

L'ARTE DEL "TWIST ESTIVO": LA GUIDA PRATICA DI ARIES GROUP PER DECLINARE I GRANDI CLASSICI IN PERFETTI PIATTI DI STAGIONE

Materie prime locali, contrasti inaspettati e un tocco di innovazione: le regole d'oro dello chef Andrea Ribaldone per portare in tavola la bella stagione valorizzando il patrimonio gastronomico

D'estate la tentazione di ripiegare su classiche insalate di riso o piatti freddi dell'ultimo minuto è sempre elevata. Con l'aumento delle temperature, il desiderio di trascorrere meno tempo ai fornelli si scontra spesso con la necessità e la voglia di mangiare con gusto. Ma come si fa a onorare la grande tradizione gastronomica, alleggerendo le preparazioni per combattere il caldo? Il segreto risiede nell'**evoluzione intelligente del *comfort food***: un approccio che permette di non rinunciare ai piatti caldi più amati, ma di **reinventarli in chiave stagionale senza cadere nella banalità**.

Per rispondere a questa esigenza, **Aries Group**, gruppo alberghiero indipendente italiano attivo nelle principali città d'arte e di business del Paese, **e lo chef stellato Andrea Ribaldone propongono una nuova e vivace visione della cucina estiva**. Ne scaturisce un vero e proprio **vademecum di cinque consigli pratici** per portare in tavola creatività e profumi di stagione, accompagnato da un menù d'autore che esalta il territorio, perfetto per chi cerca oasi di gusto anche in città.

Step by step: come rivoluzionare la cucina d'estate

1. MAI RINUNCIARE AI GRANDI CLASSICI

Il segreto non è eliminare, ma alleggerire attraverso gli abbinamenti. Una costoletta alla milanese, ad esempio, può essere protagonista anche in piena estate se accompagnata da verdure di stagione e da elementi freschi e aciduli che ne esaltano l'equilibrio. Il **comfort food** mantiene così tutto il suo valore affettivo, ma si adatta ai ritmi e ai sapori della bella stagione, dimostrando come anche le ricette più iconiche possano evolvere senza perdere la propria identità.

2. IL POTERE DEI CONTRASTI (TERRA E MARE)

Per dare brio a un piatto e renderlo perfetto per la bella stagione, la mossa vincente è giocare con gli opposti. L'ideale è unire la delicatezza e la rotondità di un carboidrato classico (come un buon gnocco di patate) con la sapidità iodata dei frutti di mare e i profumi di un elemento

vegetale colto nel suo momento migliore. Questa sinergia permette di abbandonare i classici sughi invernali, ricchi e coprenti, a favore di condimenti più agili e dinamici. Il risultato è un'esplosione di sapore che risveglia il palato, mantenendo l'appagamento che cerchiamo in un primo piatto ma con una straordinaria leggerezza.

3. IL SEGRETO È NELLE CONSISTENZE

In estate il palato è spesso affaticato e ha bisogno di stimoli continui e varietà. Lavorare sui tagli delle verdure può fare la differenza: il taglio a filangè (a listarelle sottilissime), ad esempio, permette agli ortaggi come le zucchine di mantenere la loro naturale croccantezza, creando un contrasto tattile vivace rispetto alla tipica morbidezza delle basi dei primi piatti. Evitare le cotture prolungate, saltando velocemente gli ingredienti a fiamma viva, è inoltre la chiave per non disperdere nutrienti. Un piatto con un bel "morso" risulta immediatamente più vitale e invitante anche quando il termometro sale.

4. UMAMI ESTIVO

Come dare sapidità, profondità e carattere a un piatto senza ricorrere a condimenti ricchi o formaggi stagionali? La risposta arriva dal mare. Ingredienti come la bottarga, aggiunta a crudo e grattugiata al momento, regalano una piacevole nota umami che valorizza il piatto con eleganza. A contatto con il calore della pasta sprigionano aromi intensi e complessi, riducendo la necessità di ulteriori grassi o condimenti. Un trucco furbo e velocissimo per conferire un tocco gourmet e sofisticato, perfetto per stupire i propri ospiti con il minimo sforzo.

5. LA FILOSOFIA DEL "KM BUONO"

La riuscita di un piatto estivo parte dalla qualità della materia prima. Scegliere ortaggi e primizie nel loro momento di massima espressione, privilegiando prodotti coltivati il più vicino possibile (la cosiddetta filosofia del "km buono"), è fondamentale. È il caso di ricette storiche come la Vignarola, dove la stagionalità degli ingredienti è protagonista assoluta e non ha bisogno di alcun artificio. Rispettare i ritmi della natura non è solo una scelta sostenibile, ma anche il modo migliore per esaltare l'autenticità dei sapori: con ingredienti eccellenti, le lavorazioni in cucina si riducono al minimo, lasciando spazio all'autenticità dei sapori.

Il menù di stagione di chef Andrea Ribaldone

Lo chef stellato **Andrea Ribaldone**, che cura la linea gastronomica di **Aries Group**, ha tradotto questa filosofia in un menù estivo leggero, creativo e attento all'identità territoriale. I piatti sono disponibili presso i ristoranti degli **hotel Quark (Milano), Villa Pamphili (Roma) e Living Place (Bologna)**. Un percorso ideale da gustare negli *urban resort* del Gruppo e da replicare a casa.

1) Antipasto: Vignarola di asparagi, carciofi, fave e piselli

Ingredienti per 4 persone

- 600 ml di piselli in crema
- 60 gr di piselli interi
- 80 gr di fave sgusciate
- 8-12 asparagi

Procedimento

- Frullare con sale e olio i piselli fino ad ottenere una crema, tenere da parte una porzione di piselli interi da unire poi alle altre verdure.
- Pulire e cuocere gli asparagi in acqua bollente per pochi minuti. Successivamente, raffreddarli in acqua fredda e ghiaccio per interrompere tempestivamente la cottura e mantenere il colore verde vivo, evitando così l'ossidazione.
- Pulire i carciofi dalle foglie esterne più dure e privarli della parte interna rimuovendo le piccole spine. Successivamente, cuocerli in osmosi a vapore per 15/20 minuti, con successivo raffreddamento utilizzando la medesima tecnica usata per gli asparagi.
- Pulire le fave dal baccello e cuocerle velocemente in acqua bollente. Dopo averle raffreddate e privarle della membrana esterna.
- Una volta preparati tutti gli ingredienti, saltare in padella a fuoco vivo per qualche minuto gli asparagi, i carciofi, le fave ed i piselli interi, regolando a piacimento con sale e olio. Infine, distribuire la crema di piselli calda alla base del piatto e adagiare sopra le verdure saltate in padella.

2) Primo: Gnocchi di patate con vongole, zucchine e bottarga

Ingredienti per 4 persone

- 1 kg di patate
- 300g di farina
- 4 tuorli
- 300g di fecola di patate
- 30g di sale
- Vongole
- Bottarga
- Prezzemolo
- Zucchine

Procedimento

- Lavare per bene le vongole.
- In una padella mettere olio, aglio, prezzemolo e le vongole lavate per bene.

- Aggiungere un po' d'acqua e coprirle con un coperchio.
- Non appena saranno aperte, rimuoverle dal fuoco.
- In un'altra padella, saltare con un po' d'olio le zucchine a rondella o filangé
- Nella padella in cui sono state cotte le vongole, versare gli gnocchi cotti a parte e farli insaporire per qualche minuto con l'acqua delle vongole.
- Versare nel piatto gli gnocchi, le zucchine e completare il piatto con la bottarga grattugiata.

3) Secondo: Costoletta di vitello alla Milanese con le sue guarnizioni

Ingredienti per 4 persone per le costolette di vitello:

- 250 g a testa di carré di vitello con osso
- 280 g di pane panko
- 200 g di pangrattato
- 12 uova intere
- 1 kg di burro chiarificato
- Sale Maldon q.b.

Ingredienti per 4 persone per le patate:

- 100 g di patate novelle
- Olio extravergine di oliva q.b.
- Sale q.b.
- Aromi a piacere

Ingredienti per 4 persone per la maionese alla rucola e lime:

- 8 tuorli d'uovo
- 400 g di olio di semi di girasole
- 20 g di aceto di vino bianco
- Succo di 4 limoni
- 200 g di rucola
- 8 zest di lime
- Sale q.b.

Procedimento

- Per le patate novelle, anzitutto è necessario lavarle e tagliarle a metà. Sbollentare poi in acqua salata e terminare la cottura in una padella antiaderente con olio extravergine di oliva, sale e gli aromi desiderati, fino a ottenere una doratura uniforme. Tenere poi da parte.
- Per la maionese, in un bicchiere versare i tuorli, l'aceto, il succo di limone, la rucola, le zest di lime, il sale e metà dell'olio di semi. Frullare con un mixer a immersione, quindi

aggiungere gradualmente il restante olio fino a ottenere una maionese liscia, stabile e della consistenza desiderata.

- Infine, per la costoletta, dopo averne verificato il peso, battere delicatamente la carne tra due fogli di carta da forno per uniformarne lo spessore senza danneggiarla. Procedere poi con la panatura passando la carne prima nel pangrattato, poi nell'uovo sbattuto e infine nel panko, facendo aderire bene la panatura. Scaldare infine il burro chiarificato e friggere la cotoletta per circa 1 minuto per lato, irrorando anche l'osso con il burro caldo durante la cottura, fino a ottenere una doratura uniforme
- Disporre quindi la cotoletta su un piatto da portata, completare con una generosa spolverata di sale Maldon, aggiungere le patate novelle rosolate e servire la maionese alla rucola e lime in una ciotolina a parte.

Informazioni su Aries Group

Aries Group è un gruppo alberghiero indipendente italiano attivo nelle principali città d'arte e di business in Italia, con hotel, resort e residence per il turismo congressuale, gli eventi (MICE), il leisure e business travel. Impegnato dal 2020 nello sviluppo di un progetto nuovo di ospitalità, il gruppo pone la cura di clienti e stakeholder al centro. Offre a persone e aziende strutture estese e servizi su misura nei quali l'innovazione e uno stile di accoglienza tipicamente italiano rappresentano caratteristica distintiva. La profonda esperienza maturata dai soci fondatori nel settore dell'ospitalità consente di valorizzare, conservare e rendere profittevoli nel tempo gli asset in gestione. Per guidare la crescita, il Gruppo si avvale dell'efficienza operativa e della consolidata capacità commerciale dell'executive team. Il portafoglio attuale è costituito da Hotel Villa Pamphili Roma, Quark Hotel Milano, Living Place Hotel Bologna e Ripamonti Residence & Hotel Milano, con quattro centri congressuali, per un totale di 1.640 chiavi, 9.400 mq di spazi per eventi e 65 Sale Meeting.

Riferimenti Ufficio Stampa Aries Group

BPRESS

Eleonora Bresesti, eleonorab@bpress.it

Chiara Paolucci, chiarap@bpress.it

Carolina Ratti, carolinar@bpress.it