Ricordi d’estate e… di “Frico Friulano”

> Ricordo quando da bambina, durante le vacanze estive in campagna, ci si organizzava per la consueta gita dai cugini in Friuli…

Lungo la strada, mentre guardavo dai finestrini il susseguirsi dei bei paesaggi della Carnia, in provincia di Udine, ascoltavo i racconti che gli zii facevano dei miei bisnonni di Trava e di mio nonno Emilio. Ci ha lasciati poco tempo prima che io nascessi… il mio secondo nome è in sua memoria.

Un uomo creativo e ingegnoso, generoso e di buona compagnia, così ama ricordarlo mio cugino Giuliano. Ha vissuto in Carnia fino a quando l’amore per mia nonna, Luigia, l’ha portato a trasferirsi in un paesino del Trevigiano.

La Carnia, una terra tra le montagne abitata da uomini e donne operose, i Friulani. Giuliano vive ancora li…

> *“La Carnia è un luogo dove sei in pace con te stesso e con il mondo… è l’armonia tra l’uomo e la natura.” Giuliano De Colle*

Oggi in suo onore voglio ricordare un piatto tipico della tradizione Friulana che amo molto, il Frico. Un piatto dalle origini antiche, citato per la prima volta nel 1400 dal maestro Martino da Como nell’opera “De Arte Coquinaria”. Qui di seguito riporto la ricetta tipica di famiglia.

Il Frico Friulano

Dosi per 4 persone:

- 2 cucchiai d’olio
- mezza cipolla
- 500 gr. di patate
- 250 gr. di formaggio montasio
- sale q.b.

Preparazione:

– Tagliare finemente la cipolla, rosolarla in una padella antiaderente e unire le patate tagliate a lamelle fini.

– Salare e cuocere per 20 minuti mescolando spesso il tutto.

– Quando il composto si è ben amalgamato, aggiungere il formaggio tagliato a scaglie sottili fino a farlo fondere.

– Girare più volte il frico in modo da creare una crosta uniforme e dorata.

A questo punto non mi rimane che augurarvi buon appetito salutandovi come si conviene in Friuli… mandi!