

Edizione
Straordinaria

FIRENZE, SABATO 8
SETTEMBRE 1979

CIBRÈO

RISTORANTE
& COCKTAIL BAR

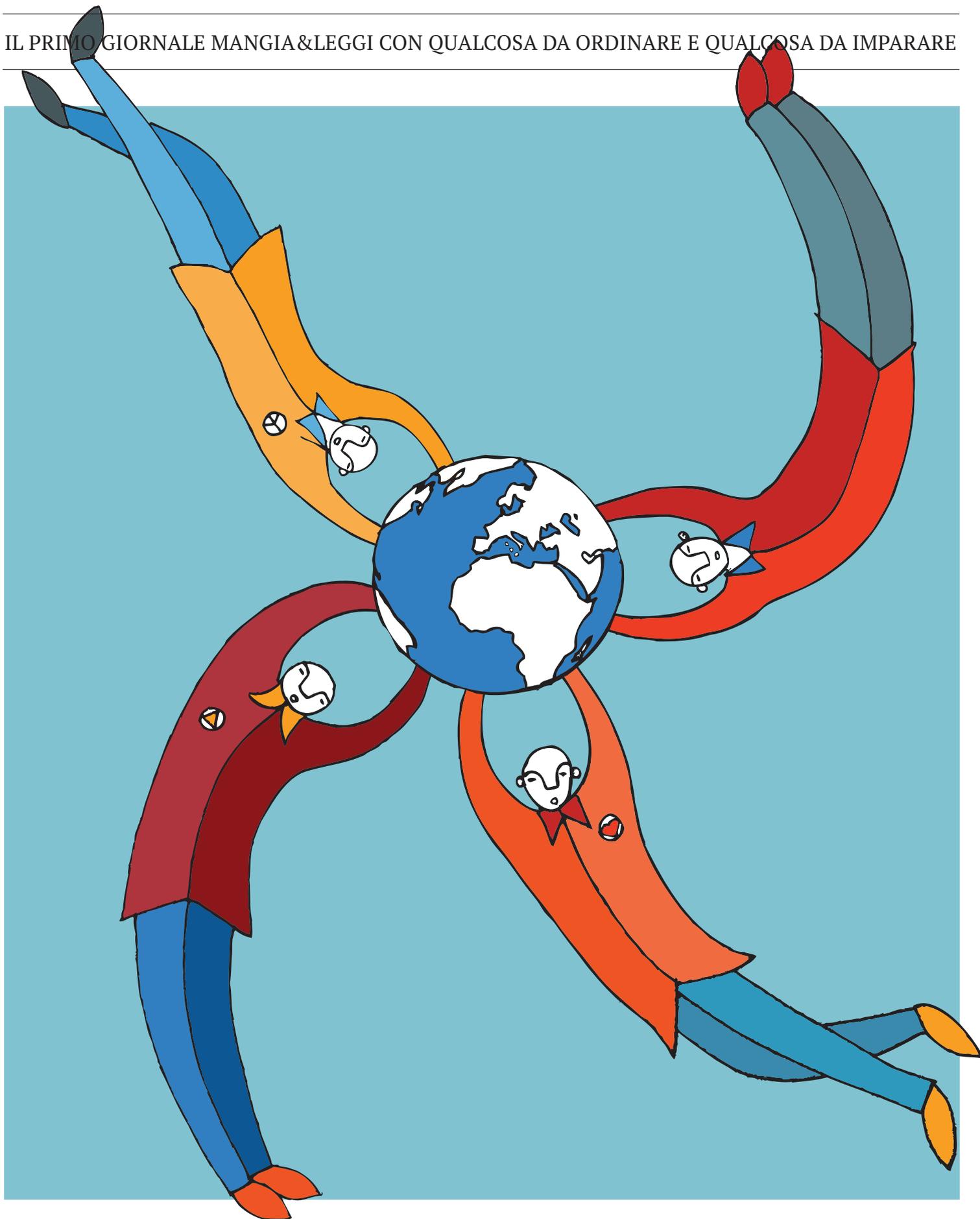
L'Orto Bioattivo
di Firenze



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, lasciando la 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 sciac-

quatela 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 cucchiari di aceto rosso.

Peperoncino macinato, pepe e sale a piacere e quanto basta andranno mischiati a un cucchiario 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 cucchiari da cucina di aceto di vino rosso, 1/2 bicchiere d'olio, 1 cucchiario di prezzemolo tritato, 4 spicchi d'aglio, sale, pepe e peperoncino.

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

IL POCHÉ

Ovo in Camicia Adagiato sul Nostro Purè di Patate, Coperto da una Crema al Parmigiano, Olio Evo e Katsubushi

3 - 4 - 7 | 🍷

€22

POMO-D'ORO

Insalata di Datterino Giallo, Pomodoro Tigrato, Pomodoro del Piennolo del Vesuvio, Pomodoro Camone e Pomodoro Nero, Fragole, Conditi con Olio all'Aglio Nero Bruciato

12 | 🍷 🍷 🍷

€14

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 - 12

€22

L'INVIDIA

Insalata Tiepida di Porro con Indivia e Noci, Condita 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

DAL MARE

Tagliatella di Calamaro con il Suo Nero

4

€26

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

LE OSTRICHE

Pregiate Ostriche Kys dalla Bretagna Servite con Cipollotto all'Aceto

12 - 14 | 🍷 🍷

€10

2Pz

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.

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



INFORMAZIONI SUL MENÙ



SENZA GLUTINE



SENZA LATTOSIO



VEGETARIANO



VEGANO

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

non sapermi fermare prima della totale ripulitura di questo piatto.



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 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 pastina 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 -

Vari colli di pollo ripieni

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

risanante sul ceppo di una rivoluzione che fu nominata, in altri tempi, del "quinto quarto", dove il popolo, stravolto di inventiva, rispondeva alla miseria

con saggezza alimentare. 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



SECONDI DI PESCE

IL MARE IN TAVOLA

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

4

€42

COZZE NEL TEGAME

Cozze dei Mari Italiani Servite nel Tegame con il Nostro Pane Santo Bruschettato

1 - 9 - 12 - 14 | 🍷

€18

POLPO E PATATE

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

3 - 7 - 9 - 12 - 14 | 🍷

€30

SCAMPI SULLA GRIGLIA

Scampi Cotti alla Brace, Profumati al Burro e Serviti con la Nostra Maionese al Limone

2 - 3 - 7 | 🍷

€48



SECONDI DI CARNE

FARAONA IN DOPPIA COTTURA

Tenero Petto di Faraona Cotto a Bassa Temperatura con Pelle Croccante 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, servita con Funghi Cardoncelli, di Pioppo e Orecchie d'Elefante, Saltati e Appassiti nel Fondo di Cottura. 300 Gr

7 - 9 - 12 | 🍷 🍷

€38

LA FASSONA

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

1 - 6 - 7 - 10 - 12 | 🍷

€42

BISTECCA ETRUSCA

Tomahawk di Pregiate Carni Marezzate, Cotta sui Carboni

1 Kg / 1.2 Kg

🍷 🍷

€65

PRESA DI MAIALINO IBERICO

Succosissima Presa di Maialino Iberico Marinata e Cotta al Giusto Rosa, Ripassata alla Brace e Accompagnata da un Purè di Fagiolini Arricchito da Acciughe, Pesche al Vino Bianco e Friggitelli Croccanti.

1 - 4 - 7 - 12

€45

ROSTICCIANA DELLO CHEF

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

🍷 🍷

€28

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 grattugia-

ta 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.

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.

Trippe liberate dalla presenza di odorose molecole che scompaiono con questa tecnica

ormai quasi millenaria. Quanta sapienza nel lasciare le trippe colorate! Quanta insisten-

za artigianale nel lavarle comunemente, 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. Digiuno obbligatorio



CONTORNI

PATATE FRITTE FRITTE

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



€8

POMODORO FIORENTINO

Il Nostro Iconico Pomodoro Coltivato nell'Orto Bioattivo di Bellosguardo



€8

LA VERDE

Insalata Verde di Stagione dell'Orto Bioattivo di Bellosguardo



€8

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 ammorbidita 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.

Frittata che noi fiorentini chiamiamo tortino di carciofi

Prendete dei carciofi cotti nei loro primi 7 minuti. Senza aspettare la loro definitiva



DOLCI

CAFFÈ AGRUMI

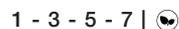
Mousse al Caffè e agli Agrumi Servita con un Sorbetto al Limone Ricoperto di Cioccolato Bianco e Gelato agli Arachidi



€12

PASSIONE PER LA TERRA

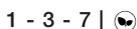
Sorbetto al Frutto della Passione, Mousse al Cioccolato Bianco, Crumble di Cioccolato Fondente



€14

FRAGOLE & BASILICO

Bavarese allo Yogurt, Ghiacciolo alla Fragola, Composta di Fragole Confit alla Vaniglia, Madeleine e Sorbetto al Basilico



€14

SUMMERTIME GIANDUJA

Tronchetto di Mousse alla Gianduja con Strati di Madeleine al Cacao Amaro e Composta di Albicocche al Limone, Ricoperto da Cioccolato con Granella di Nocciole e Gelato al Caramello Salato



€14

SELEZIONE DI FORMAGGI

Servita con Assortimento di Confetture e Mieli



€26

FRUTTA FRESCA

Secondo Stagione



€10

cottura, ancora turgidi, passateli dentro una padellina ben calda, che possa così bruciacciarli 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 parti umide 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



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

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 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



**CONTI
CAPPONI**

Vignaioli a Greve in Chianti
dal 1524

www.conticapponi.it



SIGNATURE COCKTAIL

COCOA TONIC

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

€18

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

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), Fever Tree Soda al Pompelmo Rosa

€18

LA PORTI UN BACIONE A SHANGAI

Old Tom Gin Winesillery, Liquore al Lychee Kway Feh, Sciroppo al Lychee Monin, Estratto di Ananas, Ginger Ale Fever Tree

€18

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 alternati-

condimento finale con una C d'olio.

Condimento alle melanzane

Avrete così una salsetta per crosticini di pane o per tuffarci dentro pol-pettine di ogni genere, ma anche semplici zucchine o patatine fritte.

Avrete così una salsetta per crosticini di pane o per tuffarci dentro pol-pettine 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.

Bracioline e fagiolini con il sugo

Fatto un soffritto di cipolla, sedano e carota come se doveste apprestarvi 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.

CIBLÈO
FIRENZE



Cucina Tosco-Orientale dal 2017

Via del Verrocchio 2r, Firenze, Italy

booking@cibleo.com
Ph +39 055 2341100

© @CIBLEOFIRENZE (S) @CIBLÈO

va se vegetariani, 8-10 gr di agar agar. Dopo aver unificato il tutto, versatelo in tanti piccoli contenitori usa e getta 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



SIGNATURE COCKTAIL

PAGO PEÑO #2

Tequila Patron Silver, Liquore alla Camomilla Quaglia, Cordial al Peperone Rosso Fatto in Casa, Succo di Lime, Bitter all'Assenzio Ms. Better's Bitter, Tabasco Jalapeno, Nunquam Alkermes

€18

SAM-BA-HIA

Cachaça 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

MEDI-TERRAE

Ki No Bi Tea Dry Gin, Salvia e Limone, Succo di Yuzu, Sciroppo Mediterraneo fatto in casa (Timo, Salvia, Alloro, Rosmarino, Menta, Liquirizia, Scorza di Limone), Tonica Aromatica Fever Tree

€20

ROSSO D'ESTATE

Pisco Tabernero Quebranta, St. Germain, Succo di Limone, Estratto di Fragole e Rabarbaro, Ginger Ale Fever Tree

€20

BLOODY PICCHI SUMMER '23

Vodka Altamura Distilleries Infusa con Olive Verdi e Botaniche Mediterranee (Rosmarino, Salvia, Pepe Nero, Pepe Rosa), Succo di Pomodoro Cirio, Succo di Limone, Agresto, Tabasco, Soluzione Salina, Bloody Spice Mix Fatto in Casa

€20

CAFFETTIKI

Rum Plantation Stiggins' Fancy Pineapple, Rum Plantation 3 Stars, Liquore al Caffè Black Sinner, Estratto d'Ananas, Succo di Lime, Sciroppo di Orzata ODK

€22

POP FESCION

Bourbon Michter's American, Crème de Cacao Tempus Fugit, Sciroppo di Pop Corn Monin, Bitter di Arancia Angostura

€22

Polenta al forno

Con la polenta avanzata del giorno prima, tagliare delle strisce spesse 1 cm, larghe 3 cm e lunghe 4 cm. In una casseruola, soffriggere le cipolle affettate finemente con porri e/o scalogni in abbondante olio. Quando il soffritto sarà dorato, aggiungere nel tegame le strisce di polenta. Versare del latte caldo a coprire ed infornare, a forno caldo, per 10 minuti. Servire la polenta al forno aggiungendo per ogni porzione una manciata di parmigiano grattugiato.

Il Pepe nero è d'obbligo. Questo è un piatto di recupero che richiede un' Ave Maria di

ringraziamenti.

Noodles fatti a mano

Preparate un mix di 50% parmigiano e 50% pangrattato. Per ogni manciata del composto serve

un uovo intero; per 20 manciate, 10 uova; e per ogni 8, un pizzico di noce moscata e, secondo la mia opinione, la scorza grattugiata finemente di un limone biologico. Un po' di

sale e pepe, se piace.

Mettete da parte l'impasto a riposare prima di utilizzare l'apposito attrezzo per schiacciare i passatelli direttamente nel brodo caldo. Sono buoni sia

mangiati subito che lasciati riposare. Se vi capita di avere del ragù, non resistete alla tentazione di togliere dal brodo un po' di passatelli e condirli con il sugo in una ciotola.

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 sostituirete 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.

Via dei Vecchietti 5
Firenze, Italy

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

CIBRÈO
RISTORANTE
& COCKTAIL BAR

Un Insieme di
Cose Buone

@CIBREOFIRENZE

@CIBREO_FIRENZE

@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

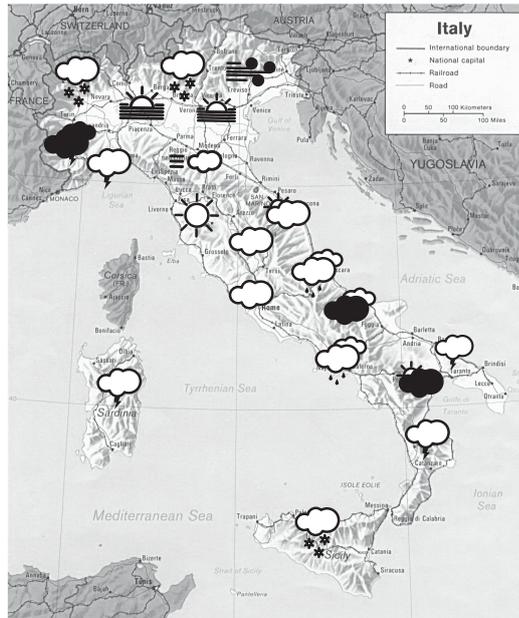
Sudoku

			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 rinfrancar lo spirito...

Aprile	Giugno	Settembre	Marzo
Fabio: Preso nulla? Giulio: Nulla	Giulio: Preso nulla? Fabio: Nulla	Fabio: Ma che abboccano? Giulio: Nemmeno a cantargli.	Giulio: Che s'ha ad andare? Fabio: Sarà meglio.