

Tutti pazzi per la bruschetta all'olio extravergine d'oliva

Con l'estate aumenta la voglia di qualcosa di gustoso e fresco. E allora cosa c'è di meglio della bruschetta all'olio extravergine di oliva? Un antipasto ma anche una merenda semplicissima ed invitante, che raccontante grande piccini.

Scoprite con noi come prepararla in poche semplici mosse.

LO SAPEVI CHE...

La **bruschetta con aglio e olio** Evo è una preparazione molto diffusa in varie regioni d'Italia, che nasce come piatto "povero" della tradizione contadina. Le **origini della bruschetta**, infatti, sono dovute alla necessità di utilizzare il pane raffermo, poiché -come ben si ricordano i nostri nonni- **"Buttare via il pane è peccato"**. Il nome bruschetta deriva dall'aggettivo **"brusco"**, che significa "abbrustolito". Infatti, per preparare la **bruschetta aglio e olio perfetta**, basta abbrustolire del pane raffermo (meglio se su del fuoco a legna) e condirlo con dell'aglio strusciato e dell'olio "buono", rigorosamente extravergine di oliva. Esistono molte versioni della bruschetta, ma la più tradizionale è la **bruschetta al pomodoro**, da preparare con il sugo di pomodoro o, in versione più fresca, con i pomodorini a dadini conditi con olio, aglio e basilico.

Vediamo come **preparare le bruschette al pomodoro** e quelle della versione classica, per un antipasto veloce, "povero" negli ingredienti ma ricco nel gusto.

COME PREPARARE LA BRUSCHETTA A AGLIO E OLIO EVO

Ingredienti:

pane casereccio (va benissimo del pane raffermo, dalla mollica compatta)

aglio

olio extravergine d'oliva

sale

Procedimento:

Per prima cosa dovete tagliare il pane a fette abbastanza spesse, di circa 1,5 cm e farle abbrustolire su una griglia o in un tostapane. La versione originale della bruschetta prevede di abbrustolire il pane sul fuoco a legna, quindi è perfetta da fare al **caminetto, o sul barbecue**.

Dopo aver ottenuto una **tostatura uniforme** su entrambi i lati, sbucciate l'aglio e strofinatelo su un lato della fetta di pane. Siate generosi, ma non esagerate, per non ottenere un sapore d'aglio troppo "piccante".

Condite ogni fetta con un pizzico del sale e irroratela con un po' d'olio "buono", rigorosamente extravergine d'oliva.

Gustate le vostre bruschette aglio e olio calde e croccanti.

LA RICETTA DELLA BRUSCHETTA AL POMODORO

Per preparare la bruschetta al pomodoro avrete bisogno di alcuni pomodori maturi ma sodi. Lavate e pulite i pomodori, quindi tagliateli a **dadini di medie dimensioni**. Aiutandovi con un tagliere e una mezzaluna preparate un trito con uno spicchio d'aglio sbucciato (avendo cura di togliere l'"anima" verde) e qualche fogliolina di basilico. Aggiungete i pomodorini e il trito d'aglio e basilico in una ciotola, unite un pizzico di sale, dell'olio extravergine d'oliva e mescolate. Lasciate a **macerare il tutto per 15 minuti**, riponendolo in frigorifero. Se preferite, potete anche prepararlo qualche ora prima delle bruschette al pomodoro, ma non vi consiglio il giorno prima, per non rischiare che il pomodoro alteri troppo il suo sapore. Abbrustolite le fette di



Associazione Nazionale
Città dell'Olio

pane casereccio e distribuitevi i pomodorini conditi. La vostra **bruschetta al pomodoro** è pronta, per un **antipasto fresco e veloce**, perfetto per le sere d'estate. Potete impreziosirla con una fogliolina di basilico, per renderla più appetitosa.