



Tratte dal libro *“La Natura e i suoi benefici doni”* di Giuseppe Cipollina
Edizioni *Golden Press*, Genova, 2013

PESTO ALLA GENOVESE DI PININ

Per preparare il pesto, non bisogna utilizzare le piante di basilico cresciute troppo in fretta perché darebbero alla ricetta un gusto mentolato, e anche le foglie troppo grandi andrebbero evitate.

La preparazione del pesto è molto semplice: oltre al basilico ben lavato, e soprattutto ben asciugato in carta da cucina, occorrono: formaggio parmigiano (100 grammi), formaggio pecorino (50 grammi) – entrambi grattugiati -, una manciata di pinoli, olio extra vergine di oliva.

Anticamente usavamo mettere tutti questi ingredienti in un mortaio di marmo: con un pestello di legno, che veniva fatto scorrere con movimenti rotatori impressi dal polso, si sfibravano le foglie di basilico, che cedevano in questo modo tutto il loro profumo. Oggi, tuttavia, si usa unire gli ingredienti in un frullatore, che in pochi minuti li trasforma in una crema omogenea e profumata.

PAPPA AL POMODORO DI PININ

E' un piatto semplice ma ricco di sapore e di un bel colore. In estate, quando il pomodoro è al suo massimo splendore, questa ricetta dà il meglio di sé.

Bisogna cuocere i pomodori, maturi e ben lavati, in un tegame insieme a olio extra vergine di oliva, aglio, cipolla o cipollotto roseo, e foglie di basilico fresco tagliate sottilmente.

La cipolla è alla base di questo piatto e quando cuocendosi, insieme alla polpa del pomodoro e al basilico, tutto diventa una crema, bisogna aggiungere il pane (sarebbe preferibile quello toscano) privato della crosta.

Mescolando delicatamente, si aggiunge sale, pepe macinato, e un poco di brodo. A fiamma bassa, si cuoce per qualche minuto per lasciare che tutti gli ingredienti si amalgamino tra loro.

Questa “pappa” è anche chiamata minestra di pan cotto e si serve fredda o tiepida.