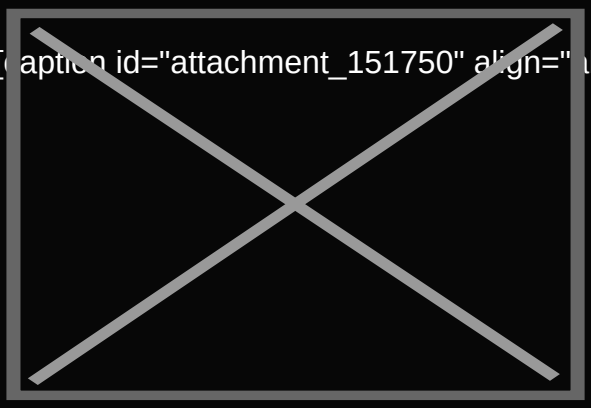
Cucina coreana alla riscossa

cucina-coreana-8cc52b92

Sicuramente meno diffusa della giapponese, ma in espansione, è la cucina coreana. Al momento sono 18 i ristoranti a Milano, ma ce ne sono in tutte le grandi città: alcuni sono più fedeli alla tradizione, altri un po' più adattati ai gusti europei. La cucina coreana è a base di verdure, riso e carne ed è caratterizzata dall'uso della fermentazione come mezzo di conservazione per gli alimenti. Il più noto è il Kimchi, una pietanza che si ottiene attraverso la fermentazione del cavolo con altri ingredienti quali peperoncino, sale, cipollotti. Ci sono poi le salse fermentate: ganjang (salsa di soia), dwenjang (pasta di fagioli di soia fermentati), gochujang (pasta di peperoncino).

[caption id="attachment_151750" align="aligncenter" width="300"]



Un cuoco al lavoro nella cucina di un ristorante coreano[/caption]

Accompagnano i piatti di carne – come il Bulgogi, manzo marinato alla griglia – o il Japchae, a base di spaghetti di patate dolci e verdure, funghi e carne in salsa di soia, in cui tutti gli ingredienti vengono cotti a parte prima di essere messi insieme. Il processo di fermentazione garantisce alle specialità coreane proprietà nutrizionali, nel rispetto dell'antica visione coreana secondo cui il cibo è anche medicina e deve rispettare i principi di armonia dello ying e yang. La Corea sta investendo molto per far conoscere il proprio patrimonio culturale e gastronomico in Italia, organizzando nelle principali città "settimane" di eventi aperti al pubblico.

Le nuove cucine etniche approdano nelle grandi città