

**Il libro**  
**Rosa o ibisco,**  
**la magia**  
**dei fiori**  
**nel piatto**



Involanti primavera ai fiori di salvia e ceviche di orata al sambuco. Le erbe e i boccioli non sono più da spostare a bordo piatto con la forchetta: danno sapore, sostanza e colore. Lo spiega Christine Legeret, food stylist originaria di Bourges, nel suo ultimo libro «La cucina dei fiori» edito da Bibliotheca Culinaria. Un insieme di ricette dolci e salate dai sapori sconosciuti ai più. Giardinaggio, cucina asiatica e attenzione per i

prodotti locali hanno portato l'autrice a esplorare la fioritura di ogni stagione per portare in cucina una tavolozza floreale. Gli ingredienti principali? Ibisco, rosa, nigella, lavanda e nasturzio. Tutti raccolti in natura o scoperti grazie ai produttori al mercato. «Volevo dimostrare che i fiori non sono solo elementi decorativi su un piatto», afferma Christine Legeret. Basta sfogliare il ricettario per capirlo: freschi, essiccati,

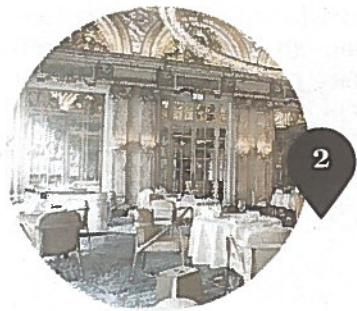
sotto sale o in infusione, i modi per utilizzarli sono tanti. Così una zuppa di fragole diventa più gustosa con il fiore increspato del Monard. Nel tabulé aggiunge l'achillea. L'autrice però mette anche in guardia: le erbe sono come i funghi, anche velenose. Il momento migliore per raccoglierle, poi, è il mattino, prima che i fiori si aprano.

**Martina Barbero**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA



**YOSHI**  
**GIAPPONESE**

All'interno dell'hotel Metropole, è il ristorante giapponese con una stella Michelin guidato dal celebre chef Joël Robuchon. Le chicche: il sushi bar e il giardino di ispirazione orientale. Si mangia alla carta, dai rolls al sashimi fino alla carne wagyu, oppure ordinando uno dei due menu degustazione.  
**4 Avenue de la Madone, Monte Carlo**



**LE LOUIS XV**  
**TRISTELLATO**

Mangiare qui significa, dicono in molti, compiere un viaggio nella Parigi della Belle Époque. È il ristorante tristellato all'interno dell'hotel de Paris, forse il più famoso di Monte Carlo, guidato da Alain Ducasse. Un'esperienza gastronomica (con gli ingredienti migliori della Costa Azzurra).  
**Place du Casino, Monte Carlo**

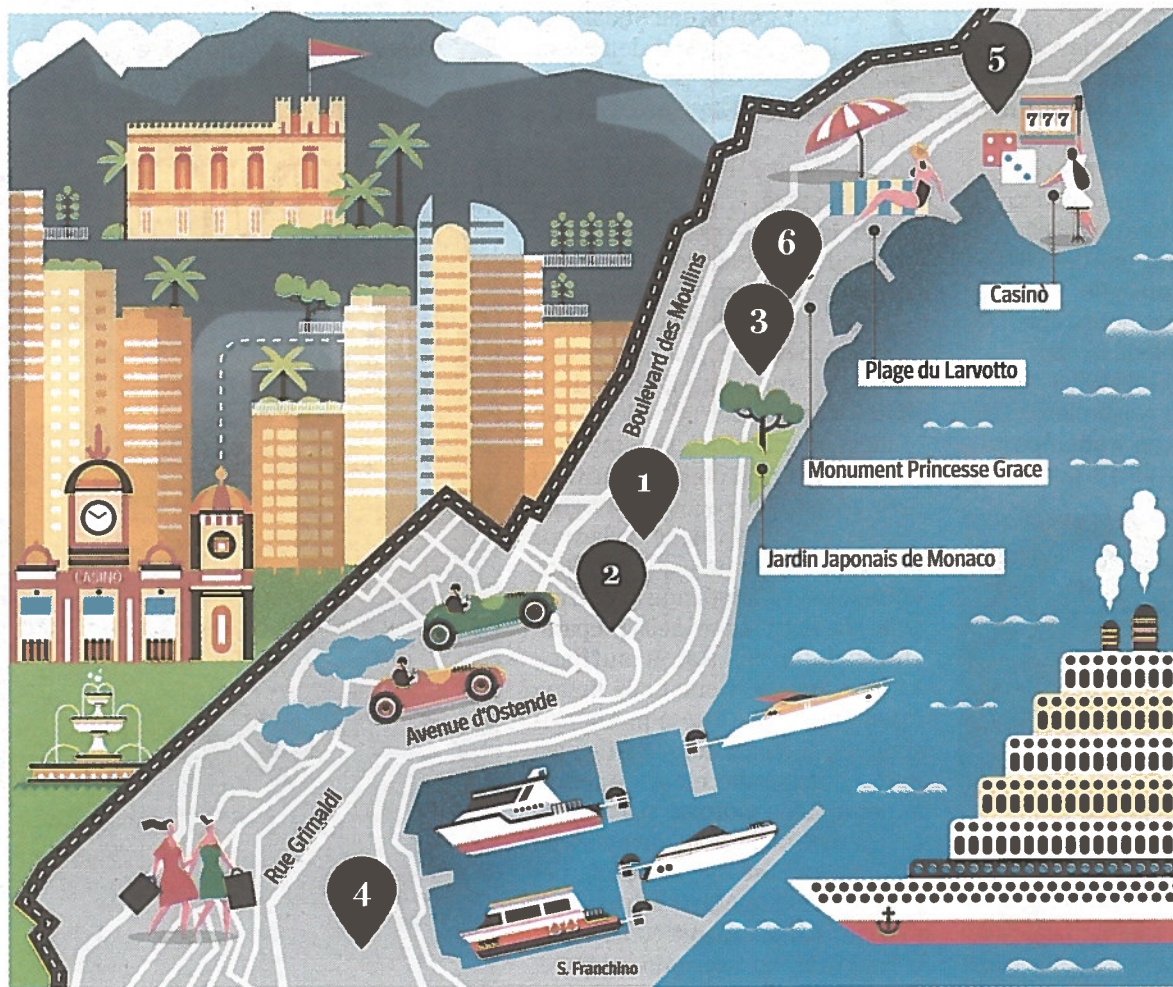


**CANTINETTA ANTINORI**  
**TOSCANO**

Ultimo nato tra i ristoranti della galassia Antinori, lo storico marchio vinicolo toscano, alla Cantinetta si assaggiano le etichette della casa (anche al bicchiere) accompagnate da specialità fiorentine, dai picci alla fiorentina del Chianti. Aperto dalla colazione (con uova, spremute e smoothie) fino alla cena.  
**11 Avenue Princesse Grace, Monte Carlo**

**TUTTO IL BUONO DEL**  
**PRINCIPATO**  
**DI MONACO**

Un viaggio gastronomico per respirare l'aria internazionale di Monte Carlo. Spaziando dalla cucina giapponese a quella indiana. La chicca? Una cena da sogno in uno degli hotel storici della città



di **Isabella Fantigrossi**

**I**l Casinò, gli sfarzi e le vicende rosa della famiglia Grimaldi, la mondanità, il Gran Premio di Monte Carlo (che non è, come molti credono, la capitale del Principato, grande appena 195 ettari, ma uno dei quattro quartieri, quello più centrale, della città-stato). A tutto questo si lega da sempre la fama di Monaco, meta di tanti turisti estivi, seppure di lusso, in cerca di divertimento e anche di buon cibo. La vera sfida in questo piccolo lembo di terra affacciato sul mar Ligure? Mangiare bene a prezzi non (troppo) stellari. Difficile ma non del tutto impossibile. Su cosa puntare? Sui molti ristoranti, storici o appena aperti, di cucina straniera. A Monaco, proprio per la sua vocazione internazionale, si mangiano piatti che arriva-

no da Oriente, giapponesi, thailandesi, indiani, o da Paesi più vicini come l'Italia. Da poco, per esempio, ha aperto qui l'ultimo punto della Cantinetta Antinori (famoso per i piatti toscani e per le sue prime colazioni a base di uova cucinate in tutti i modi). E se, invece, decidete di concedervi per una volta una cena da sogno — un'esperienza speciale sotto ogni punto di vista, dai piatti al servizio da mille e una notte — dirigetevi in due degli alberghi storici e più esclusivi del Principato: l'hotel Métropole, dove quest'estate fino alla fine di agosto cucinerà la pluristellata chef spagnola Carme Ruscalleda e dove regna da tempo il francese Joël Robuchon; oppure all'hotel de Paris, per provare la cucina leggendaria, legata ai veri sapori della Costa Azzurra, di Alain Ducasse.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



**GRUBERS**  
**HAMBURGER**

Un locale informale, aperto di recente, dove mangiare all'americana, anche all'aperto e a prezzi ragionevoli per la zona. In carta hamburger e french fries (le «sexy fries»), singoli o doppi da costruire aggiungendo ingredienti a piacimento, dalle cipolle caramellate alla carne al tartufo.  
**16-18 rue Princesse Caroline, Monaco**



**MAYA BAY**  
**ORIENTALE**

Per chi ama mangiare all'orientale, in questo locale si può scegliere se cenare nell'area dedicata alla cucina giapponese o a quella thailandese (in versione internazionale). In carta, dunque, dai dumplings al sushi, dalle zuppe ai maki. Si può mangiare anche in terrazza.  
**24 Avenue Princesse Grace, Monte Carlo**



**MAYA JAH**  
**INDIANO**

In cucina lo chef indiano Ravinder Negi che propone i piatti della sua tradizione ma anche un piccolo angolo di cucina marocchina. In questo locale, della stessa proprietà del Maya Bay, sono da provare il classico pollo tandoori, i piatti aromatizzati al curry oppure i pani tipici aromatizzati.  
**27 Avenue Princesse Grace, Monte Carlo**