffarli rapidamente in acqua tiepida e bucare la base rovesciata con un coltellino appuntito. Sformateli in un piatto a temperatura ambiente e sporcateli per condimento finale con una C d'olio.

Condimento alle melanzane

Abbiate il coraggio di frullare delle melanzane abbrustolite con un po' di yogurt greco, un po' di succo di limone, aglio a piacimento, foglie di menta, basilico, un po' di olio e un nonniente di cumino, sale e peperoncino a piacimento. Avrete così una salsetta per crosticini di pane o per tuffarci dentro polpettine di ogni genere, ma anche semplici zucchine o patatine fritte.

Fagiolini in umido

In un tegame a bordo alto, mettete a crudo i fagiolini puliti insieme a un abbondante quantitativo di cipolle affettate finemente, aglio tritato, due nonniente di pomodori pelati, pepe, peperoncino, sale, prezzemolo tritato e, a fine cottura, basilico tagliuzzato. Olio abbondante. Tempo determinato dalla quantità dei fagiolini e dalla vostra pazienza, suggerendo fuoco basso per non far evaporare troppo velocemente l'umidità della lavatura dei fagiolini; umidità determinata dai pomodori e dal medesimo olio. Sappiate, se necessario, aggiungere un paio di cucchiaini d'acqua per arrivare a fine cottura. Da non mangiare caldo, fra il tiepido e il freddo questo grande contorno raggiunge la sua massima potenza.



uso il pomodoro di Donoratico), 0,34 cl di olio extravergine d'oliva (corrispondenti a 6 cucchiaini da cucina), 5 grandi foglie di basilico, un nonniente di origano fresco, 2 piccoli spicchi d'aglio rosa italiano, un cucchiaino da caffè di

prezzemolo tritato, pepe e/o peperoncino a vostro piacimento, sale quanto basta (tendendo al saporito), 0,6 gr di fogli di colla di pesce ammorbiditi in acqua fredda e poi sciolti in una parte del liquido dei pomodori pelati riscaldata sul fuoco. Versate il tutto, dopo una lunga frollatura, dentro degli stampini usa e getta che lascerete poi 6 ore in frigorifero. Servite tuffando

rapidissimamente in acqua tiepida gli stampini per poi rovesciarli su un piatto. Per permettere ai budini di scivolare integri, forate la base dei piccoli contenitori con la punta di un coltello. Sporcate la gelatina con un buon olio e guarnitela con una spuntatura di basilico. Consumate il budino in giornata senza pensare di poterlo portare al giorno successivo. Oltre alla

qualità, la freschezza determina la bontà di questo piatto. Passate le 24 ore, tutta la profanazione decade, trasformandosi in una poco gradevole fragranza.

Budino di curcuma in gelatina

Dopo averlo salato a piacimento, frullate un chilo di yogurt greco con un mezzo cucchiaino di aglio tritato, aggiungete 10 gr di buon olio, una bella

macinata di pepe nero e un abbondante cucchiaino di curcuma, più una resina di peperoncino macinato e a alla fine il succo di un limone ben strizzato. Rubando al liquido composto un ramaiolo, riscaldatelo per scioglierci dentro 15 gr di fogli di colla di pesce o, in alternativa se vegetariani, 8-10 gr di agar agar. Dopo aver unificato il tutto, versatelo in tanti piccoli contenitori usa e getta



SIGNATURE COCKTAIL

DURO COME UN MULO

Vodka Grey Goose Infusa allo Zenzero e Vaniglia, Succo di Lime, Bitter Mediterraneo Fatto in Casa (con Bergamotto, Cardamomo, Rosmarino, Salvia, Peperoncino e Pepe Rosa), Pink Grapefruit Fever Tree

€16

LA PORTI UN BACIONE A SHANGHAI

Old Tom Gin Winestillery, Liquore al Lychee Kway Feh, Sciroppo al Lychee Monin, Succo di Ananas BioPlose, Ginger Ale Fever Tree

€18

DON RAFFAÉ

Tuscan Gin Winestillery, Liquore al Cioccolato Briottet, Sciroppo alla Nocciola Tostata Monin, Caffè Espresso

€18

PAGO PEÑO

Tequila Silver Patron, Cordial al Cedro Fatto in Casa, Succo di Lime, Tabasco Jalapeno, Assenzio La Fée, Alkermes Santa Maria Novella

€18

SAM-BA-HIA

Cachça Leblon, Liquore dell'Etna alla Pera Coscia, Succo di Lime, Shrub allo Zenzero Fatto in Casa, Sciroppo di Miele, Bitter all'Ananas e Anice Stellato Ms. Better's Bitters

€20

JOHNNY STECCHINO #2

Johnnie Walker Black Label Infuso al Burro di Arachidi, Bitter Amaro Olympia, Crème de Banane Tempus Fugit, Lustau Fino Jerez

€20

BRANDY & LODE

Stravecchio Branca, Latte di Mandorla Adriatico, Succo di Mela Verde, Succo di Limone, Sciroppo al Pan di Zenzero Monin, Essenza di Cannella Varnelli

€18

COCOA TONIC

Vodka Altamura Distilleries Infusa alle Fave di Cacao Noalya, Tonica al Lampone e Rabarbaro Fever Tree

€16

IL CONTE DEL CIBRÈO

Tuscan Bitter Winestillery, Old Tom Gin Winestillery, Liquore di Persichetto Essentiae

€18

IL CONTE AD OXACA

Mezcal Espadin Montelobos, Bitter Riserva Martini, Sakura Vermouth Mancino, Marendry Fabbri

€20

ROSEMARY BABY MARY

Vodka Altamura Distilleries Infusa al Rosmarino, Acqua di Pomodoro Marinda PachinEat, Sciroppo di Aneto Fatto in Casa, Polvere di Cipolla Rossa Fatta in Casa, Pepe Rosa, Bitter alle Olive The Bitter Truth

18€

Bracioline e fagiolini con il sugo

Fatto un soffritto di cipolla, sedano e carota come se doveste apprezzarvi a un ragù, fermatelo nel solito punto del color rame che sta diventando bronzo.

Anche in questo caso né un attimo prima né un attimo dopo. Fermatelo con delle bracioline, nel senso toscano della parola: fette di carne non troppo sottili ma non oltre i 4 mm di spessore. Fatevi dare del bicchiere, della rosetta o del lucertolo, perfetto se nella sua parte finale, la più bassa. Rosolate violentemente nel soffritto.

Finita questa complessa operazione che prevede concentrazione, chiudete la rosolatura con il solito bicchiere di vino rosso che farete sfumare rapidamente, aggiungendo poi del pomodoro pelato passato.

Un nonniente di acqua o di brodo per portare a cottura lenta il sugo e le bracioline.

Trovata la loro morbidezza in ripetuti controlli, sottraetele dalla cottura lasciando a sobbollire il sito aggiungendovi un sensato quantitativo di fagiolini.

Ulteriore lentissima cottura che, arrivata a suo termine, vi consentirà di riposizionare le bracioline all'interno del tegame e di avere così un piatto di carne con il suo contorno. Se avrete saputo esagerare con i condimenti, avrete anche un piccolo quantitativo di residuo di sugo che userete per farvi un po' di pasta corta.

Piatti popolarissimi, unti e bisunti. Aggiungete per la pasta ulteriore noce di burro

e una manciata di parmigiano. Per le carni e i fagiolini, necessario il solito pane da utilizzare come equilibratore dei forti sapori. Se ai fagiolini sostituirte una manciata di spinaci tritati finemente, la cottura sarà più rapida e altrettanto gustosa. Se degli spinaci farete cottura separata, in acqua salata, tritateli e risaltateli con aglio, usando il sugo delle

bracioline come ulteriore condimento che servirete insieme a questi ultimi nel piatto.

Non ho preferenze per una di queste ricette o varianti.

L'unica difficoltà sarà, da parte vostra, nel rintracciare carni di assoluta qualità. Dunque, fatevi amico un macellaio.

Questo comportamento farà di voi persone che rintracceranno, nel far cibo, potenti e affettuose abilità empatiche.



Cibrèo Ristorante & Cocktail Bar

Via dei Vecchietti 5,
Firenze, Italy

booking@cibreo.com
Ph +39 055 266 56 51

@CIBREO_FIRENZE

@CIBREOFIRENZE

@CIBRÈO RISTORANTE
& COCKTAIL BAR



AVVISO
IMPORTANTE

Indicazioni Allergeni

Sul menù, accanto al nome delle pietanze si trova l'indicazione degli allergeni presenti come ingredienti.

Gli stessi sono evidenziati con dei numeri, di seguito la corrispondenza numerica.

1. Cereali contenenti glutine (grano, orzo, segale, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati
2. Crostacei e prodotti derivati
3. Uova e prodotti derivati
4. Pesce e prodotti derivati
5. Arachidi e prodotti derivati
6. Soia e prodotti derivati
7. Latte e prodotti derivati (compreso lattosio)
8. Frutta a guscio cioè mandorle (*Amigdalus communis*), nocciole (*Corylus avellana*), noci comuni (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*) e prodotti derivati
9. Sedano e prodotti derivati
10. Senape e prodotti derivati
11. Semi di sesamo e prodotti derivati
12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o mg/l espressi come SO₂
13. Lupino e prodotti a base di lupino
14. Molluschi e prodotti a base di mollusco

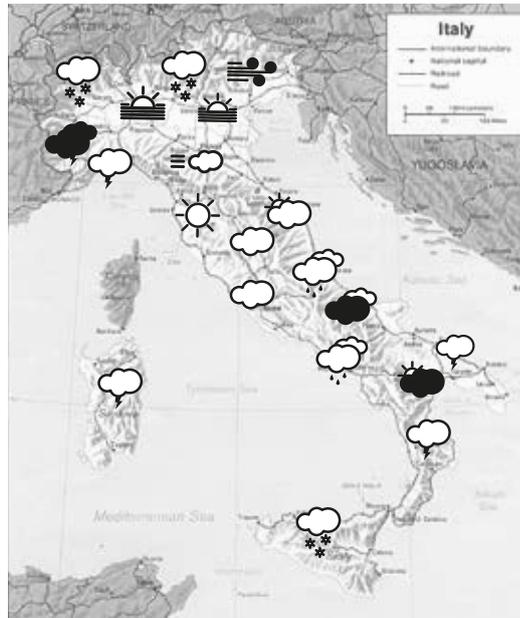
Sudoku

			1			4		6
4	3		6		2	7	9	1
6			8			5	3	
		6		1			4	3
		2						7
1	5		3				6	8
	6	3		9		8	2	
5		4	2		6		1	
2	1			8				



BISOGNA RIEMPIRE LA SCACCHIERA IN MODO TALE CHE OGNI RIGA, OGNI COLONNA E OGNI RIQUADRO CONTENGANO I NUMERI DALL'1 AL 9. LA CONDIZIONE È CHE NESSUNA RIGA, NESSUNA COLONNA O RIQUADRO PRESENTINO DUE VOLTE LO STESSO NUMERO.

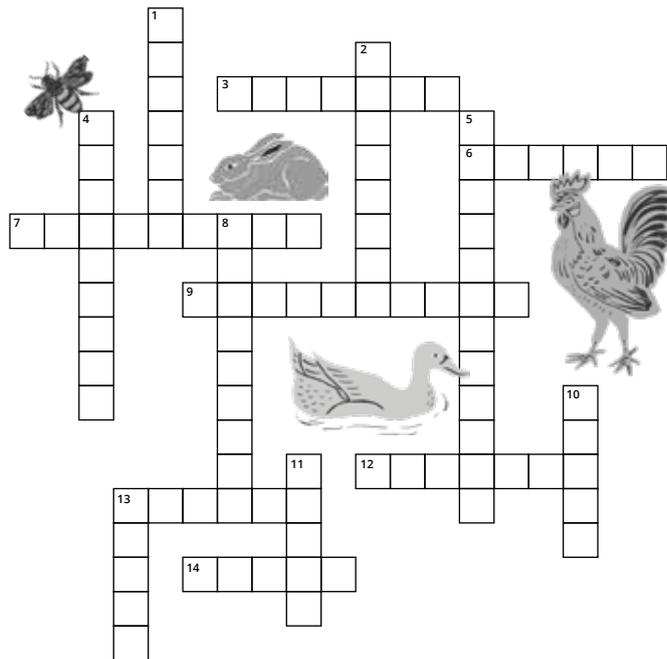
Il tempo che farà



Mattina: Sole su Firenze.
Sera: Bel tempo su Firenze.

AOSTA		PERUGIA	
TORINO		L'AQUILA	
MILANO		ROMA	
TRENTO		CAMPOBASSO	
VENEZIA		NAPOLI	
TRIESTE		BARI	
GENOVA		POTENZA	
BOLOGNA		CATANZARO	
FIRENZE		CAGLIARI	
ANCONA		PALERMO	

Il Cruciverba Appetitoso



Orizzontali:

3. Il cucchiaino del cuoco
6. Dente di forchetta
7. Pietanza di carne in stufato
9. La più famosa ha il nome di un fiore
12. Si prepara ad essere soffritto
13. Il frutto preferito dai Minions
14. Si usa per marinare

Verticali:

1. Ricopre il lardo
2. È soltanto una parte
4. Una salsa gustosa
5. È più asciutto del brasato
8. Si fa nel piatto con il pane
10. Erbe da condimento
11. Può essere frolla
13. Arde senza fiamma

Per rinfancar lo spirito...

