

E' molto probabile che gli gnocchi (nel loro formato) siano stati il primo formato di pasta creato dall'uomo. Sicuramente ricavare dei "tocchetti" da un impasto schiacciandoli con le dita è il gesto più naturale per dare forma alla pasta.

Gli gnocchi possono essere di diversi tipi, sia dolci che salati, ed essere preparati con diversi ingredienti e serviti con diversi sughi o intingoli.

Nel Medioevo troviamo gnocchi di semola, di riso, di pane secco o semplicemente solo di farina che erano tipici della cucina popolare di allora.

Da manoscritti pare che erano molto apprezzati anche dalla nobiltà ed erano presenti sulle lussuose tavole delle corti dell'Epoca.

L'esempio lampante è che due famosi cuochi del Rinascimento "Cristoforo Messisbugo e Bartolomeo Scappi" ne hanno fatto ricette nei loro libri.

Pellegrino Artusi a metà ottocento nel suo libro riporta una ricetta con gnocchi di patate cotte e serviti nel latte!

Nel paese di Bengodi del Decamerone di Boccaccio Calandrino sogna gnocchi che rotolano da montagne di parmigiano grattugiato.

La storia degli gnocchi di patate ha inizio quando vennero importate in Europa le prime patate provenienti dal continente americano.

Gli altri tipi di gnocchi comparvero dapprima nei banchetti rinascimentali della Lombardia; venivano impastati con mollica di pane, latte e mandorle tritate e venivano chiamati *zanzarelli*.

Nel Seicento invece subirono un lieve cambiamento nel nome e nella preparazione.

Venivano chiamati *malfatti* e invece delle mandorle e del pane veniva aggiunta farina, acqua e uova.

A Verona un piatto di gnocchi al pomodoro viene tradizionalmente consumato il "Venàrdi Gnocolàr", giorno della sfilata dei carri di Carnevale. E Papà del Gnoco è il nome della principale maschera del carnevale scaligero.

## **GIOVEDÌ GNOCCHI**

Il proverbio sottolinea l'importanza del giovedì come giorno quasi festivo, che necessita d'un piatto elaborato e gustoso e che anticipa quello di magro del giorno successivo), legato alla tradizione delle penitenza e digiuno.

Infatti in osservanza del precetto cattolico del venerdì pesce, il giorno prima ( il giovedì) ci si concedeva diciamo "uno strappo alla regola" e si cucinava un piatto importante. Gli gnocchi appunto!

Pare che nel dopoguerra, nelle trattorie romane si fosse iniziato a fare una specie rotazione settimanale di alcuni piatti tipici ed ecco che nasce così l'usanza del:

**Giovedì gnocchi**

**Venerdì pesce ( in osservanza del precetto cattolico)**

**Sabato trippa ( le carni si macellavano la vigilia della domenica)**

## **Gnocchi di farina**

Possiamo far risalire questa ricetta, all'emigrazione ai primi del '900 negli Stati Uniti: la farina costava meno delle patate, e gli emigranti italiani inventarono questo piatto sicuramente per non rinunciare al piacere degli gnocchi, malgrado le ristrettezze dell'Epoca.

Da questo umile piatto una curiosità sorprendente: Gli gnocchi di farina, pare, erano uno dei piatti preferiti di Pavarotti.

### **Ingredienti x 2 persone:**

200 gr. farina bianca (setacciata)

400 cc di acqua  
un pizzico di sale

**Preparazione:**

portate ad ebollizione l'acqua, e salate.

Versare la farina a fontana e mescolare continuamente ed energicamente fino a quando il composto sarà abbastanza denso da staccarsi dalle pareti della pentola ( non deve avere grumi).

Rovesciare l'impasto di farina su un piano ben infarinato, ( importante senza farlo raffreddare).

Lavorare l'impasto con l'aiuto di una spatola per renderlo liscio.

Ricorsi che l'impasto per gli gnocchi di farina deve essere lavorato sempre a caldo.

Formare dei pezzi cilindrici da cui ricaveremo gli gnocchi, come si fa per gli gnocchi di patate.

Ricordiamoci di lavorare in fretta l'impasto, finché è caldo.

Tagliare gli gnocchi e arricciateli usando una semplice forchetta. ( questa operazione serve a far prendere più sugo agli gnocchi).

**Gnocchi di pasta da pane ( antica ricetta genovese)**

**Ingredienti per la pasta:**

500 g. di farina  
25 g. di lievito di birra fresco  
250 ml. d'acqua  
10 g. di sale fino

**Preparazione:**

Sciogliere il lievito in un pò d'acqua tiepida; aggiungere 80 gr di farina e lasciare riposare per un'ora in un ambiente tiepido.

Versare la rimanente farina a fontana, mettere al centro il panetto lievitato e versarvi lentamente due bicchieri d'acqua tiepida in cui sarà stato sciolto il sale (con questo procedimento il sale non viene messo a contatto diretto con il lievito, in quanto le cellule verrebbero bruciate e quindi il lievito meno attivo).

Lavorare l'impasto piuttosto energicamente con le mani, finché non si attacca più al piano di lavoro.

La pasta è pronta quando risulterà liscia e vellutata.

Modellare l'impasto a palla e sistemarlo in una capiente ciotola infarinata; incidere la palla superficialmente con un taglio a croce e, dopo aver coperto la ciotola con un telo umido, sistemarla in un luogo tiepido a riposare per circa 2 ore.

Preparate gli gnocchi e cuoceteli in acqua bollente salata.

**Li accompagniamo con il "tocco ligure" o "Tuccu"**

Ingredienti:

300 gr. carne di manzo ( pezzo intero)  
olio di oliva e burro sq.  
4 pomodori  
1 tazza abbondante di trito di cipolla, sedano, prezzemolo, aglio e carota  
1/2 bicchiere di vino rosso, sale.

**Procedimento:**

Rosolare la carne con un po' di burro e un po' d'olio d'oliva (mettere prima l'olio e poi il burro e alzate il fuoco appena mettete la carne). Dopo poco mettete in padella il trito e il gambo di rosmarino e lasciate soffriggere per una decina di minuti, sfumate con il vino rosso e lasciatelo evaporare.

A questo punto aggiungere i pomodori a tocchetti e mezzo bicchiere d'acqua. Lasciate cuocere per due ore a fuoco molto lento e con il coperchio. Se necessario aggiungete acqua durante la cottura.

Servite gli gnocchi con il sugo e tenete il pezzo di carne per mangiarlo come secondo.