

"Cucinoso", il blog di Ludovica Pendola

Quando la creatività fa rima con legalità

"Cucinare è sempre stato il mio hobby preferito, - dice Ludovica - così, sfruttando semplicemente le mie passioni, cucina e tecnologia, ho cercato di darmi da fare per contribuire in modo piacevole per questa mia terra". L'avventura culinaria di Ludovica Pendola è iniziata circa un anno fa, quando ha cominciato a collaborare per il celebre sito di cucina, Giallo Zafferano, realizzando un blog personale "Cucinoso" (<http://blog.giallozafferano.it/cucinoso/>) in cui, puntualmente, inserisce le ricette da lei realizzate.



"Cosa fare per questa mia terra? Mi sono posta questa domanda dopo aver partecipato alla presentazione del libro del procuratore Vella e altri due autori Mauro Baricca e Demetrio Pisani dal titolo "La forza del gruppo". Il titolo mi ha colpito immediatamente, ma l'ho dovuto leggere per trovarmi in completa e totale sintonia con tutte le loro idee: la funzione e la responsabilità del leader, l'apprezzare le capacità e le qualità di tutti i membri del gruppo stesso, che spesso si possono rivelare risolutive" - continua Ludovica. Il blog di Ludovica "Cucinoso" nasce grazie alla sinergia di altri collaboratori del sito Giallo Zafferano, come Martina Spinaci, i gruppi tecnici che hanno guidato la creazione e la pubblicazione del primo articolo, fino alla creazione del SEO, e la collaborazione con il progetto di Palermo, "Addio Pizzo".

La collaborazione con il comitato anti racket, nasce quindi dalla volontà della sambucense Ludovica Pendola, di creare un circuito virtuoso in collaborazione con le aziende che aderiscono al comitato "pizzo free"; quelle aziende che hanno quindi deciso di far parte del consumo critico. Attualmente le firme "contro il pizzo, cambia i consumi" sono circa 10435; mentre le aziende, i commercianti, imprenditori che si sono opposti pubblicamente al racket delle estorsioni mafiose riguardano categorie di ogni genere, dall'editoria, agli autosaloni, industrie alimentari, panifici, ferramenta, palestre, teatri e discoteche.

Al progetto hanno aderito anche altri 5 blogger siciliane sempre con un blog della piattaforma di Giallo Zafferano che sono state scelte per aderire a questo progetto.

"Quando ho contattato il comitato Addiopizzo, una delle responsabili del progetto, Alessandra Perrone, è stata subito entusiasta della mia idea di realizzare le ricette utilizzando i prodotti tipici delle aziende che aderiscono al comitato antiracket - afferma Ludovica Pendola - Mi hanno messa in contatto con l'azienda l'Antico Frantoio Vallone che ha accolto con grande entusiasmo la mia proposta. Una nuova avventura quindi, ma con un valore aggiunto, una collaborazione con aziende che sostengono un'economia virtuosa e libera".

La ricetta di Elvira

Ruota di pesce spada al forno

INGREDIENTI PER 10 PERSONE:

Kg. 1,5 di pesce spada in unica fetta;
g.750 di pomodori pelati o pomodorini;
aglio, cipolla;
olio d'oliva;
vino bianco;
basilico, menta, origano, alloro,
rosmarino, prezzemolo;
sale e pepe.

PREPARAZIONE

Fatevi tagliare dal pescivendolo una bella fetta di pesce spada. Lavate il pesce, mettetelo a scolare e praticate, aiutandovi con un coltello affilato, delle piccole incisioni in cui inserirete i filetti di aglio, pepe e sale. Disponete in una teglia che contenga a misura il pesce, e dove andrete a cuocerlo, la metà dei pomodori pelati o pomodorini se preferite, aggiungete le erbe aromatiche, salate, pepate, adagiate la ruota di pesce che ricoprirete, con altro pomodoro ed erbe aromatiche, salate, pepate e fate riposare per 12 ore circa. Ponete in forno, irrorate con l'olio e cuocete a temperatura media per circa 30 minuti, a metà cottura aggiungete un bicchiere di vino bianco e portate a termine la cottura. Servite caldo accompagnato da patate a forno. Un secondo di pesce di grande effetto e di sicuro successo, relativamente semplice a preparare, ed il cui il risultato è garantito sia dalla freschezza del pesce che dalla giusta cottura.



Antico Mulino
BAR - RISTORANTE - PIZZERIA
di Di Bella Giuseppe & C.

APERTI A PRANZO
SERVIZIO DI PIZZA A DOMICILIO

C.D.A. ADRAGNA
SAMBUCA DI SICILIA (AG)
Tel. 0925 946130 - Cell. 320 4649439

NABES
city spa

CENTRO BENESSERE

Via F. Crispi, 141 - Tel. 0925 942324
SAMBUCA DI SICILIA - AG
nabes.mg@tiscali.it

mangimi ARMATO

Concessionario esclusivista per la Sicilia

Saddler

COMMERCIO MANGIMI E CEREALI

C.da Porcaria - Tel. 0925 941663 - Cell. 339 5098369 - 336 896960
SAMBUCA DI SICILIA

DON GIOVANNI
HOTEL

★ ★ ★ ★

C.da Pandolfina - Tel./fax +39 0925 942511 - Cell. 333 1252608
www.dongiovannihotel.it - info@dongiovannihotel.it
SAMBUCA DI SICILIA - AG

SUPERMERCATO SIROS
Macelleria & Salumeria

V.le E. Berlinguer, 12/14 A - Tel. 0925.941523
92017 SAMBUCA DI SICILIA (AG)

Agrotecnica
Tutto per l'irrigazione
agricoltura - edilizia - ferramenta
elettroutensileria

Beta Makita STIHL
ATR Irritec ama C.FARELLI

Catalanello Anthony M. - Cell. 393 9827023
Via A. Gramisci, 70 - SAMBUCA DI SICILIA - AG

G & G
B. Giovinco A. Giglio

Lavori in ferro: Aratri - Tiller
Ringhiere e Cancelli
Infissi in Alluminio
Specializzato in
FORNI A LEGNA

C.da Casabianca
Tel. 0925 943841
SAMBUCA DI SICILIA

CANNATA MOTORI

Via Figuli, 20 - Tel. 0925 941583
Cellulare 360 398070
SAMBUCA DI SICILIA