

FOODBLOGGER

Le mie ricette del cuore

di Stefania Carlevaro

Chiara Maci è seguitissima, sui social e in tv. Perché fa piatti semplici ma che ricordano i sapori buoni dell'infanzia

«N on so dire quando ho cominciato a cucinare. Da sempre direi». Chiara Maci, foodblogger e influencer, ripercorre gli esordi della sua grande passione, sulla quale ha costruito la sua professione. «Mia mamma era una sommelier e una grande cuoca, mio papà un appassionato gastronomo. Io e i miei fratelli abbiamo imparato subito a destreggiarci tra torte e paste al forno. Con i miei genitori le vacanze erano gourmet: visitavamo le cantine, i caseifici, le vigne e il momento più piacevole della giornata era a tavola a parlare di cibo. Per me era naturale. Ho capito quanto non lo fosse quando in ufficio sono stata soprannominata "quella delle torte", che facevo la sera e portavo ai colleghi la mattina dopo. Con un'infanzia così, ho cambiato velocemente strada e, abbandonato il marketing aziendale, mi sono tuffata nella mia vera passione».

Vietato sprecare Il blog *Sorelle in pentola*, aperto insieme ad Angela Maci, la porta subito al successo e, dopo solo tre mesi, Chiara si ritrova a fare i provini di *Cuochi e Fiamme* per La7. «La trasmissione è partita e intanto cucinavo, fotografavo i miei piatti, postavo e seguivo i corsi di Alma, la scuola internazionale di cucina italiana. E continuavo a sperimentare». La sua è una cucina creativa ma pratica, con ricette semplici che però non rinunciano al gusto e alla tradizione. E senza sprechi. «Il concetto del riciclo mi appartiene e fa parte della tradizione italiana, come mi confermano le mamme e le nonne che ho incontrato in questi mesi durante il programma televisivo *L'Italia a morsi*, su Food Network» racconta. «Con quello che avanzava, dal bollito del giorno prima ai capperi, dai pezzetti di formaggio alla besciamella, si facevano le polpette o si inventava un sugo nuovo». La torta salata



svuotafrigo, proposta nella pagina a fianco, è un esempio perfetto di cucina antispreco (si trova anche sul suo blog Chiaramaci.com).

Ricette di famiglia Oggi buttare è più facile, le dispense sono piene e si fa la spesa ogni giorno. «Io preferisco tornare alle vecchie abitudini» dice. «Alle frittate di pasta, per esempio, quelle della mia infanzia, dove si infilava di tutto o alla pasta fritta siciliana. Con le verdure avanzate e frullate preparo la base per creme e vellutate. O ancora le gratino in forno con besciamella o salsa di parmigiano. Uso i broccoli per il sugo della pasta e, per farli mangiare a Bianca e Andrea, li condisco con un pizzico di curry dolce: un trucco perfetto che convince tutti i bambini. A casa la cuoca sono io (il compagno di Chiara è lo chef Filippo La Mantia n.d.r): i menu sono a base dei piatti del cuore, le ricette elaborate le gustiamo nel suo ristorante (filippolamantia.com). Il mio cavallo di battaglia? L'arrosto panato, il piatto preferito di Filippo. Si pana una fetta di manzo due volte nel pangrattato e poi si cuoce in padella con un filo di olio. Io, invece, da buona salernitana amo gli spaghetti ai filetti di pomodoro, un sapore della mia infanzia che mi fa sentire davvero a casa».

©RIPRODUZIONE RISERVATA



AMORE TRA I FORNELLI

La passione per la cucina è il fil rouge che unisce la food blogger Chiara Maci e Filippo La Mantia, oste e cuoco. In *Ma tu come la fai la caponata* (HarperCollins, 17 euro) raccontano la loro storia d'amore e le ricette del cuore, piene di emozioni e di gusto.