

## LA CARABACCIA E IL LATO GRECO DI FIRENZE



Alla scoperta della Carabaccia, la famosa zuppa di cipolle fiorentina. Mescoliamo la storia di San Miniato a Monte e della parte greca di Firenze, con le inequivocabili doti culinarie di Caterina De' Medici, inoltrandoci in un percorso enogastronomico che potrebbe avere dei risvolti inaspettati. *Karabos! Soupe d'Oignon!!!*

Avete presente quando le serate nascono per caso e vi trovate immersi nella più entusiasmante delle avventure senza aver programmato niente, iniziando a parlare di una cosa e finendo a parlare di tutt'altra, come per esempio della Carabaccia? Ecco, è quello che è successo a noi, incontrando una vecchia amica che ti racconta essere diventata una guida turistica

Itinerario notturno dedicato a San Miniato a Monte





Ci racconta che sta preparando per la Notte Europea dei Musei del 21 maggio un itinerario molto suggestivo dedicato alla storia di San Miniato a Monte, da compiere esclusivamente a piedi in notturna. L'idea ci piace e ci lasciamo coinvolgere.

Ed è proprio parlando della storia di San Miniato a Monte e della parte greca di Firenze che nascono curiosità, ci si confronta sulle cose belle della nostra Toscana e, quasi per caso, ci inoltriamo in un percorso enogastronomico che potrebbe avere dei risvolti interessanti, se approfondito. Abbiamo legato le tracce di cultura greca e mediorientale disseminate per la città a un piatto che in realtà con i greci ha poco a che fare, se non con un richiamo etimologico del contenitore in cui viene servito.

La Carabaccia, la zuppa di cipolle fiorentina



Stiamo parlando della Carabaccia, una zuppa di cipolle prettamente fiorentina probabilmente ribattezzata così riferendosi al nome di origine greca “karabos” che significa guscio concavo simile ad una zuppiera, molto simile al tegame di coccio con cui viene servita.

Una pietanza fiorentina come [Caterina De' Medici](#), la quale, quando si è spostata in Francia, ha portato con sè piatti che abbiamo sempre creduto di origine francese, ma che in realtà hanno una radice toscana.



L'abbiamo presa un po' larga, è vero, ma la *Soupe d'Oignon* è di origine toscana e ne rivendichiamo campanilisticamente i natali. Abbiamo quindi provato a rifarla, cercando di seguire la ricetta originale. Tuttavia non abbiamo potuto fare a meno di metterci il nostro zampino e dare il nostro tocco personale.

## Ingredienti per una perfetta Cartaccia - la zuppa di cipolle fiorentina

- 1 kg di cipolle rosse di Certaldo. Ottima sia la Statina che la Vernina. (Presidio Slowfood)
- 1 cucchiaino di zucchero
- 150 gr di Pecorino Toscano DOP Stagionato del Consorzio Caseificio di Sorano
- 2 spicchi di aglio sbucciato bio Az. Agr. Palmi
- Olio EVO Toscano Fattoria di Ostina Reggello
- Brodo vegetale
- Pepe nero in grani q.b.
- Sale q.b.
- Pane Toscano tostato del [Forno Garbo](#)

Procedimento per la realizzazione della Carabaccia - La zuppa di cipolle fiorentina



Come dicevamo, la zuppa di cipolle tradizionale fiorentina viene servita in un coccio, ma di coccio deve essere anche il tegame con cui la si prepara. Iniziamo dunque scaldando l'olio EVO nel tegame di coccio e, dopo aver sbucciato e tagliato a fettine molto sottili le cipolle, aggiungerle facendole cuocere a fiamma dolce per 15 minuti, insieme al brodo vegetale, agli spicchi d'aglio schiacciati e allo zucchero. Quindi aggiustare di sale e pepe e lasciar cuocere per altri 20 minuti.

A questo punto, preparate una ciotola da forno per ciascuno dei commensali e versate in ciascuna di esse la zuppa, quindi mettete le fette di pane toscano che avrete precedentemente tostato in forno, alternate un altro strato di zuppa, quindi ricoprite il tutto con il mix di formaggi. L'ultimo passaggio è quello di infornare per 5 minuti a 220 gradi, quanto basta per far sciogliere il formaggio. A piacimento, servire con una spolverata di pepe.

[La cucina di TuscanyPeople:](#)

Se realizzerete qualsiasi versione della "Carabaccia" vi invitiamo a condividerla con noi, usando i nostri hashtag [#TuscanyPeople](#) e [#LeRicettediTuscanyPeople](#), sui nostri canali social [Instagram](#) e [Facebook](#).



*Tuscanypeople*

Le foto più belle verranno ripostate su instagram [www.instagram.com/tuscanypeople](https://www.instagram.com/tuscanypeople)

