

SARAH CICOLINI



SANTO PALATO

GIUNTI

SANTOPALATO

REFERENZE ICONOGRAFICHE (cortesia autrice)

Foto

Riccardo Bruni: pp. 25 (particolare), 34, 39, 81.

Andrea Di Lorenzo, pp. 28, 31, 51, 67, 68, 70, 88, 90, 105, 108, 124, 127, 128, 168, 185, 186.

Remko Kraaijeveld: pp. 6, 107 (da *Italopop* di Vanja van der Leeden).

Nikki To: p. 170.

Illustrazioni

Marco Di Prisco: pp. 3, 4, 12, 52, 119, 146, 158, 190, 192 e copertina.

Prefazione di Francesco Seminara

Copertina

illustrazione e lettering di Archivio Giunti/Marco Di Prisco

www.giunti.it

© 2024 Giunti Editore S.p.A.
Via Bolognese, 165 - 50139 Firenze - Italia
Via G.B. Pirelli, 30 - 20124 Milano - Italia

ISBN: 9791223207307

Prima edizione digitale: ottobre 2024



PRO.DIGI **GIUNTI**
FESTINA LENTE

SARAH CICOLINI



SANTO PALATO

 GIUNTI



W.P.

SOMMARIO

PREFAZIONE	7
CAPITOLO 1 ILLUMINAZIONE	13
CAPITOLO 2 L'ABRUZZO, LA FAMIGLIA	35
CAPITOLO 3 ROMA E IO	53
CAPITOLO 4 IL CIBO, LA MIA CURA	71
CAPITOLO 5 CHI VINCE E CHI PERDE?	91
CAPITOLO 6 LA FORTUNA DELL'UOMO È L'ALTRO UOMO	109
CAPITOLO 7 LA SOSTENIBILITÀ	129
CAPITOLO 8 WHEN I FINALLY GET HOME	147
CAPITOLO 9 LA CARBONARA È MORTA, VIVA LA CARBONARA	159
CAPITOLO 10 LA CURA PER GLI ALTRI	171
INDICE DELLE RICETTE	189
RINGRAZIAMENTI	191



PALATO

PREFAZIONE

DI FRANCESCO SEMINARA

«E allora mi raccomando, quando uscirà il tuo libro voglio essere io a scrivere la prefazione!»

«Ma quale libro, Francè, i libri li scrivono gli scrittori, io faccio da mangiare.»

Questo succedeva circa cinque anni fa e mai mi sarei aspettato che quell'invito, buttato lì per gioco, potesse essere accolto. Non ho mai nutrito dubbi sul fatto che Sarah Cicolini un libro l'avrebbe scritto, o magari più di uno, perché in un periodo storico nel quale tutti hanno un insensato bisogno di apparire e parlare senza poi dire nulla, lei che è di poche parole e ama stare in disparte di cose da raccontare ne ha tante, sicuramente di più di quelle che leggerete, anzi che mangerete. Sì, perché questo libro è esattamente come la cucina di Sarah: viscerale, terrestre, incredibilmente umana. E di umana umanità è fatto questo libro, ne sono intrise le pagine.

La conobbi poco dopo l'apertura di SantoPalato, nel 2017. Ero su un treno che da Milano mi stava riportando a Roma. Ho sempre amato la cucina romana, quella vera e sincera; tutte le volte che passo da Roma per tornare a casa in Sicilia ne faccio volentieri incetta. Quella sera avevo voglia di provare un ristorante diverso che mantenesse però quella genuinità di pensiero che ricerco in ogni piatto. Fu

PREFAZIONE

Aurora Storari, oggi premiata pastry chef dello stellato Hémicycle di Parigi, ma a quel tempo in forza al Ratanà di Milano, a indicarmi SantoPalato senza alcun dubbio. «Vai da Sarah» – mi disse – «è brava e fa una cucina diversa!» Non ci pensai due volte. Chiamai al ristorante per prenotare e parlai direttamente con lei, a quel tempo poteva capitare anche questo. Al mio arrivo Sarah era in cucina, la vedevo muoversi dall'uscio della porta attraverso quell'apertura sul muro. Le feci un cenno con la mano, lei annuì con la testa. Uscì fuori dalla cucina per salutarmi. Scambiammo due chiacchiere per rompere il ghiaccio, il classico «Chi sei, che fai, come ci hai trovati?», poi lei tornò velocemente ai fornelli. Mi sembrò distaccata, quasi ritrosa al mio interesse, alla mia curiosità, a quel “mi manda Picone” che poteva suonare come tanto italiano, per dirla alla Stanis La Rochelle, ma era in realtà un voler testimoniare l'interesse per il suo lavoro già dai prodromi dell'attività. «Faccio io?» mi disse. Mi fidai, risposi di sì, con un'unica richiesta. Non la già tanto celebrata carbonara, ma un'amatriciana.

La cucina romana e quella abruzzese hanno tantissimo in comune, non solo per la vicinanza geografica, ma anche per la transumanza. Anticamente i tratturi, larghi sentieri erbosi, erano presidiati dal bestiame che dall'Abruzzo veniva portato verso il Lazio e viceversa al cambio di stagione. In questo interscambio regionale di uomini e saperi la cucina ha una contaminazione naturale e l'amatriciana è decisamente un piatto di confine.

La ricordo come fosse oggi. La deliziosa salsa di pomodoro, di una diligente acidità citrica, accoglieva l'untuosità beata di un guanciale cotto alla perfezione che trasudava di umori, il tutto sovrastato da un pecorino detonante pronto a regalare un sorriso al palato, santo in questo caso, al primo boccone. Fu l'amatriciana più buona della mia vita e lo è tuttora. Prima della pasta arrivarono a stupirmi la trippa alla romana, gustosa e gentile, e poi la frittata con le regaje di pollo a suffragio di una cucina, quella di Sarah, totalmente circolare e antispreco. Oh, per i non romani o per chi non mastica il

dialetto, ma solo la cucina, le regaje di pollo, rigaglie in italiano, non sono altro che il cuore, il fegato e i reni. Qualcuno a questo punto avrà sicuramente storto il naso. Guai a parlare di quinto quarto oggi, figuratevi quando SantoPalato tirò su la *claire*. Siamo ancora vittime del fighettismo gastronomico, corrente invisita a Sarah (e allo scrivente), che la nostra eroina combatte a suon di interiora. Certo, a Roma trippe e regaje si mangiavano dai tempi del Marchese del Grillo. Memorabile la spiegazione del notabile Onofrio alla bella Olimpia su cosa fosse, invero, la pajata.

Qual è stato quindi il grande merito di Sarah relativamente al quinto quarto? L'averlo reso "pop", ma non nel senso di popolare, quello lo era già e lo sarà per sempre, ma moderno, giovane e, se preferiamo, di tendenza. La strada per lo sdoganamento è ancora lunga, ma fino a quando ci saranno testimonial di questo lignaggio, ci sarà speranza. In un mondo che vira sempre più verso il vegetale, altro tassello del puzzle di Sarah Cicolini, ricordiamoci che il sacrificio dell'animale è sacro e va onorato. Anche con gli scarti.

La passione di Sarah per la cucina è antica e autentica, come racconta lei stessa nel libro, e proprio dalla sopracitata pajata inizia il suo cimentarsi tra fede e tradizione. Sì, perché in una città come Roma tutto è vissuto con estrema enfasi e la cucina è una di quelle cose su cui c'è poco da scherzare. I rigatoni con la pajata rappresentano il primo piatto più viscerale della cucina romana e Sarah si cimenta con questa parte del quinto quarto già dai primi anni in città, quando era ancora un'appassionata studentessa di Medicina. Andò a bottega da Roberto Liberati, guru della carne, perché definirlo solo macellaio è riduttivo, e lì imparò prima i segreti della pulizia e successivamente a cucinarlo, non con pochi timori. «Ogni volta che entrava un romano nel mio ristorante, tremavo» scrive Sarah, e questa sensazione se l'è portata dietro a lungo, fino a quando la sua personale rivoluzione sulla cucina romana non è stata ampiamente accettata. Una cucina che mantiene fermi i capisaldi nativi di Sarah, la sua semplicità e il suo vissuto, ma rende omaggio alla

PREFAZIONE

cucina romana. Come etichettarla quindi? Come lei stessa ammette, la sua cucina e il suo ristorante sono stati definiti in molti modi. A me oggi piace pensare di andare da SantoPalato per assaggiare le idee di Sarah, una cucina *sui generis*, forte e delicata al tempo stesso che non ha paura di osare, ma non ostenta alcunché.

La cucina è l'ultimo baluardo della meritocrazia, se sai fare si vede esattamente come il suo contrario e rappresenta inoltre la cartina tornasole, la tua fotografia più vivida. Quando ripenso a quel primo incontro con Sarah, di ormai quasi otto anni fa, rileggo meglio quell'essere schiva. Nascondeva una bellissima timidezza, che si porta dietro ancora oggi, e che ha sempre voluto difendere con le unghie e con i denti anche a costo di essere percepita come dura. È stata artefice del suo destino e nessuno le ha mai regalato niente. Con la sua volontà indomita e il suo talento sarebbe potuta diventare un medico affermato, ne sono sicuro, oppure avrebbe potuto avere una vita tranquilla in Abruzzo con un impiego nell'azienda di famiglia. Invece no, Sarah ha scelto la passione, la via più difficile, quella della grande città, delle notti insonni e dei grandi sogni. La fame rappresenta da sempre il motore delle cose, ed è forse un segno del destino che Sarah, di questa fame, ne abbia fatto un sigillo. La stessa fame che l'ha portata a scegliere la cucina come occupazione principale e la medicina come hobby, ma questo lo leggerete a breve. Sarah, cucciniera tenace e sincera, paladina del quinto quarto ammantato di grazia e della amatriciana più buona del mondo, imprenditrice solida e persona senza compromessi, in questo libro ha messo tutto, financo qualche ricetta, ma per vederla in azione bisogna andare da SantoPalato.

Mi sia concesso infine uno spoiler, sulla persona, non sul libro. Per vederla ridere di gusto, basterà urlare il suo nome e cognome all'ingresso del ristorante, a guisa di un presentatore anni '80. Non abbiate timore e dite pure che l'avete letto sul libro, nella sua prefazione.

a Pina e Vincenzo

SANTO PALATO



MP

MORRISCO

CAPITOLO 1

ILLUMINAZIONE



“**L**ove *illumination*”: chiamerò così il momento in cui ho capito, seppur inconsciamente, che la cucina avrebbe fatto parte della mia vita. In onore della famosa canzone dei Franz Ferdinand.

Se è vero che siamo il frutto delle nostre esperienze, posso serenamente affermare che io lo sono sul serio.

Ho un vaghissimo ricordo di un momento preciso: la fine del liceo. Nel mio liceo classico, nello specifico, oltre alla classica festa dei “cento giorni” alla maturità, c’era un’usanza per cui tutte le classi si affannavano a invitare i professori per una cena (o un pranzo) di fine anno. Ricordo che ogni anno vedevo i maturandi cimentarsi in una corsa forsennata alla ricerca di quella pizzeria, di quel ristorante alla moda che avrebbe fatto fare agli studenti un’egregia figura. E i miei compagni di classe non erano da meno.

Ricordo, invece, molto chiaramente la mia estrema serenità.

Una serenità dettata dal fatto che per me era del tutto normale cucinare per tutta la mia classe e, soprattutto, per i miei insegnanti.

L’invito a casa mia per il pranzo di fine liceo fu una proposta partita da me, ma accettata immediatamente. Volevo rompere la monotonia della routine di questi pranzi di classe al ristorante, e ci sono riuscita.

Risultò piuttosto semplice mettere tutti d’accordo, perché già all’epoca non facevo altro che parlare di cucina.

Notte e giorno.

I miei ex compagni del liceo erano tutti delle buone forchette e avevamo tutti un grande interesse per il cibo. Questa cosa non è comune da trovare. Almeno, non con così grande incidenza.

Avevo, all'epoca, ancora a disposizione la casa in campagna dove era nato e cresciuto il mio papà.

Non parliamo, quindi, di un rustico ma di una vera e propria casa. Non era abitata da anni, perché i miei nonni non ci vivevano più, ed era molto più spartana di quella dove vivevo in paese, ma era ancora viva.

La cucina aveva una vasca in ceramica bianca, molto profonda, nella quale mia nonna lavava le verdure e l'acqua schizzava delicatamente fuori dai bordi. Sin da quando ero bambina, mi mettevo a osservare e rimanevo immobile.

Non avrei potuto fare altrimenti, perché ero davvero ipnotizzata dalla magia che avveniva in quel posto: il rumore dell'acqua che scorreva, interrotta dalle mani e dalle foglie di verdura sotto l'acqua, gli schizzi che, in controluce, delineavano un arcobaleno.

Accanto al lavatoio c'era una finestra: la luce del sole che vi entrava illuminava da una parte i miei occhi pieni di stupore, dall'altra i racconti quasi annoiati di una persona che, in fondo, stava soltanto ripetendo un gesto a lei fin troppo familiare, perché la sua occupazione era prevalentemente quella: preparare da mangiare, cucinare.

Un altro elemento era la stufa. La stufa vera, quella che devi chinarti e infilare la testa e mezzo busto nel forno per accendere la fiammella. Anche lì, anche in quell'angolo della stanza, ero solita stazionare per ore.

Gli strumenti, insomma, non erano quelli di una cucina di un ristorante stellato, o anche solo di qualsiasi ristorante. Ma erano quelli della cucina che avevo imparato a conoscere fin da bambina, e in cui avevo mosso i miei primi passi in questo mondo, di cui ho sempre sentito che dovevo e volevo apprendere quanto più possibile.

Incredibile che, proprio in quello stesso luogo, avrei performato per la prima volta per così tante persone.

Impossibile ricordare il menu, anche se immagino fosse composto da ricette abbastanza semplici, fatte con gli ingredienti dell'orto e della terra. Impossibile anche solo cercare di immaginare come io abbia fatto a organizzare quello che – un pugno di anni a venire – avrebbe determinato tutta la mia vita, tutte le mie giornate... e che mi avrebbe in qualche maniera anche ossessionata: il servizio.

Chi avrebbe portato i piatti? Chi si sarebbe occupato di versare il vino? Chi avrebbe fatto le cotture e chi, invece, avrebbe impiattato?

Lo giuro, nessuna di queste domande mi attanagliava la mente: di quel giorno ho solo un vivido ricordo di tanti sorrisi e tanta gratitudine, forse la cosa più bella.

Al di là di tutte le nostre manie da maturandi, come pensare alle prove scritte, lottare con le unghie e con i denti fino all'ultimo compito in classe, parlare degli orali «che tanto non sono nulla per noi che dopo abbiamo il test d'ingresso di Medicina», fu una giornata che credo in molti ancora ricordino.

Fu una giornata in cui, per la prima volta – ma questo lo capii solo successivamente – scoprii cosa significhi dialogare attraverso il cibo.

È un dialogo molto diretto, poco concettuale. Un assioma. Una verità incontrovertibile.

Il cibo per me era (e oggi lo è ancora di più) un'espressione in libertà del mio modo di essere e del mio sentire più intimo.

Il mio cibo, i miei piatti.

Quelle cose lì sono io.

Il cibo è sempre stato, inoltre, il momento per eccellenza della condivisione. In famiglia, soprattutto, ma non solo. Scelsi, per quel giorno, delle persone che cucinassero con me. Non avevo grandi sovrastrutture, forse per questo motivo fu tutto molto naturale.

Ecco il mio primo dialogo: «Stiamo preparando del cibo insieme, lavoriamo insieme, facciamo di tutto affinché questo pranzo riesca al meglio».

CAPITOLO 1

E riuscì tutto al meglio, ma già notavo che chi non si stancava mai di fare le cose ero proprio io, mentre per gli altri ero una specie di aliena.

Si chiedevano come facessi a non incastrarmi in mezzo a tutte quelle cose da fare, perché ero un uragano.

Per quanto complesso e articolato fosse il menu per degli adolescenti, sentivo di padroneggiarlo, e forse non padroneggiavo solo quello. Potessi tornare indietro, probabilmente, chiederei scusa alla brigata che, involontariamente, avevo messo su. Avevo chiesto loro uno sforzo che non poteva durare a lungo, ma l'eccitazione e l'entusiasmo erano fin troppi per contenermi.

Avere delle idee e metterle in pratica è un processo non esattamente lineare e non senza incidenti di percorso. La goffaggine che caratterizza l'atteggiamento di chi cerca di "guidare" – come cercai di fare io – senza avere la "patente" è un evergreen.

Voglio dire che neppure io avevo le caratteristiche per fare quel pranzo lì, non di certo per mettere su un banchetto con le portate servite a tavola. Non avevo mai fatto nulla di simile, né il liceo classico prevedeva corsi di cucina, ovviamente!

A proposito di dialoghi e di modi di comunicare, si può dire che dialoghiamo nel modo che ci è più congeniale e, a dirla tutta, credo di aver scelto la cucina proprio per questo motivo.

Probabilmente non volevo solo capitanare una squadra, ma volevo creare un team vero e proprio. Fu la mia prima grande passione, una cosa che non avevo ancora evinto, per esempio, facendo gruppi di studio o affini.

Sentivo già una grande energia in quel tipo di sistema e di lavoro coordinato, una dinamo e una fonte inesauribile di adrenalina. Proprio quella che crea dipendenza e che avrei voluto che diventasse una delle fondamenta della vita da adulta che stava per iniziare.

Altra condizione, ancora diversa, è il momento della condivisione del cibo (di cui accennavo sopra), di far star bene delle persone

con delle pietanze da me appositamente preparate: quel giorno accadde anche questo.

Non mi sarei limitata a preparare e cucinare i piatti, stavolta: mi sarei seduta a mangiare con tutti gli altri.

Amo pensare che quello sia il passo successivo e che, anche in quella situazione, si crei un legame speciale.

Certo è che, se devo dirla tutta – da sempre –, condividere il cibo che io stessa ho preparato è un po' come ascoltare la registrazione della mia voce. Anche a voi probabilmente succede: risentite la vostra voce in un audio e vi chiedete chi stia parlando, non potete credere che siate davvero voi. Riascoltarsi è qualcosa di bizzarro. Qualcosa da trattare con delicatezza. E qualcosa di complicato.

Di sicuro per una persona del segno del cancro (con ascendente cancro) è l'inizio della fine, letteralmente. Un loop senza sosta fatto di “Gli/Le piacerà?”, “E adesso, se non va bene, che faccio?”...

Per chi non lo sapesse, il segno del cancro ha proprio questa caratteristica della tendenza a essere enormemente introspettivo, emotivo e con lo sguardo rivolto più al passato che al futuro. E con questo non intendo dire un'emozione da “nostalgia canaglia” ma più una da “piangere sul latte versato”, nel suo significato più profondo.

Non si tratta, comunque, soltanto della ricerca dell'approvazione, ma anche della ricerca di un confronto che sia costruttivo.

Ciò che accade, in queste situazioni, è che arriva qualcuno a chiederti: «Ma questo... come lo fai?». È un'arma a doppio taglio. È quasi un primo “esame”.

Be', parliamo delle cose positive: quell'esame andò bene.

Andò così bene che, per la prima volta, mi venne fatta la faticosa domanda: «Ma tu... perché non apri un ristorante?».

Al di là della leggerezza con la quale una cena o un pranzo tra amici diventa un pretesto per aprire un'attività di ristorazione (nota dell'autrice: primo, che paura! Secondo, magari fosse così facile), fu una cosa che mi fece riflettere: davvero credevano che io potessi riuscire in una simile impresa?

«Ma no... scherziamo! Dai che il test d'ingresso di Medicina andrà bene, diventerai una dottoressa e ti prenderai cura delle persone, come hai fatto con noi oggi!»

Fossi stata “fulminata sulla via di Damasco”, mi ricorderei il nome del professore o della professoressa che mi disse questa frase. E invece no. Non me lo ricordo.

Oppure avrei evitato di fare il test di Medicina. E invece non lo evitai. Lo feci.

Per questo motivo credo che fui “illuminata”.

Illuminata da una luce che, seppur fioca, si fa strada nel buio più denso.

La gocciolina che penetra nella granitica convinzione di una futura studentessa di Medicina e piano piano, con il passare degli anni e non senza difficoltà, la erode.

Continuai per mesi, per tutta l'estate, a cucinare... per tutta l'estate mi concentrai sul test di Medicina, sì, ma anche sulla crescita del mio lievito madre. E sulla pasta frolla: ne ero ossessionata.

Con il senno di poi esisteva già nella mia vita questo binomio incredibilmente bizzarro, la cucina e la medicina, ma nessuna delle due cose prevaricava in modo significativo sull'altra. L'unica differenza è che la prima per me rimaneva un hobby, la seconda era la professione principale a cui mi sentivo destinata.

Arrivò il mese di settembre. Il ricordo di quel pranzo alla casa di campagna era ormai lontano, e aveva lasciato spazio invece alla mia nuova condizione di matricola.

Si allontanavano sempre di più dalla mia mente anche i volti dei miei compagni di classe, quelli che avevano scelto percorsi diversi, città diverse. Mi ricordo che in quel periodo di grande incertezza e novità mi chiesi se crescere significasse anche questo, cioè lasciare indietro persone che avevano rivestito ruoli importanti nella mia vita, in adolescenza e non solo. Fu un momento di grande crescita e di apertura a un mondo nuovo e, per tanti versi, da conoscere e da

studiare in maniera approfondita – la cosa che forse mi affascinava più di tutte era come le informazioni non finissero mai – tanto da rapire la mia attenzione e attrarmi a sé.

Non nascondo che il dilagare dell'utilizzo del mezzo web andasse di pari passo con il mio processo di progressiva autonomizzazione perché, in buona sostanza, era un modo tutto nuovo, rapido ed efficace di reperire informazioni. Era una maniera di alimentare il mio essere profondamente nerd su certi argomenti e, allo stesso tempo, di aprire nuove finestre di ricerca, metaforicamente e letteralmente.

Iniziarono a prendere piede i primi bei blog di cucina, quelli nei quali, togliendo i grandi classici della letteratura legata all'eno-gastronomia, c'era un flusso importante di informazioni che non passavano attraverso la televisione.

Non mi sembrava vero: avevo nelle mie mani tutto ciò che avrei voluto sapere e scoprire e, soprattutto, potevo studiare ingredienti e ricette senza investire un grande patrimonio sul cartaceo. Le giornate passavano svelte, all'insegna della lettura e, a volte, degli esperimenti.

Di certo tutto il mondo web in “subbuglio” e in fermento per l'universo cibo mi diede una grande mano ad aumentare la mia passione per la cucina, e fu il primissimo canale che utilizzai per scovare nuove informazioni su quella mia passione, che era anche un modo per prendermi cura di me stessa.

Sentivo una nuova energia dentro di me, quella che i manuali di medicina non mi davano, e sapevo che avrei potuto continuare ad accrescerla, perché era qualcosa che mi dava soddisfazione giorno dopo giorno.

Si erano delineate, già all'epoca, prima ancora che capissi fino in fondo che cos'era quella luce che avevo intravisto anni prima nel rustico dei nonni in Abruzzo, le grandi linee guida della mia vita e del mio lavoro: il senso di appartenenza, la multidisciplinarietà, la passione per il lavoro di squadra.