

I FUNGHI E LA CUCINA TOSCANA: 4 RICETTE DELLA TRADIZIONE DA LECCARSI I BAFFI



4 ricette toscane con i funghi per portare in tavola piatti tipici della cucina toscana autunnale: crostini, zuppa, tagliatelle e cappelle di porcino grigliate.

Ricette toscane con i funghi: 4 piatti della tradizione

Accantonata finalmente la stressante e tediosa “prova costume”, che pretende di farci rinunciare ai piaceri della tavola, per qualche chilo in meno, è tornato il momento di parlare appassionatamente di cucina gustosa e, perché no, ricca di carboidrati. In questo articolo vi raccontiamo infatti 4 ricette toscane con i funghi, a cui non saprete dire di no. Attenzione: astenersi “perdichili”.



Arriva l'autunno: è tempo di porcini, prugnoli e prataioli

Gli amanti dei funghi attendono con impazienza l'arrivo dell'autunno, per dare libero sfogo alla loro creatività culinaria. Questi frutti del sottobosco infatti, oltre a donare ai piatti un gusto intenso, particolare e sfizioso, sono un alimento molto versatile e ricco di proprietà.

Le ricette toscane con i funghi sono davvero tante e variegate, sebbene i protagonisti indiscussi siano i porcini, i re dei boschi toscani. Avrete comunque modo di apprezzare anche altre tipologie di funghi, spesso sottovalutate, ma assolutamente profumate e gustose come prugnoli e prataioli. Da non trascurare inoltre, sono la facilità e la velocità di preparazione dei piatti a base di funghi. Possiamo sintetizzare che, con il minimo sforzo, si creano piatti assolutamente deliziosi.



4 ricette toscane con i funghi

Di seguito proponiamo 4 ricette toscane con i funghi che, una volta assaggiate, trasporteranno i vostri sensi all'aperto, tra i profumi ed i colori del sottobosco autunnale, e tra le foglie secche che scricchiolano al vostro passaggio.

Crostini toscani ai funghi

Ingredienti

- 300 gr. di funghi freschi (generalmente si predilige utilizzare porcini, ma sono ottimi anche con prugnoli e prataioli)
- n. 1 spicchio d'aglio
- 10 gr. prezzemolo fresco
- n. 1 ramettino di nepitella



- vino bianco toscano secco
- n. 6 fette di pane toscano cotto a legna (o frusta toscana, o polenta)
- olio EVO assolutamente toscano
- sale e pepe q.b.

Per ottenere piatti salutari e di qualità, consigliamo sempre di prediligere materie prime a Km zero o avvalersi di aziende agricole biodinamiche o biologiche, sinonimo di certificata eccellenza.

Preparazione

Per preparare i crostini toscani ai funghi, prendete prima di tutto un tagliere e tritate il prezzemolo, la nepitella e l'aglio. Al contempo pulite bene i funghi con un panno umido e accertatevi di aver eliminato ogni residuo di terra. Tagliate i funghi a pezzetti grossolani. Prendete una padella, e versateci generoso olio EVO toscano. Appena l'olio EVO sarà caldo, aggiungete l'aglio e lasciate soffriggere.

Unite i funghi e lasciate cuocere per circa 5 minuti a fuoco abbastanza vivace, coprendo la padella con un coperchio. In questo tempo i funghi rilasceranno il loro liquido. Trascorsi i minuti, aggiungete il trito di nepitella e aggiustate di sale e pepe, inserendo anche una piccola quantità di vino bianco. Lasciate sfumare il vino completamente, a fuoco moderato. Mescolate il composto per evitare che si attacchi per altri 5 minuti circa. Ottenuto un risultato sufficientemente denso e compatto, spegnete la fiamma.

Tagliate da ultimo il [pane toscano](#), dello spessore di circa mezzo cm ; non deve superare 1 cm. C'è chi decide di servire la fetta di pane intera, e chi gradisce tagliarla in tre parti, per orizzontale. Abbrustolite il pane e spalmate sopra i funghi. terminate decorando il crostino con il trito di prezzemolo fresco e servite.

Una variante: crostini di polenta

Se volete rendere il vostro crostino toscano ai funghi particolarmente appetitoso, sostituite al pane, la polenta. Preparate la polenta e tagliatela a piccoli rettangoli. Lasciatela abbrustolire o addirittura frigetela, dopodiché spalmate sopra i vostri funghi, sarà un'esplosione di bontà. Si dice che "*chi ben comincia, è a metà dell'opera*", lo stesso vale per chi desidera un pasto appagante: iniziare con questa ricetta toscana ai funghi è sicuramente il modo migliore!



Leggi anche: [Consorzio del Pane toscano DOP, il consorzio più buono che c'è](#)



Zuppa di funghi

Ingredienti

- 500 gr. di funghi misti (porcini, pioppini, galletti, ordinali, leccini - il maggior numero di varietà che riuscite a reperire è essenziale per la buona riuscita del piatto)
- 400 gr. di fagioli borlotti (lessati e salati)
- n. 2 patate
- n. 1 cipolla di Certaldo
- n. 2 spicchi di aglio
- 350 gr. di pomodori (freschi o in scatola, purché privati della buccia)
- n. 1 rametto di nepitella
- sale q.b.



- pepe q.b.
- olio EVO toscano
- brodo vegetale
- pane toscano cotto a legna
- pancetta di maiale (opzionale)

Preparazione

Per preparare la vostra zuppa di funghi, pulite i funghi e tagliateli non troppo sottili. Tagliate anche cipolla, aglio e patate (queste ultime a cubetti). Iniziate col far soffriggere in un tegame piuttosto capiente la cipolla e l'aglio, in generoso olio EVO. Unite il misto di funghi e fate rosolare a fiamma vivace per qualche minuto, aggiungendo successivamente un po' di brodo vegetale.

Prendete i pomodori, le patate e i fagioli, e uniteli al composto nel tegame. Aggiustate di sale e pepe, inserendo anche il rametto di nepitella. Se il composto risulta troppo denso, aggiungete via via, un po' di brodo vegetale, e lasciate continuare la cottura a fuoco medio/basso per circa 20 minuti.

Servite la zuppa ancora calda, accompagnata da una fetta di pane toscano tostato, divisa in due per ciascun piatto. Se desiderate dare un gusto più deciso alla vostra ricetta, inserite nel soffritto iniziale, un pezzetto di pancetta di maiale tagliata a cubetti. Questa preparazione vi porterà con l'immaginazione all'interno di una baita, magari sul [Monte Amiata](#), mentre guardate la neve che scende soffice a terra.



Tagliatelle ai funghi porcini

Ingredienti

- 500 gr. tagliatelle all'uovo
- 500 gr. porcini freschi
- n. 2 spicchi d'aglio
- 1/2 bicchiere vino bianco secco
- prezzemolo
- sale q.b.
- pepe q.b.
- olio EVO toscano



Preparazione

Sarete piacevolmente stupiti dalla semplicità di questa ricetta toscana ai funghi, nonché dalla sua squisitezza. Pulite i porcini e tagliateli a striscioline di circa 1 cm. di spessore. Sbucciate e tagliate l'aglio e contemporaneamente tritate il prezzemolo. In una padella bella capiente versate l'olio EVO toscano, e fate soffriggere l'aglio al suo interno. Dopodiché aggiungete i funghi, il sale ed il pepe, e lasciate cuocere a fuoco moderato per 5/6 minuti. Assicuratevi di coprire la padella, per non far svanire il loro liquido. A questo punto versate il mezzo bicchiere di vino, ed alzate la fiamma. Lasciate evaporare il vino completamente. Il sugo è già pronto!

Al contempo fate bollire in una pentola ricolma d'acqua le vostre tagliatelle. A cottura ultimata, scolate la pasta, assicurandovi di lasciare da parte un po' di acqua di cottura, e versatele direttamente all'interno della padella dove si trovano i funghi. Amalgamate a fuoco medio aggiungendo l'acqua di cottura, affinché il risultato diventi cremoso. Servite le tagliatelle ai funghi, con abbondante spolverata di prezzemolo tritato. Se vorrete sorprendere il vostro palato e i vostri commensali, sostituite i funghi galletti o i prugnoli ai porcini. Otterrete un piatto originale e profumato, dal gusto interessante.



Leggi anche: [Funghi toscani fantastici e dove trovarli](#)





Porcini alla griglia

Ingredienti

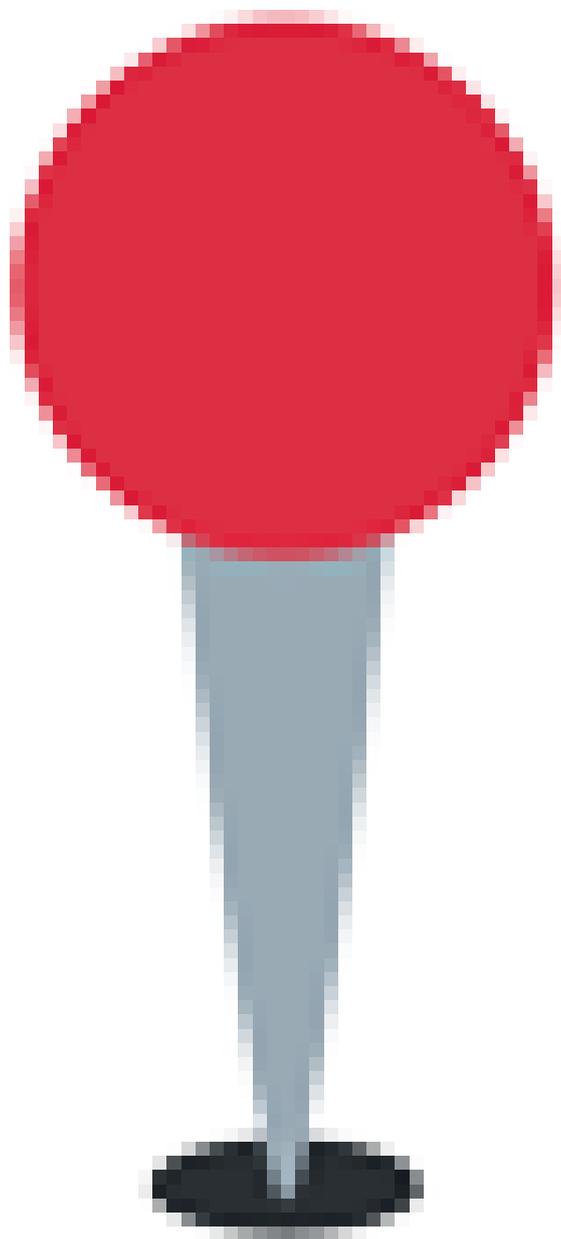
- n. 8 cappelle di funghi porcini freschi, grandi e compatti
- n. 2 spicchi d'aglio
- olio EVO toscano
- prezzemolo
- sale q.b.
- pepe q.b.



Preparazione

Per preparare l'ultima delle nostre 4 ricette toscane con i funghi, pulite bene i porcini, e tagliate i gambi (non servono per questa preparazione), assicurandovi di non intaccare le cappelle. Ungete le cappelle nella superficie esterna con l'olio EVO toscano. Sbucciate l'aglio, tagliatelo a fettine e tritate il prezzemolo. Nel frattempo, scaldare la griglia e/o la piastra ed ungetela leggermente. Posizionate le cappelle rivolte con la parte esterna verso il calore, e poggiate nella parte a vista, le fettine di aglio ed il prezzemolo. Coprite la griglia per 5/6 minuti, controllando di tanto in tanto, per evitare che i funghi si attacchino. Non salate né pepate, questa è un'operazione da eseguire solo a fine cottura. Grazie al calore generato dal coperchio, non c'è bisogno di capovolgere il porcino.

Trascorso il tempo, provate a bucare leggermente la cappella con una forchetta, se risulterà morbida, è pronto. Servite ancora caldo, aggiungendo sale, pepe ed un giro di olio EVO a crudo. Suggestivi per un abbinamento perfetto? Provate ad accompagnarli con una gustosa nonché fumante bistecca alla fiorentina: toccherete il Paradiso con un dito!



PER APPROFONDIRE:





[Bistecca alla Fiorentina: come nasce, come si cucina, come si mangia!](#)





Arriva l'autunno? Io mangio la Ribollita!





[La cucina del Monte Amiata: succulenti piatti tutti da gustare](#)

La Toscana è la tua passione? Anche la nostra!

[Teniamoci in contatto](#)



