



**Chef Alex Zicarelli**  
**President of ICC Canada**  
**Italian Culinary Consortium**  
**Head Chef at La Bella Italia Restaurant - Maple**



*Articolo e ricetta di Alex Ziccarelli*

Oggi presentiamo lo Chef Alex Ziccarelli, Presidente dell'ICC Canada e Head Chef del Ristorante La Bella Italia di Maple nei pressi di Toronto, in Ontario. Classe 1961, cosentino di nascita, studi classici e in seguito universitari a Napoli, abbandonati forzatamente dopo un evento tragico familiare a tre quarti del percorso. La passione per la cucina lo porta, anche per necessità, a cambiare strada e a frequentare il primo corso di cucina nel 1984 sempre a Napoli, dove si perfeziona soprattutto nella cucina di pesce oltre a quella della cucina regionale di tradizione, culminata poi con la particolare ricerca delle ricette antiche, dei prodotti autentici, di nicchia e dei sapori di una volta. Restio da sempre ai compromessi sui piatti italiani classici fondamentali. Un particolare ringraziamento va al Prof. Renato Bedini, grande esperto di cucina e cultura napoletana oltre che riconosciuto playboy partenopeo. Dopo varie esperienze in Italia e, soprattutto ovviamente a Napoli, decide di partire per il Nordamerica e si ferma a Toronto dove apre nel tempo due attività nel campo della ristorazione e della pasticceria all'ingrosso, oltre ad una importazione di prodotti dall'Italia, dall'Europa e dal Sudamerica. Ritorna dopo un periodo di otto anni alla professione di cuoco assumendo diversi impegni in svariati e noti ristoranti sia a Toronto che a Woodbridge, dove fra questi ama ricordare gli anni trascorsi nell'apertura e nella conduzione della cucina del Ristorante Spaccanapoli in Woodbridge, di proprietà di Tanya Levato e dei fratelli Carmine e Marcello D'Alonzo, unico locale di cucina tradizionale, popolare e di pesce napoletana. Dopo varie esperienze in altri 8 ristoranti, attualmente, come già menzionato, ricopre il ruolo di Head Chef al Ristorante La Bella Italia di Maple dopo aver ricoperto lo stesso ruolo nella seconda location dello stesso ristorante a Toronto, che recentemente è stata venduta. In possesso di varie certificazioni e diplomi come cuoco sia italiane che canadesi nonché membro di diverse Associazioni di categoria italiane, americane e canadesi, attualmente, come già detto, ha ricevuto la carica di Presidente dell'ICC Canada, l'Italian Culinary Consortium, l'Associazione fondata da Carmelo Carnevale a Londra, UK. Di passione in passione, è anche membro dell'Agenzia Stampa americana USPA, partecipa ogni settimana ad una trasmissione in radio (CHIN Radio Tv International) con interventi squisitamente culinari oltre a curare gli articoli personali e dei vari cuochi dell'ICC Canada, dell'ICC Italia e di tutte le Delegazioni in giro per il mondo, pubblicati settimanalmente sul Corriere Canadese di Toronto, sui Fatti Nostri, sul Cittadino Canadese di Montreal, su La Gazzetta Italobrasiliana di Rio de Janeiro, su Italoblogger di Zurigo in Svizzera, sulla Voce d'Italia di Mendoza in Argentina, su Fornelli d'Italia e, periodicamente, anche su altre riviste italiane di enogastronomia.

Ed ecco una bellissima ricetta dello Chef Alex Ziccarelli, il Polpo a doppia cottura su purea di ceci e insalata di rinforzo napoletana.

\*Sicuramente se lo bollite, la carne potrebbe risultare più tenera... ma il sapore che vi restituisce la cottura sous vide è strepitoso.

Il procedimento per la cottura è molto semplice. Basta l'opportuna macchinetta per mettere sotto vuoto il polpo e uno strumento per cucinare a temperatura controllata come un roner.

Ecco i passaggi.

**\*PER IL POLPO:**

1. Lavate e pulite bene il polpo, asciugatelo ed imbustatelo.
2. Aggiungete, all'interno della busta, carote, sedano e cipolla a pezzi.
3. Chiudete la busta sottovuoto ed immergete per 6 ore a 68 gradi.
4. Estratelo e conservate nella busta un po' dell'acqua uscita in cottura.

**\*INGREDIENTI PER LA PUREA DI CECI:**

200 grammi di ceci già lessati - 120 grammi di olio - acqua naturale circa un bicchiere - sale q.b.  
- pepe q.b. - 2 spicchi di aglio - 2 rametti di rosmarino.

1. Per preparare la purea di ceci è necessario metterli a mollo per 6 ore in acqua fredda. Una volta scolati, fateli cuocere per dieci minuti in pentola pressione con mezzo bicchiere d'acqua.

2. Versate l'olio nel tegame e fate soffriggere l'aglio con il rosmarino e un pizzico di sale. Aggiungete i ceci e lasciate insaporire per 5 minuti. Spegnete il fuoco e, una volta raffreddati, frullateli con, appunto, un frullatore a immersione. Lasciate cuocere la purea se desiderate che sia più densa, altrimenti aggiungete solo un po' di pepe.

**\*INGREDIENTI PER L'INSALATA DI RINFORZO:**

1 cavolfiore - 150 gr. di olive nere di Gaeta - 150 gr. di olive verdi - 200 gr. Papaccelle - 80 gr. capperi sotto sale - 240 gr. sottaceti misti - 10 acciughe sotto sale - pepe, sale, olio extravergine d'oliva, aceto q.b.

**\*PREPARAZIONE:**

Lavate e tagliate il cavolfiore, dividendolo in tante piccole cimette. Lessatele in abbondante acqua salata bollente per 8 minuti, devono restare sode, non devono diventare molli. Scolatele e lasciatele raffreddare. Quando la cime si saranno raffreddate, disponetele in una grossa insalatiera e conditele con olio evo e aceto. Aggiungete il sale amalgamate delicatamente. Prendete ora le papaccelle, togliete il torsolo e i semi e tagliatele grossolanamente in spicchi. Pulite poi le acciughe sotto sale, lavatele con l'aceto, dividetele in filetti e aggiungetele all'insalata insieme agli altri sottaceti, alle olive ed ai capperi dissalati. Amalgamate delicatamente il tutto e lasciate riposare.

**\*FINITURA E PRESENTAZIONE:**

Dividete i tentacoli dalla testa e tagliateli in pezzi. Quindi scaldare la piastra, ungetela con olio e arrostiti il polpo un paio di minuti per lato. Il polpo alla griglia è pronto: conditelo a crudo come volete (ad esempio con un filo d'olio e, se necessario, un pizzico di sale e pepe) e servitelo subito disponendolo sulla purea di ceci e l'insalata di rinforzo o impiattandolo secondo la vostra

fantasia.