

IL RISTORANTE

MOVE

■ VIALE REGINA GIOVANNA ANG. SPALLANZANI ☎ 02.20.40.49.51

Tipo di ristorante: eclettico
Chiusura: lunedì a pranzo e domenica

La cucina chiude alle 23 (ven. e sab. 23.30)

Coperti: 26 + 34 in veranda

I prezzi: spenderete sui 45 euro, bevande escluse

Coperto e servizio: 3 euro

Carte di credito: tutte

Accesso disabili: no

- ⑦ Voto cucina
- ⑧ Voto ambiente
- ⑨ Voto cantina



AMBIENTE ELEGANTE IL «MOVE»

Cucina in movimento

Il Move è uno dei più curiosi ristoranti di Milano. Se si sfoglia il menu da un lato, si trova una proposta giapponese classica. Se si gira il menu dall'altra faccia, si trova una proposta eclettica, italiana e no, sempre moderna e creativa: loro la definiscono «in mo-

vimento», da qui il nome del locale. All'origine di questo mix sta un fatto: quando gli attuali patron, marito e moglie, lo hanno rilevato nel 2008, era un ristorante giapponese; però mentre lui amava questa cucina, lei preferiva la fusion moderna. Per amor di famiglia hanno deciso di proporre ambedue.

Di conseguenza ci sono due chef: Nin Cun, che segue la parte giapponese, prevalentemente sushi, sashimi e maki, mentre un chef italiano, William Barenghi, cura l'area creativa. Troverete proposta come insalata di seppie con verdure e pecorino, riso nero saltato con pollo, black cod marinato con cuscus alle verdure, millefoglie di cappelante fegato grasso e mele e filetto in salsa agrodolce e wasabi. Molto bello l'ambiente, interessante la carta dei vini.

LA RICETTA dello chef



INGREDIENTI PER 2 PERSONE:
MOSCARDINI MONDATI G 180, PATATE G 400, PANNA G 70, BURRO G 10, CAROTE G 50, ZUCCHINE G 50, TIMO, OLIO EXTRA-VERGINE DI OLIVA, SALE E PEPE

Conserva di moscardini, purea al timo e verdura

Lessate i moscardini per un'ora, scolate e lasciate raffreddare. Lessate le patate per un'ora, scolatele, pelatele, passatele allo schiacciapatate e cuocetele mescolando con la panna e il burro, regolate di sale, di pepe e di timo. Mondate le verdure e tagliatele a cubetti. Scaldate in una padella un po' d'olio e cuocetele a fiamma viva per 5/7 minuti lasciandole croccanti, salate e pepate. Disponete in due vasetti da conserva a chiusura ermetica sul fondo la purea di patate calda, sopra le verdure saltate e infine completate con i moscardini fatti saltare in padella con un filo di olio.

SPESA DOC



COS'È LO «HEMP-FU»?

Il tofu è una preparazione ricca di proteine vegetali fatta con semi di soia tritati, bolliti e cagliati con cloruro di magnesio o solfato di calcio. Però si possono lavorare nello stesso modo altri semi. Per esempio quelli di canapa. Lo fa una società di Crema che si chiama Armonia e Bontà. Il tofu di canapa, che si chiama hemp-fu, è saporito, friabile, granuloso, e può essere anche consumato a crudo. Possiede tutti gli aminoacidi essenziali, ha un buon contenuto di lisina, è ricco di fibra e senza glutine. Quello naturale costa 5 euro per 200 g, ma si trova anche in forma di burger, grigliato o come bevanda. Lo trovate, fra gli altri, al Germoglio.

■ IL GERMOGLIO DI ANNA BUCCELLA. VIA SONCINO 1 ☎ 02.80.57.457. CHIUSO DOMENICA E LUNEDÌ MATTINA

IL SANTO BEVITORE



Il Santo Bevitore offre i piatti della tradizione italiana rivisitati in chiave innovativa integrando l'utilizzo di prodotti provenienti da aziende equosolidali ed equosostenute. A soddisfare i più esigenti, un'eccellente carta dei vini, dei Whisky e liquori.

Via Aleardo Aleardi 22 Milano Tel.+39 023313350
www.santobevitore.com • e-mail: santobevitoremilano@gmail.com
Chiuso la domenica e il sabato a pranzo

Lib opsl tre al top

SCELTI PERCHÉ...



RICCO E CREATIVO

Da poco rinnovato, sempre di lusso, solido e moderno, ha anche inglobato una parte del bellissimo chiostro interno. La cucina degli chef Farellacci e Giannattasio è ricca, creativa, eclettica, basata su un'ottima scelta delle materie prime.

■ L'ASSASSINO. VIA AMEDEI 8 ☎ 02.80.56.144. CHIUSO SABATO A PRANZO E DOMENICA. PREZZO MEDIO SENZA BEVANDE 50 EURO



SUSHI DAL NASTRO

Un grosso, solido ristorante giapponese (con gestori cinesi) dalla cucina molto curata, con gestori cinesi. L'ambiente è accattivante. C'è anche un'area kaiten, il nastro trasportatore dove scorrono i piatti con le varie preparazioni e ognuno prende quello che vuole.

■ ZEN. VIA MADDALENA 1 ☎ 02.89.01.35.57. CHIUSO SABATO A PRANZO E DOMENICA. PREZZO MEDIO SENZA BEVANDE 40 EURO



A TUTTA CARNE

Propone una quindicina di costate e bisteccone di diverse provenienze in un forno a brace, salumi al top, una manciata di dolci e poche altre proposte. L'ambiente è allegro, si è subito a proprio agio e si mangia velocemente. Un locale di grande successo.

■ JOE CIPOLLA. VIA VIGEVANO 33 ☎ 02.58.11.43.63. CHIUSO DOMENICA E SEMPRE A PRANZO. PREZZO MEDIO SENZA BEVANDE 35 EURO