

RICETTE EBRAICHE

da Coquinaria con amore



Sommario

AGRESTADA di Manulina	4
ALICIOTTI CON L'INDIVIA di Alessandra S.....	4
AMARETTI di Gabmic	5
APERE di Amarillina	5
BABAGANOUC DI CASA MIA di Manulina.....	5
BAGEL di Anna Manduk	6
BORRECHAS di Manulina	7
BRIOCHESS ALLA BIRRA RIPIENE di Manulina.....	8
BRIOSCE RIPIENA di gabmic	8
BULEMAS di Alessandra S.	9
CARNE SECCA di Alessandra S.....	10
CASSOLA DI RICOTTA di Alessandra S.	11
CEDRINI DI PURIM di Manulina	11
CHALLA' di Alessandra S.	11
CHALLAH di Amarillina	12
CHALLAH di RosalbaF.....	13
CHAMOD di Alessandra S.	13
CHANUKKÀ in casa di Alessandra S.....	14
CHAROSET O HARROSET di Manulina	14
CIAMBELLINE DI PESACH di Alessandra S.	15
COPPIETTE SECCHES di Alessandra S.....	16
DAIENU di Manulina.....	16
FAGIOLI E CECI ALLA TRIPOLINA di Alessandra S.	17
FALAFFEL di Amarillina	17
FELLAFEL di Alessandra S.	17
FRITTATA DI AZZIME di Kanàe/pat	18
FRITTELLE DI MELE DI PURIM di Manulina	18
FRITTURA DI PATATE di Manulina.....	19
HARISSA di Alessandra S.	19
HARROSET di Amarillina.....	19
HRAIMI (TRIPOLI, LIBIA) di Alessandra S.....	20
HUMUS di Alessandra S.....	20
IL TORTOLICCHIO di Alessandra S.....	20
KRAPFEN di Manulina.....	21
LA CONCIA di Alessandra S.....	22
LO SFRATTO.....	23
MELE FRITTE di Manulina	24
MERDUMA di Alessandra S.	24
MINES di Manulina.....	25
ORECCHIE DI HAMMAN di Manulina	25
PALLINE DI AZZIME CON STRACCIATELLA D'UOVO IN BRODO di Amarillina	26
PALLINE DI AZZIME IN BRODO di Manulina.....	26
PALLINE DI MATZA' di Ketty/Ungheresina	26
PILAV ALLA TURCA di Manulina	27
PITTE di Alessandra S.....	27
PIZZA ROMANA di Gabmic	28

PIZZARELLE COL MIELE di Alessandra S.	28
POLPETTINE AL CUMINO di Alessandra S.	29
POLPETTINE DI SPINACI di Fernanda	30
POMODORI A MEZZO di Alessandra S.	30
RISO PILAF di Alessandra S.	31
SALAT CHATZILIM di Alessandra S.	31
SPINACI SALTATI di Amarillina	31
STRACOTTO E INVOLTINI di Alessandra S.	32
STRUFOLI di Alessandra S.	33
TASCHE DI AMMAN di Manulina	33
TEHINA di Alessandra S.	34
TORTA DI CAROTE di Amarillina	34
TORTA DI MELE DI PESACH di Manulina	34
TORTINO ALICI E INDIVIA di Ritabuzz	34
TORZELLI di Alessandra S.	35
TORZELLI di gabmic	35
TRIGLIE ALLA GIUDIA di Amarillina	35
DAIENU zuppa asciutta di azzime per Pesach	36
UOVA NERE di Manulina	36
La cultura ebraica	37
SHABBAT SHALOM racconto di Alessandra S.	37
ROSH-HA-SHANÀ racconto di Amarillina	38
CROSTATATA CON PERE COTTE NEL VINO E MIELE	38
ROSH HA SHANA' in casa di Manulina	38
Crema di zucca al latte di riso	39
YOM KIPPUR in casa di Manulina	40
KASHER racconto di Manulina	40
LA FESTA DI CHANUKKÀ racconto di Manulina	41
LA FESTA DI CHANUKKÀ in casa di Amarillina	42
La Chanukkà Americana Di Amarillina E Guido	42
LE VERE DIFFERENZE TRA NATALE E CHANUKKÀ di Manulina	43
PURIM racconto di Manulina	45
PASQUA EBRAICA in casa di Amarillina	45
PASQUA EBRAICA racconto di Manulina	46
SEDER 2006	47
Bibliografia:	49

AGRESTADA DI MANULINA

(Turchia)

4 etti di polpettine (trita, prezzemolo, uovo etc...a piacere)
3 bicchieri acqua
1 dado(meglio il brodo ovviamente)
1 uovo
1 cucchiaio e mezzo di farina
2 limoni spremuti
pepe

Fare un brodo con i 3 bicchieri d'acqua e il dado (ovviamente è meglio se si ha già tre bicchieri di brodo di carne "buono").

Cuocere le polpettine nel brodo per 10 minuti rigirandole. Toglietele dal brodo e appoggiarle in una terrina. Far raffreddare il brodo e intanto in una ciotola stemperare la farina con il limone spremuto rendendola liscia e senza grumi. Aggiungere a questo composto l'uovo intero sbattuto e un po' di pepe. Versare il composto nella pentola del brodo tiepido mescolando il tutto. In ultimo unire le polpettine e far cuocere ancora tutto assieme per una decina di minuti. Andrebbe servito affiancato da riso pilav bianco.

Questo è un tipico piatto dello shabbat perché, preparato con anticipo, può essere mantenuto caldo sugli appositi scaldavivande (per i più osservanti), oppure scaldato all'ultimo nel MO (per i più laici).

ALICIOTTI CON L'INDIVIA DI ALESSANDRA S.

1 kg alici pulite, fresche, aperte a metà, disliscate e senza testa
1 kg di indivia

Lavare bene l'indivia, eliminando le foglie verdi. Metterla sotto sale per un paio d'ore, quindi sciacquarla e strizzarla con le mani molto bene. Tagliarla a striscioline.

Ungere con olio evo il fondo di una pirofila. Disporre uno strato di indivia, uno di alici ben sistemate, un pizzico di sale, pepe, un buon giro d'olio (non fate economia: la cucina giudaica romanesca NON E' DIETETICA!), e così per un paio di strati (dovrebbero bastare) finire con l'indivia. Altro giro d'olio. Infornare a 180 per una 40ina di minuti (l'indivia deve essere molto colorita, quasi bruciata!)

AMARETTI DI GABMIC

200 g di mandorle dolci
15 mandorle amare,
200 g di zucchero
2 chiare d'uovo
vaniglia
un pizzico di sale

Tritare le mandorle, già spellate, con un po' di zucchero fino a ridurle in farina. Aggiungere alla farina di mandorle il restante zucchero, la vaniglia, il sale e la chiara d'uovo necessaria ad ottenere un impasto tale da poter essere usato con la sac a poche.

Formare dei mucchietti (io ho usato un beccuccio a stella grande) disponendoli in una teglia coperta di carta forno e far cuocere dai 6 agli 8 minuti in forno già riscaldato, ad una temperatura di 250°-260°.

Un altro dolce tipico della pasticceria del Ghetto è la Pizza ebraica. E' un'antica ricetta che si usa ancora fare per tutte le feste familiari.

APERRE DI AMARILLINA

(*BISCOTTI DI PESACH*)

225 zucchero
250 g farina Casher le Pesach o 00
3 uova
sale
scorza di limone

Montare uova, zucchero e sale, unire la farina e infornare 5-7 minuti a 200°, i bordi devono essere appena dorati. Per fare i biscotti mi aiuto con la sac a poche. Usare assolutamente la carta forno perché tendono ad attaccare e distanziateli molto perché gonfiano.



BABAGANOUGH DI CASA MIA DI MANULINA

(*alla Turca*)

4 melanzane (del tipo lungo), olio evo qb, sale.

Bruciare molto bene le melanzane sui fornelli (andrebbero fatte su una griglia a legna) da tutti i lati finché non sono completamente bruciate e affumicate.

Spellarle (occhio alle dita!) e strizzarle molto bene (faranno molta acqua). Metterle in una ciotola stretta e alta, aggiungere sale e con un sbattitore ad immersione frullarle aggiungendo (a filo)olio fino a quando non saranno diventate una specie di mousse morbida e gentile al palato. Deve sapere di affumicato...ma non troppo; deve sciogliersi in bocca come una mousse e avvolgere le papille gustative in modo dolce e delicato.

BAGEL DI ANNA MANDUK

200 ml latte bollente
 40 g burro
 3 cucchiari rasi di zucchero
 8 g di lievito di birra
 1 albume
 1/2 cucchiaino di sale
 400 grammi di farina (io uso la mol...spad...arrichita di glutine quella con pulcinella)

1 tuorlo mescolato con un po' di latte

si mette il latte bollente in una ciotola e vi si sciolgono zucchero e burro. Si lascia intiepidire. se ne prende un po' e si mette il lievito sbriciolato. Lasciar riposare altri 10 minuti per attivare il lievito.

Si aggiungono il sale e l'albume non montato. Si mescola bene poi si versa a pioggia la farina (io ho mescolato con una forchetta).

si rovescia l'impasto su un piano ben infarinato (3-4 cucchiari di farina almeno) e va lavorato a lungo (almeno 15 minuti) sbattendolo a più non posso, impastando, dandoci dentro...insomma è quasi una terapia antistress!!

Quando la palla è liscia, omogenea, lucida e non si attacca più né alle mani né al piano di lavoro, la si rimette nella ciotola e si fa lievitare fino al raddoppio.

Si sgonfia la pasta e la si divide 12 palline circa uguali. Si fa un buco al centro col dito e si dà la forma di ciambellina (anche se sono irregolari non importa dopo la cottura si uniformano)



si sistemano sulla teglia coperta di carta forno.

Si lasciano riposare altri 20 minuti e nel frattempo si accende il forno a 200 gradi con una ciotola di acqua sul fondo.

Si mette a bollire una padella larga piena di acqua. Si gettano i bagels crudi 4 alla volta e si lasciano bollire per 30 secondi.



Si scolano bene con una schiumarola e si depositano sulla teglia con carta forno, ben distanziati perché in forno crescono.

Si spennellano con l'emulsione tuorlo più latte e si infornano. Col mio forno della rex electrolux ho cotto a 200 ° per 25 minuti a metà altezza con modalità sopra-sotto poi altri 15 minuti con modalità solo sotto abbassando anche la teglia. Sfornare e far raffreddare su una gratella per dolci. Sono ottimi con marmellate oppure salati con philadelphia e salmone affumicato, con affettati etc....io ho provato stasera l'abbinamento philadelphia + cotognata...secondo me era delizioso!!

BORRECHAS DI MANULINA

(Turchia)

Pasta sfoglia (si può usare anche quella surgelata)

1 patata bollita

1 uovo

parmigiano

verdure trifolate a scelta (melanzane, zucchine...)



Fare un impasto morbido con la patata schiacciata, l'uovo, un pizzico di sale e un cucchiaio di parmigiano. Aggiungere (in dosi variabili e a piacere) qualche verdura trifolata. Stendere la sfoglia molto sottile a rettangoli lunghi che andranno poi piegati a triangolini, spennellati con rosso d'uovo e qualche semino di sesamo e poi messi in forno a 180° finché non prendono colore(circa 20 minuti a seconda della grandezza dei triangoli).

Come per Alessandra "la concia" ...così per me "le borrechas"...sono la mia infanzia, la mia famiglia e la mia tradizione. Le faceva la bisnonna, poi la nonna, un po' peggio la mia mamma che non ha mai amato cucinare ed ora tocca a me...ma la ricetta non è mai cambiata nel tempo. Le adoro!

BRIOCHES ALLA BIRRA RIPIENE DI MANULINA

(Israele)

1 kg farina
 1 cucchiaio di sale
 50g lievito di birra
 1 bicchiere di olio di arachidi
 3/4 lt di birra
 1/4 bicchiere d'acqua

Sciogliere il lievito con poca acqua tiepida e un poco di farina fino ad avere un impasto molle. Coprire e lasciar riposare per circa 1 ora. Poi impastare con tutti gli altri ingredienti e, una volta ottenuta una pasta morbida lavorabile, far riposare e lievitare ancora un'ora coperto. Formare dei paninetti tondi o delle brioches piccole (con la tecnica del triangolo arrotolato su se stesso), spennellare con rosso d'uovo e infornare a 180/200 per circa mezz'ora.

Cotti e raffreddati vanno tagliati e farciti.

Ho fatto due tipi di farciture: una era fatta con tonno frullato assieme a pochissima maionese, una goccia di limone e qualche cetriolino; l'altra era una salsa israeliana fatta con uovo sodo tritato grossolanamente con un piccolo pezzetto d'aglio, poca maionese e spezie a piacere.

A Milano, finita la funzione dello shabbat al Tempio Maggiore di Via Guastalla, vengono offerte pizzettine di sola pasta e pomodoro, queste brioscine, dolci e bibite per rifocillare il corpo dopo le preghiere. E' un'usanza carina!

Shabbat è il sabato, giorno solenne di preghiera per gli ebrei, inizia il venerdì al calar del sole e finisce il sabato al calar del sole. In queste ore gli osservanti (dovrebbe essere tutti gli ebrei ma ormai sono in pochi a farlo) non possono accendere luci (di conseguenza il MO, il forno, i fornelli etc), usare ascensori, portare borse, ombrelli o altro simile, suonare campanelli, guidare, toccare soldi, lavorare o far lavorare gli altri per conto loro. Insomma non si può fare tutto ciò che non è preghiera, lettura, amore, canto e contemplazione della vita che ci è stata donata!...Più o meno

BRIOSCE RIPIENA DI GABMIC

Ricettina tratta dallo splendido testo della Ascoli Vitali.



Per la pasta:

40 g di lievito di birra
1 uovo
sale
250 g farina
3 cucchiaini di olio

Per il ripieno:

5 o 6 fondi di carciofo o 100 g di funghi secchi
un po' di ragù di carne

Questi gli ingredienti all'origine. Io mi sono un po' spaventata della grande quantità di lievito e ne ho usato 20 gr.

Come ripieno ho utilizzato quello avanzato ieri sera dalla preparazione delle burichitas: pomodorini e melanzane cotte in padella con olio, cipolla, sale e pepe.

Il procedimento è semplicissimo: ho sciolto il lievito in un po' di acqua e dopo averlo unito agli altri ingredienti ho impastato con il Ken per pochi minuti, regolando con un po' di acqua la consistenza. L'impasto deve infatti risultare piuttosto molle, tanto da essere messo nello stampo aiutandosi con un cucchiaio.

Ungere uno stampo a bordi alti (va bene anche uno stampo da budino) e versarvi a cucchiainate un po' più di metà dell'impasto.

Aggiungere il ripieno e coprire con il resto della pasta.

Lasciare lievitare in luogo tiepido. Io ho impiegato un paio di ore.

Cuocere in forno caldo per circa 30 minuti.

BULEMAS DI ALESSANDRA S.

Sono dei fagottini che mi ha insegnato la mia amica Michèle di Milano, di origini libiche.

Molto semplici e molto gustosi:

Pasta di pane all'olio (rimando alle vostre ricette)

200 g provolone piccante

450 g spinaci surgelati (io quando ho tempo do una leggera bollita a quelli crudi, poi li strizzo... ma i surgelati ci aiutano!)

uovo per spennellare

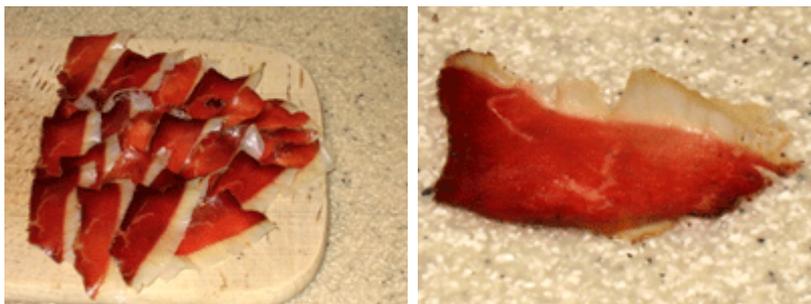
semi di sesamo

far scongelare gli spinaci, e tritarli nel mixer insieme al provolone.

Stendere la pasta di pane sottile, e ritagliarne dei quadrati di ca. 10 cm di diametro.

Posizionarci dentro una pallina di ripieno, chiudere "a pacchetto", spennellare con l'uovo e cospargere con semi di sesamo. Ungere una teglia, posizionarci le bulemas vicine l'una all'altra, cospargere ancora con dell'olio e infornare a forno già caldo 180/200 finché non sono belle dorate

CARNE SECCA DI ALESSANDRA S.



Essendo un tipico affettato giudaico-romanesco a Roma si può trovare in molte macellerie o paninoteche kasher. Ma quella fatta in casa e' un'altra cosa! Un mito, una leggenda, a casa nostra.

Mia madre usa servirla... come dessert! Anzi, come ammazza-caffè!

Rigorosamente a fine cena, a stomaco pieno, per non rischiare di vedere 15 avvoltoi avventati sul piatto. Che immancabilmente ci si avventano comunque, in modo famelico.

E allora vi dico come si prepara:

Il pezzo di carne e' essenziale: coda di pezza di manzo, nella parte finale, quando la carne è più bassa. Bisogna far lasciare dal macellaio il grasso che ha sotto. Se necessario, magari togliergli solo un po' di spessore.



I pezzi di carne però non hanno lo stesso nome da regione a regione. Quando vivevo a Milano ero riuscita a capire (con uno dei pochi macellai con cui non avevo litigato) che lì si chiamava "codone" di manzo. Non chiedetemi dettagli ulteriori perché non sono in grado di darveli.

Si cosparge (abbondantemente) con sale fino e si mette su un piatto, con la parte del grasso verso il basso, si schiaccia con un altro piatto e si mette un peso sopra (io uso una pentola piena di acqua). Si tiene così un paio di giorni, comunque finché non smette di buttare l'acquetta rossa. In questi due giorni bisogna spesso pulire il piatto da questo liquido che secerne la carne salata.

Si mette in frigorifero per 4, 5 giorni nella parte più fredda e meno umida (io ho il frigorifero no frost e la metto nel cassetto a 0 gradi). Dopodiché la metto a seccare ulteriormente per un paio di settimane in un posto asciutto, aerato ma freddo. Mia madre usa una specie di sgabuzzino che ha in balcone. Noi la teniamo nel solaio. Sono sicura che troverete anche voi un posto, perché è l'affettato più buono del mondo!!!! (Anche a detta di mio marito che non disdegna il maiale!!!!).



CASSOLA DI RICOTTA DI ALESSANDRA S.

(Tipico dolce, anche questo giudaico romanesco)

Ovviamente chi mette più uova, chi meno ricotta... Ma che ve lo dico a fa'? La nostra è la più buonerrima!

3 uova intere
600 g ricotta di pecora
3 cucchiaini di zucchero
1 cucchiaino di zucchero vanigliato
1 pizzico di cannella in polvere.

Mischiare gli ingredienti. Mettere un goccio di olio sul fondo di una pirofila (o altra teglia) rotonda. Scaldarla leggermente sul fornello e ungere bene il fondo. Mettere l'impasto nella teglia, e infornare per 40 minuti a forno preriscaldato a 180 gradi. Deve essere dorata.

Semplice ma ottima!

Ovviamente tutto dipende dalla qualità della ricotta, che deve essere di pecora (lo so che è più grassa di quella di mucca, ma quella di pecora è decisamente più adatta)

CEDRINI DI PURIM DI MANULINA

330g di mandorle dolci, 320g di zucchero a velo, 50g di cedro candito, 80g di cioccolato fondente, 2 bicchierini di liquore dolce (tipo gran marnier...), 1 uovo, un pizzico di vanillina

Tritare finissime le mandorle e mescolarle con lo zucchero, l'albume ed il liquore. Fare un impasto liscio da stendere con il mattarello e tagliarlo a piccoli dischi che verranno riempiti con un impasto fatto di cedrini, cioccolata grattugiata insieme al rosso d'uovo e a una puntina di zucchero. Chiudere i dischi come i ravioli. Non necessitano cottura.

CHALLA' DI ALESSANDRA S.

1 kg farina
2 cucchiaini di sale
2 bicchieri di acqua tiepida
50 g lievito di birra
1 uovo più 1 tuorlo per spennellare
50 g margarina (per i puristi olio)
2 cucchiaini d'olio
7 cucchiaini di zucchero.

Come per tutti i pani (dalla Bibbia delle Simili): acqua + lievito + 1 cucchiaino di zucchero (preso dal totale).

Aggiungere un po' di farina (poco meno della metà), mescolare bene e quindi aggiungere i condimenti: olio, margarina, sale, il resto dello zucchero e uovo. Impastare bene, e lasciar lievitare 1 ora. Fare le challoth (con questa dose ne vengono 4) o la ciambella, spennellare con l'uovo (io lo uso intero) cospargere con semi di sesamo e lasciar lievitare ancora un'ora. Infornare a forno già caldo a 180 per una mezz'ora.

CHALLAH DI AMARILLINA

(Variante ricetta tratta da un libro)

500 g farina 00
 30 g di zucchero
 20 g lievito di birra (o una bustina di l. di birra secco, io avevo questo)
 2 uova
 70 g grasso d'oca (la ricetta originale prevede burro)
 2 cucchi da té di sale
 acqua qb

Per glassare
 1 tuorlo
 2 cucchi d'acqua
 semi di papavero (io non li avevo)

Impastare gli ingredienti e mettere a riposare in luogo caldo per 1 h. Riprendere l'impasto, farce velocemente i cordoni e preparare la treccia. Rimettere a lievitare coperta per altri 45 min. Spennellare con un tuorlo sbattuto con 2 cucchi d'acqua e cospargere di semi di papavero. Infornare a 200 per 20-25 min o fino a quando assume un bel colore bruno. Lasciare raffreddare completamente.



CHALLAH DI ROSALBAF

(Variante ricetta postata da Amarillina)

E' un impasto che si fa tutto insieme, si presta benissimo per panini da farcire, girelle farcite, panettone gastronomico, tipo danubio o torta di rose, ci si potrebbe fare anche delle briochine farcite a piacere o con zucchero a granella sopra, insomma ho scoperto che con questo impasto veloce, economico e buono, si fanno tante cose con cui allestire un buffet.



ps. ho fatto 7 volte le dosi dello challah, usando l'olio al posto del burro, la Manitoba al posto della farina 00 e più o meno 150 g. di acqua
io impasto nel ken, ho visto che con l'olio viene e si mantiene molto più morbido, ne ho messo 40/50 grammi.

Per la versione dolce invece di 30 grammi di zucchero ne metti un 60/70 grammi, e usa lo stesso l'olio. Quale olio ho usato? In casa dell'impiccato mai parlare di fune .Con la produzione nostra di olio di oliva

CHAMOD DI ALESSANDRA S.

Il chamod è una minestra di verdure molto particolare, dietetica (salvo un po' di patata) e anche piuttosto veloce (la faccio in pentola a pressione).

Origine: Egitto

1 sedano intero con foglie
2 zucchine
2 patate
2 porri
tanto prezzemolo
2-3 spicchi d'aglio
3 limoni spremuti
Brodo o dado



Tagliare le verdure a dadini piccoli e metterle in pentola insieme all'aglio schiacciato e 2 dadi (se non si usa il brodo di carne). Far cuocere 10 minuti a fuoco vivace mescolando. Poi coprire d'acqua (o di brodo) e lasciar cuocer coperto finché non e' cotta la patata.

Togliere dal fuoco e aggiungere il succo di limone.

Servire disponendo la minestra nella scodella sopra una porzione di riso basmati pilaf.

Riso pilaf:

Mettere in un pentolino antiaderente 2 tazze e 1/2 di acqua con un pizzico di sale grosso e un giro di olio evo. Coprire e portare a bollore. Quando bolle aggiungere 2 tazze di riso basati, abbassare il fuoco, coprire e cuocere almeno per 15/20 minuti. La particolarità del riso basmati è che se si continua a cuocere più a lungo (40 minuti) forma una crosticina sotto che è buonissima. E non a scapito del riso che rimane comunque ben sgranato

CHANUKKÀ IN CASA DI ALESSANDRA S.

I miei figli quest'anno per festeggiare Chanukkà hanno voluto fare una cosa carina: per imitare le decorazioni natalizie che i nostri vicini hanno appeso fuori dalle loro porte, abbiamo ritagliato una Chanukkià (Il candelabro a 9 braccia) nel cartone ondulato, l'abbiamo dipinta di argento e ogni sera abbiamo aggiunto una candelina di gomma colorata con la fiammella accesa. Il tutto fuori dalla nostra porta, così, per adempiere alla tradizione di rendere pubblico il miracolo della festa!

CHAROSET O HARROSET DI MANULINA

(una "specie" di marmellata di frutta, datteri o noci e simili che si mangia a Pasqua)

Premetto che ogni nucleo familiare ha la "sua" ricetta e sarà quasi impossibile trovarne due simili...

2 mele grattugiate, il succo di una arancia spremuta, 60 g di uva passa, 200 g di mandorle tritate, qualche dattero, un po' di vino rosso, 3 cucchiaini di zucchero, 1 pera, volendo un cucchiaino di scorza d'arancio grattugiata e un po' di cannella o zenzero.



Si disfano al fuoco pera, mela e datteri snocciolati per poco tempo. Intanto si fa rinvenire l'uvetta nel succo d'arancia. Poi si tritano i datteri con le mandorle e si mescolano tutti gli ingredienti fino ad ottenere una consistenza un poco più solida di una marmellata. Deve rimanere sul cucchiaino quando lo si rovescia. Se risultasse troppo morbida si può aggiungere un pochino di azzima tritata per solidificarla.

CIAMBELLINE DI PESACH DI ALESSANDRA S.

(Pasqua)

Questa è un'antica ricetta di famiglia. Badate: ogni famiglia ne ha una sua, e quella sarà ovviamente la migliore per loro. E quindi anche questa. Per me.

Durante la pasqua ebraica la casa deve essere completamente libera da "chametz" cioè cibo lievitato. Le grandi manovre iniziano almeno un mese prima con le pulizie di pesach (ebbene sì: le abbiamo inventate noi!!!!). E durante la settimana di pesach, come dicevo prima non si può mangiare nessun cibo lievitato o che sia andato in contatto con tali alimenti.

Il divieto risiede nella storia che Pesach ricorda: l'uscita degli ebrei dall'Egitto. In quell'occasione fu talmente affrettata la partenza (la fuga) che non ci fu il tempo per far lievitare il pane.

La farina di per se è chametz, quindi si deve usare solo prima di pesach e con molta attenzione: non deve entrare in contatto con acqua o con ingredienti che contengano acqua (burro, margarina, vino, aceto....) bisogna impastarla velocissimamente e cuocere subito i cibi per evitare che inizi il processo di lievitazione. Insomma un gran macello.

E prima di pesach si cominciano a fare le ciambelline. In quantità sufficiente da durare tutta la festa perché rappresentano la colazione, lo spuntino, il dolcetto di fine pasto, la merenda: insomma sostituiscono tutto ciò che è abolito. Nel mio caso ne impasto 20 uova.

Se durante la settimana di pesach (o qualche giorno prima) vi trovate a passare a Portico D'Ottavia ed entrate da Boccione, la pasticceria storica del ghetto, vedrete che tutti i loro prodotti (o quasi) saranno spariti per far spazio alle ciambelline di pesach. Molti di quelli che le assaggiano dicono che sono molto buone. Secondo me è che "fa pittoresco" il dolcetto ebraico, perché in realtà le loro proprio non vanno giù. Fisicamente intendo. Sono un po' stoppaciose.

Quindi quella che sto postando non è "la mia versione" delle ciambelline di Boccione, ma

"L'ANTICA RICETTA DELLE CIAMBELLINE DI PESACH DELLA MIA FAMIGLIA"

Questo per contestualizzare il prodotto.
Dunque:

5 uova
5 uova d'olio
10 cucchiaini di zucchero
5 cucchiaini di zucchero vanigliato
scorza di limone grattugiata
farina q.b.

Per 5 uova d'olio si intendono 10 mezzi gusci riempiti d'olio.

La ricetta prevede olio d'oliva.
Io uso quello di semi di arachide: è un po' più leggero.

Si impastano gli ingredienti e alla fine si aggiunge la farina. Attenzione perché il trucco sta qui: nel non usarne troppa, perché verrebbero troppo dure. Bisogna che l'impasto sia appena impastabile con le mani infarinate. Ancora un po' appiccicoso.

Si formano le ciambelline e si cuociono a forno moderato (150/180) già caldo, finché non sono appena dorate.

Sono molto semplici, al limite della banalità... ma sentirete che profumo si spargerà per la casa mentre si fanno!

Beteavòn - buon appetito

COPPIETTE SECHE DI ALESSANDRA S.

Il pezzo di carne da usare è lo stesso della carne secca: Coda di pezza di manzo alla fine. Però non il pezzo intero, ma le fettine molto sottili (tagliate dal macellaio). Si salano e si impepano. Si infilzano "appese" per l'estremità meno irregolare in un ferro da maglia, si appendono al sole (sullo stendino), si coprono con un tulle ben chiuso (con le mollette) per inibire l'ingresso agli insetti... E dopo qualche ora....

Mmmmmhhhhhh!!!!!!

Speciali. E abbastanza dietetiche (se non si mangia la parte del grasso) per controllare quando sono fatte: de gustibus. A me piacciono secche secche, ad altri un po' fresche. Vedete voi!

DAIENU DI MANULINA

(tipica zuppa pasquale)

4 fogli d'azzima, 4 tuorli d'uovo, brodo di carne.

Spezzettare le azzime e gettarle nel brodo freddo. Lasciar bollire per una mezz'ora. Sbattere nella zuppiera i tuorli d'uovo e versarvi, rimescolando, il brodo con le azzime.

FAGIOLI E CECI ALLA TRIPOLINA DI ALESSANDRA S.

Io uso i legumi in scatola: 2 di ceci e 2 di borlotti
2 bottiglie di passata
sedano, cipolla, peperoncino
olio, sale, cruia e cumino

(la cruia è una spezia meiorientale molto usata nella cucina tripolina. Io la trovo a roma a piazza vittorio: si chiama anche keruìa - con l'accento sulla i)

Fare un trito di sedano e cipolla, metterlo a soffriggere in una pentola con un po' d'olio e peperoncino a piacere. Aggiungere la passata di pomodoro , salare, aggiungere le spezie (1 cucchiaino di ciascuna) e lasciare insaporire sul fuoco. Aggiungere i ceci e i fagioli scolati e sciacquati e finire di cuocere a fuoco basso coperti. Accompagnare con il cus cus

FALAFFEL DI AMARILLINA

(ricetta israelo-ligure)

3-400 g di ceci lessati
aglio tritato
un pugnetto di biette lesse
prezzemolo
coriandolo
maggiorana
1-2 uova q.b.
pan grattato se serve

Mischiare il tutto, salare e friggere in olio profondo e bollentissimo. Ho scoperto essere la passione dei bambini

FELLAFEL DI ALESSANDRA S.

I fellafel sono delle polpette vegetali fritte a base di ceci. La ricetta di seguito è la versione israeliana perché nella cucina araba sono fatte con le fave.

½ kg ceci secchi
1 grossa cipolla
1 spicchio d'aglio
Una bella manciata di prezzemolo
Un pugnetto di farina
Una punta di bicarbonato
Ev. un po' d'acqua

Ammollare i ceci per 48 ore rinnovando spesso l'acqua. Se germogliano è meglio ancora.

Scolarli e tritarli abbastanza finemente nel mixer con il resto degli ingredienti. Aggiungere la farina ed eventualmente anche un po' d'acqua se fosse difficile lavorarli.

Scaldare abbondante olio di semi di arachide in una grossa padella, fare delle polpettine con l'aiuto di 2 cucchiaini (devono essere grandi come delle piccole noci) e friggerle nell'olio caldo.

Scolare e servire caldi con le salsine e le pitte.

Il FELLAFEL può essere servito con le PITTE (pane arabo/israeliano), HUMUS (crema a base di ceci), TEHINA (salsa a base di olio di sesamo) e SALAT CHATZILIM (salsa a base di melanzane).

Traduzione letterale dall'ebraico: insalata di melanzane).

FRITTATA DI AZZIME DI KANÈ/PAT

la faceva sempre la mia bisnonna, livornese.e mi piaceva così tanto...

3 gallette, 3 uova, 4 cucchiari di zucchero, un cucchiaino colmo di cannella, un pizzico di sale.

bagnare e strizzare bene le azzime, aggiungere gli altri ingredienti e fare una frittata.

bagnare poi con uno sciroppo fatto a caldo con 4 cucchiari di zucchero, due cucchiaini rasi di cannella e 3 cucchiari di acqua.

FRITTELLE DI MELE DI PURIM DI MANULINA

(Ricetta della nonna)

1 kg. di mele, limone spremuto, 4 cucchiari di farina, 2 cucchiari di olio, 2 uova intere, sale, olio da frittura, zucchero, cognac.

Sbucciare le mele e tagliarle a fettine dello spessore di circa 1 cm, passarle un attimo nel limone spremuto e lasciarle riposare nel cognac. Intanto preparare la pastella sbattendo uova, con un pizzico di sale, farina, i due cucchiari d'olio e una goccia di acqua. Far scaldare l'olio da frittura. Immergere le rondelle di mele prima nello zucchero, poi nella pastella e poi nell'olio bollente. Quando sono dorate, cospargerle di zucchero e servirle tiepide.

Il cognac è basilare a Purim perché bisogna festeggiare con canti, balli, cibo ma....soprattutto alcool!!!! Come a Kippur si eleva l'anima con l'afflizione del

corpo, altrettanto viene fatto a Purim...ma questa volta con il piacere del corpo.

"" Ognuno deve ubriacarsi a Purim, fino ad arrivare a non distinguere, in preda agli effetti dell'alcool, tra " maledetto Haman " e "benedetto Mordechai ""..(Tb Meghillà Ester7b).

FRITTURA DI PATATE DI MANULINA

(Piatto tipico della festa di Chanukkà)

500 g di patate, 2 uova, sale, noce moscata,
grasso d'oca o di pollo o olio

Lessare le patate e schiacciarle, unirle le uova battute, il sale, la noce moscata e friggerle a cucchiaiate nel grasso o nell'olio.
Scolarle e servirle calde.

HARISSA DI ALESSANDRA S.

2/3 spicchi d'aglio
succo di 2 limoni
1 pizzico di sale
3 cucchiari di peperoncino macinato

Spremere l'aglio, unire gli altri ingredienti, coprire d'olio e mettere in frigo.
Si può conservare 2-3 mesi

HAROSET DI AMARILLINA

500 g mele grattugiate
200 g mandorle tritate
miele
vino

si va ad occhio, aggiungendo tanto vino e miele a seconda di quanto lo si vuole dolce. La consistenza dev'essere quella di una pappetta

HRAIMI (TRIPOLI, LIBIA) DI ALESSANDRA S.

(PESCE PICCANTE DA SERVIRE CON IL CUS CUS)

7-8 etti di filetti di merluzzo o cernia tagliati a bocconcini
Aglio, prezzemolo
olio, sale, Harissa (vd. ricetta postata prima)
cruia, cumino
1 bottiglia di passata di pomodoro

Soffriggere il pesce con aglio e olio a fuoco allegro. Quando l'acqua che il pesce avrà tirato fuori sarà evaporata, aggiungere sale e le spezie, insaporire un pochino, quindi versare la passata, abbassare il fuoco, coprire e lasciar restringere il sugo. Se fosse necessario scoperchiare.

Servire con cus cus (confesso di usare il precotto!)

HUMUS DI ALESSANDRA S.

250 g. ceci secchi (io uso quelli lessati in barattolo, magari scegliendo una qualità buona)
2 spicchi d'aglio
Olio
Sale, pepe, cumino e succo di limone
Per guarnire: paprika, pinoli e olio evo

Ammollare i ceci almeno 24 ore e lessarli (oppure svuotare le latte di ceci in scatola, in questo caso sciacquarli), e metterli nel mixer con la cipolla, l'aglio schiacciato e le spezie.

Se necessario (lo sarà) aggiungere acqua. Deve avere una consistenza cremosa.

Mettere in un piatto e guarnire con un giro d'olio, paprika e qualche pinolo

IL TORTOLICCHIO DI ALESSANDRA S.

E' un antichissimo dolce tipico di Purim. Deriva dalla parola "tortore" che in romanesco significa bastone, randello, vuoi per la sua durezza, vuoi per il colore. Già nel 1318 il provenzale Kalonimos ben Kalonimos venuto a Roma lo assaggiò e lo citò nel suo "trattato sulla festa di Purim".

Oh! Queste cose le ho lette or ora su un giornale, non lo so di mio.

La ricetta invece eccola:

500 g farina,
500 g di miele
80 g di mandorle con la pelle

50 g di confetti cannellini (quelli con il pezzetto di cannella dentro)
scorza di arancia non tanto fine (no microplane pliiiiz!)
uovo per spennellare

Sciogliere il miele in un tegame a fuoco basso. Mettere la farina in un recipiente, unire il miele, aggiungere mandorle, confetti e scorza d'arancia. Impastare fino a far diventare l'impasto compatto. Formare dei bastoncini lunghi circa 10/12 cm e larghi 6. Spennellarli con l'uovo intero sbattuto e passarli in forno preriscaldato a 180 gradi per 15-20 minuti.

Sono, come consistenza, una specie di mostaccioli. A casa nostra lo affettiamo (anche a macchina) molto sottile... ed è già finito!

Tratto da un libro splendido che consiglio vivamente di leggere e che pregherei Babby di aggiungere alla bibliografia:

Ariel Toaff, Mangiare alla giudia. La cucina ebraica in Italia dal Rinascimento all'età moderna, Bologna, il Mulino, 2000.

"...La storia del tortolicchio è una storia lunga quasi quanto la storia degli ebrei romani. Apprezzato e ricercato, diveniva l'inconsapevole protagonista di avventurose vicende, tra il dolce e il piccante, come il suo sapore. Il rabbino di Roma, Isacco Lattes, anch'egli di origine provenzale, ad esempio, ci racconta un fatto avvenuto nella primavera del 1543. Per la precisione si tratta dei sapidi particolari di una tresca tra una donna sposata, moglie di un agiato bottegaio di pannine in piazza Giudia, ed un giovane commesso di negozio, anch'egli ebreo. Ebbene, il rabbino Lattes ci informa che il pegno d'amore tra i due adulteri era costituito da "un grosso tortolicchio, il prelibato dolce di mandorle e miele", senza dubbio un dono gastronomico molto apprezzato dalla donna, evidentemente affascinata da quel sensuale e afrodisiaco biscotto...". (di Gabmic)

KRAPFEN DI MANULINA

(Piatto tipico della festa di Chanukkà)

500 g di farina, 3 uova intere, 70 g zucchero, 70 g margarina, 1 dado di lievito di birra, 1 pizzico di sale.

Amalgamare la farina con le uova, sia tuorlo che albume, la margarina, il lievito sciolto in un bicchiere con poca acqua tiepida, un pizzico di sale e per ultimo lo zucchero, perché aiuta la fermentazione.

Fare riposare l'impasto per un'ora e mezzo.

Una volta lievitato l'impasto, stenderlo molto bene con un matterello infarinato e formare servendosi di un bicchierino da caffè dei dischetti, separarli su un piano, coprirli e lasciarli lievitare per un'altra ora.

Riempite di olio una padella, riscaldarlo. Immergere i dischetti lievitati (sulla mano risulteranno leggeri) abbassare la fiamma e cuocerli 6/7 minuti per

parte, una volta gonfiate e dorate, le bombette, toglierle dalla padella e immergerle nello zucchero precedentemente messo in una ciotola. Servirle calde oppure riscaldarle in forno per circa 10 minuti a 60 gradi poco prima di servirle.

LA CONCIA DI ALESSANDRA S.

Lo so, è un piatto estivo, specie per i puristi che mangiano (giustamente) le verdure solo in stagione: ma voi mettete lì la ricetta e a giugno la provate. La concia, da non confondere con le zucchine marinate è un piatto che può fungere da antipasto o da contorno. In estate è ottima nei panini... E in una casa ebraica è considerata preziosa, data la pazienza che serve per prepararla, per cui ci si va piano. E possibilmente ci si serve a stomaco pieno.

zucchine romanesche (almeno 2 kg)
aglio, aceto di vino, basilico
olio di semi di arachide per friggere
sale

La qualità delle zucchine è fondamentale: mi spiace per chi abita al nord: io a Milano non l'ho mai fatta per mancanza di materia prima: le zucchine devono essere di qualità "romanesca" grandi, chiare e spinose.

Si lavano, si asciugano intere e si affettano PER LUNGO a uno spessore di 2-3 millimetri. Si lasciano su un canovaccio ad asciugare per 24 ore. Contemporaneamente in un bicchiere si mette a macerare il basilico e qualche spicchio d'aglio in 1/2 bicchiere scarso di aceto.

Il giorno dopo si friggono le zucchine in abbondantissimo olio bollente, si scolano e si dispongono in un recipiente di vetro (tipo frigoverre a strati alternati, orizzontali e verticali (la direzione della zucchina intendo)... si mette un pochino di sale uno strato sì e uno no (non discutete, si fa così e basta! l'ha detto la mia jewish mother!) poi, finito di disporre le zucchine vi si versa sopra l'aceto insieme all'aglio e al basilico. Il giorno dopo con l'aiuto di due forchette il tutto si deve rovesciare rimettendo le zucchine (senza far macello) nel contenitore.

Aspettare ancora un giorno prima di mangiare.

Ovviamente la quantità di aceto dipenderà dal vostro gusto. Io ci vado piano, mia madre ci va giù pesante!

Ecco qua!
Beteavon!
(in ebraico: buon appetito!)

LO SFRATTO

(Con la partecipazione di Graziella66 – Elena – Pigi)



Nei giorni scorsi ho conosciuto (e assaggiato) un dolce che non conoscevo, tipico della tradizione di Pitigliano (presidio Slow Food). La sua storia e' quanto meno singolare, e volevo condividerla con voi, per quelli che non la conoscono già.

Lo Sfratto e' un dolce tipico della tradizione ebraica, e ha origine nella metà del XVII secolo, quando, in seguito ad un editto del Granduca di Toscana, gli Ebrei furono costretti a ritirarsi tutti in un'unica zona nei dintorni della Sinagoga, il ghetto. L'ufficiale giudiziario intimava lo sfratto battendo alle porte con un bastone. Questo dolce ricorda, nella forma e nel nome, questa triste vicenda. Col tempo i rapporti con la popolazione migliorarono, e la bontà di tali dolci fecero sì che essi entrarono nella tradizione locale come dolce natalizio.

Gli ingredienti sono: farina, uova, noci, miele, buccia d'arancia, noce moscata. La pasta è sottile quasi come una sfoglia "da tagliatelle", che era friabile quasi come un crackers. E l'interno era sodo e dal sapore "mieloso". (Graziella66)

Ti riporto quello scritto da Aldo Santini sulla cucina toscana.

E' un dolce natalizio che alcuni preparano ancora a regola d'arte. Gli storici garantiscono che gli sfratti erano conosciuti addirittura dagli Etruschi.

Le basi sono due, pasta e ripieno. La pasta è quella solita dei dolci, farina lievito e zucchero, uova, scorza di limone e burro. Quando è soda si aggiunge del latte per renderla più malleabile. Si lascia riposare per mezz'ora, meglio se nel frigorifero. Poi si fa il ripieno. Si cuoce del miele per 20 minuti a fuoco lento. Ci si versano sopra delle noci spellate e tritate. Ancora dieci minuti di cottura. Si aggiunge del pangrattato e scorza di limone e si mescola bene. Anche il ripieno va lasciato un po' in frigorifero.

Si toglie la pasta dal frigo, si tira sottile e si taglia a strisce larghe 5 cm. Si coprono con un sottile strato di ripieno, si arrotolano e si formano delle "dita" lunghe e fini. Si mettono su una lastra unta, si spennellano con il tuorlo dell'uovo e si cuociono in forno a 200 gradi per 15 minuti non di più, devono dorarsi perfettamente. Si fanno raffreddare, si tagliano a rondelle e si servono con vin santo liquoroso.(di Elena)

Sembra che lo sfratto , con la forma di bastone , ricorda il bastone con cui i soldati romani battevano sulle case degli ebrei durante la cacciata dalla Palestina.

Fonti più attendibili comunicano :

L'anti liberalità di Cosimo II de'Medici si concretizzò con un susseguirsi di imposizioni nei confronti delle famiglie ebee: inizialmente tenuti a pagare esose gabelle, poi obbligati a vestire con segni che li rendessero riconoscibili ed infine sfrattati dalle loro abitazioni e costrette a confluire nel quartiere a loro destinato, il Ghetto . L'intimazione di sfratto e l'obbligo all'immediato abbandono dell'abitazione era decretata dal suono del bastone dell' ufficiale giudiziario picchiato con forza sull'uscio. La forma dello Sfratto infatti rievoca quella del bastone. Lungo circa 20 cm. è composto al suo interno da un ripieno di miele, buccia d'arancia, garofano, cannella e noci, e ricoperto da una sfoglia di pasta friabile

Nel 1765 la condizione della comunità ebraica muta radicalmente con l'avvento al trono di Pietro Leopoldo d'Asburgo, sovrano di idee liberali che favorì l'uguaglianza tra cristiani ed ebrei. Alla metà dell'800 le comunità ebraiche conobbero la loro massima espansione, a Pitigliano, chiamata "La Piccola Gerusalemme" per il suo fervore religioso e il suo sviluppo economico, si contava una comunità di 400 persone su una popolazione di 2200 abitanti.

La peculiarità dello spirito ebraico di estrapolare dalle secolari e ripetute vicissitudini drammatiche una nota di ottimismo, speranza e addirittura gioia si riscontra nella cultura letteraria, musicale e la si ritrova anche nella cultura culinaria, esempio emblematico è lo sfratto. Tratto da slowfood .(di Piggì)

MELE FRITTE DI MANULINA

(Piatto tipico della festa di Chanukkà)

6 mele, 300 g farina, sale, 2-3 cucchiari di olio, 2 cucchiari aceto o un pizzico di bicarbonato, zucchero vanigliato.

Sbucciare e tagliare a fette, tonde le mele, togliere i semi al centro. Preparare la pastella battendo la farina con l'acqua, l'olio e l'aceto. Questa pastella deve risultare piuttosto densa e liscia. Friggere le ciambelline di mela dopo averle immerse nella pastella. Farle scolare e spolverizzarle di zucchero vanigliato.

MERDUMA DI ALESSANDRA S.

Lo so che il nome è tutto un programma, ma vi assicuro che è speciale. Si tratta di un sugo piccante che si mangia col pane, a mo' di contorno, oppure si mette in una padella, ci si fanno delle buche grosse come un limone, ci si sguancia un uovo e si lasciano cuocere a fuoco basso coperte per 5 minuti.

drati e poggiare su ogni quadrato uno o due cucchiaini di ripieno. Ripiegare lungo la diagonale e saldare i bordi. Poggiare i triangoli sulla piastra del forno preriscaldato a 190 gradi e che avrete precedentemente unto. Cuocere per 30 minuti.

PALLINE DI AZZIME CON STRACCIATELLA D'UOVO IN BRODO DI AMARILLINA

(Ricetta tipica della Pasqua ebraica)

Simile al Dayenu, ma fatto apposta per qualche viziato di mia conoscenza

Preparare le palline con
150 g di farina di azzime
70 g di brodo
50 g olio o grasso di pollo
1 uovo e 1 rosso

farle poi lessare in brodo vegetale o di pollo, poco prima di servire, al brodo unire 1-2 uova sbattute

PALLINE DI AZZIME IN BRODO DI MANULINA

(Ricetta tipica della Pasqua ebraica)

1 uovo, 3 cucchiaini di farina di azzime, sale, cannella 80 a scelta zenzero), pepe, scorza di mezzo limone grattugiata, 2 cucchiaini di brodo di carne.

Amalgamare tutti gli ingredienti e lasciare riposare il composto per qualche ora (deve risultare piuttosto molle). Fare delle palline grosse quanto una ciliegine che andranno buttate una alla volta nel brodo bollente. Cuociono una mezz'ora e si servono come i ravioli.

PALLINE DI MATZA' DI KETTY/UNGHERESINA

(di Pesach)

1 bicchiere di farina di matzà (si ottiene dal pane/galette tipiche non lievitate della Pasqua ebraica), 2 cucchiaini di patate lessate e schiacciate, 3 uova intere, un poco olio evo, sale, pepe, pochissima acqua (un mezzo bicchiere circa), dell'ottimo brodo di carne.

Mescolare tutti gli ingredienti, aggiungendo le patate schiacciate; con l'acqua ammorbidire l'impasto. Lasciar riposare per 15 minuti, poi bagnandosi le mani, fare delle palline della grandezza di un clementino e metterle a cuocere per circa 15 minuti nel brodo bollente.

PILAV ALLA TURCA DI MANULINA

(della mia nonna REJNA)

Era il piatto che mi faceva sempre quando andavamo a trovarla e, regolarmente (in verità ormai era diventato quasi un gioco) cercavo di metterci sopra il parmigiano e lo chiedevo in tavola e lei, con tono "sostenuto ma dolcissimo" mi diceva, con quel suo accento inglese che non ha mai saputo camuffare: Non si può mettere parmigiani su risi pilaf, non va bene... sembrava Stanlio!(in verità non ha mai imparato veramente l'italiano e sparava delle castronerie terribili...tra noi cugini si rideva sempre con la nonna Rejna povera la mia nonnina).

Allora: 4 tazze d'acqua (o di brodo buono se l'avete), 2 tazze di riso (da pilav: basmati, unce ben...), 1 dado(se non usate il brodo, ovviamente), cipolla, olio, salsa di pomodoro, sale e pepe.

Scaldare il forno a 180°. Intanto in una pirex alta (meglio ancora se avete la Barbapentola che va dal fuoco al forno) fare un soffritto di cipolla e olio, aggiungere un poco di salsa di pomodoro bella concentrata (poco, un paio di cucchiaini), il riso, abbondante pepe, il brodo (o il dado e l'acqua). Mescolate un attimo. Mettere in forno 20/25 minuti senza mai più mescolare. Deve formare la crosticina croccante sulla superficie

PITTE DI ALESSANDRA S.

Spesso nelle feste faccio l'angolino mediorientale dove ciascuno si serve da solo mettendo quello che vuole nella propria pitta. E proprio così si fa anche in Israele, dove ci sono un sacco di posti (uno a ogni angolo) dove lo servono proprio così: loro ti danno la pitta con le palline di fellafel, poi c'è un lungo bancone self service con salse e verdure di ogni tipo, cotte, crude e sottoaceto da mettere a piacere nel panozzo.

15 g. lievito di birra fresco
300 ml acqua tiepida
1 pizzico di zucchero
1/2 kg farina (metà 00 e metà semola rimacinata di grano duro)
1 cucchiaino di sale
Olio evo

Sciogliere il lievito nell'acqua con lo zucchero. Versarci la metà della farina, e impastare. Aggiungere il sale e un paio di cucchiaini di olio, quindi il resto della farina e lavorarla fino a che l'impasto sia morbido ed elastico. Farne una palla, ungerla e lasciare riposare in luogo tiepido per 2 ore coperta.

Accendete il forno al massimo con le teglie dentro in modo che si scaldino anche loro. Sgonfiare l'impasto, farne delle palle grosse come patate e schiacciarle con le mani o col mattarello allo spessore di 1/2 cm ca (il diametro sarà 10-12 cm.) Spolverizzarle di farina e posarle su un canovaccio infarinato a riposare coperte con un altro canovaccio. Dopo una ventina di minuti di riposo (il tempo che il MIO forno raggiunga la temperatura massima) farle scivolare sulle placche scaldate e far cuocere per 6/10 minuti, lasciando che rimangano bianche.

La caratteristica di questo pane è che è senza mollica, e che una volta "decapitata" una lunetta, si apre naturalmente formando una specie di tasca da riempire con le salse di cui parlerò e col Fellafel. (se non sono stata chiara nella spiegazione, quando le farò le fotograferò per voi!) Si usa mettere nel panino anche un po' di HARISSA (io la compro, ma nel caso vi metto la ricetta) e una semplice insalata fatta con pomodori, cetrioli e cipollina fresca.

PIZZA ROMANA DI GABMIC

(pizza ebraica dolce)

500 g di zucchero
2 kg di farina
½ litro di olio
300 g pinoli
300 g mandorle tritate grossolanamente
300 g cedro candito a pezzi
300 g uvetta
vino (quanto basta per una pasta compatta ma non dura)

Passate la farina tra le mani per intriderla tutta con l'olio caldo, unite tutti gli altri ingredienti ed impastate bene. Con questo impasto formate dei biscottoni rettangolari e cuocete in forno caldo.

Sfornateli appena diventano biondi.

PIZZARELLE COL MIELE DI ALESSANDRA S.

(Ricetta kasher le Pesach, cioè ciò che è permesso durante Pesach)

Si prendono 3 azzime comuni all'acqua (quelle tonde un po' grosse - non al vino, all'arancio o altra roba) si tengono in ammollo in acqua fredda qualche

ora o tutta la notte. Poi si scolano dentro un canovaccio in uno scolapasta, si strizzano ben bene e si passano al passapatate o passaverdure a buchi grandi (col minipimer verrebbe una pappa). Si sbattono a frittata 4 uova, 8 cucchiari di zucchero, 4 cucchiari di zucchero vanigliato. Si aggiunge la scorza di arancia grattugiata, uvetta e pinoli a piacere e le azzime ammollate e tritate. Deve risultare un impasto abbastanza liquido, da prendere a cucchiariate. Se fosse necessario, ev. aggiungere un po' di farina di azzima (azzima tritata fine) se il composto risultasse troppo molle. Scaldare in una grossa padella abbondante olio di semi di arachide. Versare l'impasto a cucchiariate nella padella, lasciandolo cadere nell'olio bollente. Far dorare bene e scolare. Servire accompagnate da miele caldo.

Questi dolcetti, come si può intuire, sono tipici di Pesach, la pasqua ebraica. E almeno una serata-pizzarelle è d'obbligo nella settimana di festa!

POLPETTINE AL CUMINO DI ALESSANDRA S.

(Egitto)

500 g macinato
2 uova
Mollica di pane
sale, pepe, cumino

passata di pomodoro e cipolla per il sugo.

Per il riso (usare tipo uncle ben's): pinoli, gherigli di noci, mandorle, un po' di macinato, aglio, cipolla, cumino

Preparare un sugo facendo soffriggere in un tegame con un po' d'olio della cipolla. Quando è dorata aggiungere la passata, sale, pepe e un cucchiaino di cumino e lasciare insaporire.

Preparate le polpette:

Ammollare la mollica nelle 2 uova sbattute a frittata (dipende dalla grandezza delle uova, circa 4/5 fette di pan carrè). Condire con sale, pepe e un cucchiaino di cumino. Passarla al passaverdura (o minipimer) e aggiungerci la carne macinata. Con questo impasto fare delle polpette piccole (una nocciola col guscio) e tuffarle nel sugo in ebollizione (cottura: 30 minuti a fuoco basso a tegame coperto).

Servire con il riso preparato così.

In un tegame far rosolare una cipolletta tritata. Aggiungere il riso (2 tazze) e far tostare. Quindi salare, aggiungere circa 3 tazze di acqua, coprire, abbassare il fuoco e far cuocere per il tempo indicato sulla confezione.

Intanto in una padella far rosolare uno spicchio d'aglio con dell'olio. Aggiungere la carne macinata, il sale, far cuocere quindi metterci la frutta secca e far insaporire il tutto. Quando il riso è pronto versarlo nella padella, insaporire con un pizzico di cumino e accompagnarlo alle polpette.

POLPETTINE DI SPINACI DI FERNANDA

(Variante di una ricetta ebraico-veneziana tratta da " La Cucina Veneziana " G.Maffioli)

Tritate finemente mazzo chilo di spinaci cotti in olio o burro, aggiungete 100 grammi di pappa di pane e latte, sale, pepe e un trito d'aglio.

La ricetta originale prevede anche grammi 50 di uvetta sultanina fatta rinvenire nel vino e 50 grammi di pinoli, che io ,invece, non metto. Legate con due uova. Fatene delle polpettine rotonde e piatte che friggerete nell'olio. Copritele poi con del buon brodo e fatele sobbollire per altri 5 minuti. Togliete le polpettine dalla salsa , che addenserete col succo di un limone e un tuorlo d'uovo. Riversate la salsa sulle polpettine e servitele sia calde, che tiepide che fredde.

POMODORI A MEZZO DI ALESSANDRA S.

Premessa: per la cucina giudaico romanesca IL POMODORO, l'unico e il solo, è il pomodoro Casalino.

Questo:



E con lui si fanno sughi, semplici salse, pomodori col riso e soprattutto, appunto, i pomodori a mezzo.

Gustosissimo contorno nel quale, come in tutti i piatti, la qualità dell'ingrediente è essenziale per la riuscita della pietanza. Ovviamente la stagione più adatta è quella estiva.

Chi non avesse a disposizione i pomodori Casalino, può usare anche quelli che a Roma si chiamano "ramato", ma non so se hanno lo stesso nome nelle altre regioni, ma sicuramente si trovano in tutta Italia: Sono quelli tondi, non tanto grandi, "appesi" a un ramoscello.

Insomma, si prendono i pomodori, si lavano, si asciugano e si toglie il picciolo. (parentesi materna: mia madre li spella, a freddo. Si ammazza di lavoro, ma il risultato è un capolavoro. Io non lo faccio, sono buoni lo stesso, ma non la stessa cosa). Comunque spellati o con la buccia si tagliano a metà orizzontalmente. Con le dita o con l'aiuto del cucchiaino si toglie tutta la parte con i semi, si dispongono a testa in su, a strati in uno scolapasta salando abbondantemente ciascuno strato. Si rimettono in frigorifero per qualche ora (anche

la mattina per la sera o la sera per la mattina dopo). Al dunque, si riprendono i pomodori, si sgrullano bene dall'acquetta formata, e si rimettono a testa in giù stavolta, per finire di fargli spurgare l'acqua.

Si accende il forno a 180/200, si prepara un trito di aglio e tanto prezzemolo. Si dispongono i pomodori su una pirofila (o sulla teglia del forno), si aggiustano di pepe (non di sale, perché anche se hanno scolato ne è rimasto un po') e si cospargono con il trito.

Abbondante giro di olio e.v. e via in forno finché non sono un po' bruciacchiati sopra, ma non secchi. Non fate economia d'olio, sennò vengono troppo asciutti.

RISO PILAF DI ALESSANDRA S.

Mettere in un pentolino antieaderente 2 tazze e 1/2 di acqua con un pizzico di sale grosso e un giro di olio evo. Coprire e portare a bollore. Quando bolle aggiungere 2 tazze di riso basati, abbassare il fuoco, coprire e cuocere almeno per 15/20 minuti. La particolarità del riso basmati è che se si continua a cuocere più a lungo (40 minuti) forma una crosticina sotto che è buonissima. E non a scapito del riso che rimane comunque ben sgranato



SALAT CHATZILIM DI ALESSANDRA S.

(dove chatzilim si pronuncia... non lo so spiegare, ma non sciatzilim... E' la ch di challà!!!)

Si prendono delle melanzane, si tagliano a metà, si incide un po' la polpa si salano e si mettono nel forno già caldo finché non sono morbide.

Poi si toglie la buccia, e si mette la polpa ottenuta nel mixer con un pochino di aglio schiacciato, sale e pepe. Poi si aggiunge un pochino di maionese "a gusto".

SPINACI SALTATI DI AMARILLINA

con olio, aglio, uvetta e pinoli tostat

STRACOTTO E INVOLTINI DI ALESSANDRA S.

Anche questo è un piatto di lunga tradizione giudaico romanesca. Qualunque donna ebrea romana, per quanto "capra" in cucina lo deve saper fare.

La sera prima della circoncisione dei bambini (e per estensione prima del matrimonio e maggioranza religiosa del ragazzo o della ragazza) si usa fare una veglia per controllare e per fare compagnia al bambino, che non va mai lasciato solo. Con l'occasione si fa una serata di studi con la presenza di studiosi e/o rabbini per approfondire insieme tematiche religiose o sociali... In quell'occasione era tradizione (purtroppo ormai desueta) offrire agli invitati i panini con lo stracotto, la carne secca, la concia.... (ora si fanno cene in piena regola... Peccato!).

Lo stracotto, tirato su dal suo sugo e tritato si usa anche per riempire i "carcioncini" una pasta ripiena tipo ravioli, che si mangia in brodo.

Vi racconto un aneddoto molto carino: Mio papà e mia mamma, fidanzati giovanissimi. Cena a casa dei miei nonni paterni con tutto il parentame. Mia nonna serve i carcioncini in brodo... E mia madre, stupita, osserva che i commensali... bevono (intendo col cucchiaino ovviamente) il brodo, lasciando nella scodella i carcioncini... Ma perché mai lasciano il meglio, si chiede mamma un po' timidamente?A quel punto arriva mia nonna con un tegame di sugo di stracotto per condire la pasta rimasta nei piatti!

Il sugo di stracotto infatti si presta molto bene per fare risotti, e condire i primi. Dunque

Per lo stracotto:

1 kg polpa di manzo (scamone, campanello o noce) a fette alte un paio di cm. cipolla, sedano e carote in quantità. Vino rosso e passata di pomodoro (3 bottiglie).

Si mette la carne in tegame con sale, pepe abbondante olio e abbondante trito per soffritto. Si lascia andare a fuoco allegro mescolando finché l'acqua che ha buttato la carne non si è ritirata. Buttarci dentro un bicchiere di vino rosso, e lasciar evaporare. Quindi aggiungere la passata, abbassare il fuoco, coprire, e lasciar cuocere almeno un paio d'ore. La carne, infilzata con la forchetta deve risultare molto tenera.

Per gli involtini.

Il procedimento è identico (magari si tirano su dopo un'oretta di cottura e si lascia restringere il sugo) e spesso si fanno proprio insieme allo stracotto, nello stesso tegame. Si preparano con le fettine di girello di manzo abbastanza sottili, ogni fettina si riempie con un pezzetto di sedano e uno di carota, tagliati a fiammifero, si arrotola l'involentino e si chiude con uno stuzzicadenti.

STRUFOLI DI ALESSANDRA S.

Questi sono dolci romani di Purim, (la festa delle sorti)

Purim è una specie di carnevale dove ci si maschera per ricordare che la regina Ester, moglie di Assuero re di Persia, nascose al popolo, ma soprattutto a suo marito, la propria identità di ebrea.

La storia si svolge a Susa, in Persia ed è l'unica festa ebraica (il "mi pare" è d'obbligo) che ricorda una storia avvenuta fuori da Israele.

Quando Ester, con l'aiuto di suo zio Mordechai, capì che la popolazione ebraica era in pericolo perché Amman, perfido consigliere del re aveva disposto l'impiccagione di tutti gli ebrei di Persia (corsi e ricorsi storici.....) allora intervenne presso suo marito "confessandogli" la sua appartenenza al popolo ebraico e convincendolo a rinunciare al suo proposito. E così (la faccio breve) sulla forca costruita per gli ebrei di Persia ci finì proprio Amman. E ora come premio per aver assistito alla lezione ecco gli strufoli, che altro non sono che una specie di frappe (o chiacchiere):

3 uova

3 uova d'olio (6 mezzi gusci riempiti di olio)

3 uova di vino

9 cucchiari di zucchero

farina q b

Facoltativo: semi di anice.

Mischiare gli ingredienti fino ad avere un impasto elastico ma morbido.

Tirarlo con il mattarello a sfoglia sottile, ricavarne dei rettangoli ("tipo" 8 x 12), fargli dei tagli verticali interni, intrecciare e friggere in olio bollente. Scolare bene.

Spolverare di zucchero a velo

TASCHE DI AMMAN DI MANULINA

1 e 1/2 bicchiere di semola, 2 uova, 1/2 bicchiere d'acqua, poco sale, 1/2 bicchiere di pinoli (o mandorle o noci), 3 cucchiari di zucchero, olio, miele.

Impastare il semolino con il sale, le uova e l'acqua. Fare una sfoglia sottile. Tritare i pinoli (o le noci) con lo zucchero. Tagliare la sfoglia a quadrati di 5cm di diametro, mettere in mezzo un cucchiaino del composto di pinoli, piegare a metà in modo da formare dei triangoli che andranno chiusi molto bene per non far uscire il ripieno in cottura. Friggerli in olio bollente e, appena raffreddate immergerle nel miele.

TEHINA DI ALESSANDRA S.

Qui c'è poco da fare: si compra nei negozi specializzati in alimenti internazionali. Quella che si vende è puro olio di sesamo, quindi molto denso e molto amaro. Si deve lavorare tipo la maionese (a mano, con le fruste, il mixer o nel bimby) aggiungendo acqua, aglio schiacciato, succo di limone e sale... Tutto va molto a gusto... Se non l'avete mai assaggiata non sarà facile capire quando è pronta... ma il vostro senso del gusto vi aiuterà. La consistenza è quella di una crema molto fluida (crema inglese?).

TORTA DI CAROTE DI AMARILLINA

adatta per Pesach e molto sbriciolosa

250 g di mandorle tritate
250 g di carote grattugiate e asciugate con un panno
200 g di zucchero
50 g di fecola
3 uova

Cuocere a 200-220 per 30-40 min. Resta un po' umidina

TORTA DI MELE DI PESACH DI MANULINA

(Ricetta tipica della Pasqua ebraica)

8 uova, 125 g di zucchero, 125 g di mandorle tritate, il succo e la scorza grattugiata di mezzo limone, 6 mele grattugiate, 1 cucchiaio abbondante di farina di azzime.

Sbattere bene i rossi con lo zucchero, poi aggiungete tutti gli altri ingredienti e, per ultimo le chiare montate a neve ben soda. Porre l'impasto in una teglia unta e spolverizzata con la farina di azzima e cuocere in forno moderato (170-180) per un'oretta.

TORTINO ALICI E INDIVIA DI RITABUZZ

(dovrebbe appartenere alla tradizione ebraico-romana)

ingredienti per 4 persone: 1 pianta media di insalata indivia, 400 g. di alici, 1 cipollotto fresco, sale, pepe, olio evo

tagliare l'indivia a striscioline sottili, condirla con sale e olio (tenendo presente che si ridurrà molto di volume) e spinare con cura le alici.

ungere il fondo di una pirofila e sistemare un primo strato di indivia, alcune rondelle di cipollotto, e le alici. salare e ripetere gli strati terminando con l'indivia. giro di olio e infornare a 160° per una mezz'ora circa. servire tiepido. è adatto anche ad essere preparato monoporzione.

TORZELLI DI ALESSANDRA S.

(*Variante senza frittura*)

1 piantina di indivia riccia a persona, olio extra vergine, sale, pepe.

Nella mia famiglia e nelle famiglie più vicine, probabilmente per adeguarsi ai nuovi dettami della salute, dopo averli scolati ben bene si usa cuocerli in forno conditi con olio, sale e pepe, e girati a metà cottura per farli abbrustolire da entrambe le parti. Ovvio: così come in tutti i casi analoghi (frappe, bignè di san Giuseppe, cannoli...) il gusto del fritto è decisamente più speciale rispetto al forno... Però sono davvero buoni lo stesso.

TORZELLI DI GABMIC

1 piantina di indivia riccia a persona, olio extra vergine, sale, pepe.

Pulire l'indivia togliendo le foglie esterne.

Lessare in acqua salata.

Scolare benissimo e condire con sale e pepe.

Friggere in padella con abbondante olio.

Saranno pronti quando, voltandoli delicatamente, le foglie avranno assunto un colore biondo bruno.

Si possono mangiare anche freddi.

TRIGLIE ALLA GIUDIA DI AMARILLINA

x 6 per Rosh-ha-shanà (capodanno ebraico)

12 triglie

olio

1 limone (buccia)

3 cucchiaini di pinoli

2 cucchiaini di uvetta

pangrattato, sale

mettere le triglie in una teglia, cospargerle con le scorzette di limone, olio, pinoli, pan grattato e uvetta. Cuocere 20 min. a 200°.

DAIENU ZUPPA ASCIUTTA DI AZZIME PER PESACH

1 azzima grossa a persona
brodo di pollo o carne rossa (io preferisco il pollo)
1-2 uova

Quando il brodo bolle aggiungere l'azzima spezzettata, le uova sbattute tipo stracciatella. Una volta cotta tirare su le azzime con il mestolo forato, versare nei piatti e aggiungere un pizzico di pepe

UOVA NERE DI MANULINA

(Foto pubblicate da Rossanina. Le uova sono state realizzate da JM a casa di Rossanina)



A Pasqua un'altro piatto tipico della mia famiglia sono le uova nere. Le facevano le nonne, poi le mamme e ora sono io la portatrice di questa tradizione: a voler ben vedere sono marroni e non nere ma ormai da anni si chiamano così. La ricetta è semplicissima ma a volte manca il tempo di stare a curarle (ovviamente le nostre nonne ne avevano più di noi).

Per 6 persone: 6 uova, 1 grossa cipolla e i fondi di caffè.

Mettere in una pentola con MOLTA acqua le uova, assieme ad una grossa cipolla tagliata a fette e il fondo di caffè di almeno 3 caffettiere da tre. Lasciar cuocere a fuoco lento dalle 5 alle 8 ore girandole ogni tanto. Controllare che non si spacchino, se possibile.

Hanno un profumo particolare anche se l'abbinamento può sembrare del tutto stravagante e i colori assunti all'interno sono meravigliosi, ogni volta differenti. I bambini le adorano.

LA CULTURA EBRAICA

SHABBAT SHALOM racconto di Alessandra S.

Venerdì sera, a casa mia.

E in qualità di miei nuovi amici ho l'onore di invitarvi virtualmente a festeggiare con noi l'arrivo dello shabbath.

Fin da piccola mi hanno sempre insegnato a distinguere lo shabbath dagli altri giorni pur non rispettando la maggior parte dei divieti prescritti. Di sabato lavoro, vado in macchina, cucino, compro, accendo la luce e guardo la TV. Sono una pessima ebrea in questo senso. Ma l'idea di distinguere il sabato dagli altri giorni ha sempre accompagnato la mia vita.

E il venerdì sera a casa mia è diverso da tutte le altre sere.

Il venerdì sera da noi comincia il martedì, quando mia madre va in fibrillazione e comincia a telefonare a mie sorelle e a me per sapere innanzitutto "dove siamo a cena?" Si perché ovviamente ruotiamo una volta a casa di una, una volta a casa dell'altra. E soprattutto "cosa cuciniamo per shabbath?": chi pensa al primo? chi al secondo? chi al dolce? e chi alle challoth? Micol viene? E' importante, perché se Micol viene bisogna cucinare carne kasher... E ci deve pensare mio cognato! No mia sorella, no: lei non sa nemmeno come si accende il forno! L'altra mia sorella, invece è un po' come me, pur essendo donna in carriera (al contrario di me: donna in corriera!) e quindi anche lei contribuisce ai preparativi.

I miei genitori arrivano per primi portandosi dietro pacchi e pacchetti di contenitori pieni di cibo. Poi cominciano a venire, una alla volta le mie nipoti più grandi: chi dall'università, chi da un giro in centro, chi dal lavoro. Poi è la volta di miei cognati e mie sorelle, che arrivano direttamente dall'ufficio. Una grande confusione in realtà: ognuno che cerca di raccontare agli altri fatti salienti della giornata, o della settimana. Il tutto a voce altissima per cercare di sovrastare le altre voci! Qualcuno è stato dal medico, un altro ha avuto una promozione, oppure un esame superato, una delusione professionale: 16 persone che provano a tenere una conversazione... contemporaneamente. Il tutto fra risa, divertimento, ma anche rimbrotti e rimproveri e incavolature.... Nell'insieme un casino niente male!

La cena a casa nostra è semplice (e sennò chi ce la farebbe?). Profumo di challà nell'aria, le candele del sabatio accese (da mia figlia). La tavola apparecchiata, magari coi piatti di carta.

Il menu di stasera? Mia mamma ha preparato i fagioli freschi col sugo, il baccalà con cipolla e pomodoro e lo sformato di patate per i bambini. Mio cognato il roast beef, mia sorella la baklawa (buonissimo dolce mediorientale) io ho pensato alle challoth, al pane (Hamelman, ovviamente) e.... (non mi cacciate via dal forum) all'insalata!!!!

Però è una bella serata. Si sta insieme, si chiacchiera, a volte si litiga, si discute: politica, lavoro... salute...

Spero abbiate passato una bella serata in compagnia del nostro allegro casino!
Shabbath Shalom

ROSH-HA-SHANÀ racconto di Amarillina

Tra oggi e domani si festeggia il capodanno ebraico. Si festeggia il 1° e 2° giorno del mese di Tishrì (che cade tra settembre e ottobre del calendario gregoriano). In realtà è un giorno solo, perché una giornata va da un tramonto al tramonto successivo. Questa festa fa iniziare un periodo di penitenza della durata di dieci giorni che termina con Yom Kippur, il Giorno dell'Espiazione, una delle ricorrenze ebraiche principali, se non la principale. Questa sera al tramonto comincerà l'anno 5767, data calcolata dal giorno della creazione.

Il capodanno viene anche chiamato Giorno del Ricordo perché D-o ricorda il comportamento delle persone l'anno precedente e in base a queste stabilisce se l'anno entrante sarà positivo o meno. Durante questa ricorrenza nel Tempio si suona lo Shofar, il corno rituale che invita alla preghiera, a ricordare le cattive azioni dell'anno precedente per non ripeterle. Ricorda anche il sacrificio di Isacco e il dono più grande che D-o ci ha fatto: le tavole della legge. Ricorda poi i patriarchi e il suono dello Shofar che un giorno suonerà annunciando l'avvento del Messia.

E' uso mangiare del miele a Rosh-ha-shanà, in segno di buon auspicio, preparerò quindi una

CROSTATA CON PERE COTTE NEL VINO E MIELE

500 g farina
250 g burro
250 g zucchero

faccio la palla e metto in frigo. Su un pentolino faccio sciogliere del miele con un po' d'acqua, poi aggiungo uvetta, pinoli, cannella, 1/2 bicchiere di vino rosso, mele e pere tagliate a fettine sottili. Poi foderò una teglia con mezza frolla, metto il ripieno di mele e pere e poi l'altra parte di frolla. 200° per 30 minuti.

Mia tortizzazione di ricetta Ashkenazita (ebrei dell'est) mele cotte nel miele e frutta secca.

Detto questo Shanà Tovà (buon anno) a tutti

ROSH HA SHANA' in casa di Manulina

CHE SIA VERAMENTE UN ANNO MIGLIORE!

Il 1 ottobre sarà Yom Kippur e digiuneremo per scontare i nostri peccati e purificarci....poi, sarò una nuova Manulina?

Per Rosh ha Hashanà , la funzione religiosa in sinagoga è improntata a una solennità e a un fervore particolari. La casa di preghiera è parata di bianco, colore dell'innocenza e della purificazione, mentre il rosso è il simbolo del peccato. Sono bianche le tende dell'Arca santa e i mantelli che ricoprono i rotoli della Torà; è bianca la tovaglia che ricopre il pulpito dell'officiante. Particolarmente toccante è la melodia che accompagna le preghiere e i canti e la lettura della Torà.

Secondo un'usanza che risale all'epoca talmudica, in molte case si preparano cibi il cui nome augurale, o la cui dolcezza, siano l'emblema dell'atmosfera del nuovo anno. I sefarditi, dopo la benedizione usano mangiare uno spicchio di mela intinto nel miele e formulano l'augurio che "l'anno che comincia sia dolce e piacevole". I sefarditi aggiungono anche datteri, melagrana, fichi, bietola, zucca, porri, pesce, testa di agnello, e ogni alimento è preceduto da formule di augurio che ricordano il nome dell'alimento e il significato simbolico dato loro.

Giunge infine il momento più solenne, quello del suono dello shofar, strumento a fiato fatto con il corno di un montone. I suoi suoni rauchi e lamentosi hanno lo scopo di risvegliare le coscienze intorpidite; la tradizione gli attribuisce molti altri significati: la Creazione, il sacrificio di Isacco, la Rivelazione sul Sinai, la resurrezione dei morti, il Giudizio finale, la Liberazione di Israele e la Liberazione dell'umanità intera dal potere del male. In un silenzio totale, colui che suona lo shofar, che deve essere un uomo pio e studioso della Toràh, si pone vicino al rabbino e all'officiante e tenendo lo strumento nella mano destra, con l'apertura rivolta verso l'alto, recita la benedizione. Fa poi risuonare le note stabilite che gli detta il rabbino o il decano della comunità : trenta suoni divisi in tre serie. Suoni semplici, simili a gridi d'allarme; suoni prolungati e interrotti simili a sospiri, suoni irregolari, simili a singhiozzi e a conclusione un suono semplice prolungato, simbolo della felicità riconquistata.....

Per questa sera ho preparato una crema di zucca e patate (ho dovuto allungarla con latte di riso poichè di secondo ho preparato carne e non si possono mangiare carne e latticini nello stesso pasto, non è kasher), un riso basmati con polpettine mignon al sugo di pomodoro e paprika dolce, i miei "soliti" carciofi alla turca, zucchine saltate, una torta di mele senza burro e latte ovviamente, e poi, ad libitum... mele intinte nel miele, datteri, fichi, melograno e dolcezze di vario genere.

Crema di zucca al latte di riso

Ho fatto stufare mezza zucca sbucciata e pulita con poco burro vegetale; quando si è disfata ho aggiunto 2 patate a fettine, pochissimo brodo vegetale e un po' di latte di riso. Frullato con il minipimer e servito caldo con amaretti sbriciolati al fianco (per chi desidera).

La parola "zucca" in aramaico "Karà" significa "strappare" e si mangia per far sì che vengano strappati i cattivi giudizi su di noi e al loro posto vengano richiamati i meriti...tanti, quanto i chicchi del melograno. Il fico e la mela intinta nel miele sono simbolo di dolcezza per l'anno a venire. Il riso è prosperità. Con lo stesso augurio per tutti voi!

YOM KIPPUR in casa di Manulina

questo pomeriggio inizia yom kippur con il suo digiuno di penitenza: "inizia" è forse la parola sbagliata poichè in effetti il kippur è il culmine dei dieci giorni di esami di coscienza, penitenza, verifica e...soprattutto, buoni propositi.

In questa occasione si chiede perdono a Buon D-o e alla propria famiglia per i peccati voluti e non voluti, commessi durante l'anno; un giorno prima si fa lo stesso con gli amici, per cui vi chiedo se ho sbagliato con voi, di perdonarmi.

Ci si purifica stando il più possibile al Tempio e pregando, ma anche stando digiuni completamente e pensando con umiltà . Amo molto questa parola poco usata al giorno d'oggi ma così profonda per spiritualità.

Non sono giorni lieti ma termina domani sera alle 19,47 con una cena allegra e...spensierata! Nuovamente al Tempio verrà suonato lo shòfar (corno rituale) dieci minuti dal termine del digiuno, con il suo suono grave e profondo che pone fine a giorni intensi dell'anima. Nel Tempio ci sono tutti i paramenti bianchi per indicare la purificazione dell'anima.

La parte più bella di questa cerimonia è la benezione: circa mezz'ora prima del suono dello shofar, al Tempio ci si riunisce (tutta la famiglia, grandi e piccini) sotto lo scialle rituale (tellét/tellith)del capofamiglia ed il Rabbino canta una commovente benedizione che risuona nel silenzio della Sinagoga. Non c'è anno che io riesca a trattenere qualche lacrima di commozione...è un momento forte e prezioso che riunisce le famiglie e gli animi.

Dopo il digiuno...domani sera...grande cena in famiglia. Da anni ormai si fa a casa mia dato che i miei due capofamiglia (nella nostra religione le donne contano moltissimo) sono un po' anziani e stanchi e quest'anno più che mai...invalidini.

Si apparecchia tutto di bianco (potendo ci si veste anche di bianco): piatti e tovaglia manifestano il candore con cui si inizia questo nuovo anno. Ho preparato una cena a base di carne per cui non apparirà latte e latticini in tutto il pasto:

tartine di salame di tacchino e fettine di pollo affumicato
brodo di carne (è tipico del kippur per dare calore e liquidi allo stomaco un po' disidratato)
raviolini di carne (fatti senza parmigiano)
polpettone di tacchino avvolto nel porro (fatto da Ketty l'Ungheresina che è qui con i suoi figli a festeggiare l'uscita di kippur)
pollo alla greca
patate alla paprika (sempre di Ketty)
insalatine varie
torta all'arancio.

KASHER racconto di Manulina

Kasher è ciò che è ritualmente corretto secondo la norma ebraica; in particolare, il termine kasher (in ebraico, "conveniente, adatto") indica il cibo...

quindi tutto ciò che è "mangiabile" secondo le ferree regole ebraiche (kashrut). Tutti gli alimenti vengono controllati da un apposito ufficio Rabbinico (ad esempio la carne viene macellata in un modo particolare in cui il taglio per sgozzamento deve essere dato dal colpo secco ed unico: dopodiché va completamente dissanguata e lavata; non devono esserci tracce di sangue). Le uova vanno aperte una per una e controllate che non abbiano il puntino di sangue raggrumato che si trova a volte, carne e latte non possono essere mangiate nello stesso pasto.....

Kasher le Pesach è quindi tutto ciò che è mangiabile negli otto giorni di Pasqua: niente farine, lievito, pasta, riso e comunque tutto ciò che lievita o che si può "gonfiare": questo anche per una forma di rispetto nei confronti di Buon Dio poiché innanzi all'Altissimo Creatore del Mondo non si deve gonfiare il proprio fisico né lo spirito cercando di raggiungerLo o vantandosi con prosopopea. Bisogna essere umili e in questi giorni ce lo ricordiamo più che in altri.

Rispettare tutte le regole è una cosa di una difficoltà enorme, soprattutto se non sei abituata fin da piccola. In casa mia sono sempre stati molto liberali da questo punto di vista e non si è mai mangiato kasher. Forse proprio io sono la più osservante... e, almeno nei periodi festivi, cerco di seguire un po' di regole. Sì, le regole valgono tutto l'anno...ma sono molte di più di quelle che solo ti puoi immaginare (il pesce deve avere squame e pinne, niente molluschi, gli animali non devono né saltare né strisciare, si controlla l'unghia fessa... ci sono le macellerie kasher e i negozi apposta con tutti i prodotti per il kasherut quotidiano). Bisognerebbe avere due frigoriferi: uno per la carne e uno per i latticini...

LA FESTA DI CHANUKKÀ racconto di Manulina

La festa di Chanukkà ricorda la fine del conflitto che, nella terra d'Israele di circa 22 secoli fa, vide gli ebrei opposti ai greci, o meglio agli ellenisti e al loro re Antioco Epifane di Siria. Gli ebrei, se pur male armati e in minor numero, ebbero la meglio. Guidati dai fratelli Maccabei, essi ripresero possesso di Gerusalemme e inaugurarono nuovamente il Santuario che i greci avevano profanato con i loro idoli e le loro statue. Chanukkà, letteralmente, significa, appunto, "inaugurazione".

La tradizione talmudica racconta che quando gli ebrei entrarono nel Santuario di Gerusalemme per purificarlo e per riaccendere il candelabro a 7 braccia, trovarono solo una piccola ampolla di olio puro, sufficiente per l'accensione dei lumi per un solo giorno. Per miracolo, dice il Talmud, quell'olio durò invece per 8 giorni, giusto il tempo necessario per produrre nuovo olio puro. In ricordo di quel miracolo, i Saggi del Talmud istituirono una festa di lode e di ringraziamento al Signore che dura appunto 8 giorni: la prima sera si accende un lume, la seconda due lumi e così via. L'ottava sera si accendono 8 lumi. L'uso è di accendere i lumi al primo calare della sera, quando c'è ancora gente per strada, fuori della porta o vicino alla finestra che si affaccia sulla strada: lo scopo è di rendere pubblico il miracolo che avvenne a quel tempo, di manifestare a tutti

che gli ebrei riacquistarono miracolosamente la loro libertà e indipendenza culturale. Il candelabro da usare non è lo stesso di sempre a sette bracci ama ha otto braccia più un "servitore" che è il primo lume con cui poi si usa accendere tutti gli altri. E' una festa di gioia, di canti, di balli, di luci e colori...i bambini giocano con le caratteristiche trottole a dado (dreidel) e si mangiano frittelle e krapfen, cercando di trasmettere gioia al prossimo.

Questa esigenza di comunicare a quanta più gente possibile la storia del miracolo è il motivo per cui, da qualche anno, si usa accendere un candelabro pubblicamente, nelle piazze principali delle città, in Italia e nel mondo. A Roma, per esempio, si accendono i lumi alla presenza delle autorità cittadine a Piazza Barberini, a Milano in piazza San Babila o in piazza Cadorna.

Come nella religione Cattolica a Natale c'è l'usanza di fare i regali, da noi si usa fare i regali ai bambini: è un periodo molto fortunato per loro perché ricevono regali per otto giorni consecutivi da tutti i componenti della famiglia!

LA FESTA DI CHANUKKÀ in casa di Amarillina

In casa nostra si festeggia quello che molti americani chiamano Chrisnukkah, Natale e Chanukkah insieme, visto che non siamo entrambi ebrei. E' bellissimo mettere accanto alla chanukkà, il candelabro a 9 bracci che si utilizza durante questi 8 giorni, all'albero di Natale. Chanukkah comincerà il tramonto del 15 e terminerà il 22, ogni sera il capofamiglia accende la candela centrale, e con quella accenderà le altre candele, intanto recita una breve preghiera, poi benedice tutta la famiglia. Le candele non si spengono mai, le si lascia accese fino a quando non si consumano da sole. Questa festa è bellissima, piena di gioia.

La Chanukkà Americana Di Amarillina E Guido



LE VERE DIFFERENZE TRA NATALE E CHANUKKÀ di Manulina

In casa di Manuel la festa è doppia....



1) Natale dura un solo giorno, lo stesso giorno ogni anno: il 25 dicembre. Anche gli ebrei amano il 25 dicembre. È un altro giorno retribuito in cui non si lavora. Andiamo al cinema e al ristorante cinese oppure ai balli israeliani. Chanukkà dura otto giorni, inizia la sera del 24 di kislew, e....quando capita, capita. Nessuno è mai sicuro. Gli ebrei non sanno mai quando è Chanukkà fino a quando un amico non-ebreo gli chiede quando inizia Chanukkà, costringendoci a consultare un calendario per non fare la figura degli idioti. Tutti abbiamo lo stesso calendario, ricevuto in omaggio facendo un'offerta al Keren Kayemet, al macellaio kasher, o a "La Casa del Funerale Ebraico".

2) Natale è una festa importante. Chanukkà è una festa minore con lo stesso tema di tutte le altre feste ebraiche. Volevano sterminarci, siamo sopravvissuti, mangiamo.



3) I cristiani ricevono regali meravigliosi come profumi, gioielli, apparecchi stereo... gli ebrei ricevono regali pratici come biancheria intima, calzini, o la collezione completa delle opere di Rambam, che fanno un figurone sulla libreria.

4) C'è una sola maniera di scrivere la parola Natale. Nessuno ha ancora deciso come si scrive Chanukkà, Chanukah, Hanukkà, Hanukkah.

5) Natale è fonte di grandi preoccupazioni per mariti e fidanzati. I loro partner si aspettano regali speciali. Gli uomini ebrei sono esenti da queste preoccupazioni. Nessuno si aspetta un anello di brillanti per Chanukkà.

6) Natale causa bollette astronomiche. Per Chanukkà vengono usate delle candele. Non solo siamo risparmiati dalle enormi bollette dell'elettricità, ma ci sentiamo anche a posto perché non peggioriamo la crisi energetica.

7) Le melodie di Natale sono bellissime. Bianco Natal, Jingle Bell... Le canzoni di Chanukkà parlano tutte di trottole fatte di argilla, o di far festa e ballare la "hora". Certo, siamo molto orgogliosi che parecchie canzoni di Natale siano state scritte da qualche pecorella del nostro gregge. E non è vero che Neil Diamond e Barbra Streisand le cantano splendidamente?

8) Una casa che si prepara per Natale ha un odore magnifico. L'odore dolce delle torte e dei biscotti fatti in casa. Gente felice si riunisce con toni festivi. Una casa che si prepara per Chanukkà puzza di olio fritto, patate e cipolle. La casa poi, è piena di persone che parlano a voce alta, uno sull'altro.

9) Le donne si divertono a cuocere i biscotti di Natale. A Chanukkà le donne si bruciano gli occhi e si tagliano le mani pelando patate e sbucciando cipolle per le frittelle di Chanukkà. Anche questo ricorda le nostre sofferenze nei secoli.

10) I genitori distribuiscono doni per Natale. I genitori ebrei non si fanno venire attacchi isterici se si presentano con un regalo in una qualsiasi delle otto sere di Chanukkà.

11) I personaggi della storia di Natale hanno nomi facili da pronunciare come Maria, Giuseppe e Gesù. I personaggi della storia di Chanukkà sono Antioco, Giuda Maccabeo e Mattavattelappesca. Nessuno riesce a pronunciarli bene. Il vantaggio è che puoi dire qualsiasi cosa ai tuoi amici e penseranno che sei molto ferrato sull'argomento.

12) Negli ultimi anni, Natale è diventato sempre più commerciale. Lo stesso vale per Chanukkà, anche se è una festa minore. Ma c'è una ragione. Come possiamo vendere in una festa "maggiore" come Yom Kippur? Diménticati le celebrazioni. Comincia a osservare. Vieni al tempio, muori di fame per 27 ore, diventa una sola cosa con la tua anima disidratata, battiti il petto, confessa i tuoi peccati, proprio un bel divertimento per te e la tua famiglia! Biglietti a soli 200 Euro!

Ah, Chanukkà è proprio meglio.

PURIM racconto di Manulina

Quest'anno era il 14 febbraio.

Purim, la più gioiosa tra le festività ebraiche, è la festa più amata dai bambini. Cade a metà del mese ebraico di Adar e ricorda il sovvertimento delle sorti e il conseguente scampato pericolo per il popolo ebraico.

La storia di Purim (in ebraico Purim significa "sorti") accaduta circa 2500 anni fa, ci viene raccontata nella Meghillàth Estèr , il Libro di Ester, libro che fa parte del canone biblico e che in questa occasione si legge pubblicamente.

La storia che viene narrata in breve è la seguente: Assuero, re di Persia e di Media, regnava su 127 province, era un sovrano molto potente ed aveva accanto a sé una moglie che però (essendosi rifiutata di partecipare ad un banchetto fatto preparare dal re e a cui erano stati invitati le persone più importanti del regno) venne ripudiata. Vennero quindi convocate le più belle ragazze del paese e fra queste fu scelta una ragazza ebrea, Estèr che andò così in sposa ad Assuero. Ester divenne la nuova regina e nella storia avrà un importante ruolo: difatti Hamàn, primo Ministro del re Assuero, chiese ed ottenne dal re che tutti gli ebrei del regno fossero uccisi, in un giorno che sarebbe stato tirato a sorte (pur). Fu così tirato a sorte il 13 di Adar. Quando Mordekhài, zio della regina lo seppe, si rivolse ad Ester perché intercedesse. Ester informò il re sulle malvagie macchinazioni e supplicò di salvare il suo popolo e lei stessa, in quanto ebrea. Per merito della regina gli ebrei, con l'aiuto del Signore, riuscirono a salvarsi.

Assistere alla lettura del Libro di Ester è uno dei precetti della festa. In questo giorno si devono anche fare doni ai bisognosi, inviare dei cibi a due persone diverse, partecipare ad un banchetto festivo. E' la festa anche dei bambini che si mascherano per giocare al re e alla regina facendo doni e mangiando dolci.

Il giorno precedente a Purim è giorno di digiuno in ricordo del digiuno fatto da Estèr per invocare l'aiuto del Signore.

Piatti tipici sono i dolci, ad esempio le Tasche di Amman o i Cedrini di Purim

PASQUA EBRAICA in casa di Amarillina

Le pietanze vengono preparate anche per il profeta Elia o per l'ospite dell'ultimo minuto, apparecchiando anche per questo eventuale ospite.

La tradizione italiana prevede che si festeggi anche la seconda sera perché fino alla metà del '900 non si era mai sicuri della data esatta di Pesach (il calendario ebraico è un calendario lunare), ma ultimamente questa tradizione si sta perdendo, noi per esempio non festeggiamo la seconda sera.

La nostra cena di quest'anno prevederà:

-Salumi di oca misti, uova sode

Il Dayenu, che significa "ci sarebbe bastato", passo dell'Haggadah che si recita coralmente durante il Seder, cantando anche la canzone Dayenu. Si ringrazia

D-o per la fuga dall'Egitto, elencando quello che ci sarebbe bastato uscendo dalla schiavitù. Sono elencati il passaggio del Mar Rosso, Israele, la manna, e Tavole della Legge, ma soprattutto la libertà.

Ci sarà tanto vino da garantire 4 bicchieri a testa (che nel mio caso si riducono a 4 sorsi). Mia suocera si occupa di tutto, ma non dei dolci, che sono di mia competenza.

PASQUA EBRAICA racconto di Manulina

"Quest'anno Siamo Qui...L'anno Prossimo In Terra D'israele" è una tipica frase che si pronuncia a Pasqua, proprio durante il "seder".....poi...io ci spero sempre...ma ogni anno, per un motivo o per l'altro...alla fine siamo sempre qui!

Pesach , la Pasqua, è la prima delle tre grandi ricorrenze liete della tradizione ebraica. La festa commemora la liberazione dalla schiavitù d'Egitto, evento che diede origine alla vita indipendente del popolo d'Israele.

Inizia il 15 del mese ebraico di Nissàn (quest'anno cade il 23 aprile), nella stagione in cui, in terra d'Israele, maturano i primi cereali; segna quindi l'inizio del raccolto dei principali prodotti agricoli.

È anche nota col nome Hag hamatzot, festa delle azzime.

La durata di Pesach è di otto giorni, dei quali i primi e gli ultimi due sono di festa solenne.

In ricordo del fatto che quando furono liberati dalla schiavitù gli Ebrei lasciarono l'Egitto tanto in fretta da non avere il tempo di far lievitare il pane, per tutta la durata della ricorrenza è assolutamente vietato cibarsi di qualsiasi alimento lievitato o anche solo di possederlo. La farina e derivati sono banditi e si utilizza solo quella di azzime o quella " kasher le pesach " cioè quella controllata dal rabbino, cioè che abbia i requisiti adatti per la Pasqua.

Si deve invece far uso di matzà , il pane azzimo, un pane non lievitato e scondito, che è anche un simbolo della durezza della schiavitù.

I giorni precedenti la festa di Pesach sono dedicati a una scrupolosa e radicale pulizia di ogni più nascosto angolo della casa per eliminare anche i piccoli residui di sostanze lievitate. Usanza mutuata anche dalla lingua italiana nella quale ricorre spesso l'espressione "pulizie di Pasqua" – sinonimo anche delle "pulizie di primavera".

La prima sera viene celebrato il Seder , in ebraico "ordine", suggestiva cena nel corso della quale vengono rievocate e discusse secondo un ordine prestabilito le fasi dell'Esodo, rileggendo l'antico testo della Haggadah .

Si consumano vino, azzime ed erba amara in ricordo dei dolori e delle gioie degli Ebrei liberati dalla schiavitù; Ma anche dolci in ricordo della "manna" e dei fiumi di miele promessi nella futura "terra d'Israele".

Si inizia con l'invito ai bisognosi ad entrare e a partecipare alla cena (durante il Seder, tutti gli anni, c'è sempre preparato un posto in più in tavola per un'eventuale pellegrino che volesse unirsi al convivio) e si prosegue con le tradizionali domande rivolte al padre di famiglia dal più piccolo dei commensali; la prima di queste è volta a sapere "in che cosa si distingue questa notte dalle altre?". Tali quesiti consentono a tutti i presenti di spiegare, commentare, ana-

lizzare i significati dell'esodo e della miracolosa liberazione dall'Egitto, le implicazioni di ogni schiavitù e di ogni redenzione.

I simboli della festa, la scrupolosa pulizia che la precede, il pane azzimo vale a dire il "misero pane che i nostri padri mangiarono" - il Seder, la lettura della Haggadah, fanno sì che ben pochi bambini arrivino all'adolescenza senza conoscere la storia dell'uscita dell'Egitto e senza avvertire che questa è una parte essenziale della loro storia.

La matzà, il duro alimento che sostituisce il morbido e saporito pane di tutti i giorni, sta anche ad indicare il contrasto tra l'opulenza dell'antico Egitto, l'oppressore, e le miserie di chi, schiavo, si accinge a ritrovare appieno la propria identità.

Le preghiere durano più di un'ora, assieme alla lettura dell'Haggadah ed alla fine i più piccoli cantano canti tipici di Pesach, molto melodiosi e ricorrenti (da uno di questi canti, il cantautore Angelo Branduardi trasse spunto per un suo famoso brano: "alla fiera dell'est").

SEDER 2006

(che quest'anno avrà inizio la sera del 12 aprile):

Durante il seder vengono utilizzate 3 matzot (fogli di "matzà", il pane azzimo) che vengono tenute coperte da un panno: all'inizio della cena viene spezzata in due pezzi quella di mezzo. Il pezzo più piccolo viene rimesso tra le due rimanenti, mentre il pezzo più grande viene utilizzato come Afikomen, ovvero l'ultimo pezzo di matzà che verrà consumata durante il pasto.

Durante la cerimonia un piatto, detto piatto del Seder, è parte principale della cena. Il piatto del seder ha raffigurati tutti i principali simboli di Pesach. Sopra trovano posto: una zampa arrostita di agnello chiamata Z'ora che rappresenta l'offerta dell'agnello presso il Tempio di Gerusalemme in occasione di Pesach. Un uovo sodo, simbolo della vita. Vi è poi un gambo di sedano, chiamato karpas che ricorda la corrispondenza della festività di Pesach con la primavera e la mietitura che, in epoca antica, era essa stessa occasione di festeggiamento. Vi è poi una ciotolina con una specie di marmellata fatta con frutta secca, mele, miele, e vino chiamato charoset che rappresenta la malta per fare i mattoni usata dagli ebrei durante la schiavitù. C'è poi un ciuffo di maror o erbe amare (lattuga romana, prezzemolo...) che rappresenta la durezza della schiavitù e l'amaro patito. Inoltre ci sarà una ciotolina con aceto o acqua salata per ricordare le lacrime versate durante la schiavitù in Egitto.



Dato che il nome di "Seder" significa "ordine" non v'è da sorprendersi vi sia un preciso ordine per ciò che accadrà durante la sera. La cena procede secondo quest'ordine:

La benedizione e il primo bicchiere di vino
La pulizia delle mani, ma senza benedizione
Si intinge il sedano nell'acqua salata o aceto
Rottura della Matzà centrale
Racconto della storia di Pesach (Haggadah di Pesach).
Seconda abluzione delle mani
Benedizione sulle matzot
Si mangia il charoset ed il maror
Si mangia la Matzah, lo charoset, ed il maror
Viene servita la cena
Si consuma la afikomen
Benedizione dopo la cena, si beve dalla coppa di vino e si dà un metaforico benvenuto al profeta Elia
Si cantano le canzoni, bevendo dalla coppa di vino. I bambini sono molto coinvolti nei canti, nei balli e nell'allegria generale.

BIBLIOGRAFIA:

Giuliana Ascoli Vitali Norsa, *La cucina nella tradizione ebraica : ricette di cucina ebraica, italiana, askenazita e sefardita / raccolte da Giuliana Ascoli Vitali-Norsa dell'Adei-Wizo di Padova*, Firenze, Giuntina, 1987

Milka Belgrado Passigli, *Le ricette di casa mia*, Firenze, Giuntina, 1993

Valeria Norsa Pesaro, *La cucina ebraica di casa nostra*, Milano, Proedi, 2000

La cucina della memoria. Ricette giudaico-monferrine raccolte dai ricettari di famiglia, a cura della comunità ebraica di Casale Monferrato, Fondazione arte e storia della cultura ebraica a Casale Monferrato e nel Piemonte orientale Onlus, 2001

Ines De Benedetti, *Poesia nascosta. Ricette di cucina ebraica in Italia*, Milano, Adei, 1931;

Donatella Limentani Pavoncello, *Dal 1880 ad oggi. La cucina ebraica della mia famiglia*, Roma, Carucci Editore, 1982;

Elena Loewenthal, *Buon appetito, Elia!*, Milano, Baldini & Castoldi, 1998;

Giuliano Malizia, *La cucina romana e ebraico-romanesca*, Roma, Newton e Compton editori, 2001.