

# PEPERONI CRUSCHI 3 RICETTE DA LECCARSI I BAFFI

Oggi cuciniamo con i [peperoni cruschi](#), un'eccellenza della Lucania che ha ottenuto il riconoscimento di **Indicazione Geografica Protetta** nel 1996.

Tipici della zona di **Senise**, della provincia Sud di Potenza. Hanno un colore e un profumo unici e un gusto davvero eccezionale.

Sono **piccoli e dalla polpa sottile**, rosso brillante e non sono piccanti, anzi. La **nota dolce** è la vera caratteristica di questi **peperoni cruschi**, cioè **croccanti**.

Una volta intrecciati nelle **serte**, le trecce lunghe fino a due metri che adornano i balconi lucani durante l'estate, vengono **essiccati al sole e al vento**. Una volta secchi, si conservano e si mangiano così come sono cucinati, soprattutto **fritti o ripassati al forno**.

Rappresentano il **contorno lucano per eccellenza**, soprattutto insieme alle patate. Immane nei piatti della tradizione, arricchiscono anche aperitivi, taglieri e piatti più innovativi. Vediamo qualche idea.

## Bruschette con cime di rapa, filetti di acciughe e peperoni cruschi

Le **cime di rapa** vanno lessate in acqua salata bollente giusto il tempo per ammorbidirle, 5 o 6 minuti bastano. Poi vanno **scolate e fatte saltare in padella con olio, aglio e peperoncino** per una decina di minuti a fiamma media.

Nel frattempo tostate il pane sulla brace o in forno finché non diventa bello croccante. Poi basta assemblare: pane, cime di rapa, un filetto di acciuga per bruschetta e [peperoni cruschi](#) sbriciolati come se piovesse oppure spezzettati e un filo d'olio evo buono.

Gusto: sapido, intenso, profondo, complesso. Il **contrasto di consistenze** tra il croccante del pane e del peperone e la morbidezza delle cime di rapa e dei filetti di acciuga è assolutamente perfetto.

## Rascatielli Bianchi con canestrato di Moliterno, mollica e peperoni cruschi

Dopo l'antipasto, passiamo a un bel primo piatto che è una vera celebrazione dei migliori prodotti lucani.

I **Rascatielli** bianchi sono il formato di pasta più tipico dell' Area Sud della Lucania. Si fanno **solo a mano**, "rascando" (raschiando in italiano), con tre dita diversamente dalle orecchiette che si fanno con un dito per l'appunto, l'impasto sul tavolo infarinato, cosicché il lato sotto risulti perfettamente liscio e quello interno, a contatto con le dita, rimanga ruvido e poroso. Per semplificare si trovano già fatte in confezioni da 500 gr. sul sito [www.ferraraprodottitipicilucani.it](http://www.ferraraprodottitipicilucani.it)

Il **Canestrato di Moliterno IGP** è un pecorino a pasta dura eccezionale. Per farlo, si utilizza solo latte intero di capra e di pecora allevate allo stato brado. Ha un gusto deciso che diventa più piccante via via che aumenta la stagionatura. Per questo piatto meglio un formaggio **ben stagionato, perfetto da grattugiare**. Anche questo si trova sul sito [www.ferraraprodottitipicilucani.it](http://www.ferraraprodottitipicilucani.it)

Intanto che l'acqua bolle, **va frita la mollica**. Attenzione all'olio, ce ne va pochissimo e deve essere ben caldo. Quando la mollica è bella dorata, va scolata e messa sopra a della carta assorbente.

Scolare i **Rascatielli** e farli andare un minuto nell'olio caldo, poi spegnere la fiamma, **aggiungere la mollica frita, i peperoni cruschi fritti sbriciolati e una bella grattugiata abbondante di Canestrato di Moliterno**. Impiattare e godere.

## Patate e peperoni cruschi

Il contorno più lucano che ci sia. **Le patate vanno lessate** per una ventina di minuti. Quando le patate sono pronte vanno tagliate a fette e ripassate nella padella con un po' d'olio. Devono essere **croccanti e belle dorate**.

Basta unirle ai **peperoni cruschi** sbriciolati o a pezzettini e il gioco è fatto. È un piatto **molto rustico**, ma se vogliamo presentarlo in modo un po' più elegante possiamo fare una specie di torretta con le patate e i peperoni lasciati interi a strati alternati.

Queste sono le mie ricette preferite per il peperone crusco, improntate sull' **antica tradizione** e sulla **regionalità** degli ingredienti. Poi, certo, gli abbinamenti sono infiniti. L'unica cosa da fare è provare, sperimentare, assaggiare e riprovare e riassaggiare ancora. E qualcuno si sacrificherà molto, molto volentieri.

