Viaggio al centro della cucina cinese

cina-evid-acf061e7

La proposta culinaria cinese in tutta Italia si sta trasformando da cucina piuttosto popolare a una gastronomia ricercata, che cerca di differenziarsi sempre di più grazie alle tante cucine regionali del paese. Una cucina varia, quindi, che si basa su una vasta selezione di materie prime e su una tradizione millenaria. Se, come dicono, la cucina francese diventerà patrimonio dell'Unesco (ma anche quella peruviana e quella messicana hanno fatto domanda o si apprestano a farla), anche la cucina cinese, oltre naturalmente a quella Cina 1italiana, merita siffatto riconoscimento. Grazie a una grande varietà di stili regionali, che hanno a disposizione un'ampia scelta di ingredienti: carni, pesci, crostacei, molluschi, alghe, funghi, ortaggi e verdure, molti dei quali arrivati sulle tavole dei ristoranti italiani senza aver neppure trovato il corrispettivo nome nella nostra lingua. Varietà che ha portato alla nascita di migliaia di ricette regionali, molte delle quali sono state rivisitate verso l'alta cucina dai cuochi delle classi più abbienti. Infine dobbiamo considerare che i cinesi, proprio come gli italiani, vedono nel cibo non solo un nutrimento del corpo, ma anche dell'anima, tanto che il tipico pasto cinese è quello con amici e/o familiari attorno a un tavolo rotondo, con una ampia scelta di piatti d'assaggio. E della birra, ma ora anche del vino, come accompagnamento. Dopo questa, doverosa, introduzione, addentriamoci insieme al nostro inviato in Cina nelle varie cucine che potremmo presto trovare nei ristoranti etnici delle nostre città. Se la cucina tradizionale cinese è, più o meno, assimilabile a quella cantonese, o Yue, della regione del Guangdong, prima zona dell'Impero celeste che si è aperta al commercio con il resto del mondo e che ha visto le prime grandi ondate migratorie nei paesi occidentali, vi sono altre cucine regionali che hanno esportato qualche piatto all'estero o che si stanno solo ora affacciando al di fuori dei confini nazionali. La grande tradizione culinaria cinese si può infatti riassumere in otto grandi scuole più le specificità di Pechino e Shanghai: oltre alla Yue, di cui abbiamo detto, c'è la Cihuan, la cucina piccante del Sichuan, che è già sbarcata all'estero, la Lu dello Shandong, la Su del Jiangsu, la Zhe dello Zhejiang, la Xiang dello Hunan, la Hui dell'Anhui e la Min del Fujian.

Le caratteristiche

Ma quali sono le specificità di ciascuna di queste? Partiamo dalle quattro principali. La cucina

cantonese è forse la più varia della Cina, potendo contare storicamente su grandi possibilità di approvvigionamento. Così tra i piatti di carne si possono trovare oltre a manzo, maiale e pollo, anche serpente, interiora e zampe di gallina, lumache e lingua d'anatra. Carni "contaminate" anche con sapori di mare, con salse all'ostrica o ai gamberi. Mare che è tipico di questa cucina, con gamberi, aragoste, molluschi e granchi fritti o cotti al vapore, conditi Anatracon zenzero o pepe per esaltare il profumo del mare e accompagnati da verdure di ogni tipo. Infine i metodi di cottura utilizzati sono i più vari, tra cui anche quelli sotto la sabbia o con il sale. Il tipico della cucina del Sichuan sono invece i sapori piccanti, con largo uso di peperoncini, aglio, zenzero, noccioline e del famoso pepe locale. Curiosamente è la cucina cinese forse più famosa, anche se con sapori un po' attenuati, negli Stati Uniti. Tra le carni grande l'utilizzo del manzo, anche se per le ricette più tipiche vengono largamente impiegate parti di animali solitamente trascurate come la testa, la lingua, la pelle e il fegato di bovini e suini. I metodi di cottura più comuni sono in padella, al vapore e la stufatura. Infine tra gli stili culinari del Sichuan, quello che prende il nome dalla cittadina di Chengdu è stato dichiarato patrimonio dell'Unesco nel 2011 grazie alle sue sofisticate preparazioni. Nel sud, nello Yunnan, è invece presente uno dei pochi insaccati della cucina cinese, ovvero il prelibato prosciutto della regione, dove si trovano anche piatti a base di lumache, armadilli e serpenti. La cucina dello Shandong (o Lu) incarna lo stile tradizionale della Cina dell'est, una volta base di quella imperiale, con piatti dai sapori salati e croccanti, e con grande presenza di zuppe di mare, con vongole, gamberi, cetrioli di mare e seppie. Oltre ai prodotti del mare in questa cucina si usano molto i cereali, che qui sostituiscono il riso, le arachidi e, particolarità della regione, varie tipologie di aceto. La cucina del Jiangsu (o Su) è anch'essa famosa per le zuppe realizzate con tecniche complesse e per uno stile che combina molto il salato e il dolce, con i piatti più tipici caratterizzati da gusti dolci e caramellati e dall'uso della salsa di soia. Tra i prodotti si usa molto l'anatra, il pesce di fiume e tanti vegetali. Fusione di tre stili differenti, Nanjing, Suzhou e Wuxi, questa cucina cura molto anche la colorazione dei piatti serviti. La cucina dello Hunan (o Xiang) si basa molto sul riso, il pesce e l'uso delle verdure di stagione, con un sapiente mix di sapori che la fa definire da molti la cucina di frontiera tra quelle salate del nord e quelle dolci del sud. I piatti più famosi sono quelli stufati e saltati in padella, ma si fa largo uso anche di carne affumicata. La particolarità della cucina dello Anhui (o Hiu) è l'utilizzo di piante selvatiche medicinali, bacche e funghi che crescono solo in questa regione, con una grande attenzione al controllo della temperatura e del tempo di Cina 2cottura, e, perciò, viene considerata molto salutare. La cucina del Zhejiang (o Zhe) è caratterizzata da cibi poco grassi e usa pesci sia di acqua dolce sia di mare, e molto bambù, che dà anche il nome a un particolare stile di questa cucina, lo Hangzhou, una delle città della regione. Gli altri tre stili sono lo Shaoxing, specializzato in pollame e in pesci d'acqua dolce, il Ningbo, specializzato nell'uso dei frutti di mare e lo Shanghai, combinazione degli altri stili Zhe, famosissimo in particolare per i rinomati ravioli al vapore. La cucina del Fujian (o Min) utilizza molti

ingredienti misti di montagna e mare, visto la conformazione della grande regione costiera di fronte all'isola di Taiwan, da cui riceve diverse influenze culinarie. Pesci, crostacei, frutti di mare, tra cui tante ostriche, ma anche tartarughe, si combinano con funghi, germogli di bambù e arachidi.

La cucina di Pechino e di Shanghai

Concludiamo questo viaggio culinario nei sapori cinesi, che magari domani troverete all'angolo di casa vostra, con la cucina di Pechino, dove il frumento, con paste, focacce al vapore, gnocchetti di pasta e frittelle, è più usato del riso e dove vengono utilizzate, più che nel resto della Cina, le carni di montone e di agnello, retaggio delle invasioni mongole. Naturalmente il fatto che sia stata la capitale della Cina per circa 1000 anni ha portato una tradizione culinaria di alto livello, con cuochi capaci di preparare piatti più leggeri ed Cina 3eleganti rispetto a quella delle regioni periferiche, tra cui la famosa anatra alla pechinese. Infine ecco Shanghai, la città più internazionale della Cina, dove si trovano le cucine di tutto il mondo ma che ha saputo anche sviluppare un suo proprio stile culinario, grazie anche al fertilissimo terreno su cui si trova, una regione che è al primo posto del paese nella produzione di riso. Nelle risaie e negli stagni si trovano inoltre foglie di loto, molto usate in vari tipi di cottura, tra cui anche i diversi ravioli al vapore, e tanti pesci di acqua dolce. Uno degli stili culinari di questa regione detta dello Yangtse è conosciuto come "cucina rossa', con la salsa di soia scura e l'ampio utilizzo dello zucchero. Insomma una sbornia di sapori, colori, metodi di cottura e cura degli ingredienti, che ci fanno capire come, malgrado tutto, i cinesi siano quanto più vicini al nostro modo di vivere. E, naturalmente, di mangiare.