

# CIVILTÀ DELLA TAVOLA

ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA



**ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA**  
ISTITUZIONE CULTURALE DELLA REPUBBLICA ITALIANA  
FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI

[www.accademia1953.it](http://www.accademia1953.it)



ISSN 1974-2681

N. 335, MARZO 2021 / MENSILE, POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE 70% ROMA AUT MP-AT/C/RW/

MARZO 2021 / N. 335

**DIRETTORE RESPONSABILE**  
PAOLO PETRONI

**COORDINAMENTO REDAZIONALE**  
SILVIA DE LORENZO

**PROGETTO GRAFICO E IMPAGINAZIONE**  
SIMONA MONGIU

**IN QUESTO NUMERO SCRITTI E RICETTE DI**  
MARIO BASILE, GIUSEPPE BENELLI, GIORGIO BORSINO,  
GIANCARLO BURRI, EMILIO CASATI, ELISABETTA COCITO,  
SILVIA DE LORENZO, ROBERTO DOTTARELLI,  
PIETRO VINCENZO FRACANZANI,  
GABRIELE GASPARRO, ANNA LANZANI,  
VASCO MARZINI, NICOLA NOCILLA, GIGI PADOVANI,  
MORELLO PECCHIOLI, PAOLO PETRONI,  
ANTONIO RAVIDA, GIANCARLO SARAN,  
ALDO E. TÀMMARO, ANDREA VITALE, ROBERTO ZOTTAR.

**CREDITI FOTOGRAFICI**  
ADOBE STOCK, LORENZO BELFROND.



**EDITORE**  
ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA  
VIA NAPO TORRIANI 31 - 20124 MILANO  
TEL. 02 66987018 - FAX 02 66987008  
PRESIDENTE@ACCADEMIA1953.IT  
SEGRETERIA@ACCADEMIA1953.IT  
REDAZIONE@ACCADEMIA1953.IT  
WWW.ACCADEMIA1953.IT



**PERIODICO MENSILE**  
REGISTRATO PRESSO IL TRIBUNALE DI MILANO  
IL 29-5-1956 CON IL N. 4049  
SPEDIZIONE IN ABB. POSTALE 70%

QUOTA ASSOCIATIVA BASE INDIVISIBILE  
E 150,00, DI CUI AI SOLI FINI POSTALI E 50  
PER L'INVIO IN ABBONAMENTO DELLA RIVISTA

**STAMPA**  
DIGITALIALAB SRL  
VIA GIACOMO PERONI 130, ROMA

**STAMPATO**  
SU CARTA ECOLOGICA  
CERTIFICATA FSC



**SPEDIZIONE**  
S.G.S., VIA MENALCA 23, ROMA

**CODICE IN MATERIA DI PROTEZIONE**  
DEI DATI PERSONALI

L'Accademia Italiana della Cucina, quale titolare del trattamento, con la presente nota informa che i dati personali degli associati sono trattati nel rispetto di principi di correttezza, liceità, trasparenza nonché di tutela della riservatezza e dei diritti dei propri associati per dare esecuzione alla gestione del rapporto associativo, come previsto dallo Statuto e dal Regolamento dell'Associazione, e per eventuali finalità connesse. I trattamenti sono svolti da soggetti autorizzati, in forma cartacea e informatica, in conformità con quanto previsto dal Regolamento UE sopra indicato e dalla normativa nazionale vigente. Per prendere visione dell'informativa completa prevista ai sensi del Regolamento UE, in particolare, per conoscere i diritti spettanti agli associati si rimanda al sito web dell'Associazione.



Rivista associata  
all'Unione Stampa  
Periodica Italiana



**L'ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA**  
È STATA FONDATA NEL 1953 DA ORIO VERGANI  
E DA LUIGI BERTETT, DINO BUZZATI TRAVERSO,  
CESARE CHIODI, GIANNINO CITTERIO, ERNESTO DONÀ  
DALLE ROSE, MICHELE GUIDO FRANCI, GIANNI MAZZOCCHI  
BASTONI, ARNOLDO MONDADORI, ATTILIO NAVA,  
ARTURO ORVIETO, SEVERINO PAGANI, ALDO PASSANTE,  
GIAN LUIGI PONTI, GIÒ PONTI, DINO VILLANI,  
EDOARDO VISCONTI DI MODRONE,  
CON MASSIMO ALBERINI E VINCENZO BUONASSISI.



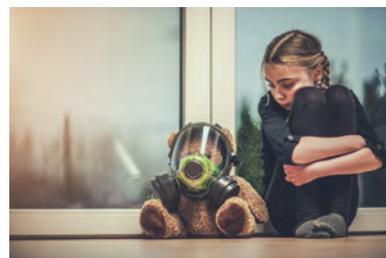
**In copertina:** elaborazione grafica dell'opera  
"La Maddalena" (1525), Bernardino Luini,  
National Gallery of Art, Washington



**L'App dell'Accademia**, in italiano e in inglese, è uno strumento agile e completo che **consente di entrare nel mondo dell'Accademia**, in ogni momento, **con uno smartphone o un tablet**. L'App si scarica gratuitamente da **Apple Store** per chi ha un iPhone o un iPad, o da **Google Play** per chi utilizza altri smartphone con sistema Android. Apparirà la schermata principale, articolata in quattro sezioni. Per accedere all'Area riservata dalla quale, tra l'altro, si può visualizzare il Carnet, o consultare le cariche degli Organi Centrali dell'Accademia, gli Accademici potranno inserire il numero della tessera; i Delegati utilizzeranno le credenziali di accesso fornite dalla Segreteria.

## Focus del Presidente

**3** Tutto cambia, nulla cambia  
(Paolo Petroni)



## Tradizioni • Storia

**4** Dante Alighieri e il cibo  
(Aldo E. Tàmmaro)

**6** San Giuseppe e i bignè fritti  
(Roberto Dottarelli)



## Territorio • Turismo • Folklore

**8** La sacra tradizione della cucina pasquale in Lunigiana  
(Giuseppe Benelli)





- 10** Gorizia e Nova Gorica capitali della cultura europea 2025 anche in cucina!  
*(Roberto Zottar)*
- 12** Aceto balsamico, quello vero  
*(Morello Pecchioli)*
- 14** Cannoli e cassata siciliana, patrimonio gastronomico nazionale  
*(Nicola Nocilla)*
- 16** I duecento anni del Maraschino dei Luxardo  
*(Pietro Vincenzo Fracanzani)*
- 18** Il formaggio Piora  
*(Emilio Casati)*
- 20** I ravioli di Gardel  
*(Anna Lanzani)*
- 22** *Lo pan ner*  
*(Vasco Marzini)*
- 24** Il bardiccio, da brutto anatroccolo a insaccato goloso  
*(Giancarlo Saran)*

### Cucina • Prodotti • Tecnologia alimentare

- 26** Le morchelle, appuntamento di primavera  
*(Giancarlo Burri)*
- 28** Tritordeum, chi è costui?  
*(Giorgio Borsino)*

### Ristorazione e Cuochi

- 30** Alta cucina vegetale (integrale)  
*(Gigi Padovani)*



- 32** Eppur si muove  
*(Elisabetta Cocito)*

### Salute • Sicurezza • Legislazione

- 34** Il custode della nostra sicurezza  
*(Andrea Vitale)*



- 36** Merendine sì, merendine no  
*(Antonio Ravidà)*

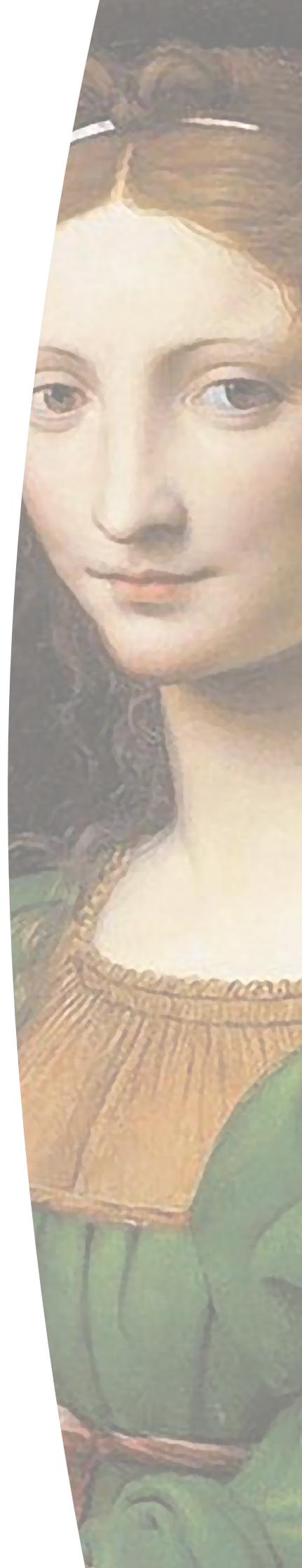
- 37** Le famiglie italiane hanno riscoperto il miele  
*(Gabriele Gasparro)*

- 38** Sale e pepe  
*(Mario Basile)*



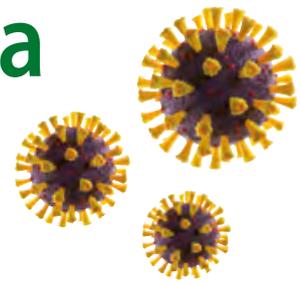
### In libreria

- 40** Recensioni di Aldo E. Tàmmaro





# Tutto cambia, nulla cambia



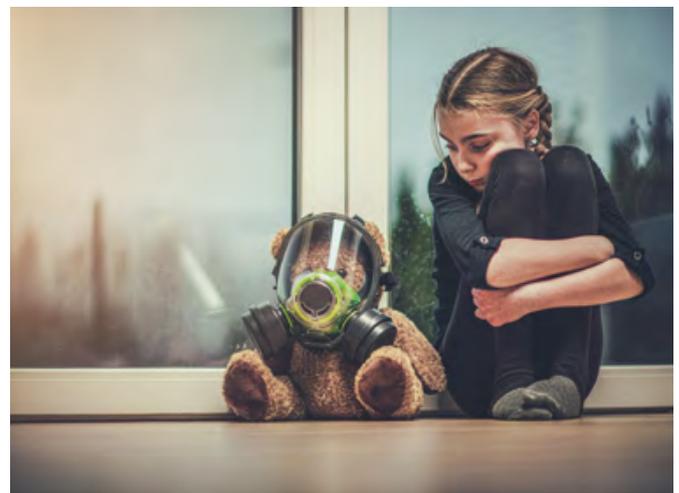
*Aumentano i colori delle regioni e le Istituzioni che dovrebbero vegliare su di noi, ma la vera speranza è che siano presto disponibili molti vaccini.*

di Paolo Petroni

**N**el celebre romanzo *Il Gattopardo*, Tancredi, il nipote prediletto del principe di Salina, afferma che *“se vogliamo che tutto rimanga com'è, bisogna che tutto cambi”*. Questa paradossale affermazione viene in mente osservando quello che sta accadendo in Italia per combattere la pandemia. **Il vituperato strumento giuridico del DPCM** (Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri), bollato da eminenti costituzionalisti e fini giuristi come incostituzionale (in quanto atto amministrativo non sottoposto ad alcun controllo che limita le libertà personali), **sopravvive beatamente come ai tempi andati** (ma con l'ultimo provvedimento pasquale è stato opportunamente adottato il Decreto Legge). L'arlecchinata delle colorazioni regionali, anch'essa oggetto di molte critiche, rimane ben salda, anzi si rafforza: **da tre colori** (giallo, arancione, rosso) **si passa a cinque**, con l'aggiunta del glorioso bianco (auguri alla Sardegna che potrà rivedere gli Accademici riuniti festanti al ristorante) e del tenebroso arancione scuro o “rinforzato”, dove ora dovranno restare chiusi anche barbieri e parrucchieri in quanto acclarati luoghi di contagio. Ai colori regionali, tanto per complicare la vita, si aggiungono quelli comunali e provinciali (le province che erano state abolite rinascono a nuova vita).

## *La trovata dei colori è la stella polare in Italia*

La trovata dei colori è la stella polare in Italia (si trova raramente in altri Paesi tra i quali il Canada e la California): noi siamo molto bravi e, come è noto, abbiamo i più bravi virologi, immunologi, infettivologi che tutto il mondo ci invidia. Ma noi abbiamo anche il Ministero della Salute, l'Istituto Superiore di Sanità (ISS), il Comitato Tecnico Scientifico (CTS), la Protezione Civile, il Commissario Straordinario e, ovviamente, la Cabina di regia. A questi Enti sono da aggiungere l'AIFA (Agenzia Italiana del Farmaco), *dépendance* dell'EMA (European Medicines Agency) entrambi carrozzoni passacarte. Quindi siamo in una botte di ferro, tutti vegliano su di noi, non ci dobbiamo preoccupare **ora che anche l'Esercito è in campo**. Intanto si continua a non



poter viaggiare tra le regioni, a non poter circolare dopo le 22, a non poter andare a trovare amici e parenti, a chiudere ristoranti e bar (ove aperti) alle ore 18, a chiudere le scuole dalla sera alla mattina, per la gioia dei genitori e degli studenti.

*È cambiato lo chef, ma il menu è rimasto lo stesso, se non peggiorato*

Eccoci alla tanto invocata “discontinuità” e al marziale “cambio di passo” come i politici e i giornali amano ripetere. Insomma, è cambiato lo chef, ma il menu è rimasto lo stesso, se non peggiorato. **Intanto il virus avanza in modo preoccupante**, con le sue varianti e la paventata terza ondata. Non sarà che tutte queste misure siano poco efficaci? Magari il virus è daltonico e non riconosce il rosso dal giallo. Fortunatamente, migliori notizie ci vengono dai Paesi dove le vaccinazioni sono a uno stadio molto avanzato. In alcuni di essi la vita sta riprendendo. **Questa è la vera speranza, che siano disponibili molti vaccini, di molte aziende, e che siamo in grado di somministrarli**. Questa è la nostra unica via di salvezza, il resto è un tirare a campare (per chi ci riesce): i soldi per i ristori non ci sono, lo Stato non li ha, inutile girarci intorno. Ristoratori, albergatori, agenzie di viaggio, operatori turistici torneranno a respirare quando il virus sarà sotto controllo. **Manca poco, forse pochi mesi**, un ultimo sforzo che metta fine al caos dei vaccini e ne siamo fuori. Le scene dei locali riaperti a Mosca, negli Stati Uniti e a Cagliari ci danno speranza.



# Dante Alighieri e il cibo

di Aldo E. Tàmmaro

Accademico di Milano Brera

*Anche l'opera del sommo Poeta contribuisce a sottolineare l'importanza dell'alimentazione nella vita dell'uomo.*

**D**opo i centenari di **Leonardo** (2019), **Raffaello** e **Artusi** (2020), eccoci ai 700 anni dalla morte del divin Poeta. **Dante visse in un periodo in cui la cucina non era ancora uscita dalla situazione di "oscurità" in cui l'avevano relegata**, insieme ad altre espressioni delle umane attività, eventi storici, credenze e consuetudini alto-medievali. La stragrande maggioranza della popolazione seguiva abitudini alimentari condizionate dall'esiguità dei mezzi finanziari e legate alle sole disponibilità del territorio. Dal canto loro, e tranne isolate e limitate eccezioni, le élite dell'epoca non avevano ancora maturato una cultura gastronomica e i loro deschi erano dominati dalla quantità e dal costo delle vivande e delle spezie che le insaporivano.

*Un Dante ventenne non nasconderebbe un certo piacere per cibi e vini*

"Grosse lamprede, o ver di gran salmoni/aporti, lucci senza far sentore./La buona anguilla non è già peggiore;/alose o tinche o buoni storioni./Torte battute o tartere o fiadoni:/queste son cose da acquistar mi' amore,/o s'e' mi manda an-



cor grossi cavretti,/o gran cappon di muda be-nodriti/o paperi novelli o coniglietti". **Questo primo approccio dantesco alla tavola costituisce buona parte del 125° dei 232 sonetti che compongono Il fiore**, opera che la maggior parte della critica considera una riscrittura compendiosa del *Roman de la Rose* composta da un Dante ventenne durante un soggiorno in Francia. Nel sonetto 126 è poi contenuto un fugace accenno a "preziosi vini". Tali versi parrebbero delineare il profilo di una persona che non nasconde un certo compiacimento con i piaceri della tavola. Se e quanto Dante lo fosse nei suoi verdissimi anni non è dato di sapere. Tuttavia **Boccaccio fornisce una testimonianza sui rapporti del Poeta con il cibo**, riferito agli anni della maturità, che non lascia adito a dubbi: "Nel cibo e nel poto fu modestissimo, si in prenderlo all'ore ordinate e si in non trapassare il segno della necessità" e biasimava chi non si attenesse alle regole della sobrietà affermando "Questi cotali non mangiare per vivere, ma più tosto vivere per mangiare". **Un'altra testimonianza sul fatto che per Dante i principi**

**contavano più del cibo la fornisce Giovanni Sermoni**, vissuto fra il 1348 e il 1424, autore fra l'altro del *Novelliere*, in cui sono descritti 155 episodi di ghiotta cronaca riferiti a personalità dell'epoca: un'opera che probabilmente oggi qualcuno farebbe rientrare nella categoria del "gossip".

*Il "divin Poeta" alla tavola del re Roberto d'Angiò*

La novella 71 riguarda proprio il divin Poeta che, durante un soggiorno napoletano, venne invitato alla corte di re **Roberto d'Angiò** e, "Come solean li poeti fare", si presentò abbigliato con una certa trascuratezza; di conseguenza, "Fu messo in coda di taula" e, al termine del pasto, abbandonò la tavola ostentando il suo disappunto. **Il re si rese conto che il trattamento riservato al Poeta era stato inadeguato** e lo invitò nuovamente. Questa volta Dante si presentò con abiti sontuosi e il re lo fece accomodare "In capo della prima mensa"; una



volta seduto, il Poeta si strofinò le vesti con i cibi e le bevande che erano state servite e, alla sorpresa del re, replicò: "Santa corona, io conosco che questo grande onore ch'è ora fatto, avete fatto a' panni, e pertanto io ho voluto che i panni godano le vivande apparecchiate". Il re riconobbe le ragioni di Dante, ordinò che fosse rivestito con indumenti puliti e lo trattenne a corte per trarre altri insegnamenti dalla sua scienza.

Nei primi anni del 1300, il Poeta lavorò a un'opera, il cui titolo, **Il convivio, innesca nell'appassionato gastronomo la speranza di trovare ulteriori testimonianze di una sua passione per il cibo e la tavola**. Ma, svoltato l'angolo della conoscenza, ecco la delusione: **l'intento di Dante è quello di imbandire un banchetto destinato a saziare** non già la fame di vivande, ma **il desiderio di sapienza degli "animi gentili"** che, a causa di impegni familiari o civili, non avessero potuto dedicarsi agli agognati studi. L'opera si interrompe al quarto dei 15 trattati previsti, perché nel frattempo il Poeta aveva cominciato a dedicarsi alla *Comedia*, come si chiamò il poema, finché il Boccaccio, nel suo *Trattatello in laude di Dante*, non vi aggiunse l'aggettivo; il titolo *La Divina Comedia* apparve per la prima volta solo nella prestigiosa edizione stampata a Venezia da **Gabriele Giolito de' Ferrari** nel 1555.

**Nel poema dantesco il cibo assume un'accezione prevalentemente negativa**, oggetto di quella gola che i padri della Chiesa condannavano come vizio capitale e che si esprime in cinque modi: mangiando fuori tempo, molto frequen-

temente, ricercando cibi prelibati, eccedendo nella quantità, con soverchia avidità, esagerando nei condimenti. Ai golosi Dante dedica l'intero VI canto dell'*Inferno*, facendoli tormentare dal freddo, dal puzzo, dal fango in cui giacciono prostrati, e dai latrati di Cerbero, che "... graffia li spirti, ed iscoia ed isquatra", così come loro in vita tagliavano e spolpavano i cibi carni prima di portarli alla bocca famelica. Nei due canti del *Purgatorio* (XXIII-XXIV) dedicati ai golosi, i peccatori soffrono la fame e la sete, con l'aggravante punitiva di trovarsi di fronte a frutti e bevande che non possono raggiungere. Fra questi golosi pentiti, e quindi in attesa di trasferirsi nel Paradiso, si trova **papa Martino IV** che "... purga per digiuno/l'anguille di Bolsena e la vernaccia".

### Beati e santi si nutrono con "pan de li angeli"

Tuttavia, nella *Divina Comedia* il cibo, e tutto quanto vi ruota intorno, assume una connotazione prevalentemente metafisica. Il Poeta **si serve di alcuni atti del cucinare per descrivere le modalità di somministrazione delle pene**, come quando pone **"in gelatina" i traditori dei congiunti** (*Inferno* XXXII, 60). La pena culinariamente più esemplare è quella inflitta ai *lessi* (*Inferno* XXI, 135): questi peccatori sono immersi nella pece bollente e gli sguatterri agli ordini dei demoni si servono di "uncin", "raffi" e "runcigli" per assicurarne la continua immersione nel liquido di cottura ("porser li uncin verso li impaniati/ch'eran già cotti dentro da la crosta", XXII, 149-150). Chi sono questi peccatori? Sono i barattieri, cioè i dipendenti dei Comuni, che fecero mercato fraudolento dei beni pubblici loro affidati. Un girone che, ai tempi nostri, sarebbe superaffollato! **L'allusione al cibo come metafora, questa volta virtuosa, è presente anche nel Paradiso**, dove troviamo il "pan de li angeli", la sapienza di cui si nutrono le schiere celesti, i beati e i santi, dove è lecita la golosità (di beatitudine) e il banchetto diviene, così, un premio per la rettitudine e la pu-

rezza dimostrate durante la vita terrena. Sempre nella terza Cantica (XXI, 128-129 e 114-116), Dante coglie l'occasione per tessere **l'elogio della sobrietà che aveva caratterizzato la vita degli Apostoli e di San Pier Damiani**: lo stesso, sia detto per inciso storico che, quando la forchetta fece la prima, timida apparizione sui deschi, ne divenne acerrimo nemico, non esitando a definirla strumento di Satana. La *Commedia* documenta anche la posizione del Poeta nei riguardi delle **tre bevande per lui abituali nell'alimentazione: acqua, latte e vino**. La prima è la bevanda ideale, indice di temperanza e morigeratezza, mentre il latte è il nutrimento essenzialmente riservato ai bambini. Più complesso il discorso sul vino, la cui eccessiva assunzione provoca spiacevoli conseguenze ("... velando gli occhi e con le gambe avvolte/a guisa di cui vino o sonno piega", *Purgatorio* XV, 121-123); ma nel canto X del *Paradiso* la sete di vino diviene metafora della sete di verità ("... qual ti negasse il vin de la sua fiala/per la tua sete") e più oltre (XII, 112-114) la buona conservazione del vino nelle botti a opera delle benefiche incrostazioni (prodotte da fraternità e unità) diviene la metafora per indicare che discordia e divisione portano alla formazione delle muffe e all'inevitabile imbevibilità del contenuto.

Anche l'opera del sommo Poeta contribuisce, quindi, a sottolineare l'importanza dell'alimentazione nella vita dell'uomo, come atto che valica i confini della pura necessità di sopravvivenza, e di fonte di piaceri, per divenire parte del patrimonio di tradizione e cultura di ogni tipo di società. Chi fosse interessato ad approfondire l'argomento, può soddisfare la sua sete di sapere, oltre che nell'universo della "rete", nel volume di **Rosa Eligia Giangioia** *A convito con Dante*, pubblicato da Il leone verde, Torino 2020. Il rapporto fra Dante e l'alimentazione non è inoltre sfuggito all'attivo Comitato Torrachiani, costituito a Pietrapertosa (Potenza), patria di **Francesco Torraca** (1853-1938), dantista di fama internazionale, che nel 2020 ha tenuto un concorso letterario dal titolo *Se la Divina Comedia fosse cibo* (torrachiani@tiscali.it).



# San Giuseppe e i bignè fritti

di Roberto Dottarelli

Accademico di Roma Castelli

*Un sottile guscio di pasta, ripieno di una sostanza vellutata ed energetica, rappresenta il pater familias, protettore e nutritore della sua gente.*

**S**an Giuseppe è il grande Patrono della Chiesa universale, il Santo del Silenzio (e dell'obbedienza). I Vangeli ufficiali quasi non parlano di lui e **le poche informazioni provengono dai Vangeli Apocrifi**. Da essi si apprende che, all'età di tre anni, Maria fu portata dai genitori nel tempio, per ricevere l'educazione prevista per le bambine. Secondo la prassi, esse, prima di divenire fertili, dovevano lasciare il tempio, per non contaminarlo, ma Maria, raggiunti i dodici anni di età, a differenza delle sue compagne, non ne volle uscire, anche per via della sopraggiunta morte dei suoi anziani genitori.

---

*Dal bastone di Giuseppe si liberò in cielo una colomba bianca*

---

I sacerdoti allora convocarono in assemblea tutti gli uomini scapoli, vedovi e anziani, nobili o altolocati, della tribù di Giuda. Ognuno dei convocati avrebbe dovuto portare il proprio bastone di

comando familiare e consegnarlo ai sacerdoti che lo avrebbero tenuto per una notte nel tempio. Il giorno dopo, dal bastone di Giuseppe si liberò in cielo una colomba bianca. Egli si schermì con i sacerdoti dicendo che era ormai anziano, vedovo e con prole e che **ospitare in casa sua una fanciulla fino al ma-**

**trimonio sarebbe stato sconveniente agli occhi di tutti**. I sacerdoti, però, furono irremovibili e Giuseppe dovette portare a casa propria Maria e tutelarla fino al quindicesimo anno di età, quando sarebbe stato opportuno darla in sposa a qualche suo pari. Tuttavia, prima, o durante l'anno prescritto per il matri-



monio della fanciulla, **l'Arcangelo Gabriele annunciò a Maria il suo concepimento**. Venuto a conoscenza della gravidanza, Giuseppe denunciò Maria per evitare di essere travolto da uno scandalo ma, alla fine, obbedì alla richiesta dell'Angelo del Signore che, durante un sogno, gli chiese di prendere in sposa Maria, spiegandogli che avrebbe dato vita a un figlio generato dallo Spirito Santo per redimere il suo popolo dai peccati (Mt 1, 20-21).

**Giuseppe, quindi, da tutore della fanciulla, ne divenne il marito**, facendosi carico della sua futura prole. **È proprio questo suo farsi carico**, insieme alla professione di *téktôn* (più che falegname, carpentiere) o in latino *faber*, **che connota la figura di Giuseppe. Egli è un uomo che affronta la vita e che "costruisce" il suo futuro e quello di chi si affida a lui.**

È alla sua protezione che a Roma, **nel 1540**, sotto **Paolo III**, si affidano trenta operai dando origine alla **Venerabile Arciconfraternita di San Giuseppe dei Falegnami**, cui, all'inizio del secolo XVII, si aggregò anche l'"Università dei Falegnami", una vera corporazione di arti e mestieri che si metteva sotto il patrocinio di San Giuseppe.

Nei primi anni del 1600, l'Arciconfraternita ottiene l'autorizzazione a costruire una chiesa più ampia di quella che gli era stata concessa per lo svolgimento dei festeggiamenti in onore di San Giuseppe. I lavori sono completati nel 1663.

---

*L'Arciconfraternita, il 19 marzo, celebrava una doppia festa*

---

**Intorno a questa chiesa, detta dei "Falegnami al Foro", e nel vicino Rione Monti**, l'Arciconfraternita, il 19 marzo, celebrava una doppia festa: **quella del Santo e quella della categoria artigiana di cui era protettore**. Caratteristica fondamentale della festa popolare erano **le frittelle e i bignè alla crema, preparati dai "friggitori"** in giganteschi padelloni, pronti già dalla sera prima. Il 19 marzo cade in tempi di Quaresima,



perciò un cibo tipico del Carnevale, ossia un dolce fritto, per di più arricchito dalla crema di uova, latte, zucchero e farina, non era certamente adatto al periodo di astinenza alimentare. La data del 19 marzo, istituita da **papa Gregorio XV** nel 1621, era puramente convenzionale, visto che, di solito, i Santi vengono celebrati nel giorno della morte e di quella di Giuseppe non si sapeva assolutamente nulla. È probabile che la data sia stata scelta per la sua vicinanza all'Annunciazione del Signore (25 marzo) e ai sacri eventi del periodo pasquale; ma, così facendo, la festa di San Giuseppe è stata posta anche in prossimità dell'equinozio di primavera, che separa annualmente il periodo della morte rituale della natura da quello del suo risveglio e della sua rinascita e che, tradizionalmente, veniva solennizzata con festeggiamenti e riti propiziatori della fertilità e della purificazione agraria. Pur non essendo il procreatore di Gesù, Giuseppe ne era stato protettore e nutrittore, secondo il concetto classico del *pater familias* e, nella rappresentazione simbolica, se la *mater* è colei che dà il latte, il *pater* è colui che dà il pane. È noto come gli alimenti associati alle festività rappresentino il significato più autentico della festa stessa. Non può quindi essere un caso il fatto che in Sicilia e a Palermo, in particolare, per la festa di San Giuseppe siano preparati pani artistici. Tuttavia, nel caso della festa dei falegnami romani, distribuire il pane durante l'evento avrebbe probabilmente avuto un effetto meno gioioso, facendo anche venir meno la manifattura *coram populo* del cibo simbolico. Nel cibo di strada si sa che il fritto

è la modalità di cottura preponderante; da tale scelta pragmatica deve essere derivata quella di preparare frittelle e bignè; ma probabilmente non solo per questo. È lecito, infatti, chiedersi come mai col passare degli anni siano rimasti associati alla festa proprio i bignè alla crema.

---

*Con il passare degli anni sono rimasti associati alla festa i bignè alla crema*

---

Per quanto li riguarda è interessante notare che **la pasta choux sembra essere nata alla corte dei Medici**, per mano del pasticcere **Penterelli**, intorno alla metà del XVI secolo; mentre **il dosaggio della crema pasticciera è stato pubblicato per la prima volta nel 1691** dal cuoco **François Massialot**. Quindi, forse, per farcire i bignè originari si usava una crema leggermente diversa. Al di là degli aspetti tecnici, per quanto riguarda quelli semiotici, non si può non sottolineare il simbolismo del bignè: un sottile guscio di pasta ripieno di una sostanza vellutata e molto energetica. Così, se San Giuseppe rappresenta il *pater familias*, protettore e nutrittore della sua gente, la contaminazione delle tradizioni pagane con le feste propiziatorie di quel periodo dell'anno deve aver favorito **l'associazione tra i festeggiamenti in suo onore e quel dolce terribilmente ghiotto, metafora dell'uovo** che, da simbolo della rinascita primaverile della natura, era divenuto, con il Cristianesimo, **il simbolo della rinascita dell'uomo in Cristo**.



# La sacra tradizione della cucina pasquale in Lunigiana

di Giuseppe Benelli

Accademico della Lunigiana

*Tortelli d'erbette,  
delicato agnello  
zerasco, dolci  
profumati,  
accompagnati dai vini  
dei colli di Luni  
e della val di Magra.*

**L**a Lunigiana, divisa tra Liguria e Toscana, è una terra ricca di storia e cultura che vanta una lunga e varia tradizione enogastronomica, dovuta alla sua conformazione orografica. Collinare e montana, segue lo scorrere del fiume Magra e appare al turista, che valica il passo della Cisa, come un verde anfiteatro di boschi che coprono le pendici dei suoi monti sovrastati dalle vette bianche delle Apuane. **In questa magica terra**, insieme ai castelli malaspiniati che rievocano l'itinerario dantesco, **si trovano molte ricette e piatti della tradizione. Luigi Veronelli** era particolarmente **incantato dalle bellezze territoriali e dalla gastronomia di Lunigiana**: "lo 'battò' da anni le città, i paesi, i borghi di questa nostra Italia e non finisco di meravigliarmi tante e tali sono le sorprese e le prove di una civiltà che

non ha pari e confronti. [...] Nelle famiglie ho trovato cibi ancestrali, di gelosa ed esaltante fattura".

---

*È a tavola che si vede  
che è veramente Pasqua*

---

Quante volte, alla domanda "Sei contento?" abbiamo risposto "**Sono felice come una Pasqua**"? Il modo di dire affonda le sue radici nella religione: per gli ebrei la felicità corrisponde alla liberazione dalla lunga schiavitù in Egitto, per i cristiani consiste nel fatto che alla passione e morte di nostro Signore Gesù Cristo segue la resurrezione. Quale motivo per essere più felici della certezza della vita eterna? Inoltre, dopo la Quaresima, con i divieti di mangiare carne, dolci e bere alcolici, la Pasqua giungeva come una vera e propria liberazione. Questa festività rappresenta il passaggio dall'inverno alla primavera e l'arrivo delle belle giornate. I ricordi pasquali sono le pulizie della casa, la benedizione del parroco con il chierichetto, le campane che suonano a festa, la messa di mezzanotte e il pontificale del vescovo in duomo, ma soprattutto i cibi e i dolci. Dove si vede che Pasqua è veramente Pasqua è a tavola, con i suoi riti tradizionali.

Fin da tempi molto remoti, **alle uova è stato attribuito il significato di rinascita** e rinnovamento. I primi cristiani decisero di introdurle nelle celebrazioni sulla resurrezione di Cristo, diventando simbolo del sepolcro rimasto vuoto. Per questo, a partire dal Medioevo, si è diffusa l'usanza di regalare uova colorate in periodo pasquale. In passato era tra-

Torta d'erbi





Tortelli di erbetta

incontaminato. La razza riesce ad adattarsi alle condizioni climatiche dell'Appennino, restando quasi tutto l'anno sui pascoli fino a 600-1.200 metri di altezza. In questo territorio il pascolo è di notevole estensione e ciò è dovuto al fatto che **nello Zerasco si perpetuano ancora gli usi civici** e le proprietà collettive (*compasqui* o *comunalia*), **antiche forme di gestione dei pascoli** che risalgono all'epoca pre-romana. Nel 2001 viene istituito il "Consorzio per la valorizzazione e la tutela della pecora e dell'agnello di Zeri", che vigila che **il bestiame sia allevato allo stato semi-brado, con un'alimentazione rigorosamente a base di latte materno, erbe e fieni locali, ma anche ghiande, castagne e mele selvatiche.**

Con un'alimentazione del genere, la carne degli agnelli non può che essere straordinaria: dolce al palato, molto tenera, con una fragranza marcata senza sentore di selvatico. **La preparazione più tradizionale è la cottura nei testi:** una sorta di forno "portatile" in ghisa (un tempo di terracotta), con la forma di una pentola bassa e larga, che viene riscaldato sul fuoco di fascine di legna. Quando è ben caldo su entrambe le parti (i cosiddetti "soprano" e "sottano"), si adagia all'interno una teglia di rame con **i pezzi insaporiti da un battuto** di lardo, aglio, prezzemolo, rosmarino e salvia, **accompagnati dalle gustose patate di Zeri.**

A esaltare la cucina zerasca ci ha pensato **Mario Soldati** che nel 1966 scrive: "Sono tutti cibi genuini e locali: il pane senza lievito detto *lisa*, con salame e con prosciutto. E pane con lievito, detto *alvà*, ossia 'levato, alzato'. Gli *armlet*: ossia lasagne di farina di castagno. I *testareui*, i famosi testaroli, spugnosi e spumosi, conditi col pesto [...]. Il *modjulo*, o moggiolo: una sorprendente schiacciata di farina di castagna ricoperta di ricotta e di erbe. E, alla fine, dopo un timballo di riso e di stufato, e dopo il capretto allo spiedo con l'insalata, gli sbalorditivi *suitèri*, come a dire 'salterelli'. Sono formaggi pecorini e caprini, pieni di piccoli vermi bianchi". Prelibatezze, queste ultime, rigorosamente proibite dalle attuali norme igienico-sanitarie.

dizione tingere le uova di rosso, colore associato alla Passione di Cristo. Da qui, la tradizionale benedizione delle uova pasquali al termine delle celebrazioni religiose in tutte le chiese. Si cominciava a colorarle la sera prima, per poi metterle sul tavolo a Pasqua, e giocarci per vedere quale fosse l'uovo che resisteva di più senza rompersi. Il legame religioso si tramanda anche per altri cibi.

### *Carsenta, schiacciata di Pasqua, canestrello: gustosi dolci pasquali*

**Nel Fivizzanese la carsenta** si preparava la sera del **Venerdì Santo** e lasciata lievitare al calore del fuoco per tutta la notte, prima di essere cotta nel forno a legna. Un dolce classico, sempre gustoso e gradito, è il **ciambellone, noto anche col nome di "schiacciata di Pasqua"**. Ne esiste una variante fatta con **metà farina di castagne e metà bianca**. Per la domenica delle Palme, in Lunigiana, era d'uso preparare un **canestrello** o alcuni piccoli canestrelli, farli benedire durante la funzione domenicale e mangiarli al pranzo di Pasqua. Un tempo, si consumava a piccole dosi **durante tutta la Settimana Santa**. C'è chi lo preferisce semplice e **profumato di anicini e scorza di limone**, sapori antichi che si sentono ancora entrando nelle pasticcerie lunigianesi, profumi che aiutano a ricordare e pensare.

La Lunigiana, infatti, è una terra di meditazione, con i suoi ampi orizzonti ver-

so il mare: bisogna saperla gustare come i suoi cibi e i suoi vini. L'aria di primavera pasquale è il tempo di **erbette sapientemente scelte nei prati** dalle donne che le raccolgono rigorosamente di mattina, prima che il sole caldo ne porti via le essenze e gli aromi. In particolare **a Pontremoli si cucinano le torte d'erbi e i tortelli di erbetta**. Le prime sono torte ripiene di ortaggi ed erbe spontanee messe sotto sale e, come spesso accade con i piatti della tradizione, ogni paese - o meglio ogni famiglia - custodisce gelosamente la propria ricetta. I secondi sono ravioli fatti a mano con la sfoglia ripiena di erbe dei campi, formaggio e ricotta, conditi con olio locale particolarmente prezioso. Recita un proverbio pontremolese: "*I turdei d' verdua i en sèmpar bun, ma a l'oli i en pù mèi* (i ravioli di verdura sono sempre buoni, ma all'olio sono migliori)". **Il tutto accompagnato dai vini dei colli di Luni e della val di Magra:** le varietà principali sono Vermentino, Albarola, Malvasia, Trebbiano, Durella per i bianchi; Pollera, Sangiovese, Merlot, Ciliegiole per i rossi.

### *La carne dell'agnello di Zeri è molto tenera, senza sentore di selvatico*

Tuttavia, chi la fa da padrone alla tavola pasquale lunigianese è **l'agnello di Zeri**. La pecora zerasca, razza ovina autoctona di cui scrive, nel 1845, l'agronomo **Antonelli**, è allevata in un ambiente



# Gorizia e Nova Gorica capitali della cultura europea 2025 anche in cucina!

di Roberto Zottar

Delegato di Gorizia

*Basterebbe elencare i nomi dei cibi di ogni giorno, per avere riscontro di un melting pot gastronomico e linguistico stratificato nei secoli.*

**N**ova Gorica e Gorizia saranno capitali europee della cultura nel 2025: divise dai conflitti nel passato, ora unite da intensa cooperazione, le due città si sono imposte di diventare "Capitale Europea della Cultura" transfrontaliera di Italia e Slovenia e hanno vinto. Insieme a loro è riuscita a imporsi anche Chemnitz in Germania, un'altra città di frontiera sul confine ceco, famosa per i duri combattimenti che l'hanno vista al centro della Seconda guerra mondiale. La nomina a capitale europea della cultura è un titolo che viene attribuito ogni anno a due città appartenenti a due diversi Paesi comunitari e si pone l'o-



Pinza pasquale

biiettivo di **tutelare e promuovere la diversità e l'integrazione** delle varie anime della cultura europea: valorizzazione e cooperazione sono le parole d'ordine che animano il progetto.

Fino a non molto tempo fa le due città sono state politicamente e fisicamente divise, anche se in realtà Nova Gorica ha una storia di soltanto una settantina d'anni in quanto fu costituita allo scopo di ridare un baricentro amministrativo all'area territoriale circostante annessa alla Jugoslavia. **Dal punto di vista gastronomico, invece, non c'è mai stata una differenziazione divisiva.**

La cucina di Nova Gorica, durante il governo jugoslavo, ha forse risentito maggiormente degli influssi di pietanze serbo-balcaniche come i *burek* (sorta di strudel salati di pasta fillo ripieni di carne o formaggio), gli spiedini di carne *razniči*, le *pljeskavice* (sorta di hamburger speziati) e gli oggi onnipresenti *čevapčići* (polpettine grigliate di carni miste e cipolla), ma le città hanno saputo assimilarli senza differenziarsi. **In entrambe, infatti, oggi si gustano sia i čevapčići sia la Ljubljanska**, una versione arricchita della *Wiener Schnitzel* austriaca, che consiste in due fette di vitello o maiale, farcite con prosciutto cotto e formaggio, poi impanate e fritte, servite con salsa tartara.

*La cucina delle due Gorizie: un'affascinante storia della cultura a tavola di diversi popoli*

La cucina delle due Gorizie è un giacimento gastronomico dietro il quale si nasconde un'affascinante storia della cultura a



Gorizia

tavola di diversi popoli europei e non. **Gorizia** è da sempre al **crocevia di culture gastronomiche diverse**: da quella latina prima, a quella veneta della Serenissima Repubblica di Venezia, dall'influsso mitteleuropeo degli Asburgo a quello dei mercanti greci, turchi, libanesi presenti a Trieste e infine degli Ebrei. Tali incontri hanno dato origine a **interessanti contaminazioni che Gorizia ha poi saputo fondere e rielaborare nel proprio patrimonio gastronomico**. Al periodo latino certamente si possono ricondurre le rape inacidite dalle vinacce della *brovada* friulana che qui assumono il nome sloveno di *repa*, dato curioso perché invece nella valle dell'Isonzo, in Slovenia, si chiamano di nuovo *brovada*! Già citate da **Apicio** nel *De re coquinaria*, sono qui cotte con aglio, mentre in Friuli si preparano prevalentemente con cipolla, e accompagnano i piatti di carne e insaccati di maiale e caratterizzano anche la *jota*, che a Trieste ha invece i crauti.



Gubana goriziana

Venezia, oltre al *bacalà*, che qui è cotto in tante e diversificate maniere e perfino con uvetta e cannella come nel caso del rinascimentale *bacalà* alla cappuccina, ci ha lasciato l'uso dei *savôr*, dalle *sardèle* agli *sfofi* (sogliollette) alla zucca, tutti marinati con cipolle cotte e aceto.

*L'area mitteleuropea, oltre a molti dolci e torte, ha influito con i gusti agrodolci*

L'area mitteleuropea, oltre a molti dolci e a torte ottocentesche (*Sacher*, *Dobos*, *Pissinger*, *Rigojanci*, *Punch*) che ogni famiglia ancora cucina in casa, ha influito certamente con i gusti agrodolci, soprattutto in certi primi piatti come gli **gnocchi ripieni di susine**, o di ciliegie o albicocche, o l'uso di **compot di frutta** o di susine, simili al caratteristico *Powidl* austriaco. **L'uso di paste lievitate ricche**, come nel caso dei *Buchteln* (*brioche* da colazione) o della *pinza* goriziana, dolce focaccia pasquale, è sì certamente **dovuto all'influsso boemo portato dalle cuoche dei funzionari dell'impero**, ma è stato assimilato, rielaborato e...ri-esportato! Oggi le pasticcerie austriache preparano per Pasqua la *Görzer butterpinza*, cioè *pinza* al burro di Gorizia. Per esempio, **gli strucoli in straza** o *kuhanj strucklji* (strudel dolci bolliti racchiusi in un canovaccio) **sono un glocal**, esempio cioè di globalizzazione e localizzazione: lo strudel, parente del *baklava* medio orientale, giunto con i Turchi in Ungheria nel 1541, ha qui adottato, in tale versione, le usanze locali di cottura in acqua, analogamente come avviene per i *Kobariški štruklji*, i ravioli bolliti agrodolci ripieni di Caporetto e della Valle dell'Isonezo, e per i *cugini cjalcons* carnici. I *chifelletti* (biscottini) di mandorle o noci, che corrispondono agli austriaci *Vanillerkipfer-*

*In*, sono anche chiamati *curabiè*, perché derivati dai *kurabiedhes* greci e parenti dei turchi *kurabye*. **L'influsso greco orientale si ritrova anche nella sarme**, gli involtini di foglie di verza o di cavolo cappuccio o di vite con carne e riso, o **nelle titole o frati o menihi**, **treccie pasquali di pan-dolce che racchiudono un uovo sodo rosso**.

Basterebbe elencare i nomi dei cibi di ogni giorno, ognuno con una storia curiosa e talvolta complessa, per avere riscontro di questo *melting pot* gastronomico e linguistico che si è stratificato nei secoli: *Liptauer* (formaggio), *Jota* (minestra), *Schinkenflecken* (lasagne/pasticcio al prosciutto), *Matufi* o *Sterz* o *Šganze* o *Prežganka* (sorta di gnocchetti asciutti o in minestra), *Koch de Grieß* (sformato dolce di semolino), *Kugelhupf* (ciambellone che si gusta da qui fino in Alsazia, passando per Austria, Svizzera e Germania), *Krapfen*, *Kaiserschmarren* o *placinke* (frittate o crêpe dolci), *Snite* o *Schnitte* (pan dolce fritto simile al *pain perdu* francese), *Presnitz* (gubana goriziana presente anche a Trieste)... e potrei continuare!

**Il piatto più tipico di ogni osteria è il gulasch, con progenitori ungheresi ma localmente adattato** e cucinato con guancia di manzo, vino rosso e maggiorana e accompagnato da gnocchi di pane (canederli o *Brotknödel*), o da *chifei* o *Kipferln* di pasta di patate fritte.

*La cucina locale ha assorbito ma ha anche influenzato altre gastronomie*

La cucina locale ha sì assorbito ma ha anche influenzato altre gastronomie. **La putizza** o *potica* o *povitica* (parente della *gubana* delle Valli del Natisone), cioè 'rollata' in sloveno, è **nata in queste zone di confine** e appare già nell'opera dello storico **Janez Vajkard Valvasor** *Die Ehre des Hertzogthums Crain* (*La gloria del ducato di Carniòla*) del 1689, dove viene descritta come **un dolce con impasto finemente steso e spalmato di noci e miele, arrotolato e cotto**. Da qui è stata adottata da tutta la Mitteleuropa nel senso più ampio del termine, dalla Romania e Bulgaria dove viene chiamata *kosonac*, all'Austria, alla Boemia, alla Polonia con la *Babka*. Presente anche nei ricettari ebraici askenaziti dell'Europa orientale, grazie agli emigranti ha raggiunto perfino gli Stati Uniti dove è documentata a Kansas City.

A tutte queste ricchezze gastronomiche **si aggiungono poi gli eccellenti vini bianchi del Collio goriziano e del con-tiguo Brda sloveno** assieme a molti altri pregiati prodotti tipici e tradizionali: insomma un piccolo compendio dell'eno-gastronomia meritevole di accogliere un turismo di qualità in occasione di questo bell'evento.

La Delegazione di Gorizia sta già lavorando ad alcuni progetti gastronomici transfrontalieri insieme alle Amministrazioni locali italiane e slovene e ai ristoratori della provincia di Gorizia e della Goriška, la provincia di Nova Gorica. L'obiettivo è di realizzare non solo una serie di eventi gastronomici tematici nel 2025 ma anche un volume plurilingue sulla gastronomia più tipica delle due città.



Strucolo in straza con ricotta



# Aceto balsamico, quello vero

di **Morello Pecchioli**

*Accademico onorario di Verona*

*Nella boccetta si concentra l'anima di un territorio: il vino, il mosto, la gente, la storia, il clima, l'ambiente.*

**È** nato prima l'Aceto balsamico tradizionale di Modena o l'Aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia? Secondo gli studiosi reggiani è nato, ovviamente, prima il loro: nel 1046, 975 anni fa. Lo cita il monaco benedettino **Donizone**, nel poema *Vita Mathildis*, dove si legge che l'imperatore **Enrico III** supplica **Bonifacio di Canossa** per ave-

re un po' di "quell'aceto tanto lodato che aveva udito farsi colà perfettissimo". Il "colà" è riferito al castello dei Canossa, i cui ruderi sono ancora visibili in provincia di Reggio Emilia. "Eh no", replicano i modenesi, "quella testimonianza non vale: l'aceto dei Canossa sarà stato pure perfettissimo, ma nel documento manca la parolina magica: balsamico". Parolina che troviamo, nel 1747, nel *Registro delle vendemmie e vendite dei vini per conto delle due cantine segrete del palazzo ducale di Modena*, dove è citato "un mastello di vino bianco levato dalla cantina segreta su ordine di **Antonio Lancellotti** per rincalzare l'aceto balsamico". Quindi, ufficialmente, è nato prima quello modenese.

Gli uni e gli altri sono, però, d'accordo che l'albero genealogico dell'Aceto balsamico tradizionale, sia di Modena sia di Reggio Emilia, affondi le radici, *muta-*

*tis mutandis*, nell'età romana. Prima di fare un salto nell'antica Roma mettiamo un punto fermo sul vero balsamico.

*Sono solo tre gli aceti che possono fregiarsi della medaglia del balsamico*

Sono tre - e solo tre - gli aceti che possono fregiarsi della medaglia del balsamico: **l'Aceto balsamico tradizionale di Modena Dop (ABTM)**, **l'Aceto balsamico tradizionale di Reggio Emilia Dop (ABTR)** e **l'Aceto balsamico di Modena Igp**. Qualsiasi altro aceto che si vanti, in etichetta, di essere balsamico, è taroccato, falso come una banconota da tre euro. I tre aceti estensi sono garantiti dall'Europa che a due concede il marchio di tutela Dop, Denominazione di origine protetta, e al terzo il marchio Igp, Indicazione geografica protetta. **Il Dop è il top; è l'anima di un territorio: vino, mosto, storia, clima, ambiente e l'uomo.** Anche l'Igp garantisce l'origine geografica e l'alta qualità del prodotto, ma ha un processo di lavorazione più corto nel tempo.

**I Dop di Modena e Reggio Emilia sono come i gemelli monozigoti**, talmente somiglianti che perfino la madre fatica a distinguerli. Tutte le operazioni di "costruzione" del prodotto - produzione, trasformazione ed elaborazione - avvengono all'interno della loro provincia. Le uve sono suppergiù le stesse (lambrusco soprattutto); i tempi di cottura del mosto simili; i legni pregiati utilizzati per i vaselli, uguali; stesso il tempo di **invecchiamento in botticelle di grandezza degradante:**





**almeno 12 anni.** Ma chi vuole il meglio del meglio, chi vuole il sorriso della Gioconda, aspetta anche 25 anni.

**E l'Aceto balsamico di Modena Igp?** È pur'esso un'eccellenza italiana, riconosciuta dall'Europa nel 2009. Fra i tre balsamici è il più conosciuto e commercializzato nel mondo perché a differenza degli aristocratici Dop non se la tira (sul prezzo), è un aceto democratico, accessibile al popolo dei gourmet che vogliono godere di questo superbo condimento emiliano senza dover accendere un mutuo. **Le differenze con i Dop sono marcate,** è vero, ma è anch'esso figlio dello stesso territorio, della medesima gente e della stessa storia, quella degli antichi ducati estensi. Il suo disciplinare è di manica più larga in merito alle uve, agli ingredienti che si possono aggiungere al mosto (aceto di vino, caramello), ai metodi e tempi d'invecchiamento. L'Igp non viene travasato di vasello in vasello, né rabboccato. Dopo 60 giorni può essere messo in commercio, ma se vuol passare di grado per anzianità di affinamento deve starsene buono buono in botte per almeno tre anni.

*Esiste una parentela tra la sapa dell'antica Roma e l'aceto balsamico di Modena e Reggio?*

E adesso la domanda da un milione di euro: tra la **sapa dell'antica Roma, un mosto di vino cotto che si usava come salsa,** e l'aceto balsamico di Modena e Reggio esiste parentela? Sapa deriva dal latino *sāpere*, aver sapore. Ne parlano **Ovidio, Plinio, Columella. Apicio usava il defrutum - un mosto cotto meno concentrato della sapa - sull'anatra alle prugne e sulla murena arrosto,** piatti che facevano andare in sollùcero

i Luculli e i Trimalcioni dell'Urbe antica. Più che la **sapa sembrerebbe il defrutum più imparentato con il balsamico.**

È un dato di fatto che già i Romani distinguessero tra sapa e aceto di vino. Il poeta **Marco Valerio Marziale** insaporiva gli epigrammi con sale e aceto, condimento che amava in modo particolare: "Lo stesso cibo non piace più/se gli togliamo il morso dell'aceto".

**La sapa resiste per secoli. Pellegrino Artusi** (fine 1800) spiega: "La sapa, ch'altro non è se non un siroppo d'uva, può servire in cucina a diversi usi poiché ha un gusto speciale che si addice in alcuni piatti". E consiglia di intingervi lo gnocco fritto o la polenta. **Gabriele D'Annunzio** suggerisce di mescolarla col vino per dar vigore a chi lavora nei campi: "Metti la sapa nel vino del mietitore".

Nel 1500, illustri gastronomi differenziano i condimenti nati dal vino. **Ludovico Ariosto**, testimoniando i suoi gusti semplici, **distingueva l'aceto dal mosto cotto:** "In casa mia mi sa meglio una rapa/ch'io cuoca, e cotta s'un stecco me inforco,/e mondo, e spargo poi di aceto e sapa,/che all'altrui mensa tordo, starna o porco/selvaggio". **Bartolomeo Scappi**, maestro dell'arte del cucinare e cuoco segreto di due papi Pio, il IV e il V, nell'*Opera* scrive che per preparare buoni piatti non devono mai mancare aceto, mosto cotto e agresto. **Questa sua distinzione è fondamentale.** L'agresto di cui parla (oggi, purtroppo, quasi dimenticato) non è aceto e pur essendo fatto col mosto cotto dell'uva, non è balsamico né può essergli minimamente apparentato. Prima di tutto l'uva per produrlo dev'essere colta molto acerba; poi il sapore è più acido che agrodolce; infine la tecnica della lavorazione è assai meno complessa. Resta il mosto cotto. Poteva essere il balsamico? Poteva, ma anche a Scappi, come al su

accennato Donizzone, manca la parolina magica "balsamico" che potrebbe retrodatare di qualche secolo la nascita del tradizionale aceto di Modena e Reggio.

*Nel 1700, l'aceto balsamico è una realtà consolidata e invidiata*

Con i "se" e con i "poteva" non si fa la storia che pretende fonti certe. E la storia, paziente come l'aceto balsamico Dop che invecchia molti e molti anni nei vaselli, alla fine produce una fonte certa: quell'Antonio Lancellotti che nel 1747 dà ordine di levare dalla cantina segreta del duca di Modena un mastello di vino bianco per rinalzare l'aceto balsamico. La fama del quale passa di corte in corte.

**Nel 1764 il Gran Cancelliere dell'impero russo, conte Michail Voronzov,** in missione diplomatica a Modena, **supplica Francesco III d'Este, duca di Modena e Reggio, di inviare alcune bottigliette alla zarina Caterina.** Dieci anni dopo, una lettera accompagna il dono di quattro flaconcini fatto da tale **Antonio Boccolari,** restauratore della corte estense, al milanese **Antonio Tecchi:** "Ardisco fare presentare a Vostra Signoria Illustrissima quattro piccole Boccie del mio Aceto Balsamico". Siamo alla fine del XVIII secolo: il balsamico è una realtà consolidata e invidiata. **Alla corte di Ercole III d'Este si custodiscono gelosamente, nel torrione di sinistra del palazzo ducale, barili e barilotti "dell'aceto balsamico alla modenese".** Ma, ahimè, tanta gelosa segretezza non basta a sottrarre l'aceto balsamico dall'appetito dell'ingordo **Napoleone che nel 1796 raziò le acetaie del duca insieme ai capolavori d'arte del Guercino, dei Carracci, di Reni e Giambologna.** Non contenta, la Francia d'oggi ha provato a impedire che l'Europa concedesse all'aceto balsamico di Modena l'Igp nel 2009. Meno male che almeno questa battaglia l'ha perduta. Chissà come le stanno sullo stomaco i 970 milioni di euro (dati 2017) del valore dell'Igp al consumo. Senza aggiungere il grande valore dei tradizionali Dop.



# Cannoli e cassata siciliana, *patrimonio gastronomico nazionale*

di **Nicola Nocilla**

*Delegato di Cefalù*

*Il lungo cammino  
di due dolci golosi,  
frutto di ingredienti  
e sapori provenienti  
dalle cucine  
di popoli diversi.*

**C**annoli e cassata definiti, nel *Lessico Universale Italiano*, il primo come “tipico prodotto della pasticceria siciliana” e il secondo “dolce siciliano”, sono entrambi di origine incerta. **Il cannolo**, per esempio, se si attribuisce a **Cicerone** la frase “*tabus farinarius, dol-*

*cissimo edulio ex lacte factus*”, risalirebbe all'impero romano, oppure al periodo della dominazione araba se si dà credito alla leggenda che indica quali inventrici le ospiti dell'harem Kalt El Nissa di Caltanissetta.

*Varie ipotesi sull'origine  
della cassata*

**La cassata**, poi, sarebbe stata creata da un pasticciere saraceno mescolando la ricotta di pecora con lo zucchero di canna in un recipiente semisferico di rame, detto *qasât*. Tuttavia, **si parla anche di un dolce di cacio**, sicuramente di ricotta, addolcito con il miele **nella Magna Grecia** e **Petronio** scrive di un dolce confezionato con la pasta del pane, ricotta e

miele, riprodotto in un affresco della famosa villa di Oplontis. **Certamente esisteva nel 1500**: viene infatti citata in un documento del sinodo dei Vescovi tenutosi a Mazara (all'epoca con due zeta) nell'anno 1575, in cui si legge che l'affannoso lavoro delle monache in cucina, per la sua preparazione durante la Pasqua, le distraeva dalla preghiera.

Si rinvencono, cioè, notizie più o meno attendibili che confermano l'appartenenza dei cannoli e della cassata ai saperi e sapori di una cultura gastronomica, quella siciliana, resa complessa ed entusiasmante da contributi e innesti sapientemente amalgamati, provenienti dalle diverse cucine (greca, ebraica, araba, normanna, spagnola, francese) con cui la regione è venuta a contatto.

*Un lento sviluppo nel tempo,  
durante il quale i due dolci  
si arricchiscono di nuovi sapori*

Una lettura della loro evoluzione può essere tentata esaminandone **gli ingredienti base** che, **per il cannolo**, sono: cialda di pasta frita, ricotta di pecora, zucchero, cioccolato; e, **per la cassata**, ricotta, zucchero, pan di Spagna, pasta reale, frutta candita e glassa di zucchero. **Gli azzimi ebraici** sono stati parte essenziale anche della pasticceria siciliana nel Medioevo e **da questi si può far derivare la cialda**. **Lo zucchero**, estratto dalla **canna** da zucchero, introdotta dagli Arabi, **sostituisce il miele** e introduce un elemento base nella manifattura della crema di ricotta.

Nel periodo normanno, a Palermo, **dalle**





**suore del convento della Martorana è creato un impasto di farina di mandorle e zucchero,** “la pasta reale o martorana”, che costituirà l’involucro esterno della cassata, inizialmente in pastafrolla. Con gli Spagnoli, che resteranno in Sicilia fino al 1713, **oltre al cioccolato viene introdotto un altro ingrediente base: il pan di Spagna.**

**Alla fine del 1800, si aggiunge la frutta candita** e la cassata assume l’attuale consistenza con il trionfo di forme, di colori e di sapori che la rendono uno dei dolci più caratteristici della cultura dolciaria siciliana. Anche il cannolo si arricchisce con il decoro finale della frutta candita, in genere una striscia di scorza d’arancia sul dorso o alle estremità.

Si tratta di un lento sviluppo nel tempo durante il quale i due dolci vengono implementati e arricchiti di nuovi sapori e un insieme di conoscenze gastronomiche, progressivamente acquisite, li rendono di **complessa e articolata lavorazione**, possibile solo nei palazzi della nobiltà o nei luoghi, i conventi, in cui veniva confinata la nobiltà cadetta di una aristocrazia che continuava a mantenere un potere economico e politico assoluto. Soprattutto **i conventi di suore** (ricchi di risorse economiche, con grande disponibilità di manodopera paziente e dedicata, capace di gesti semplici ma sapienti con cui manipolare i prodotti naturali e confezionare dolci che già nell’aspetto destano meraviglia e stupore) **divengono luoghi di primaria importanza nell’arte dol-**

**ciaria e culinaria.** Si trattava, cioè, di specialità privilegio del clero e dell’aristocrazia. Insieme alle monache, quest’ultima, con i monsignori, è custode di un’arte dolciaria elitaria.

*I Florio regalano la cassata alle teste coronate di tutta Europa e ai magnati del Nuovo Mondo*

Dopo il 1860, con l’incorporazione dei beni ecclesiastici da parte del nuovo Stato unitario, viene meno il sistema di accumulazione della ricchezza che consentiva la vita dei monasteri. Nascono le “monache di casa” che continuano la vita monacale in abitazioni private. Si determina, in tal modo, una socializzazione di conoscenze e saperi anche al di fuori di un’aristocrazia in crescente crisi economica. **Nuove classi sociali emergono e anche i dolci, compresi cannoli e cassata, hanno in ambito regionale una maggiore diffusione.** È in questa fase storica, attorno al 1878, nell’epoca d’oro dei Florio, che **la cassata siciliana, per mano del pasticciere palermitano Salvatore Guli, diviene un trionfo** di pan di Spagna, crema di ricotta, vaniglia e pasta reale, glassa di zucchero, cedro e cannella, frutta candita, zuccata e capello d’angelo, marmo mischio di tarsie geometriche, arabeschi floreali.

**I Florio** la regalano alle teste coronate di tutta Europa, a magnati e giornalisti del

Nuovo Mondo, **ben imballata in scatole di latta decorate, oggetto di collezionismo.** Qualche anno dopo (1896), **Nicolò Dagnino**, giunto a Palermo da Genova, **apre la “Pasticceria del Massimo”** che, negli anni Cinquanta del secolo scorso, inaugura locali a Roma dove fa conoscere cassata e cannoli.

All’inizio del 1900 emigrano in Sicilia comunità di svizzeri che contribuiscono alla trasformazione definitiva dell’attività dolciaria, da prevalentemente artigianale a imprenditoriale. **Cristiano Cafilich** nel 1896 apre a Napoli e a Palermo la prima pasticceria svizzera. A Catania, il 16 dicembre 1914, **Alessandro Caviezel** e **Ulirico Greuter** aprono una pasticceria simile a quella palermitana di Cafilich.

La diffusione della trazione dolciaria siciliana si deve anche a un’emigrazione di segno opposto, dalla Sicilia a Milano. **Salvatore Freni**, proveniente da Messina, salvatosi a stento con la sua famiglia dal terremoto che il 28 dicembre 1908 sconvolse la città, **crea nel 1914 a Milano la sua pasticceria basata, fra l’altro, sui cannoli e sulla cassata.**

I flussi migratori verso le zone industriali del Paese (Torino, Milano) diventano un veicolo capillare di diffusione della cultura gastronomica siciliana e numerose sono ormai le pasticcerie che, anche al Nord, si cimentano nella preparazione dei due dolci siciliani, coadiuvate, però, da una preparazione industriale delle scorze, della crema di ricotta già dolcificata e del marzapane.



# I duecento anni del *Maraschino dei Luxardo*

di **Pietro Vincenzo Fracanzani**

*Delegato onorario di Colli Euganei-Basso Padovano*

*Da Zara  
ai Colli Euganei:  
la storia del  
Sangue Morlacco.*

**R**ecentemente, nella Distilleria dei Luxardo a Torreglia, nel cuore dei Colli Euganei, è stata inaugurata **una nuova tinaia dove le marasche, questi frutti piccoli del *prunus cerasus*, pianta molto produttiva, di colore rosso nerastro come la polpa dal sapore acido e amaro, diventano Maraschino**, liquore che veniva preparato presso i monasteri nella Dalmazia veneta. Sareb-

bero originarie dell'Asia Minore, portate dal generale romano **Lucullo**. E noi desideriamo raccontarvene la storia.

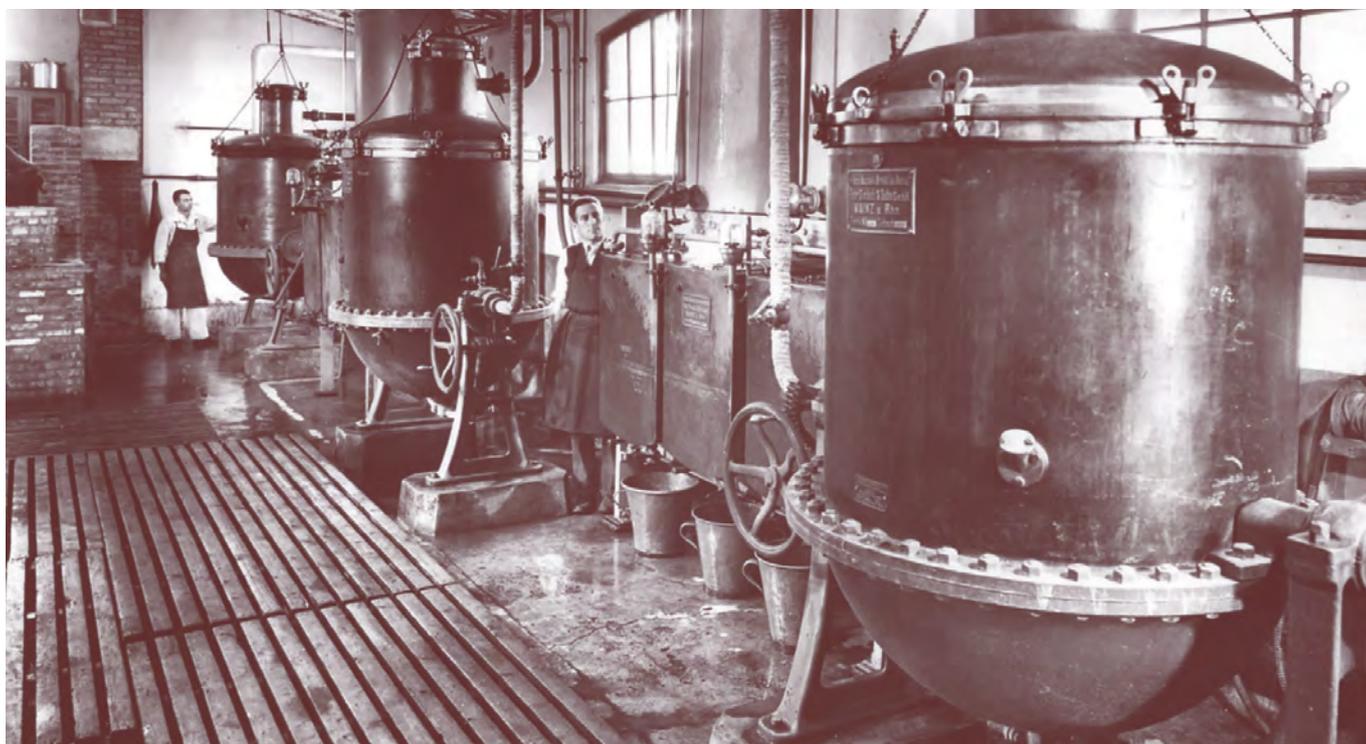
Sono trascorsi duecento anni, eravamo **nel 1821, da quando il console genovese di nobili natali, Girolamo Luxardo, fondò a Zara, sulla costa dalmata, rigata di marascheti, la Privilegiata Fabbrica Maraschino Excelsior** per distillare le marasche e ottenerne il Maraschino contenuto in una classica bottiglia impagliata. Dopo due secoli è rimasta identica, con il suo verde smeraldo, il tappo rosso e l'etichetta con impresse le medaglie internazionali vinte. Con la G capovolta della firma del fondatore Girolamo Luxardo.

Il frutto viene raccolto tra la fine di giugno e i primi di luglio e nello stabilimento

subisce una pressatura morbida. **Il sugo delle marasche, le foglie e altre componenti vegetali sono messe in infusione alcolica in tini di legno poroso dove macerano per almeno due anni.**

A questo punto compaiono gli alambicchi di rame che operano la distillazione a vapore. Se ne conserva solo il cuore: il distillato di Maraschino è messo in tini prima di larice e poi di frassino, che esaltano il profumo di questo liquore trasparente che sa di marasca.

*I Luxardo, esuli, insegnarono  
alla gente euganea  
la coltura della marasca*



Come sono arrivati i Luxardo a Torreglia, alle pendici dell'acrocoro euganeo, dalle coste dalmate? Le tragiche vicende dell'occupazione jugoslava di **Tito**, nel 1944-45, e le foibe nelle quali vennero trucidati tanti giuliani, dalmati e istriani e che annoverarono tra le vittime anche alcuni Luxardo, ne fecero degli esuli che trovarono rifugio in provincia di Padova, a Torreglia, dove trasferirono i propri impianti insegnando alla gente euganea la coltura della marasca sui morbidi pendii dei colli che sovrastano la zona termale. **E il tino più antico della nuova fabbrica porta incisa la data del 1947**, doppiamente simbolica perché corrisponde sia all'arrivo dei Luxardo a Torreglia sia alla conferenza di Parigi.

Nello stesso 1821, quando il nobile genovese Girolamo Luxardo scrisse la prima ricetta del distillato di marasche, **ideò anche un Ratafià**, sempre con la polpa dei frutti del *prunus cerasus*, chiamato *Vishnà*, nome turco. Due anni dopo **Girolamo incontrò a Venezia**, porta della Dalmazia, **Antonio D'Annunzio, zio del "Vate Gabriele"** che adotterà, nel 1851, il non ancora famoso poeta, eroe della Prima guerra mondiale, durante la quale compì imprese leggendarie, basti citare il volo da San Pelagio (Padova) a Vienna nell'agosto del 1918, per inondare la capitale dell'odiato nemico austriaco non di bombe ma di manifestini inneggianti all'Italia. Antonio D'Annunzio, oltre a una cospicua eredità, trasmise a Gabriellino il cognome D'Annunzio ben più altisonante e nobile di quello paterno Rapagnetta. Dal sodalizio tra Girolamo e Antonio nacque un rapporto di affari che si materializzò nel commercio di rosolio. Molti anni dopo, Gabriele fece una crociera per visitare Zara "odorosa di maraschino selvaggio".

*Gabriele D'Annunzio battezzò il Ratafià di marasca "Sangue Morlacco"*

Quando **nel 1919 il "Vate" diventò il Comandante di Fiume**, occupata militarmente con una sorta di colpo di stato da ufficiali e militari, arditi del Regio Esercito,



che rivendicavano "Fiume italiana", tra i giovani soldati che avevano conquistato *manu militari* la città del Quarnaro di cui i trattati di pace avevano negato l'italianità, **vi era Pietro, della quarta generazione dei Luxardo del Maraschino**. Egli **non fece mai mancare, sulla tavola dell'Immagnifico Vate e militare, il Ratafià di marasca**, battezzato dal poeta soldato "**Sangue Morlacco**" per l'**origine dalmata e i riflessi purpurei**. Così **D'Annunzio** ricorda nei *Taccuini* quelle serate piene di spavalderia e di un sottinteso erotismo: "... pranzo alla Taverna dell'Ornitorinco, il mammifero oviparo della Tasmania impagliato che la denominava, i canti degli ufficiali, il profumo delle donne... il liquore cupo che alla mensa chiamai Sangue Morlacco". Il Comandante era entrato a Fiume il 12 settembre 1919; l'avrebbe lasciata, dopo il cosiddetto Natale di sangue, nel 1920, tra le incertezze politiche di Presidenti del consiglio (soprattutto **Nitti** da lui defini-

to con disprezzo "Sua Indecenza Cagoja") che avevano abbandonato la conferenza di Parigi ove si sarebbe dovuta discutere l'italianità della città del Quarnaro.

**D'Annunzio fece del Sangue Morlacco la bevanda per eccellenza e volle un'etichetta speciale con la sua firma autografa e la didascalia "il liquore cupo che alla mensa di Fiume chiamavo Sangue Morlacco"**. Se ne fece confezionare un centinaio di bottiglie con etichetta stampata su carta Fabriano.

È un liquore, quello di marasca, prevalentemente da dessert, ma è entrato in gastronomia attraverso l'elegante passerella dei dolci, accompagnandosi bene al dolce padovano "la pazientina" a base di cioccolato e zabaione. Il Maraschino entra poi in alcuni raffinatissimi cocktail ai quali apporta l'aroma inconfondibile del frutto da cui deriva. La generazione dei Luxardo continua anche con gli ultimi giovanissimi discendenti, tuttora impegnati nella gestione della distilleria.



# Il formaggio Piora

di **Emilio Casati**

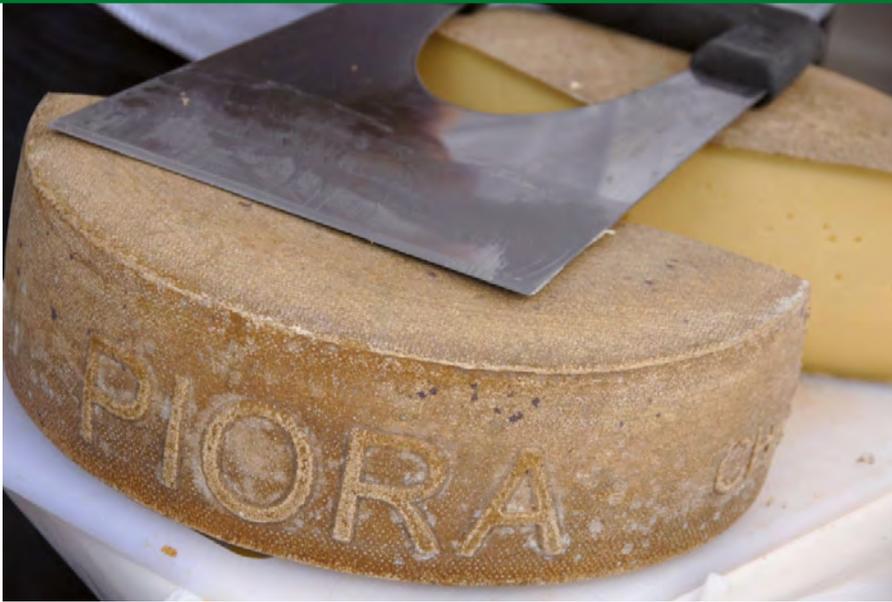
*Delegato della Svizzera Italiana*

*L'espressione  
di un'eccellenza  
dalla tradizione  
quasi millenaria.*

Il formaggio Piora nasce in un alpeggio ticinese con caratteristiche uniche e particolari. **La storia dell'alpe Piora e del suo formaggio parte da lontano. Era il 23 maggio 1227** quando le nove "vicinanze" di Leventina (i comuni di allora), capendo che lo sfruttamento dei pascoli alpini rivestiva una grande importanza per l'economia della valle, decisero di spartirsi le alpi. Alla "vicinanza" di Quinto furono assegnate le alpi di Ravina, Prato/Garzonera e Piora. Due giorni dopo, il 25 maggio, gli uomini di Quinto si radunarono e decisero a loro volta di dividersi, tra le varie famiglie della "vicinanza", lo sfruttamento di queste tre alpi. L'alpe

di Piora fu così assegnata alle famiglie che abitavano le frazioni sulla montagna della sponda sinistra del fiume Ticino. **Questa gente capì subito che la val Piora era un pascolo particolarmente ricco, da sfruttare con intelligenza e rispetto.** Per questa ragione si dotarono di regole precise che ogni singolo boggese era tenuto a osservare. Nel corso dei secoli tali diritti passavano da generazione in generazione tramandando anche le tradizioni e le esperienze dei padri, tese sempre a migliorare la qualità dei prodotti. Solamente secoli dopo fu possibile capire, grazie alle numerose ricerche scientifiche effettuate sul territorio, per-





ché questa terra fosse così fertile e offrisse prodotti di eccellenza.

*Dalle erbe aromatiche  
dei pascoli in altura  
i sapori unici del Piora*

Oggi sappiamo che la particolare geologia della valle, formata da rocce di falda del Gottardo, da quelle di falda del Lucomagno e dalla dolomia che sta nel mezzo (Pizzo Colombe), permette la crescita di **una vegetazione estremamente ricca e diversificata**. Sono state censite dal **"Centro di Biologia Alpina"** delle Università di Zurigo e Ginevra, che occupa i vecchi ricoveri riattati del bestiame, **più di cinquecento specie vegetali**, molte delle quali sono conosciute come erbe particolarmente lattifere, quali, per esempio, il *Trifolium* alpino, la *Polygala* alpestre o il *Ligustricum* mutellina. Oltre a questo, la valle che va da Est a Ovest, quindi particolarmente esposta al sole durante il periodo alpestre, possiede una **grande ricchezza idrica**: ventun laghi, ventotto paludi, quattordici torbiere, cinquantotto corsi d'acqua e ben centosessantotto sorgenti censite che contribuiscono alla crescita ideale del foraggio per la mandria.

I boggesi, consapevoli di tali peculiarità, hanno sempre cercato, nel rispetto della natura, di migliorarne lo sfruttamento, riuscendo a produrre fino ai giorni nostri un formaggio di grande pregio, tanto è vero che **fino alla metà del 1900 il for-**

**maggio d'alpe per eccellenza era il Piora**, mentre quello prodotto sulle altre alpi della Leventina era chiamato "tipo Piora" e quello che proveniva dai monti del Cantone era detto "uso Piora". Oggi sono allevati sull'alpe di Piora 260 vacche da latte, 100 manzette e vitelli e un certo numero di maiali.

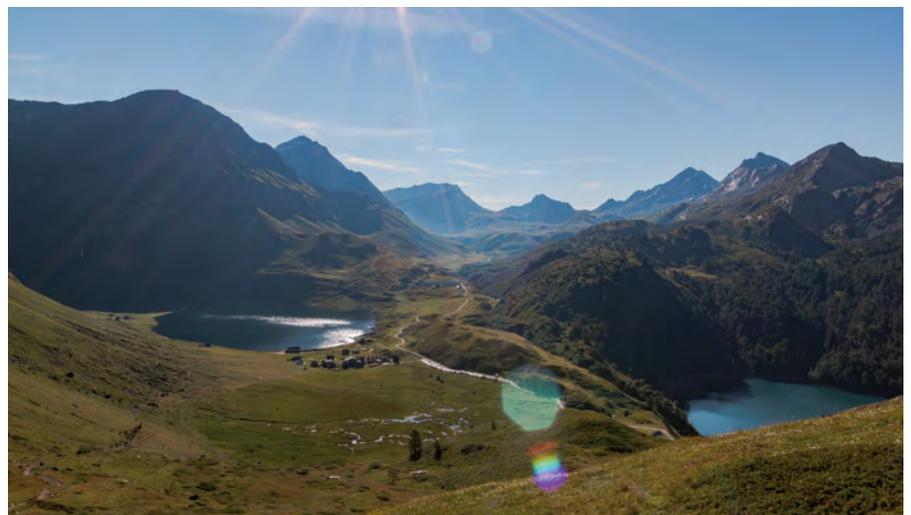
*In stagione, si producono circa  
3.500 forme di formaggio,  
burro pregiato e ricotta*

Durante la stagione che va da fine giugno/inizio luglio a settembre, vengono prodotte dalle 3.200 alle 3.500 **forme di formaggio di 6/7 kg di peso**, per un totale di circa 230 quintali per stagione. Si producono, inoltre, una trentina di quintali di burro pregiato e alcuni quintali di ricotta

che vengono venduti direttamente sull'alpe o nei negozi della regione. È interessante notare che **la Corporazione che gestisce l'alpe non è proprietaria dei prodotti**: al termine della stagione viene equamente calcolato, in base alle pesature del latte che vengono effettuate tre volte (a inizio, metà e fine stagione), **quanto formaggio spetta a ogni singolo proprietario**, il quale ritira la sua parte per portarla nella propria cantina di stagionatura per l'affinamento, che può anche superare i 36 mesi.

L'alpe si estende su una superficie di 3.500 ettari, di cui 1.000 sono **pascoli produttivi a un'altezza che varia dai 2.000 ai 2.500 m.s.m.** Per la sua particolarità e specificità, **l'alpe di Piora è stata studiata da numerose comunità scientifiche**, tra le quali possiamo annoverare l'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo dove è stata discussa, in proposito, una tesi di dottorato.

L'attuale "Ufficio della Corporazione dei boggesi di Piora", che si occupa della gestione alpestre, consapevole del patrimonio che gli è stato affidato, è deciso a continuare la tradizione di chi li ha preceduti, nel rispetto della natura, ma migliorando, laddove sia possibile, la produzione in ossequio agli odierni requisiti di igiene e razionalità del lavoro. A tal proposito va segnalato che nei prossimi cinque anni sono previsti ulteriori investimenti, che dovrebbero rendere più efficienti le infrastrutture e più confortevole il lavoro degli alpigiani.





# I ravioli di Gardel

di Anna Lanzani

Accademica di Buenos Aires

*La cucina italiana nel tango argentino.*

**Q**uando un dodicenne sconosciuto, magrolino e claudicante, si infilò dalla finestra nell'appartamento in cui soggiornava **Carlos Gardel**, al 18° piano del *Beaux Arts Building*, sulla 44ª strada di New York, e gli consegnò un invito a pranzo da parte di sua madre, il grande cantante, già famoso in tutto il mondo, non fece una piega e accettò di buon grado. Il piccoletto era **Astor Piazzolla**, ma all'epoca sapeva appena suonare. **Fu il menu a convincere Gardel: ravioli.**

La storia del tango argentino è ricca di aneddoti di questo tenore, non pochi con al centro il cibo italiano. **Figli di ita-**

**liani sono d'altra parte quasi tutti i "grandi" dell'"época de oro" del tango**, cresciuti in quel meraviglioso crogiuolo di contaminazioni regionali che erano i quartieri degli emigranti della Buenos Aires di inizio Novecento, **dove i panettieri genovesi cuocivano pizze** nelle teglie delle focacce (*fugazza/fugazzetta* è tuttora la pizza alle cipolle) e **dove la cotoletta**, servita con un *topping* di pomodoro e mozzarella, **si chiamava milanese napoletana.**

*Il tango entra fra i divertimenti del quartiere La Boca, popolato per il 90% da italiani*

**Alla fine dell'Ottocento**, è nel quartiere La Boca, popolato per più del 90% da italiani, che il tango entra nelle notti del

divertimento popolare. Dai caffè all'angolo tra le vie Suarez e Necochea, supera la clandestinità "oscena" della sua gestazione e si "*adecenta*", si "*ripulisce*" **per diventare il ballo simbolo di una città.**

**Anibal Troilo**, detto *Pichucho*, figlio di una campobassana (di Agnone) e di un teatino (di Archi), **celebra le trattorie de La Boca** oggi snaturate dall'afflusso di turisti, **dove era immancabile la presenza di un italiano che suonava un tango:** "... *la cantina/ llora siempre que te evoca/ cuando toca, piano, piano,/ su acordeón el italiano....*" (La Cantina di Troilo/Castillo). "Mostro dell'intuizione" e "capace di sintetizzare l'essenza più pura e ricca del tango" secondo Piazzolla, Troilo suonava, mangiava (maccheroni e polpette) e beveva "smodatamente".

**Tra i primi ad arrivare a La Boca all'inizio di quella che poi fu definita un'al-luvione migratoria, furono i genovesi.**





**Plasmarono la lingua del cibo** popolandola di parole come *tuco* (da tocco, nella sua forma dialettale) che ora si estende a tutti i condimenti per il sugo; *pascualina* (da pasqualina) che spesso indica le torte salate in generale e *tallarín* (da taglierini) ormai sinonimo di **espaguetis, spaghetti**. La Buenos Aires dell'epoca è in piena espansione e, grazie prevalentemente ai flussi migratori, passa da 200 mila abitanti nel 1870 a 1,5 milioni nel 1914. Il fermento sociale anche ascendente fa capolino dai testi di varie canzoni.

**Dopo i genovesi, arrivarono piemontesi, veneti e lombardi:** con loro, **la polenta**, considerata nutriente ed energetica. *Pulenta* diventa, nella lingua popolare di Buenos Aires, **sinonimo di forza e straordinaria energia:** è in questa accezione che il termine è usato nel brano *Bien Pulenta* di **D'Arienzo/Varela**, altri grandissimi dell'"*época de oro*" del tango. Un altro pezzo reso famoso da D'Arienzo menziona invece **la grappa** che, insieme al whisky, al gin e al fernet, popolava le notti "brave" di Buenos Aires: si tratta di *Corrientes y Esmeralda*, che descrive le abitudini dei nottambuli e celebra la Avenida Corrientes, la via dei teatri di Buenos Aires ritenuta da Carlos Gardel "meglio di Broadway".

Lo straordinario contesto sociale del Rio de la Plata vedeva emigrati di varie regioni - e dialetti - vivere a pochi isolati di distanza, condividere strade, locali di divertimento e di lavoro. Mentre nella madrepatria l'idea di "italianità" si stava faticosamente affermando, **nelle città sudamericane gli emigrati trovarono una sorta di identità nazionale** precoce se non nella lingua, **nei gesti e nel cibo**. Si pensi, tra l'altro, che la "**Legione Ita-**

**liana"** di emigrati da varie regioni, nel Rio de la Plata, **combatté in Uruguay al comando di Garibaldi fin dal 1843**, ben prima, cioè, della proclamazione del Regno d'Italia.

*Nei testi del tango entrano parole, cibi e tipi di comportamento degli emigranti*

Tracce di quello che potremmo definire un *melting pot* italiano si trovano ovviamente anche nei testi del tango, come in *A contramano* del 1928, in cui si dice di far attenzione a un tale calabrese che, se fatto ingelosire, prenderebbe a "mattarellate" il rivale, usando "*el garrote de los tallarines*"; il mattarello per i taglierini. E sempre **i tallarines, intesi oramai genericamente come pasta lunga**, si

ritrovano anche nel bellissimo testo di *Chiquilín de Bachín*, di Piazzolla, la cui madre Assunta, originaria di Massa Sassorosso in Garfagnana, era famosa proprio per i suoi **tallarines con salsa fileto** (filetti di pomodoro).

Il tango ci invita anche a una riflessione ampia su concetti come autenticità, tradizione e origine nelle manifestazioni culturali popolari. Se infatti nei *tangós* (centri di ritrovo) del Rio de la Plata si inscenava in musica l'incoronazione dei re del Congo (candombe), è solo quando questo ritmo si contamina con quello della milonga (angolana, poi brasiliana e gauchesca) e dell'*habanera* cubana (una derivazione della frottola veneziana, secondo alcuni studi) che abbiamo le prime tracce di quello che noi chiamiamo "tango" e che, per diventare tale, dovrà poi comunque innestarsi con balli europei (polka, mazurka e valzer) e con la canzone melodica italiana, per arrivare così alla sua espressione novecentesca. **Solo con il successo dell'"época de oro", negli anni Quaranta del Novecento, le forme del tango si cristallizzano** al punto che, quando Piazzolla propone un'interpretazione evolutiva, i tradizionalisti lo accusano di essere "*el asesino*" (l'assassino) del tango. Eppure fu grazie a lui che il genere conobbe un nuovo successo mondiale. Grazie a lui e a quei ravioli che sua madre cucinò a New York in una mattina di primavera del 1934.





# Lo pan ner

di Vasco Marzini

Accademico di Aosta

*Il pane di segale, cotto dalle famiglie nei forni a legna, è protagonista di una gradevole manifestazione che rende omaggio alla tradizione.*

**D**alla prima domenica di ottobre e per tutto il mese di novembre, i forni comunitari dei vecchi villaggi valdostani riprendono vita, si accendono per **la cottura del pane di segale** e con loro si accendono gli animi dei valligiani, adulti e bimbi, che insieme rievocano, con tale evento, le sensazioni; riscoprono i sapori e i profumi antichi; rinsaldano le amicizie e se ne fanno di nuove.

**Il vecchio forno**, per tutto l'anno quasi abbandonato e dimenticato, **riprende a vivere**, diventando il fulcro della vita e del lavoro e, con esso, riprende vigore lo spirito comunitario che anima le genti, coinvolgendo tutti i partecipanti, dai più anziani, che così facendo ricordano i bei tempi di gioventù, ai giovani che riscoprono i valori veri di un popolo con-

tadino, senza dimenticare il folto gruppo di turisti, che quasi tutti gli anni partecipa, sempre più numeroso, all'evento.

---

*Nel 2015, la prima edizione della manifestazione dedicata al pane nero*

---

La prima edizione della manifestazione in grande stile **nasce in Valle d'Aosta**, nel 2015, **per rendere omaggio alla tradizione**, ancora molto sentita, che voleva **la preparazione, da parte delle famiglie, del pane tradizionale** di segale, **cotto nei forni a legna**. Grazie ai finanziamenti ottenuti nell'ambito del programma di cooperazione territoriale transfrontaliera Italia-Svizzera, nell'intento di valorizzare un *sapere/saper fare*, e al contempo il ruolo delle Comunità, il BREL (Bureau Régional Ethnologie Linguistique de la Région autonome Vallée d'Aoste et Archives historiques) ha organizzato l'evento, in collaborazione con 48 comuni della Valle d'Aosta. L'Assessorato agricoltura e risorse naturali della regione è riuscito nell'intento di valorizzare, da una parte, il pane di segale nonché il *saper fare* e i riti a esso connessi, tramandandosi nel corso delle generazioni, grazie a un loro evidente radicamento nel tessuto sociale agricolo valdostano e, dall'altra parte, creare un evento di richiamo turistico. Tale evento ha successivamente valicato i confini della regione, suscitando grande interesse della Regione Lombardia e della Val Poeschiavo nel cantone dei Grigioni (Svizzera), che nel 2016 hanno svolto in contemporanea la manifestazione.





Torniamo al *pan ner*. Il pane è sempre stato l'alimento più importante nel mondo intero, anche 4.000 anni fa, nella tomba dei Faraoni dell'antico Egitto veniva messo per l'aldilà, assieme agli oggetti più preziosi. Nella Bibbia viene citato dal profeta Isaia "Allora Egli - cioè Jahvè Dio - concederà pioggia per il seme che avrai seminato nel terreno e, anche il pane, prodotto dalla terra, sarà abbondante e sostanzioso".

Pane bianco, nero, giallo... nel periodo dell'ultimo conflitto bene prezioso che mancava; esso, oltre a essere scarso, era di pessima qualità: la gente si accontentava di "mettere sotto i denti" pani insipidi prodotti addirittura con parte di segatura.

---

*Durante la guerra, nei centri rurali di montagna c'era ancora qualche campo di segale*

---

Si salvavano i piccoli centri rurali di montagna, dove c'era ancora qualche campo di segale e i vari forni consortili davano la possibilità alle popolazioni di cibarsi del prezioso alimento.

**Pane che veniva cotto una sola volta l'anno** e, precisamente, in quel periodo che precede l'inverno, per poi conservarlo nei solai ben arieggiati, deposto su particolari rastrelliere chiamate in *patois* (lingua francoprovenzale valdostana) *ratelé*. Il pane, oramai secco, ma molto friabile, era usato per comporre alcuni piatti tradizionali, quali zuppe o minestre. Esso si spezzettava su un tagliere di legno al quale era vincolata una

robusta lama, dal nome di *coppapan*, e ogni famiglia lo usava dato che **il pane nero essiccato era l'ingrediente primo nella cucina tipica rustica valdostana**. Il prezioso cibo, ridotto in piccoli tozzi, veniva usato come "corroborante" immerso nel vino, con un po' di zucchero e a volte con l'aggiunta di un uovo crudo e burro; questo specifico piatto, tipico della valle del Gran San Bernardo, era chiamato *seuppa freida*, destinato ai soli uomini per ben sopportare il duro lavoro dei campi.

**Per i più piccoli** erano confezionati e cotti, anch'essi nei forni consortili, i **pani** fatti espressamente per loro, **che avevano forme fantastiche di animali, galletti, piccole bambole** ed erano guarniti di zucchero, noci e mandorle, i quali, per un po' divenivano gli unici giochi prima di essere mangiati.

---

*Diversi dal classico pan ner, alcuni pani sono dolci: il mecoulin, il flantzé e la micoola*

---

Tra i particolari pani, confezionati nelle diverse valli, troviamo il **mecoulin della zona di Cogne**, cotto per Natale, **pane dolce, molto aromatico e "ricco", formato da una parte di farina di segale e una parte di farina bianca, zucchero, uvetta imbevuta nel Rhum**. Altri pani tipici e dolci li troviamo tra la media e bassa valle dove potremo assaggiare il *flantzé* e la *micoola* del borgo di Hone Bard, preparazioni anch'esse fatte con farina integrale di segale, ma con l'aggiunta di farina di frumento, castagne,

fichi secchi e uvetta, burro, zucchero e uova in abbondanza, prelibatezza veramente ricca che si allontana molto dalla caratteristica produzione del *pan ner*. In Valle d'Aosta si contano ancora **300 forni per la cottura del pane**, dei quali circa **140 in perfetta funzione e gestiti in maniera consortile**.

Ce ne sono di diversi tipi e capienza, con focolare esterno oppure all'interno del locale che lo ospita, comprensivi di "pastino" per la lavorazione del pane: sono **tutti circolari e in pietra. Il più antico è il forno della frazione di Anselmet che porta la data 1651**, a seguire quello in frazione Buillet di Introd datato 1692. I forni antichi hanno il profilo della bocca triangolare, in pietra, con varie incisioni: date, nomi di famiglia, croci, e la dimensione è data dalla possibilità di cottura simultanea che varia dagli 80 ai 120 pani.

#### RICETTA TIPICA DEL PAN NER

**Ingredienti (per circa 100 forme):**  
25 kg di farina di segale, 80 kg di farina di frumento non raffinata, 40-45 lt di acqua calda, 6 manciate di sale, lievito madre ben diluito.

**Preparazione:** mescolare bene tutti gli ingredienti; coprire con un telo e lasciar riposare per circa 2 ore e mezza. Accendere un fiammifero sull'impasto, quando si spegne significa che il prodotto è pronto per l'impasto e si possono comporre i pani per la cottura.



# Il bardiccio, da brutto anatroccolo a insaccato goloso

di Giancarlo Saran

Accademico di Treviso

*Un tempo era la salsiccia dei poveri, frutto della sapienza materiale della Valdisieve.*

**C**he il tempo possa essere galantuomo è una scommessa che si para davanti periodicamente nei percorsi di vita di ognuno. Così si potrebbe dire anche del bardiccio, una piccola creatura golosa, frutto della sapienza materiale della Valdisieve, due colline oltre Firenze. Leggenda racconta che sia nata verso la metà del 1800, quando la regola quotidiana era far di necessità virtù, in questo caso per conciliare il pranzo con la cena in quelle realtà rurali in cui, spesso, un singolo maialino veniva allevato come

uno di famiglia, per poi venire sacrificato, in nome della nobile causa, in salami, prosciutti e poco altro. All'inizio la dieta era di necessità, ossia quanto avanzava dalla dispensa domestica: scarti di patate, frumento, fave secche. Poi, ma l'innocente creatura non poteva saperlo, avveniva il cambio di passo. Si passava al goloso ingrasso con castagne e ghiande raccolte sotto le querce, giusto per dare alle sue carni un'identità legata al territorio. Il rito del suo sacrificio mobilitava la comunità. I norcini giravano "missionari" per le aie con i loro attrezzi e confezionavano ad arte quanto di meglio la materia suina poteva offrire. Al loro fianco, discrete, le madri di famiglia provvedevano già alla mensa in diretta, per esempio preparando i roventini, bocconcini di sangue fritto con il pecorino. Le nonne pronte con i rotolini di spago per avvolgere nel loro budello insaccati diversi. Quando, alla fine,

sulla spianatoia della mattanza suina avanzava sempre qualcosa, polmone, cuore, rognone e ghiandolame vario, **ecco l'insaccato della staffa, quello dell'ultima ora, che però era il primo a esser consumato** nei giorni a seguire, anche perché, a quel tempo, poco adatto alle lunghe conservazioni: **il bardiccio**.

*In macelleria era confezionato in coppia a formare lunghe collane che decoravano le pareti*

**Si distingueva al volo.** Generalmente di **una pezzatura più che doppia (20 cm) rispetto alle normali salsicce** per un motivo molto semplice. Essendo il polmone tra gli ingredienti principali, quando si asciugava, oppure in cottura, cedendo l'aria residua, si sgonfiava di tutta la sua apparente baldanza. **Bardiccio di sopravvivenza. Un tempo companatico dei cacciatori.** Duttile al trasporto e lesto da preparare, **arrostito nel bosco su un bastoncino**, generalmente di ulivo. In macelleria era facile da notare. Spiccava, tra altri parenti insaccati, non solo per le sue dimensioni, ma anche perché confezionato in coppia a formare lunghe collane che "decoravano le pareti come festoni da cerimonia". Cibarsi di bardiccio stava a significare non potersi permettere costate e tantomeno filetti o prosciutti. **Era la salsiccia dei poveri.** L'utilizzo, tra le pareti domestiche, quanto mai semplice. **Alla griglia**, avvolto in carta gialla e posto ad andare in temperatura, discreto, sotto la cenere. Molto in voga tra chi, al lavoro nei campi, magari in tempo di raccolta delle olive, doveva conciliare panza e sostanza.



Poi, nel dopoguerra, con il boom economico, il tempo dell'oblio, sostituito da una concorrenza altrettanto golosa, ma meno economica. Sono quelle situazioni in cui il valore dell'imprinting, soprattutto tra le papille golose, fa la differenza. Il primo riscatto nel 1976, con Bacco Artigiano, a Rufina, storica vetrina del miglior artigianato e della gastronomia locale della Valdisieve. Il bardiccio è tornato a nuova vita, ora non più parente povero di più signorili cugini insaccati, ma elevato a pari dignità tanto che presentarsi dal beccaio di fiducia reclamando il bardiccio è segno di nobiltà (golosa). Non solo ma, negli ultimi anni, si è verificato un rincorrersi di paternità iniziali. Se prima era una sorta di n.n. (imbarazzante anonimato anagrafico), ora sono in molti a rivendicare lo jus primae patriae, con la tipica vivacità toscana. Oltre ai tagli prescelti (notevolmente migliorati per qualità nel tempo), una caratteristica identitaria era la presenza del finocchietto selvatico che, più che a darne un cambio di passo organolettico, serviva a coprire piccoli peccatucci di origine. Finocchio identitario della più nobile finocchiona, dove la differenza di "ciccia" sta nei tagli pregiati che la compongono. Finocchio che, comunque, non sempre viene usato perché, per esempio, salendo di altura nella stessa valle, come a San Godenzo, il finocchietto non si trova, ma la qualità della concia è garantita da Manuel Primarti.

*Uno dei testimonial della rinascita di questa creatura golosa è Alessandro Sarti*

Uno dei testimonial della rinascita di questa piccola creatura golosa è Alessandro Sarti con il suo *Il Bardiccio!*, edito da Edizioni Polistampa. In copertina il tratto inconfondibile di Staino fa recitare al suo Bobo "Non fatevi infinochiare", posto che il vero bardiccio bisogna saperlo riconoscere, ora che è diventato prodotto goloso e ricercato. Mete sicure a Pontassieve che, dal 2016, ha organizzato manifestazioni diverse, con il bardiccio protagonista e palio regolamentare asse-



Alessandro Sarti con l'attore Sergio Forconi (a destra) testimonial del bardiccio

gnato ai vincitori, cuochi e macellai. Tra questi un posto di spicco ai fratelli Fabbrini, Antonio e Davide, testimoni di un'attività di famiglia iniziata nel 1916. Un mestolo illuminato è Stefano Frassinetti il quale, con pazienza, ha saputo attualizzare il bardiccio fra tradizione e innovazione, come con il risotto e le bruciate (castagne abbrustolite). Negli ultimi anni si è posta particolare attenzione alla materia prima, valorizzando il grigio del Casentino, un maiale nato dall'incrocio tra le scrofe bianche locali e i maschi di cinta senese, che danno ulteriore sprint alle sue carni. Coniugare epoche diverse con il bardiccio protagonista è la sfida delle varie manifestazioni che si svolgono lungo la Valdisieve, andando anche oltre l'aspetto prettamente culinario. Testimone la Sagra del fusigno a Londa. Qui, la vigilia di Natale, si allestiscono due grandi bracieri in piazza e a ogni partecipante si forniscono gratuitamente un bastone appuntito, un bardiccio e due fette di pane. Si rievocano riti antichi, quando ci si ritrovava in famiglia o tra

conoscenti e, con il bardiccio testimone silenzioso, si rievocavano storie ed esperienze. Laddove per "fusigno" si intende il mangiucchiare intorno al fuoco dopo cena. Un'intuizione che ha avuto tale successo da andare in replica anche oltre il calendario canonico con il fusigno estivo, presto diventato tra i maggiori richiami nel calendario degli eventi del Parco delle Foreste Casentinesi.

*Il ricettario che lo riguarda è un'intrigante antologia a 360 gradi*

Elencare il ricettario che lo riguarda è un'intrigante antologia a 360 gradi. Mentre un tempo ci si accontentava del bardiccio rifatto, cioè ricotto il giorno dopo assieme a quanto la dispensa trovava tra rape e pomodori, oggi abbiamo i fagioli all'uccelletto con il bardiccio, memoria senza tempo di mamma Sonia, quella che ha dato l'imprinting goloso al figlio Alessandro Sarti. La cuoca stellata Valeria Piccini lo spadella con i tortelli in brodo di razza e funghi, mentre sulle rive dell'Arno, a Firenze, troviamo Filippo Germa-si che lo introduce nei ravioli abbinati poi con astice e crema di fagioli cannellini. A Dicomano troviamo il coniglio in porchetta farcito al bardiccio. E che dire dell'hamburdiccio, una golosa rivisitazione del classico Mac hamburger proposto da Claudio Zagli a Rufina, dove il bardiccio è protagonista? Nel terzo millennio, cadono le barriere lungo un menu per cui la pizza di Alberto Moretti, a Pontassieve, la trovate con bardiccio e rape e pure al dessert prosegue il tocco d'artista con il gelato al bardiccio, felice intuizione di Vetulio Bondi o di Gianluca Sottani. Come ha giustamente sottolineato Francesco Sorelli, il bardiccio "Oggi, da brutto anatrocchio della misera cucina contadina, si è fatto cigno e dimostra una grande versatilità in numerosi piatti" anche se, come ricorda la penna gourmet di Leonardo Romanelli, per fare un bardiccio come si deve occorrono due ingredienti principali: "il cuore e la testa di chi lo prepara".





# Le morchelle, appuntamento di primavera

di Giancarlo Burri

Accademico di Padova

*Detti anche spugnole,  
sono prelibati funghi  
primaverili  
da consumare  
solo ben cotti.*

**D**isorientati dalle caotiche trasformazioni cromatiche regionali imposte dal *coronavirus*, i veri appassionati di funghi paventano l'annullamento del *rendez-vous* con i più prelibati funghi primaverili, le morchelle. Il nome deriva dal tedesco *Morchel*, che significa *piccola spugna-spugnola*, per l'aspetto particolare del cappello (mitra) cavo e solcato da costolature irregolari delimitanti numerose cellette (alveoli) che gli conferiscono il caratteristico aspetto spongiforme. Funghi terricoli, spesso gregari, le spu-

gnole crescono sia nei boschi di latifoglie sia di conifere, su terreni ghiaiosi o sabbiosi, in aree recentemente bruciate da incendi (nella primavera del 1945 un gran numero di questi funghi fu trovato, in Normandia, nei crateri delle bombe sulle spiagge dello sbarco).

Le morchelle possono anche essere coltivate in serra: le produzioni di Cina, Francia e Svizzera mettono a disposizione dei mercati morchelle fresche, e in particolare essiccate, spuntando prezzi decisamente elevati.

All'interno del genere *Morchella* si è so-



liti suddividere le varie specie in due gruppi: quello delle “**morchelle gialle**” caratterizzate da mitra a forma conico-globosa, come la *Morchella esculenta Pers.*, e quello delle “**morchelle nere, con mitra di forma conica e appuntita**”, come la *Morchella conica Pers.* I Romani consideravano i funghi cibi raffinati, dall'*Amanita caesarea* al *Boletus edulis*, non trascurando quelli campestri come l'*Agaricus campestris*. Proprio tra le proposte gastronomiche di **Apicio** (*De re coquinaria*) molti studiosi ritengono che possano considerarsi dedicate alle morchelle quelle elencate sotto la voce *sfondili*: ben sette ricette nelle quali, curiosamente, **si impiegano i funghi dopo averli lessati. Una raccomandazione in realtà ancora oggi essenziale per disattivare l'acido elvellico, una tossina termolabile** in essi presente (la tossina si neutralizza anche mediante l'essiccazione dei funghi).

*Sull'origine e sulla forma bizzarra si svilupparono curiose storie popolari*

Sulla forma bizzarra di questi funghi e sulla loro origine si svilupparono credenze popolari e curiose storie di fantasia, dalla nascita provocata dalla **scarica dei fulmini** alla fatale emanazione di terreni degradati, **al minuscolo riparo dei folletti del bosco** che tutelano la giovinezza degli esseri umani, determinandone per secoli il quasi totale oblio. Con l'interesse dei botanici rinascimentali per i funghi (e apprezzamento per le relative commestibilità) anche le morchelle ebbero la loro giusta reintegrazione, dalla prima illustrazione di **Jacques Daléchamps** (*Historia generalis plantarum*, 1586) alle abbozzate descrizioni di **Giovan Battista Della Porta** “... a spongiarum similitudine spongiosa dicimus” (*Villae libri XII*, 1592). Successivi perfezionamenti morfologici e valutazioni gastronomiche, via via più entusiastiche, portarono le morchelle a parreggiare, in preziosità, i tartufi, sia per la limitata reperibilità sia per la qualità



organolettica (oggi codificata come un pizzico di umami fuso amabilmente con sapore di nocciola e sentori erbacei). Quando, tra il 1600 e il 1700, **con il dominio della cucina francese**, nobili e borghesi si dedicarono con fervore ai piaceri della tavola e ai preziosismi della gastronomia, **si esaltò il ruolo delle morchelle nella preparazione**, in particolare sotto forma di salse, **di piatti raffinati e delicati**. Tra i tanti, quel “lucio bollito apparecchiato con sausse d'Allemagne con morchelle e tartufi” di **François Massialot** (*Le cuisinier roïal et bourgeois*, 1705), celebre *chef de cuisine* di vari illustri nobili francesi.

*Nella cucina di famosi chef, le morchelle trovano un raffinato impiego*

Ancora oggi, nella cucina di famosi chef, le preziose morchelle trovano parsimonioso e raffinato impiego per conferire alle preparazioni quel tocco in più di sapore e aroma. Il pluristellato **Bruno Barbieri** propone una semplice ma deliziosa versione di **Tagliatelle alle morchelle**, accomodate con i funghi su un fondo di burro all'aglio e tuorlo d'uovo sodo, cosparse di cracker tritati e fatti tostare con un filo d'olio e di salamoia bolognese. Sono di **Lorenzo Cuomo** del ristorante (una stella Miche-

lin) “Re Mauri” di Salerno, i **Ravioli di branzino**, mantecati in acqua di vongole e fumetto di pesce e **impiattati con morchelle glassate**, vongole, pomodori confit e asparagi di mare sbollentati. Ancora uno chef stellato, **Giuliano Baldessari** dell’“Aqua Crua” di Barbarano Vicentino, con la sua allettante **Acqua cotta**, in cui la polpa di garusoli, aromatizzata con **brodo e polvere di morchelle**, viene servita calda con scampi crudi, cialda di polenta fritta, olio all'aglio e Salty Fingers. Sempre in tema marino, la **Spigola al vino bianco, pesche e morchelle** che il tristellato **Mario Uliassi**, dell'omonimo ristorante di Senigallia, allestisce presentando la spigola grigliata con cubetti di pesche e morchelle grigliate su salsa di mandarino, ornando il tutto con basilico fresco a julienne e nappando con la salsa *beurre blanc*. Qualche curiosità in tema: negli USA, le spugnole, con molti soprannomi tra cui *molly moochers*, *hickory chickens* e *dryland fish*, sono tanto ricercate e adorate da essere definite “tartufi americani”. Ogni primavera, centinaia di appassionati di spugnole si riuniscono a Boyne City, Michigan, per il National Morel Mushroom Festival, un evento secolare nel quale i ristoranti preparano antipasti pieni di spugnole, i cantori locali cantano delle spugnole e vengono condivisi luoghi e ricette di caccia segreti. A livello legislativo la morchella è stata proclamata, nel 1974, fungo ufficiale del Minnesota!



# Tritordeum, chi è costui?

di **Giorgio Borsino**

Accademico di Alessandria

*Un nuovo cereale,  
molto versatile  
in cucina e ricco  
di proprietà nutrizionali  
di altissimo valore.*

Il tritordeum è un cereale naturale di origine spagnola nato dall'incrocio tra grano duro (*Triticum durum*) e un orzo selvatico (*Hordeum chilense*). È un seme ibrido, **ottenuto con incroci naturali, senza modificazioni genetiche in laboratorio**, che si coltiva applicando le normali tecniche utilizzate per il frumento, possedendo anche una maggiore resistenza alla siccità e alle avversità di campo. È piantato su circa 1.300 ettari in Portogallo, Spagna, Francia, Italia (2013) e Turchia. Funziona meglio **in condizio-**

**ni di crescita più calde e asciutte rispetto al grano, utilizzando meno acqua, fertilizzanti e fungicidi.** Inoltre, grazie a questa caratteristica di risparmio idrico, **ha vinto il primo premio per un ingrediente sostenibile ai Sustainable Food Awards 2018** organizzati da Ecovia Intelligence. La sua farina si presta in modo particolare alla **preparazione di prodotti a lunga lievitazione e alta digeribilità**, adattandosi perfettamente a qualsiasi prodotto dolce e salato, donando un colore dorato e il sapore naturale di



una volta. La sua antica provenienza dal grano duro diventa una risorsa per la preparazione di pasta fatta in casa di qualsiasi tipo.

### *Il tritordeum porta notevoli benefici nutrizionali e di salute*

Questo cereale ha un **contenuto di glutine significativamente inferiore** a quello del grano tenero e del farro (spelta). Comparato agli altri cereali, ha un **più alto contenuto di proteine**, caratterizzato da una **elevata digeribilità**, e un **più basso contenuto di amido**, dunque di carboidrati e, pertanto, è consigliabile per i diabetici.

Ha un **elevato contenuto di luteina**, carotenoide antiossidante con un'azione che **protegge gli occhi** dalla degenerazione maculare e dagli effetti nocivi della luce del sole, conferendo ai prodotti che ne derivano una tonalità più gialla e un piacevole profilo aromatico. **Il contenuto di luteina è addirittura sei volte superiore a quello del classico pane di frumento.**

Il contenuto di fibra dietetica è più elevato rispetto al frumento e ha effetti positivi sulla **salute cardiovascolare.**

Il tritordeum ha un importante contenuto di **fruttani**, composti ad azione prebiotica che contribuiscono a **mantenere in buono stato la flora batterica intestinale.** La sua farina è caratterizzata da livelli più elevati di acidi monoinsaturi, primo fra tutti **l'acido oleico**, che favoriscono il colesterolo buono (HDL) e contiene meno acidi polinsaturi che favoriscono il colesterolo cattivo (LDL).

**Il rame, lo zinco e il selenio** giocano un ruolo importante nella **crescita cellulare, nel corretto funzionamento del sistema immunitario e del metabolismo** (con conseguenze sul peso corporeo) e tanto altro ancora. I cereali integrali sono una fonte essenziale di tali minerali e il tritordeum ne contiene elevati quantitativi. È fonte di **potassio**, elemento che contribuisce alla normale funzione muscolare, e di vitamina **B<sub>1</sub>** e **B<sub>6</sub>**.

I **composti fenolici** sono antiossidanti

che hanno un ruolo di **difesa contro il cancro del colon, proteggono la pelle dai raggi UV** e hanno anche **azione antinfiammatoria**: il tritordeum contiene nei suoi semi più composti fenolici del grano tenero e di quello duro, ma anche più del farro, considerato già molto salutare. È un cereale ancora poco conosciuto

dal grande pubblico, ma credo e spero che riesca finalmente a imporsi e a sostituire le super utilizzate farine bianche 00, considerate, non a torto, "cibo spazzatura" per il loro elevato contenuto di glutine, l'alto indice glicemico e la totale assenza di vitamine, sali minerali e fitonutrienti.

## LINGUE DI SUOCERA

**Ingredienti: 1 kg di farina di tritordeum, 700 ml di acqua, 25 mg di lievito di birra, 3 cucchiaini circa di sale, circa 5 cucchiai di olio extravergine di oliva.**

**Preparazione: impastare tutti gli ingredienti con la planetaria oppure manualmente. Lasciare lievitare il composto 2 ore a temperatura ambiente; porlo in frigorifero per circa 12 ore e lasciarlo ancora lievitare a temperatura ambiente per 3 ore. Ricavare dei panetti di circa 40 g e stenderli sottilmente col mattarello. Trasferirli in una teglia oleata e cuocerli a forno statico a 250 gradi per 5 minuti.**





# Alta cucina vegetale (integrale)

di Gigi Padovani

Accademico onorario di Torino Lingotto

*A Torino, lo chef Antonio Chiodi Latini apre un suo ristorante senza cibi di provenienza animale: "Omaggio alla terra e alla natura".*

Il vitto pitagorico consiste in erbe fresche, radiche, fiori, frutta, semi e tutto ciò che dalla terra si produce per nostro nutrimento. Viene detto pitagorico poiché **Pitagora**, com'è tradizione, di questi prodotti della terra soltanto fece uso". Così scriveva il letterato e gastronomo napoletano **Vincenzo Corrado** alla fine del 1700, il quale, dopo il suo famoso ricettario dal titolo *Il cuoco galante*, dedicò un libro intero al "cibo er-

baceo" o "Pitagorico". **Non a caso, visse cent'anni.** Oggi i menu *meat-free* sono di gran moda: nei supermercati si trovano assurdi "burger" di sostanze camuffate da carne, o imbarazzanti "formaggi di tofu" o di soia. C'è tuttavia anche **chi si dedica a quest'onda vegana per ragioni filosofiche e salutistiche**, riuscendo a trasmettere piacevolezza e colore nei suoi piatti, senza usare né tofu, né soia, né tempeh.

*Anche una patata, una cipolla, l'indivia possono diventare ricette gourmet*

Si tratta dello chef **Antonio Chiodi Latini**, il quale, poco prima della pandemia Covid-19, nel centro di Torino, ha aperto un piccolo ristorante che porta il suo

nome e si definisce di "cucina vegetale integrale". Dopo anni passati nell'alta ristorazione con offerta "onnivora", il cuoco torinese - anche per ragioni personali di salute - ha deciso di cimentarsi in questa nuova strada, con un obiettivo: **"Voglio offrire ai miei clienti piatti sani, gustosi, colorati, utilizzando tecniche di alta cucina:** anche una patata, una cipolla, l'indivia o un semplice carciofo possono diventare ricette gourmet, buoni da mangiare e in pace con la natura e la terra. È questo il futuro, nella speranza che il mio ospite viva un'esperienza nuova. E mi piace avere un contatto con i clienti. **La mia cucina è a vista**, la finitura dei piatti, piuttosto lunghi e complicati nella preparazione, avviene dietro al bancone, nella sala di degustazione, perché credo sia opportuno spiegare come avvicinarsi a questa mia filosofia".

Lo chef Antonio Chiodi Latini



Indivia belga e mela cotogna

Il piatto "Dedicato a Parmentier"



Il "carciofoglio"



Chiodi Latini si ispira a pensatori come **Colin Campbell** - nutrizionista americano che ha comparato l'alimentazione cinese e quella occidentale e propugna una dieta vegetale integrale - e **Rudolf Steiner** - filosofo, educatore e sostenitore della medicina antroposofica, teorico dell'agricoltura biodinamica - ma non disdegna cottura a bassa temperatura, estrattori, **evaporatori rotanti per estrarre l'essenza di una verdura con un processo di distillazione.**

### Come si prepara il "carciofoglio"

Il risultato è una serie di piatti all'apparenza molto semplici - una patata, una cipolla, un'indivia, un carciofo - ma sorprendentemente gustosi e originali. "La mia cucina si adatta ai cambiamenti della natura. Posso fare un esempio: il '**carciofoglio**'. Utilizzo un carciofo intero, con il gambo cotto a bassa temperatura, a 95°C per quindici minuti, affinché conservi le sue proprietà nutrizionali, quindi viene **tuffato in un composto di acqua e farina di riso per essere fritto in olio di vinaccioli.** Dopo la frittura, **le fette del carciofo sono disidratate a 70 °C per ventiquattr'ore. Il vapore acqueo fuoriesce, regalando al palato una verdura molto croccante all'esterno e morbida all'interno.** Non si butta niente.

Infatti, metto a sobbollire la foglia esterna del carciofo per servirla come contorno. Infine, sul fondo del piatto stendo una **crema di anacardi e zenzero, per conferire insieme la sensazione del sapido e del piccante,** mentre completa la "palette" di sapori la dolcezza del **caramello di prezzemolo,** preparato con gambo di carciofo, prezzemolo e zucchero di cocco. L'acidità viene data dalla **scorza di cedro fresco**". Una lunga preparazione, come si può capire, che secondo lo chef contribuisce a comporre un piatto di "cucina vegetale integrale". È vegana, ma va oltre, si potrebbe dire, perché intende "spettacolarizzare" i vegetali, le verdure, evitando quelle "prese in giro" - così le definisce - del finto formaggio o della simil-carne.

Chi scrive ha frequentato le migliori cucine del mondo, senza negarsi l'*asado* di vitello nella pampa argentina, i *dim-sung* di maiale e la pentola mongola a Shanghai, la *t-bone* a New York City (per restare al mondo, senza enumerare i grandi piatti "animali" della tradizione italiana) ma le preparazioni di Chiodi Latini sono in grado di soddisfare anche il gourmet più esperto, un po' come certi menu di **Pietro Lee-man** a Milano o piatti iconici come l'*Assoluto di cipolla* di **Niko Romito** e la *Matrioska di Tropea* firmata da **Davide Scabin.**

Qual è la **particolarità di questa esperienza** di Chiodi Latini? **La ricerca del colore, della piacevolezza, del gusto assoluto.** "Sulla cucina vegetale - sostiene il cuoco - non esiste documentazione

sufficiente, non ci sono studi scientifici. Negli ultimi tre o quattro anni mi sono impegnato ad avere un approccio olistico alle verdure, ma sempre al servizio dei miei clienti".

Può forse sembrare eccessivo caricare tali istanze filosofiche su un semplice menu gastronomico. Però è una scelta coraggiosa e non "talebana", come dice lo stesso Chiodi Latini, in cui non manca un po' di spirito giovanilistico e provocatorio, nonostante le sessanta primavere dello chef.

### Il commensale intinge in una crema Parmentier (senza latte) diversi tipi di tubero

Ne è un esempio il **piatto intitolato "Dedicato a Parmentier"**, nel quale il commensale usa le mani per intingere in una crema Parmentier (senza latte, ovviamente) diversi tipi di tubero: **la Miss Blush** con terra di topinanbur, **la Amandine** con terra di fiore di cardo, **la Prunelle viola** con la sua stessa terra, e **la patata americana.** Ma, attenzione: prima di prendere in mano i tocchetti di patate, i commensali devono "sanificare" le proprie mani strofinandole con un rametto di rosmarino. E le patate arrivano dalla Valle d'Aosta, dall'azienda Paysage à Manger di Gressoney - Saint Jean, gestita dal contadino-guru **Federico Chierico.**

Non sappiamo che cosa ne penserebbe il nutrizionista e agronomo francese **Antoine-Augustin Parmentier** (1737-1813), che dedicò la sua vita a diffondere l'uso in cucina delle patate - prima di lui viste con sospetto dai cuochi - in varie preparazioni a lui dedicate.

Troppe aspettative intorno a tocchetti di verdura? Forse. Per il palato, tuttavia, è un'esperienza nuova, purché si resetti il gusto rispetto alle abitudini carnivore. Chiodi Latini pensa che questa strada costituisca il futuro della cucina. Da onnivori, noi pensiamo che vi sia spazio per tutti, pur nella convinzione che una maggiore attenzione alla Terra e alle sue leggi sia necessaria. Senza nulla togliere all'emozione che può offrire un cavolo verza, cucinato come si deve.

# Eppur si muove

**di Elisabetta Cocito**  
*Accademica di Torino*

*Il mondo della cucina continua a camminare con le gambe e la testa di chi non si arrende.*

**L**a pandemia ha costretto tutti a fermarsi: non possiamo né viaggiare, né superare i confini delle nostre regioni, alcune volte anche dei nostri comuni. Fermi, congelati nelle attività, depauperati della vitalità, umiliati nelle nostre ambizioni. Eppure, **qualcosa si muove: la cucina, inarrestabile e feconda, continua a camminare con le gambe e la testa di chi non si arrende**, in particolare la cucina italiana, flessibile, adattabile e creativa. La chiusura dei nostri luoghi di ristoro, un tempo ricchi di profumi, di voci, di tintinnio di stoviglie, occasione di incontri, di amicizie, nonché di scoperta di nuovi e antichi sapori, ha messo in grave

crisi tante categorie di lavoratori e di imprenditori, dal personale impiegato nei ristoranti ai fornitori di beni e servizi, creando una situazione difficile per la quale non si intravedono, purtroppo, soluzioni a breve termine. Lo scoramento e la preoccupazione sono alti... eppure qualcosa si muove.

La necessità, **l'ingegno e la creatività hanno dato forma e sostegno a nuovi modi di vivere la propria professionalità e di proporsi sul mercato.**

*Iniziativa e startup propongono nuovi modelli di ristorazione*

Stanno nascendo, infatti, diverse iniziative e *startup* che propongono nuovi modelli di ristorazione per aggirare gli ostacoli posti dalla pandemia con una impostazione di forte cooperazione nel darsi tutti una mano e lavorare insieme per ottenere i migliori risultati al minor

costo possibile. Nello spirito di tale indirizzo, **un primo esempio è fornito dalle iniziative di *kitchen sharing***, ispirate al modello *coworking* oggi adottato in più ambiti lavorativi, e concepite con l'obiettivo primario di **ridurre i costi fissi per chi desidera cominciare un lavoro di consegna di cibo a domicilio**. Poiché il *delivery* proseguirà anche oltre la fine della pandemia, le nuove iniziative non guardano solo all'oggi, ma anche al domani. Il primo passo è la realizzazione di **cucine commerciali condivise** che consentono, in particolare ai piccoli imprenditori, di minimizzare i costi di personale, pulizie, affitto e approvvigionamento. Un'ulteriore offerta è rappresentata dalla **gestione centralizzata degli ordini e delle pratiche correnti** (pagamenti, forniture, fiscalità) sfruttando il valore strategico del digitale, emerso prepotentemente durante questa pandemia. L'obiettivo è quello di consentire ai partner di **potersi focalizzare sulla preparazione dei pasti per servire più clienti** nel miglior modo pos-



sibile, essendo sollevati da impegni burocratici e logistici.

Un'altra originale iniziativa riguarda **una startup fondata da un giovane sportivo** per rispondere all'esigenza di coloro che praticano attività sportive di poter fruire di pasti sani, pur non avendo il tempo di cucinarli. Con il supporto di un **personal trainer nutrizionista** è stato messo a punto un sistema sofisticato che permette al cliente di accedere a una piattaforma *ad hoc* dove inserire i propri parametri corporei di base (altezza, peso, età e sesso) e le proprie esigenze (numero di pasti, alimenti graditi o da escludere) e di ricevere a casa i pasti personalizzati. Ogni mese si procede al controllo del peso e viene eventualmente modificata la dieta. L'obiettivo dell'ideatore è quello di introdurre pasti preconfezionati di diverse calibrature nei centri fitness.

Un'altra iniziativa riguarda l'idea di **consegnare pasti ai lavoratori che operano ancora all'interno delle aziende** e non possono usufruire, per la pausa pranzo, di mense o recarsi in locali esterni, oggi chiusi. **Una App, creata allo scopo, consente di ordinare direttamente dalla scrivania il proprio pasto** e riceverlo in loco. Per le strutture di piccole dimensioni potrebbe essere individuato **un corner di ritiro**. In una prospettiva di lungo termine, una volta superato il problema pandemico, il progetto potrebbe allargarsi a strutture più grandi in sostituzione della mensa tradizionale, per le quali i piatti verrebbero preparati in un luogo

cottura centralizzato e portati quindi in azienda porzionati in confezioni di materiali al 100% riciclabili.

---

*Le persone che ordinano pasti a domicilio sono attente ai materiali delle confezioni*

---

A quest'ultimo proposito, **una recente indagine** ha rilevato che la maggior parte delle persone che ordina pasti a domicilio è molto attenta ai materiali delle confezioni: **non ama piatti e posate usa e getta in materiali non riciclabili**, dimostrando attenzione e sensibilità verso gli aspetti ecologici; l'osservanza di questi aspetti può costituire un punto a favore dei ristoratori più virtuosi.

Una curiosità: **si sta facendo largo una sorta di manuale del bon ton del pasto consumato in ufficio** (per gli *abitué* della *schiscetta* a Milano e del *barachin* a Torino). È infatti anche nel momento del consumo del pasto che si mettono in luce il rispetto e l'attenzione verso il prossimo. Le raccomandazioni di questa sorta di piccolo vademecum suggeriscono di non consumare pietanze dagli odori forti o troppo speziati, sostanze che scrocchiano, cibi ricchi di salse o intingoli che possano sporcare e possibilmente di avere il pasto già porzionato in bocconi piccoli.

Segnalo, infine, l'idea di **un piccolo coraggioso imprenditore che ha avviato la sua attività di pizzaiolo in piena pan-**

**demia: un esempio di resilienza** e di iniziativa intelligente. L'imprenditore, dopo studi di *marketing*, di comunicazione e naturalmente anche di tecniche, ha **creato una community di clienti dove si possono scambiare idee e opinioni sui format e sulle varietà di farine e di condimenti** e ognuno può ordinare secondo le proprie preferenze, sollecitando così anche la creatività del pizzaiolo. Pare che l'iniziativa stia avendo successo e non si può che plaudere all'intraprendenza e, qualora ce ne fosse bisogno, alla dimostrazione che oggi per riuscire a essere imprenditori occorre formarsi, studiare e non improvvisarsi.

---

*Grazie a un'adeguata logistica e a food box isotermitiche, i menu vengono spediti in tutta Europa*

---

Prima della pandemia ha visto la luce **una startup, ideata da un gruppo di imprenditori di Langa**, con l'obiettivo di promuovere la cucina tradizionale piemontese per i turisti stranieri giunti nel territorio alla ricerca dei nostri piatti di eccellenza. Il *lockdown* ha costretto a cambiare i piani e il progetto è stato modificato con l'obiettivo di raggiungere un bacino più ampio di interessati, trasformandosi in **uno spazio virtuale dove è possibile costruire menu e percorsi gustativi differenziati**. Supportato da schede informative dei prodotti e delle ricette, l'utente può scegliere tra diversi menu. Grazie a un adeguato supporto logistico e all'utilizzo di *food box* isotermitiche, i menu vengono spediti in tutta Europa. Un modo originale di degustare un territorio restando, per ora, seduti sul proprio divano di casa.

Molti altri esempi di riscatto e di voglia di combattere si potrebbero fare, ma sono convinta che i settori imprenditoriali legati al cibo debbano e possano tornare a operare più forti di prima, perché il cibo è uno dei punti di forza della nostra economia che trascina con sé turismo, cultura, indotto e, non ultima, la gioia di vivere, di godere e condividere un aspetto importante della nostra vita.





# Il custode della nostra sicurezza

di **Andrea Vitale**

Accademico onorario di Milano Navigli

*L'operatore del settore alimentare è una figura in grado di elaborare sistemi affidabili per l'approvvigionamento alimentare e per la sicurezza dei prodotti forniti.*

Come sappiamo, il percorso che conduce gli alimenti sulle nostre tavole è sempre più articolato; le materie prime aumentano per tipologia e lavorazione; nuovi prodotti entrano a far parte del nostro regime alimentare con sempre maggior frequenza (basti pensare ai cosiddetti *novel food* di cui abbiamo trattato sul numero scorso): tuttavia, **la nostra tranquillità nel sederci a tavola non viene intaccata perché possiamo fare affidamento sull'attività degli operatori del settore alimentare (OSA).**

Già il Regolamento CE 178/2002, che stabilisce i principi e i requisiti generali

della legislazione alimentare, si è occupato di definire l'OSA come "La persona fisica o giuridica responsabile di garantire il rispetto delle disposizioni della legislazione alimentare nell'impresa alimentare posta sotto il suo controllo".

Garantire il rispetto di tali disposizioni è, dunque, un compito specifico e complesso basato sull'assunto che gli OSA vengono individuati, nella normativa citata, come le figure in grado di elaborare sistemi sicuri per l'approvvigionamento alimentare e garantire la sicurezza dei prodotti forniti.

*Gli obblighi cui sono tenuti gli operatori del settore alimentare*

**In particolare l'articolo 19** "Obblighi relativi agli alimenti: operatori del settore alimentare" **così recita:**

**1.** Se un operatore del settore alimentare ritiene o ha motivo di ritenere che **un alimento** da lui importato, prodotto, trasformato, lavorato o distribuito **non sia conforme ai requisiti di sicurezza**, e non si trova più sotto il controllo immediato di tale operatore, egli **deve avviare immediatamente procedure per ritirarlo e informarne le autorità competenti**. Se il prodotto può essere arrivato al consumatore, l'operatore **informa i consumatori**, in maniera efficace e accurata, del motivo del ritiro e, se necessario, **richiama i prodotti già forniti** ai consumatori quando altre misure siano insufficienti a conseguire un livello elevato di tutela della salute.

**2.** Gli operatori responsabili di attività di vendita al dettaglio o distribuzione, che



non incidono sul confezionamento, sull'etichettatura, sulla sicurezza o sull'integrità dell'alimento, devono, entro i limiti delle rispettive attività, avviare procedure per **ritirare dal mercato i prodotti non conformi ai requisiti di sicurezza alimentare** e contribuire a garantire la sicurezza degli alimenti **trasmettendo al riguardo le informazioni necessarie ai fini della loro rintracciabilità**, collaborando agli interventi dei responsabili della produzione, della trasformazione e della lavorazione e/o delle autorità competenti.

**3.** Gli operatori del settore alimentare **informano immediatamente le autorità competenti** quando ritengano o abbiano motivo di ritenere che **un alimento** da essi immesso sul mercato **possa essere dannoso per la salute umana**. Essi informano le autorità competenti degli **interventi adottati per evitare rischi al consumatore finale** e non impongono né scoraggiano la cooperazione di chiunque con le autorità competenti, in base alla legislazione nazionale e alla prassi legale, nel caso in cui tale cooperazione possa prevenire, ridurre o eliminare un rischio derivante da un prodotto alimentare.

**4.** Gli operatori del settore alimentare **collaborano con le autorità competenti riguardo ai provvedimenti** volti a evitare o ridurre i rischi provocati da un alimento che forniscono o hanno fornito.

---

*Compiti essenziali per garantire la tranquillità dei consumatori e la sicurezza della filiera*

---

Anche il **Regolamento CE n. 853/2004 in materia di igiene dei prodotti alimentari** si è focalizzato sui compiti degli OSA, precisando che essi devono garantire che tutte le fasi della produzione, trasformazione e distribuzione degli alimenti, sottoposte al loro controllo, soddisfino i pertinenti requisiti di igiene stabiliti nel regolamento stesso.

**Requisiti generali e specifici in materia d'igiene vengono elencati all'art. 4 che prevede:**

**1.** Gli operatori del settore alimentare che



effettuano la produzione primaria e le operazioni connesse, elencate nell'allegato I, **rispettano i requisiti generali in materia d'igiene** di cui alla parte A dell'allegato I e ogni requisito specifico previsto dal regolamento (CE) n. 853/2004.

**2.** Gli operatori del settore alimentare che eseguono qualsivoglia fase della produzione, della trasformazione e della distribuzione di alimenti successiva a quelle di cui al paragrafo 1, rispettano i requisiti generali in materia d'igiene di cui all'allegato II e ogni requisito specifico previsto dal regolamento (CE) n. 853/2004.

**3.** Gli operatori del settore alimentare, se necessario, adottano le seguenti misure igieniche specifiche: a) **rispetto dei criteri microbiologici** relativi ai prodotti alimentari; b) **le procedure necessarie a raggiungere gli obiettivi fissati** per il conseguimento degli scopi del presente regolamento; c) **rispetto dei requisiti in materia di controllo delle temperature degli alimenti**; d) **mantenimento della catena del freddo**; e) **campionature e analisi**.

**4.** La Commissione stabilisce i criteri, i requisiti e gli obiettivi di cui al paragrafo 3, nonché i metodi connessi di campionatura e di analisi. Tali misure, intese a modificare elementi non essenziali del presente regolamento completandolo, sono adottate secondo la procedura di regolamentazione con controllo di cui all'articolo 14, paragrafo 3.

**5.** Se il presente regolamento, il regolamento (CE) n. 853/2004 e le relative misure di applicazione non specificano i metodi di campionatura o di analisi, gli

**operatori del settore alimentare possono utilizzare metodi appropriati** contenuti in altre normative comunitarie o nazionali o, qualora non siano disponibili, metodi che consentano di ottenere risultati equivalenti a quelli ottenuti utilizzando il metodo di riferimento, purché detti metodi siano scientificamente convalidati in conformità di norme o protocolli riconosciuti a livello internazionale. Il successivo articolo prevede poi che gli OSA sono tenuti a predisporre, attuare e mantenere, a tal fine, **idonee e permanenti procedure** basate sui principi del sistema HACCP.

---

*Il progresso tecnico e scientifico consente la traduzione in realtà dei principi di sicurezza*

---

Mi sento di concludere questo breve focus sugli obblighi che gravano sugli OSA evidenziando come spesso le norme di legge scontino il prezzo di rimanere elencazione di principi e di teorie che si scontrano con la difficoltà della loro applicazione pratica e del loro concreto rispetto, tuttavia mi piace evidenziare che in questa materia il continuo progresso tecnico e scientifico ha affiancato e sostenuto tutti i soggetti coinvolti (istituzioni, legislatori, operatori economici del settore, organismi di controllo ufficiali) consentendo la traduzione in realtà dei principi sopra elencati, tanto che possiamo affermare che, allo stato dell'arte, gli OSA siano i veri custodi della nostra sicurezza alimentare.

# Merendine sì, merendine no

di Antonio Ravidà

Delegato onorario di Palermo Mondello

*Piccoli pasti, freschi e genuini, sono utili per smorzare l'appetito, evitando di ricorrere a snack industriali, dannosi alla salute.*

**S**ono cruciali, a metà mattinata o al pomeriggio, le merendine che permettono di smorzare l'appetito tra i pasti principali. Mamme e nonne, un tempo, chiamavano bambini e ragazzi per il tanto atteso spuntino. **Tutto era preparato in casa**, nel tripudio delle consuetudini radicate nella dinamica delle tradizioni quasi sempre allineate ai principi riconducibili a **semplicità ed**

**essenzialità**. Non c'era ancora lo storico "dominio", pressoché invincibile, di snack, plumcake, "barrette", amati anche da adulti e anziani e che le campagne pubblicitarie di *influencer*, finanziate dall'industria, ci scaraventano addosso.

---

*Bambin Gesù e Unione Italiana Food riconoscono l'importanza di una merenda ben bilanciata*

---

I nutrizionisti garantiscono che, comunque, piccoli pasti, freschi e genuini, oppure prodotti dalle catene alimentari in mezzo mondo, presentano proficui aspetti, il principale dei quali deve tendere a ridurre il tasso glicemico **bilanciando l'apporto calorico con vitamine, fibre, antiossidanti, sali minerali**. Gli esperti inoltre assicurano che nel bypassare le imposizioni delle abituali diete, le merendine hanno alcuni meriti. Il 17 settembre è la ricorrenza di una Giornata Mondiale che, nell'ottica che potremmo definire "organicità alimentare", è il risultato ottenuto a Roma su dati valutati dall'ospedale Bambin Gesù e dall'Unione Italiana Food.

Esclusi sia le eccessive tolleranze sia l'indulgente "*semel in anno*", che favoriscono abusi frequentemente dannosi alla salute, le mai troppo citate mamme e nonne suggeriscono un gelato, biscotti, un panino senza salumi ma, per esempio, con lattuga, rucola, pomodoro. È consentito un pezzo di pizza e disco verde, ovviamente, per un frutto.

L'obbligo tassativo, insomma l'imperativo, è di limitare le quantità. Infatti lo spuntino dev'essere un leggero minipasto.





# Le famiglie italiane hanno riscoperto il miele

di **Gabriele Gasparro**  
Delegato di Roma

*L'emergenza sanitaria e la maggiore attenzione alla salute spingono verso l'alto le vendite.*

**L**e api stanno correndo il grave rischio di estinzione, è un allarme che in questi ultimi tempi si è proposto con maggiore insistenza. **Gli anticrittogamici**, di cui si fa abbondante uso in agricoltura, sono pericolosi per le api perché **spesso sono spruzzati sui fiori dove esse vanno a raccogliere il polline**. L'alto tasso di pesticidi le avvelena e le fa morire. Questo è il motivo per il quale stanno sempre più sparendo dalle campagne.

*Le api sono ottimi indicatori biologici: la loro presenza dimostra la bontà del territorio*

Fra l'altro, le api sono ottimi indicatori biologici, che con la loro presenza dimostrano la bontà del territorio in cui vivono. **Una loro diminuzione rappresenta una minaccia grave per gli ecosistemi in cui soggiornano** e per la produzione alimentare. **Anche la FAO** ha ripetutamente informato la comunità internazionale della preoccupante riduzione mondiale d'insetti impollinatori, tra cui le api. Ciò compromette la produzione del miele, uno dei primi alimenti dell'uomo che se n'è cibato fin dalle origini. Eppure, si verifica una sempre crescente domanda di miele da parte dei consumatori. Lo scorso anno, in piena pandemia, le famiglie hanno riscoperto



questo prodotto. **Lo rivela il rapporto "Tendenze Miele"** pubblicato all'inizio di dicembre dall'Ismea (Istituto di servizi per il mercato agricolo alimentare), secondo cui è stata proprio l'emergenza sanitaria e la maggiore attenzione alla salute a spingere verso l'alto le vendite di un prodotto percepito da molti come salustico.

*Nei primi nove mesi del 2020, le vendite di miele sono cresciute del 13% in volume*

Nei primi nove mesi del 2020, le vendite di miele sono cresciute del 13% in volume rispetto all'anno precedente. I dati più interessanti **riguardano l'identikit dei consumatori che si celano dietro questo trend: nuove famiglie (+56%) e nuclei con figli adolescenti (32%)**, con prevalenza nelle regioni del Sud. **Un'interessante inversione di tendenza** se si pensa che fino a pochi

anni fa il maggior consumo era quello della popolazione anziana che occupava il 70% delle vendite totali. Il miele è acquistato soprattutto presso le catene della grande distribuzione e non è, in prevalenza, di origine italiana, registrandosi **una discreta provenienza estera**. Ciò è dovuto al progressivo **aumento dei prezzi medi del miele italiano al consumo**, che sono passati **dai circa 8 €/kg del 2013, agli 8,99 €/kg del 2020**. Cifre che mettono in difficoltà il prodotto nazionale di fronte al miele estero, se consideriamo che quello proveniente dai Paesi dell'Europa orientale è importato a poco più di 3 €/kg, mentre quello cinese addirittura a 1,25 €/kg. Del resto la nostra produzione, sebbene in leggero aumento e con una migliore qualità, non è sufficiente per soddisfare la richiesta nazionale e inoltre è gravemente compromessa, secondo quanto riferisce l'Ismea, non solo dall'uso improprio dei pesticidi, ma anche dal cambiamento climatico che limita la disponibilità di nettare per le api.



# Sale e pepe

di Mario Basile

Accademico di Trento

*Due ingredienti con cui spesso si concludono le ricette, ma attenzione alla salute.*

**D**isolito, nell'elencare gli ingredienti, e **in ordine decrescente, le ricette di cucina terminano con la formula "un pizzico di sale e pepe"**, o qualcosa di analogo. Cioè è scontato che il cibo sia salato e pepato. Eppure, **da qualche tempo, i due ingredienti, per motivi diversi, sono messi in discussione.** I dietologi, per il bene del nostro sistema circolatorio, soprattutto a una certa età, raccomandano di diminuire il sale nei cibi. Affermano

che piano piano ci possiamo abituare ad assaporare il vero gusto delle vivande se non lo alteriamo con il sale. La pubblicità di diverse aziende di alimenti enuncia, con tono soddisfatto, che nei loro prodotti il sale è scarso o assente. Se ci pensiamo, i cibi per i bambini sono privi del sale o ne contengono pochissimo. È crescendo che i piccoli cambiano tali sane abitudini alimentari adeguandosi alle ricette tradizionali della famiglia. Questo per quanto riguarda il sale.





*Il pepe è un aroma che ha una scadenza ravvicinata*

A proposito del pepe, c'è da dire che a maggior ragione l'elemento non dovrebbe essere inserito nelle ricette. La dicitura che invariabilmente le conclude, dovrebbe sparire. Prima di tutto il pepe non va cotto, ma eventualmente, e a discrezione di chi si appresta a mangiare quel cibo, sparso con l'ausilio di un macinino che contiene i grani. Il pepe che abbiamo in casa, magari come polvere grigia, vecchia di mesi se non di anni, è da buttare. Si tratta di un aroma che ha una scadenza ravvicinata. E poi, per l'appunto, **esprime tutta la sua fragranza solo quando è fresco di macinino.**

Il pepe è **vietato ai bambini.** Non per niente i menu delle scuole materne non lo comprendono affatto. Ed è nocivo agli uomini anche giovani: prima o poi la loro prostata protesta. Dovrebbero stare attenti e tener presente che il pepe è un irritante. A lungo andare danneggia l'organismo. E questo vale anche per le donne, ovviamente. Ci sarà un motivo per cui i menu degli ospedali non includono mai tale elemento.

Se un tempo c'era una ragione per usare, anche con abbondanza, le spezie, per la conservazione dei cibi, le attrezzature

delle cucine della ristorazione o domestiche ora rendono tale pratica superflua. **La conservazione dei cibi non richiede più l'esigenza di mascherare l'eventuale alterazione delle vivande** con aromi vari, pratica diffusa soprattutto nei Paesi caldi. Ora i sistemi di refrigerazione assicurano il mantenimento delle qualità organolettiche per un tempo ragionevolmente lungo. La tendenza a raccomandare una cucina

sana e leggera è un'abitudine che si è diffusa negli ultimi tempi con una maggiore attenzione alla salute, alla digestione, al peso, alle condizioni fisiche generali.

*La scelta se usarlo deve spettare a chi mangia, non a chi cucina*

**Chi per primo ha parlato di accantonare il pepe, è stato Cristian Bertol dello stellato ristorante "Orso Grigio" di Ronzone** in provincia di Trento, quando, nel dicembre del 2007, era ospite fisso della trasmissione televisiva su Rai 1 "La prova del cuoco", condotta da Antonella Clerici. Il programma era molto seguito, e i suggerimenti del famoso chef venivano adottati da chi si occupava di cucina. Non da tutti, chiaramente. Lo dimostrano le varie ricette riportate da giornali e riviste che continuano a concludere la descrizione delle loro leccornie, per esempio, con la dizione "Regolate di sale e pepe". Naturalmente il pepe ha pure delle qualità, ma la scelta se usarlo o no deve spettare soltanto a chi mangia, non a chi cucina.





Guido Tommasi editore,  
Milano 2020, pp. 256  
€ 28,00

## Cucina milanese contemporanea

di Cesare Battisti e Gabriele Zanatta

**E**xpo 2015, con il suo tema dedicato all'alimentazione, ha connotato l'esposizione di Milano come crocevia gastronomico europeo, accentuando ulteriormente il cosmopolitismo della città, dove è possibile sedersi a qualsiasi tavola regionale italiana ed etnica. Tuttavia, in questo panorama positivo, qual è il peso della cucina meneghina, considerato perdipiù che in giro per il mondo di ristoranti milanesi non se ne trovano, se se ne eccettua l'indiretta presenza nei menu di quelli che, soprattutto negli Stati Uniti, vengono definiti come interpreti della "Northern Italian Cuisine"? A questa domanda si propongono di dare una risposta

Battisti, chef, interprete e rivisitatore della tradizione culinaria milanese, e Zanatta, giornalista, docente di gastronomia contemporanea a livello istituzionale e universitario e curatore della guida ai ristoranti di Identità Golose. I tredici capitoli dell'opera corrispondono ad altrettanti prodotti che sono alla base della cucina milanese, dalle verdure alle rane e lumache, dal riso al quinto quarto, dal pesce al pane e ai dolci. In ognuno il lettore viene accompagnato in un itinerario che parte dalle premesse storiche e passa dal "dove, come e perché" alla descrizione del prodotto, alla storia e alla ricetta del singolo piatto. Il tutto a volte condito (è il caso di dirlo!) dal contributo

di un milanese illustre, da Manzoni a Gadda a Svampa, a Gaber. Ci sono le ricette dei caposaldi della cucina meneghina, alcuni dei quali, come risotto giallo, co(s)toletta e panettone hanno acquisito una notorietà planetaria, e se ne trovano altre, evidentemente scaturite dalla rivisitazione di Battisti, come la zuppa di pesce d'acqua dolce (e alcune che sfatano la leggenda secondo cui questo pesce è appetibile solo se fritto), le quaglie alla diavola, la lingua croccante con salsa verde di sedano, la fonduta di erboriginati. Un utile elenco di produttori conclude il piacevolissimo volume, che è arricchito dalle altrettanto piacevolissime illustrazioni di Gianluca Biscalchin.



Gribaudo,  
Milano 2020, pp. 224  
€ 18,50

## Cucina botanica

*vegetale, buona e consapevole*

di Carlotta Perego

**L** laureata in design, lavora nel campo della moda, poi decide di seguire la sua passione per le piante e la cucina; si reca a Los Angeles, frequenta la scuola di cucina vegetale diretta da Matthew Kenney e in men che non si dica passa dal banco alla cattedra. Poi Carlotta decide di tornare in Italia e dà vita a questa sua opera prima, una guida ragionata alla cucina vegetale, con cui si propone di conquistare proseliti alla sua causa. E lo fa cominciando a rispondere a tutta una serie di interrogativi che, partendo da quello fondamentale ("Mangiare vegetale: perché?"), contribuiscono a far apparire la cucina vegetale come un qualcosa di astruso, difficilmente realizzabile, in conflitto con il gusto e addirittura incompatibile con le esigenze nutrizionali dell'*Homo sapiens*. Inutile dire che l'Autrice, basandosi su rigorosi dati scientifici, riesce nel suo intento di smontare tutti questi pre-

giudizi. Al termine della prima parte del volume, ci si trova arricchiti di una serie di conoscenze sui vegetali, sugli abbinamenti, sul modo di fare la spesa, di conservare i prodotti, di gestire cucina, frigorifero e congelatore, nonché sulla stagionalità dei vari vegetali. Su quest'ultima si basa anche la parte dedicata alle ricette, introdotta da una utilissima premessa in cui sono elencate le preparazioni di base. Si può prevedere che al termine della lettura qualcuno decida di convertirsi alla cucina vegetale, qualcun altro continui a considerarla un attentato alle esigenze nutrizionali di un essere ritenuto onnivoro come l'uomo, e un terzo gruppo di lettori scelga di aumentare la quota vegetale della sua alimentazione. Carlotta ha comunque raggiunto il suo scopo: attirare l'attenzione su un comportamento destinato ad aumentare il nostro rispetto per noi stessi, per gli animali e per l'ambiente.