Nostalgia di Budapest… nostalgia di gulyás, la zuppa ungherese

Si sa, ogni volta che si torna da una vacanza, breve o lunga che sia, ci assale quella malinconia che i viaggiatori come me conoscono bene. Quel pizzico di tristezza che scaturisce dalla nostalgia dei luoghi e dalle esperienze vissute. Nonostante ciò, come ripeto spesso, l'importante è 'andare' per conoscere e dilatare il tempo. Oggi va così… già, sono da poco rientrata da Budapest, la 'Parigi dell'Est', dal 1873 la capitale dell'Ungheria. Una metropoli conosciuta per le sue fonti termali che il Danubio – 'il re dei fiumi' – divide in due: 'Buda', la parte più alta e storica; 'Pest', la parte più bassa e moderna. Un'elegante capitale europea nata dall'unione di tre città: Buda, Pest e and Óbuda – in cui ha sede il parlamento e la sinagoga più grande d'Europa, e la più antica metropolitana 'continentale' (1896).

'La cosa più bella di Pest è la vista su Buda' (proverbio ungherese).

Ebbene, in questa fredda sera di febbraio ho deciso di superare la malinconia post-viaggio preparandomi un piatto che amo molto: il gulyás ungherese tradizionale (gulasch). Una zuppa di antiche origini a base di carne di manzo e verdure che un tempo veniva cucinata all'aperto in grosse pentole poste direttamente sul fuoco. Una scelta quanto mai azzeccata, visto che, negli Stati Uniti e non solo, ogni 4 febbraio si celebra la zuppa con il 'National soup day'. Qui di seguito riporto la ricetta che mi è stata data dal cuoco dell'Ungarikum Bisztrò, un locale tipico nel centro di Budapest in cui ho avuto il piacere di cenare.

Gulyás ungherese tradizionale

Ingredienti:

- 400 grammi di manzo a cubetti
- due pomodori

- due carote a rondelle
- un peperone giallo tritato
- due cipolle tritate
- 2 patate a dadi
- mezzo gambo di sedano
- uno spicchio d’aglio tritato
- un cucchiaio di paprika dolce
- due cucchiai di olio extra vergine di oliva
- due litri d’acqua
- sale e pepe

Preparazione:

Soffriggere il trito di cipolle, quindi aggiungere la carne rosolandola a fuoco vivo. Unire sale, pepe e semi di cumino macinato, mescolando di continuo. Aggiungere il pomodoro, il peperone, l’aglio e la paprika. Allungare con circa due litri d’acqua, e cuocere a fuoco moderato per circa 90 minuti. Quando la carne è quasi pronta aggiungere le altre verdure e cuocere per altri dieci minuti.

Il Gulyás ungherese tradizionale va servito con dei piccoli gnocchetti di pasta chiamati ‘csipetke’. Si preparano facendo un impasto con un uovo, cento grammi di farina e un pizzico di sale. Cuocerli in acqua bollente per alcuni muniti, scolarli e unirli alla zuppa.

Viszontlátásra (arrivederci) Budapest!

Hungarikum Bisztró – Budapest, Steindl Imre u. 13
www.hungarikumbisztro.hu