

Casamia Casamia

Giuliana Zoppis

Il più bello è quel che dura di più

Abitare in modo sostenibile vuol dire anche realizzare strutture e superfici che durano nel tempo, ottimizzando impiego di materiali, strumenti ed energia. Spesso bastano piccole attenzioni nella progettazione e nella costruzione delle parti della casa per conservare in efficienza gli impianti domestici ed effettuare le necessarie operazioni di manutenzione. In questo modo, si potranno anche salvaguardare apparecchi, tubature e componenti tecniche senza intervenire con opere murarie costose. Basta pensare all'importanza di poter accedere ai vani tecnici, a tracciati e condutture che scorrono "sotto la pelle" di un'abitazione. Primo esempio: lo sciacquone del bagno è il caso più semplice ed evidente. La cassetta per il wc del tipo a semincasso è ispezionabile e rimovibile in qualunque momento per effettuare piccole riparazioni utili, mentre il modello a incasso - una volta danneggiato - obbliga a rompere il muro. I nuovi ele-

menti a doppio scarico, con due pulsanti che attivano flussi differenziati da 3 o da 6/9 litri, sono decisamente i migliori, anzi gli unici oggi da prendere in considerazione se si vuole contribuire a risparmiare l'acqua potabile (che, assurdamente, si continua a impiegare anche per questi usi). Ci sono anche cassette a doppia mandata e da semincasso che sporgono di soli 2 centimetri dal muro (ideali per bagni stretti).

Secondo esempio: il pavimento in legno flottante. È un parquet pronto, che si posa senza che sia incollato o inchiodato. Gli unici punti di fissaggio sono gli incastri maschio-femmina dei listelli. Perfetto per le case che sono riscaldate da sistemi radianti a pavimento (per ogni eventualità basta sollevare i listelli in corrispondenza del danno), lo è anche per edifici in aree ad alta umidità, o su terreni poco drenanti, dove può servire rifare di sovente l'impermeabilizzazione delle solette. Prima della posa va preparato il sottofondo, disponendo un piano liscio a massetto isolante abbinato a un foglio di polietilene antiumido.

Terzo esempio di struttura facile da montare e ispezionare: i pannelli modulari in cartongesso per creare pareti, contropareti e controsoffitti (molte le misure disponibili. Per informazioni: BPB, numero verde 800-015700).

Tra i pannelli e il muro va lasciata un'intercapedine per far passare le canalizzazioni elettriche e i tubi, nonché - nelle zone più fredde - per inserire materiali isolanti a lastre.



Sì, mangiare

Martino Ragusa

Il "fried cicken" all'italiana

In questo periodo è piacevole invitare gli amici per un pasto in piedi e informale. In tal caso sono molto apprezzati i "finger food", i cibi cotti, a piccoli pezzi, da prendere con le mani. Da tempo consumati dagli americani, ora sono sbarcati anche in Italia. Personalmente, non sono affatto contrario a questa novità, perché semplifica parecchio il menu di una cena estiva e soprattutto semplifica il rigoverno della cucina.

L'importazione dei finger food ha prodotto l'i-

talianizzazione di alcune ricette tipicamente americane come la "deep fried cicken". Questa è la mia versione, italianissima per ingredienti e procedura.

La ricetta. Spremete il limone e mettete il succo in una ciotola capiente. Aggiungete al succo il timo tritato (o, se lo preferite, il prezzemolo). Ripulite la carne dalle nervature, tagliatela a pezzetti di circa 2 centimetri di lato e mettetela nella ciotola con il succo di limone. Salate con moderazione, pepate e mescolate bene. Fate riposare per circa un'ora in frigo mescolando un paio di volte.

Sbattete bene le uova con la frusta fino a quando accennano a montare.

Mescolate il pangrattato con il parmigiano. Aggiungete una spolverata di pepe bianco e una grattatina di noce moscata. Scolate per bene la carne e infarinatela. Liberate dall'eccesso di farina e passatela nelle uova battute. Poi impanate i tocchetti di pollo, premete un po' con le dita per fare aderire bene il pangrattato e passateli di nuovo nell'uovo e ancora nel pangrattato. Premete leggermente con le dita per fare aderire bene

Dosi per 4 persone

250 g di polpa di pollo (petto, coscia disossata)
2 uova
200 g di pane grattugiato
50 g di parmigiano reggiano
1 rametto di timo (o prezzemolo)
olio di oliva per friggere
pepe bianco
sale



anche la seconda impanatura e riponete ordinatamente su un tagliere di legno.

Versate in una ampia padella l'olio: deve essere abbondante, in quantità sufficiente a preparare un fritto per immersione o "all'onda". Quando l'olio raggiunge il punto di fumo immergete i bocconcini. Quando sono ben dorati da tutte le parti, pescateli con il mestolo forato e metteteli nello scolapasta. Fate scolare l'eccesso di olio, salate leggermente e trasferite sul piatto di portata ricoperto da cartapaglia. Serviteli caldissimi accompagnati da un pinzimonio.

