

# Parigi: incanto, romanticismo e alta cucina

scritto da Silvia Iacocagni | 09/01/2017



**La capitale francese è una destinazione che non lascia mai indifferenti per l'arte, l'eleganza, il romanticismo e anche per la gastronomia. Una breve guida della cucina di Parigi per ricordarsi dei piatti da non perdere durante la visita.**

**Parigi** città dell'amore, della moda, dell'arte, delle luci e dell'alta cucina, considerata una delle migliori al mondo. Immaginiamo una passeggiata sui meravigliosi **Champs-Élysées** dove si possono ammirare giardini rigogliosi dove hanno sede, tra l'altro, i quattro famosi ristoranti **Ledoyen, Laurent, Gabriel e Elysées-Lenôtre**, due teatri e l'**Espace Cardin**, un padiglione dedicato alla ristorazione.

Per i parigini il **buon cibo** è qualcosa di insostituibile nella quotidianità ed infatti i **piaceri della tavola** si uniscono alle **relazioni sociali**. Questa città è la patria dei **café letterari**, luoghi dove scrittori ed artisti, da **Victor Hugo** a **Henri de Toulouse-Lautrec**, erano soliti ritrovarsi con gli amici, scrivere, mangiare e pensare.

La **cuisine française** è ricercata e particolare, con ottimi piatti tipici che, per essere apprezzati, meritano di essere conosciuti e degustati lasciandosi coinvolgere da una gastronomia molto differente da quella italiana. Non troveremo, infatti, i nostri primi piatti. La pasta e il riso sono più usati come contorno, il burro domina sull'olio di oliva e le pietanze sono arricchite dalle tipiche **salse parigine**, declinate in tanti modi.

## Colazione a Parigi, la *petit déjeuner*

Provando ad elaborare una **piccola guida gastronomica** della tavola francese, partiamo dalla ricchezza della **colazione**, la *petit déjeuner*, da degustare nelle numerose **pâtisserie** parigine. Fermiamoci a provare i tipici **croissant** burro e marmellata, o i **pains au chocolat**, soffici saccottini di pasta sfoglia ripieni di cioccolato, il tutto accompagnato da succhi di frutta e caffè.

## Il pranzo - *déjeuner*

Il **pranzo**, il *déjeuner*, si divide in tre portate:

1. gli antipasti (**hors-d'oeuvres** o **entrée**), che consistono in salumi (*jambon de Paris*, *Jambon cru*, *saucisson* salame) e **paté** da spalmare sulle **baguette**, il tipico pane dalla forma allungata e la crosta croccante. In alternativa ci sono insalate (*salades*), sottaceti (*assiette de crudités*), passato di verdure (*potage*), minestra (*soupe*), brodo concentrato (*consommé*);
2. il secondo (**plat**), la portata principale solitamente di carne o pesce;
3. infine il **dessert**, accompagnato dai **formaggi**.

Tra i **plat** principali della cucina di Parigi troviamo, ad esempio l'**omelette**, una frittata di uova farcita con vari ingredienti, le **escargot**, il famoso piatto a base di lumache condite con burro e prezzemolo, la **quiche**, una torta salata a base di uova, pancetta e verdure, oppure la **ratatouille**, la tradizionale stufata di verdure. Non mancano anche le carni (*viandes*), i pesci (*poissons*) e le patate (*pommes de terre*) preparate fritte (*frites*), bollite (*à l'anglais*) oppure a crocchette (*Dauphine*).

## Il dessert

Il dessert francese è molto diverso da quello nostrano ed è un misto di dolce-salato mentre la frutta fresca viene servita di rado. Tra i classici dolci o pasticcini segnaliamo i **macaron**, piccole meringhe rotonde color pastello a base di pasta di mandorle. I parigini amano mangiarli accompagnati da un buon tè, come accade da **Ladurée**, la più famosa azienda produttrice di questi dolcetti fondata nel 1962.

Sempre presenti anche i **taglieri di formaggi** (*fromages*), considerati veri e propri dessert di fine pasto. Tra i più comuni ritroviamo il **Beaufort**, un formaggio fatto di latte di vacca a lunga stagionatura, il **Brie**, anch'esso formaggio vaccino ma con una consistenza molle, oppure il **Roquefort**, uno stagionato di latte di pecora caratterizzato dall'**erborinatura**, una lavorazione che sviluppa le muffe.

## Consigli per l'aperitivo

A Parigi, di sera, i **ristoranti** non aprono mai prima delle ore **20** ma, a precedere i pasti serali, c'è l'aperitivo, o **apéritif**, a base di **amuse-gueule**, degli stuzzichini monoporzione semplici e sfiziosi, accompagnati dalle bollicine dello **champagne**, lo spumante francese nato nella regione nord-est della Francia, forse creato dall'abate benedettino **Dom Pierre Pérignon**, dal quale prende nome la famosa variante della bevanda.

Giunta l'ora di cena, la **dîner**, sorseggiando un buon bicchiere di **vin brûlé** (vino caldo), tra le **rues** di Parigi si può scegliere tra tre tipologie di locali:

1. i **ristoranti**, con ampi menù alla carta,
2. le **brasserie**, birrerie nate nel XX secolo con menù tipici che sono l'equivalente delle osterie romane

3. i **bistrot**, più piccoli e con menù limitati ma ben curati.

Infine dei piccoli accorgimenti prima di sedersi a tavola. Lasciate che sia il cameriere a portarvi al vostro posto e, se il servizio è stato di vostro gradimento, non dimenticate la mancia, solitamente il 5-10% del conto. **Bon appétit!**