

Caesar salad

Categoria: Portate - Verdure e Contorni



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Dosi per: 4 persone
Costo:	Difficoltà: Bassa

La Caesar salad è una celebre insalata creata dallo chef italiano Cesare Cardini, emigrato negli Stati Uniti dopo la prima guerra mondiale e vissuto a San Diego; nel 1924 Cesare apre e gestisce un ristorante a Tijuana, in Messico, dove crea questa insalata che diverrà molto famosa negli Stati Uniti e in seguito anche in Europa.

Nella Caesar salad Cardini vuole unire sapori tipici italiani come il parmigiano, la lattuga romana e l'olio extravergine di oliva, e sapori americani come la salsa Worcestershire che viene usata per il condimento dell'insalata.

Ingredienti

>> Aceto di vino bianco 1 cucchiaino	>> Parmigiano Reggiano a scaglie 100 gr
>> Aglio 2 spicchi	>> Pepe macinato a piacere
>> Lattuga romana 4 cespi medi	>> Sale q.b.
>> Limoni succo 2 cucchiaini	>> Uova 1
>> Olio di oliva 150 ml	>> Worcestershire sauce 1 cucchiaino
>> Pane casareccio 2 fette	

Preparazione



Per preparare la Caesar Salad iniziate scegliendo le foglie più tenere e interne della lattuga romana (1); lavatele e asciugatele senza spezzarle.

Tagliate il pane a fette alte 1 cm, eliminate la crosta (2) e tagliatelo a quadretti; mettete un cucchiaino di olio aromatizzato all'aglio (oppure frullate uno spicchio di aglio e unitelo all'olio) in una pentola antiaderente (3) e fate tostare i quadretti di pane a fuoco moderato.



Proseguite preparando la salsa: mettete nel bicchiere del robot il succo di limone (4), l'uovo freschissimo (la ricetta originale dice che l'uovo deve cuocere nell'acqua bollente per 1 minuto) (5), l'aceto, l'aglio, la salsa worcestershire, il sale, il pepe macinato fresco e cominciate a frullare il composto, unendo poco alla volta l'olio, fino ad ottenere una salsa densa simile alla maionese (6). Servite la Caesar Salad mettendo le foglie di lattuga romana sul fondo, unendo i crostini di pane, le scaglie di parmigiano e infine condendo il tutto con la salsa ottenuta.

Consiglio

Col passare degli anni la Caesar salad ha subito delle “trasformazioni”: sono stati aggiunti degli ingredienti per renderla più ricca e saporita, come ad esempio della pancetta resa croccante dalla rosolatura in padella oppure del petto di pollo arrostito e tagliato a filetti o ancora dei gamberi o delle acciughe.

Curiosita'

Esistono diverse tesi e leggende circa la creazione della Caesar salad: c'è chi sostiene che sia stata inventata da Cesare per riuscire a soddisfare i suoi clienti durante un week- end in cui, rimasto senza provviste nel ristorante e non volendo deludere i suoi clienti, preparò un'insalata con quello che di meglio aveva a disposizione. Per fare bella figura, Cesare preparò l'insalata direttamente al tavolo, davanti ai suoi clienti. La Caesar Salad fu molto gradita al punto che, da quel momento, la gente cominciò a recarsi appositamente nel ristorante di Cesare per assaggiare questa delizia.