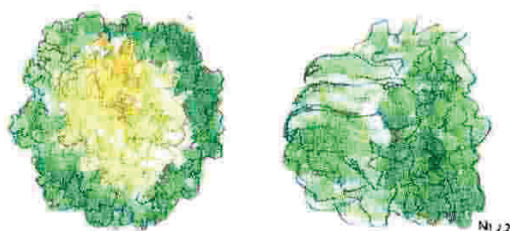




## LA SCAROLA FRITTA PERFETTA NEL PANINO

Ciro Salvo, 39 anni, è uno dei pizzaioli più interessanti della scena napoletana. Dopo 50 Kalò, pizzeria attenta a territorio e stagionalità, ha appena aperto a Napoli 50 panino, per fare lo stesso lavoro di qualità sul fast food italiano per eccellenza.

**L**a scarola è un ingrediente simbolo della gastronomia napoletana, sia nella versione liscia, che si cuoce, sia in quella riccia, che si mangia cruda in insalata. Io la uso nella mia pizza più rappresentativa: la 50 Kalò. La faccio ammorbidire al vapore e poi la metto sulla pizza con olive taggiasche, capperi di Salina, aglio dell'Ufita e datterini. Una pizza vegana dove si esalta la croccantezza della scarola e il contrasto tra l'amarognolo della verdura e la dolcezza del pomodorino. Nel nuovo locale ho lavorato prima di tutto sul pane, che per assurdo viene sempre trascurato. Ho messo a punto un panino morbido e leggero. Poi mi sono dedicato a «trasferire» gli ingredienti delle mie pizze nei panini. Riadattandoli però. Per esempio la scarola al vapore, senza il passaggio in forno, non mi dava le stesse sensazioni. Così nel panino la ripropongo secondo l'uso napoletano: fritta in padella con olive, capperi e aglio. E aggiungo un goloso hamburger di chianina.



SCAROLA RICCIA E SCAROLA LISCIA

### Il consiglio

**L**a scarola, conosciuta anche come indivia, è una verdura ricca di fibra, sali minerali e vitamine. Ha un alto contenuto di acqua e viene apprezzata per le proprietà toniche, leggermente diuretiche grazie alla buona quantità di potassio. I romani per il sapore amarognolo la ritenevano una pianta medicinale. La migliore si consuma nel periodo invernale: a Napoli è un piatto tipico natalizio. La caratteristica principale è la croccantezza. Se la fate cuocere al vapore o bollita siate molto rapidi. Dopo potrete saltarla in padella con olio extravergine, olive, capperi e aglio. Completando a piacere con pinoli, uvetta e acciughe. Si serve come robusto contorno di verdura. Chi la preferisce cruda usi la varietà riccia con pomodorini freschi, melanzane a funghetto sottolio, aglio e olive nere. Per un'insalata davvero saporita.

