

PRIMI PIATTI

Pasta e broccoli in brodo d'arzilla

Tradizione: Provincia di Roma, Lazio

DOSI

6 persone

■ Ingredienti per 6 persone

Arzilla (razza chiodata)	1000 g
Broccoli romaneschi	600 g
Pasta tipo ditalini rigati	250 g
Pomodori pelati	200 g
Acciughe sotto sale	2
Olio d'oliva extra-vergine	3 cucchiari
Cipolla media	1
Sedano	1
Carota	1
Prezzemolo	
Succo di limone	
Aglione	
Peperoncino	poco

■ Preparazione

- 1** Pulite la razza spazzolandola energicamente sotto l'acqua corrente e mettetela in una casseruola con circa 200 cl di acqua fredda.
- 2** Salate e unite il sedano, la carota, la cipolla e qualche gambo di prezzemolo tutti mondati e affettati. Coprite, fate prendere l'ebollizione e fate cuocere, a fuoco moderatissimo, per circa 20 minuti.
- 3** Quando la razza è cotta, tiratela su con una schiumarola e pulitela togliendo la testa, la pelle e le cartilagini.
- 4** Mettete da parte la polpa (condita con olio e limone, potete servirla come antipasto o come secondo) e rimettete tutti gli scarti (testa e cartilagini) nella pentola con il brodo lasciando cuocere per altri 30 minuti circa.

- 5 Raschiate leggermente le acciughe, sciacquatele, asciugatele e diliscatele. Preparate un trito finissimo con l'aglio, una manciata di prezzemolo e poco peperoncino e fatelo appassire, a fuoco dolcissimo, in una casseruola con l'olio.
- 6 Dopo 1 minuto, unitevi le acciughe e fatele disfare schiacciandole con la forchetta. Versate nella casseruola i pelati spezzettati e il vino, incoperchiate e fate cuocere per circa 20 minuti.
- 7 Dividete il broccolo in cimette (tagliate in 2 o in 4 quelle più grosse) lavatelo e aggiungetelo alla salsa, lasciandolo insaporire per qualche minuto a fuoco vivace.
- 8 Passate il brodo di pesce da un colino lasciandolo cadere direttamente nella casseruola con i broccoli, unitevi anche dei pezzettini di polpa recuperati dagli scarti e proseguite la cottura per altri 10 minuti.
- 9 Buttate la pasta, mescolate e fatela cuocere per circa 15 minuti. Servite la minestra ben calda, rigorosamente senza formaggio.
- 10 Tipica della cucina popolare romana, la minestra di arzilla risale al tempo in cui il magro bilancio familiare imponeva alle massaie di sfruttare al massimo le risorse.
- 11 È un piatto poco esportabile in quanto il broccolo romano, una specie di cavolfiore verde dalla tipica forma a pigna, ha un sapore molto particolare, del tutto diverso dal comune cavolfiore.
- 12 Non avendolo a disposizione si può sostituire con quelli chiamati comunemente broccoletti siciliani.