



ANNO 24 - NUMERO 7
DICEMBRE 2020

Responsabile: Roberto Maino
Collaboratore: Sergio Basso
Edito da Leo

RedSub News

IN QUESTO NUMERO:

- E intanto arriva Natale
- Le ricette di Natale

E intanto arriva Natale

Sono ormai passati due mesi dall'ultimo giornalino. Nel frattempo, sono successe tante cose o meglio potevano succedere tante cose ma poi alla fine siamo riusciti a fare molto poco. Ma andiamo per ordine.

A fine settembre ci eravamo sentiti perché tutto stava, seppur lentamente, tornando alla normalità. Uscite didattiche, consegna brevetti e anche la cena di Natale.

Abbiamo fatto tre uscite didattiche; una a Moneglia con i primi ed i secondi dove sebbene la visibilità fosse non delle migliori tutti si sono divertiti. I primi grado perché hanno cominciato a mettere in pratica quanto insegnato loro nei mesi scorsi ed i secondi hanno fatto esercizi didattici per i quali la visibilità non era essenziale. I due allievi del corso deep anche loro hanno fatto l'uscita didattica sul promontorio di Portofino ed hanno provato dal vivo cosa vuol dire guidare in una immersione.

Diciamo che qui ci dobbiamo lavorare ancora un po'.



Per i primi e secondi il tutto si è replicato il 17 sul promontorio di Portofino. Anche qui altre due immersioni tra cernie, dentici, canyon e visibilità decisamente migliorata. Tutti hanno fatto il loro e la giornata si è conclusa per tutti con grandi soddisfazioni.

Per queste due giornate devo dire un grande grazie ad istruttori ed aiuti che si sono prestati ad accompagnare gli allievi sebbene le condizioni non fossero ottimali. Come sempre è uscito lo spirito che contraddistingue il nostro gruppo; una forte coesione che poi si traduce nel fare invece di parlare. Eravamo tutti lanciati perché potevamo intravedere il traguardo di un risultato che vista la situazione a giugno era altamente sfidante.

Poi il 18 ottobre '20 la doccia fredda. Da Palazzo Chigi il presidente del consiglio annunciava che con l'aggravarsi della situazione sanitaria si stava valutando l'adozione di misure più restrittive per palestre, piscine e momenti di aggregazione. Da lì è partita la rincorsa per riuscire a fare almeno l'ultima uscita didattica. Purtroppo, il tempo non ci è stato di aiuto perché tra temporali e mare mosso ci siamo trovati costretti ad annullare l'uscita.

Voglio però cogliere il lato positivo di questa situazione, tutti hanno risposto presente alle uscite come avevo chiesto nello scorso numero e questo è molto bello perché evidenzia come gli istruttori e gli aiuti istruttori abbiano passato, nei mesi scorsi, la passione che ci accomuna tutti per il mare e ci porta a lavorare sull'obiettivo comune che è il brevetto.

Anche gli esami istruttori si sono fermati. Qui la situazione a fine ottobre era la seguente: Esami di teoria passati da tutti i partecipanti con ottimi risultati. Da capire come e quando fare la parte di acqua. Ma a parte i risultati, è stato importante l'affiatamento e l'amicizia che ci ha permesso di affrontare la sfida con il giusto spirito. E se non bastasse Manuel si è dimostrato il trainer giusto per noi, sempre disponibile e pronto ad aiutarci quando avevamo dei dubbi.

Torniamo alla cronaca di questo periodo. Purtroppo, con l'inizio di novembre tutto si è bloccato, piscina, uscite al mare e anche la cena sociale di Natale. Attualmente la curva dei contagi sta scemando ma le indicazioni del governo non consentono la riapertura della piscina e quindi la prosecuzione delle attività. Speriamo nel 2021 che avendo un anno in più di esperienza rispetto al 2020 ci consenta di affrontare e risolvere il problema definitivamente.



Come vi dicevo prima la cena di Natale è stata annullata ma mi piace pensare che potremmo farne una virtuale. Per questo motivo nelle pagine seguenti ho inserito alcuni piatti che potrebbero essere serviti in questa occasione.

Auguro a tutti voi ed alle vostre famiglie da parte mia e del Consiglio un sereno Natale. Siccome non possiamo fare la cena fate un brindisi anche alla ReD Sub.

Ega

P.S.: Stiamo provando ad organizzare un meeting via Teams per scambiarci gli auguri di Natale. Sebbene a distanza penso sia un bel modo per scambiarci gli auguri.

“La voce del mare parla all’anima. Il tocco del mare è sensuale, avvolge il corpo nel suo morbido e stretto abbraccio”.

(Kate Chopin)



Le ricette di Natale

LA TARTARE PANTESCA

Questo è uno dei miei cavalli di battaglia...

Si presta a differenti tipi di materia prima (CRUDA!):

Quantità 400 / 500 per 2 o 4 persone (dipende se farete più di una versione o singola)

Versione acquatica:

- Tonno Rosso Pinna Gialla
- Ricciola
- Salmone

Versione terrestre:

- Manzo
- Cavallo

Scelta la versione, la cosa più importante è che sia tassativamente lavorata a mano a coltello!!!!

NON fate l'errore di macinarla oppure a cubetti troppo piccoli, comporre parti differenti alcuni più sottili altri più corposi e altri lunghi per dare consistenza non omogenea alla tartare.

Ingredienti per il condimento:

- Uva Passita di Pantelleria
- Capperi di Pantelleria sotto sale
- Origano di Pantelleria
- Spezie macinate a scelta
- Pepe nero
- Sale fino
- Aceto balsamico ristretto
- Olio extra vergine
- Limoni
- Pistacchi



Dopo aver riposto la materia prima in una ciotola, dedicatevi alla preparazione degli elementi del condimento.



La lista degli ingredienti è in ordine di preparazione.

Si parte con l'uva passita, tagliate a metà ogni acino ed assicurarvi di eliminare tutti i semini al suo interno (altrimenti sgradevoli e duri in bocca), dopodiché passate a sminuzzarli con coltello per tritare.

I Capperi sotto sale vanno lavati accuratamente sotto acqua corrente e poi tritati insieme all'uva passita sino ad ottenere una poltiglia morbida.

Aggiungete alla ciotola e mescolate con una forchetta.

Poi passate alle spezie, origano, pepe nero, e quelle che più gradite con poco sale.

Aggiungete alla ciotola e mescolate con una forchetta.

Aceto balsamico ristretto senza esagerare e infine aggiungete olio extra vergine di oliva. (attenzione con il Tonno Rosso che essendo molto poroso come carne tenderà ad inglobare tutto il condimento, quindi aggiungetene un po' di più!)

Dopo l'ultima mescolata compattate con la forchetta la superficie, coprite con un piatto o pellicola la ciotola e mettete in frigorifero per mezz'ora.

A parte preparate il crumble di pistacchi e mezzo limone che aggungeremo solo dopo averlo messo nel piatto.

Recuperata la ciotola dal frigorifero mescolate nuovamente e in un piatto





piano grande con l'aiuto di una coppa pasta porzionate la vostra tartare.

A questo punto spruzzo di limone (Poco! ma comunque a piacere...) infine spolverate il crumble di pistacchi sopra la tartare ed intorno al piatto.

Se lo gradite potete anche guarnire con qualche fogliolina di insalata, sopra o a lato.

Buon appetito!

AAC



La PITTA CU' PASSULE

Una ricetta di Natale tipica di moltissime zone della Calabria, con mille varianti nella base di pasta, un milione di possibili varianti nel ripieno che, come ben potete immaginare, raccoglie i frutti di quella Regione meravigliosa, e che viene tramandata di madre in figlia e rappresenta un momento di grande intimità familiare.

E' lunga, laboriosa, le fasi di preparazione nelle famiglie durano giorni e quando si fa la pitta non è mai per una sola teglia, no.... Tutta la famiglia riceve in dono il prezioso fagotto, la casa profuma per giorni di arancio, cannella e chiodi di garofano e miele... il cuore si scalda tra le risate e i rimproveri delle anziane che istruiscono le giovani figlie e nipotine, e con gesti esperti, tramandando questa antichissima tradizione.

Anche il modo di preparare il ripieno varia, perché a volte viene impastato e lasciato a riposare almeno un giorno...

Vi mando gli ingredienti di una delle versioni di mia suocera, che le mie cognate mi hanno gentilmente scritto tanti anni fa, qui non è presente il chiodo di garofano perché compaiono le golosissime gocce di cioccolato (la foto l'ho presa da internet, per farvi vedere la sua forma).

Ingredienti per la pasta e lo zucchero aromatizzato

1 Kg farina 00 + 1 Kg farina di grano duro
1 bicchiere vino rosso
1 bicchiere olio di oliva
4 uova
1 cucchiaino sale fino
50 gr lievito di birra

Preparazione dello zucchero aromatizzato:

500 gr zucchero, 4 bastoncini di cannella, buccia di un arancio essiccata - gli aromi vanno tutti macinati finemente ed aggiunti allo zucchero

Per il ripieno:

500 gr noci e nocciole macinate grossolanamente, miele, uva passa, gocce di cioccolato

Preparare una pasta tipo sfoglia, lasciarla riposare, tirare poi la sfoglia sottile ed ungerla con olio di oliva, spolverizzare con lo zucchero aromatizzato, tagliare a strisce larghe circa 6 cm, disporre al centro di ogni striscia, per il lungo, il macinato di noci e nocciole, miele a filo sul composto, chiudere ed arrotolare su se stessa a formale delle rose, disporre in una teglia ed infornare a 180° C (cottura dipende tanto dallo spessore della sfoglia ed altri fattori, media circa 20/30 min.)



Io mi sono cimentata con pasta al vino (senza uova) – oppure sfoglia del supermercato riempita di noci e mandorle perché non avevo nocciole. Provate ad inventare abbinamenti e scoprirete un dolce di effetto, da mangiare con gli amici, partendo dallo strato esterno di ogni rosellina.

Mi piacere l'idea di pensarvi cimentati in questa ricetta tutt'altro che semplice, per farvi passare del tempo ridacchiando e pensando a quando potrò riabbracciarvi.

Buon Natale a tutti Voi da me a da Valentino

I PROSCIUTTI FATTI IN CASA

Propongo una ricetta non mia che però ho raffinato e migliorato con l'aiuto dei miei familiari che ho sottoposto ad innumerevoli test di assaggio.

Come per la tartare abbiamo la versione di terra e quella di mare, La prima si prepara con il filetto di maiale la seconda con il filetto di tonno.

Prendere il filetto e dopo averlo accuratamente lavato ed asciugato inumidirlo con Olio extra vergine di oliva (Quello buono!).

Far rotolare il filetto in un mix di spezie che varia in funzione che sia Tonno o Maiale.

Spezie per il Tonno:

- Prezzemolo
- Erbe provenzali
- Timo
- Dragoncello
- Maggiorana
- Origano
- Sesamo



Spezie per il Maiale:

- Zenzero
- Pepe
- Basilico
- Origano
- Timo





A questo punto è necessario mettere il filetto “impanato” di spezie sotto sale in modo che possa disidratarsi ed uccidere tutti i batteri.

Per fare questo è necessario preparare una miscela di sale e zucchero in proporzione di 2 a 1 quindi 2 chili di sale per un chilo di zucchero.

La miscela così ottenuta dovrà essere messa in un

contenitore ermetico assieme al tonno o al maiale “impanato” con spezie, che si vuole trasformare in prosciutto.

Quindi mettete prima una base di miscela di sale e zucchero sopra adagiate il futuro prosciutto e poi ricopritelo con la parte restante della miscela di zucchero e sale.

Ricordate che la carne o il pesce devono essere completamente coperti dalla miscela.



Lasciate in frigorifero per una decina di giorni, lontani da occhi e bocche indiscrete, poi toglietelo dalla miscela e pulitelo con un tovagliolo del sale e zucchero in eccesso del ed il risultato sarà quello riportato sotto.



Pronto per essere gustato durante la cena di Natale oppure in Cenone di fine anno.

Buon appetito

Elena