

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



ISSN 1974-2681

N. 380, APRILE 2025 / MENSILE, POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE 70% ROMA AUT MP-AT/C/RM/

IN QUESTO NUMERO SCRITTI E RICETTE DI
GIUSEPPE BENELLI, ATTILIO BORDA BOSSANA,
SANDRO BORRUTO, GIANCARLO BURRI,
BRUNO CALAMINA, MAURIZIA DEBIAGGI,
SERGIO D'IPPOLITO, FLAVIO DUSIO,
MARIA AUSILIA FADDA, ANTONIETTA GARAFFA,
GABRIELE GASPARRO, GIOACCHINO GIOVANNI IAPICCHINO,
MATTEO PASTORINO, MORELLO PECCHIOLI,
PAOLO PELLEGRINI, PAOLO PETRONI,
MATTEO PILLITTERI, GIANCARLO SARAN,
ANGELO SINISI, LAURA SPINI,
ALDO E. TAMMARO, LUIGI ZACCAGNINI.

CREDITI FOTOGRAFICI
ADOBE STOCK.



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
€ 150,00, DI CUI AI SOLI FINI POSTALI € 50
PER L'INVIO IN ABBONAMENTO DELLA RIVISTA

STAMPA
DIGITALLAB 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 ORO 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: Antico affresco pompeiano raffigurante un gallo con frutta e melagrane (79 d.C.), Pompei

Focus del Presidente

3 I dazi che stanno facendo impazzire il mondo
(Paolo Petroni)



Attualità • Costume • Società

4 Food blogger e tradizione gastronomica italiana
(Matteo Pastorino)



Tradizioni • Storia

6 Gastronomia della Settimana Santa
(Morello Pecchioli)

9 L'uovo di Pasqua: una tradizione millenaria
(Laura Spini)

12 Bepo Maffioli. Genio eclettico, non solo in cucina
(Giancarlo Saran)



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.



- 14** Il convivio pasquale
tra mito e rito
(*Sergio d'Ippolito*)

Territorio • Turismo • Folklore

- 16** Ova murine e cucchitelle,
simbolo della pasticceria locale
(*Matteo Pillitteri,*
Antonietta Garaffa)



- 18** I piatti regionali tipici
della Pasqua
(*Luigi Zaccagnini, Angelo Sinisi*)

- 21** Kodinze e kodinzon
(*Bruno Calamina*)

- 22** A tavola con i Florio
(*Attilio Borda Bossana*)

- 24** Pizzinnas de ovu
nella Pasqua sarda
(*Maria Ausilia Fadda*)

Cucina • Prodotti • Tecnologia alimentare

- 26** La *barbotla* di Bagnone
in Lunigiana
(*Giuseppe Benelli*)



- 28** La pasta mista
(*Giancarlo Burri*)

- 30** Il pesce stocco quaresimale
(*Sandro Borruto*)

- 32** L'arrosto: un simbolo ancestrale
di convivialità
(*Maurizia Debiaggi*)



- 34** Ab ovo... o dell'alimento
più completo
(*Gioacchino Giovanni Iapichino*)

- 36** Bollito o lessò?
(*Paolo Pellegrini*)

- 38** Tagliare diversamente il cibo
altera il sapore
(*Flavio Dusio*)

Salute • Sicurezza • Legislazione

- 39** Le zuppe pronte
(*Gabriele Gasparro*)



In libreria

- 40** Recensioni a cura
di Aldo E. Tàmmaro





I dazi che stanno facendo impazzire il mondo

I prodotti esportati dall'Italia sono di grande qualità, quasi di nicchia, e saranno sempre bene accolti.

Il mio primo ricordo di cosa sia un dazio all'importazione di merci risale agli anni Sessanta. In quel periodo stavano entrando sui mercati nuovi e innovativi modelli di motociclette giapponesi: Honda, Kawasaki, Yamaha. L'Italia, per proteggere gli obsoleti modelli nazionali delle Guzzi, Benelli e Piaggio, mise un bel dazio del 30 per cento sui motocicli di importazione. Fu un errore, perché così facendo frenò l'avanzamento tecnologico dei modelli italiani, che uscirono dalla competizione internazionale e poterono contare solo sul mercato interno, insufficiente per essere competitivi. Anche il riso importato venne gravato da un dazio del 30% (oggi, su disposizione europea, ha un basso dazio per alcuni Paesi orientali).

I dazi, alla lunga, in un mercato globale, finiscono per nuocere a chi li impone

Non occorre essere uno studioso di politica economica per comprendere come i dazi, alla lunga, specie in un mercato globale come l'attuale, finiscano per nuocere a chi li impone. Ma intanto **la confusione è grande e si corre il rischio di perdere la testa**. A distanza di poche ore dalla sceneggiata trasmessa in mondovisione dal Presidente degli Stati Uniti con toni da padrone del mondo e assistito da tabelle farlocche (Europa tassata al 20%, Repubblica di San Marino al 10%), **i mercati sono andati in crisi, le borse scoppiate come l'11 settembre**. Ciò dimostra che il vero problema non è tanto l'aumento del dazio sul parmigiano reggiano dal 15% al 35%,



di Paolo Petroni
Presidente dell'Accademia



quanto **i riflessi psicologici che guidano i mercati dei capitali**. I prodotti esportati dall'Italia sono di grande qualità, quasi di nicchia, e la loro domanda, entro certi limiti, è anelastica, come avevamo già verificato quando, nel 2009, furono messi dazi del 30% dall'Amministrazione Obama.

Alcuni grandi marchi hanno da tempo stabilimenti autorizzati a operare negli USA

Alcuni grandi marchi hanno da tempo risolto il problema con stabilimenti autorizzati a operare negli USA: **Barilla, per esempio**, non ha problemi, anzi ne beneficia in quanto ha negli USA ben due stabilimenti di produzione; altre aziende hanno molto diversificato i mercati verso altri Paesi. Tuttavia, **nell'agroalimentare molto contano gli accordi con gli importatori e i distributori locali**. Se il mio prodotto subisce un aumento dovuto a un dazio del 20%, possiamo **accordarci per uno sconto all'importatore o per determinate strategie di marketing distributivo**, in modo che il rincaro non sia tutto riversato sul consumatore, che potrebbe essere tentato da prodotti locali tipici dell'*Italian sounding*. Perché tali dazi, come effetto *boomerang*, hanno l'aumento dei prezzi, che significa inflazione e recesso.

Insomma, nervi saldi: **i nostri prodotti saranno sempre bene accolti**, nel frattempo accontentiamoci di esportare uova di cui gli Stati Uniti hanno urgente bisogno e che pagano a peso d'oro. L'uovo di Colombo è sempre attuale!



Food blogger e tradizione gastronomica italiana

di Matteo Pastorino
Delegato di Alessandria

I pro e i contro di una cucina vissuta attraverso i social media.

Il rapporto tra i *food blogger* e la tradizione gastronomica italiana è un tema complesso e affascinante, che solleva una varietà di considerazioni legate alla cultura, alla comunicazione e all'innovazione gastronomica. La cucina italiana, con il suo patrimonio di ricette, ingredienti e tecniche culinarie, che variano da regione a regione, ha sempre rappresentato un momento di connessione sociale e culturale. **Con l'avvento dei social media e dei blog, tale tradizione ha subito un significativo cambiamento**, portando vantaggi e svantaggi.

Gli aspetti positivi della democratizzazione della gastronomia

Uno dei principali aspetti positivi di questo rapporto è la democratizzazione della gastronomia. Grazie ai *food blogger*, **chiunque può condividere la propria passione per la cucina italiana**, abbattendo le barriere che prima proteggevano i segreti della tradizione culinaria. I *blog* e i profili sui social media consentono a giovani chef e appassionati di cucina di mostrare le proprie creazioni, rielaborando ricette tradizionali e proponendo varianti contemporanee. Ciò non solo permette **una maggiore visibilità a talenti emergenti**, ma contribuisce anche a mantenere viva la tradizione attraverso la reinterpretazione delle ricette. Inoltre, i *food blogger*, **se ben preparati**,

hanno la capacità di **educare il pubblico riguardo alle tradizioni gastronomiche italiane**. Attraverso storie, video e guide dettagliate, possono trasmettere la cultura dell'ospitalità italiana, l'importanza degli ingredienti di qualità e il rispetto per le metodologie tradizionali. **La promozione di prodotti locali e delle filiere corte è un altro aspetto positivo**, poiché i *blogger* spesso collaborano con produttori locali, contribuendo così alla valorizzazione del patrimonio agroalimentare.

Un ulteriore vantaggio è la capacità dei *food blogger* di **rendere la cucina più accessibile**. Con i tutorial passo-passo e le ricette adattate a ingredienti facilmente reperibili, vengono abbattuti i miti che la cucina italiana sia troppo complessa o esclusiva. Tale approccio riesce a coinvolgere un pubblico più vasto, anche al di fuori dei confini italiani, **favorendo un interesse globale per la cucina italiana e i suoi sapori autentici**.

Il rischio della superficializzazione della cultura gastronomica

Tuttavia, **il fenomeno dei food blogger non è privo di critiche**. Uno dei lati negativi riguarda il rischio di una superficializzazione della cultura gastronomica. Con la proliferazione dei contenuti online, molte ricette possono essere presentate senza il dovuto rispetto per la tradizione. Differenti interpretazioni e *fusion* culinarie, se da un lato possono essere innovative, dall'altro rischiano di confondere ciò che è veramente rappresentativo della cucina italiana e delle sue radici storiche. Inoltre, la pressione di produrre conte-





nutri sempre nuovi e accattivanti può portare a una cultura del “fai da te” che **ignora la storia e il significato di alcune ricette**. Alcuni *food blogger* possono, **nella ricerca di originalità, distorcere o semplificare ricette tradizionali**, allontanandosi dai metodi classici e dai beni materiali e simbolici che caratterizzano la cucina italiana.

In un contesto in cui la condivisione di immagini e video sui social media è predominante, si corre il rischio di **dare priorità all'estetica piuttosto che alla sostanza**. La ricerca continua di “like” e “condivisioni” può incentivare la creazione di piatti che appaiano belli su Instagram, ma che manchino di autenticità o sapore. Ciò porta a una forma di gastronomia più focalizzata sull’“apparire” rispetto al “vivere” la tradizione.

Un'altra critica spesso sollevata è quella riguardante la disinformazione. Non tutti i *food blogger* hanno una formazione adeguata o una profonda conoscenza delle tecniche culinarie italiane. Di conseguenza, possono diffondere informazioni errate riguardo ingredienti, preparazione e storia delle ricette. Ciò può creare confusione tra i lettori e al contempo svalutare la maestria dei cuochi tradizionali.

Il rapporto tra *food blogger* e tradizione gastronomica italiana ha quindi lati positivi e negativi. Mentre essi possono contribuire alla diffusione e alla reinterpretazione della cucina italiana, portando a una maggiore inclusività e visibilità, devono anche prestare attenzione a **preservare l'integrità e l'autenticità della tradizione**.

Un approccio equilibrato che unisca innovazione e rispetto per le tradizioni

Alla fine, un approccio equilibrato che unisca innovazione e rispetto per le radici potrebbe essere la chiave per un futuro in cui la cucina italiana continui a prosperare, rimanendo nella memoria collettiva non solo come un insieme di ricette, ma come un patrimonio culturale da sostenere e valorizzare. **Per i *food blogger*, ciò implica una responsabilità: non solo divertire e intrattenere**, ma anche educare e rispettare le tradizioni.

Un'opportunità per migliorare tale rapporto è la **collaborazione tra *food blogger* e professionisti del settore gastronomico**, come chef, produttori e Accademici. Tale cooperazione potrebbe portare a **contenuti più autentici** e informativi. Un dialogo aperto tra le generazioni che custodiscono e praticano la cucina tradizionale e coloro che la reinterpretano in chiave moderna può generare un ambiente di apprendimento continuo. I *blogger* possono trarre esperienza dalle radici della cucina, mentre i cuochi tradizionali possono avvantaggiarsi delle nuove tecnologie e dei nuovi canali di comunicazione per raggiungere un pubblico più vasto.

Anche i consumatori hanno un ruolo importante in questo dialogo. Essere criticamente consapevoli delle informazioni che consumiamo online è essenziale. Scegliere di seguire *blogger* che mostrano rispetto per le tradizioni culinarie

e che fanno della qualità, della sostenibilità e della stagionalità i loro principi fondamentali può contribuire a promuovere un'edificazione positiva della cultura gastronomica. **La curiosità e l'apertura mentale da parte degli appassionati di cucina possono anche stimolare i *food blogger* a essere più responsabili e accurati nelle loro scelte**.

La cucina italiana ha sempre subito influssi esterni che l'hanno arricchita

La tradizione e l'innovazione non sono in opposizione. La cucina italiana ha sempre subito influssi esterni che l'hanno arricchita e la continua evoluzione della gastronomia è naturale. **L'arte culinaria è, dopotutto, una forma dinamica di espressione culturale**. I *food blogger* hanno il potere di dare nuova vita a ricette dimenticate o poco conosciute, integrando elementi della loro esperienza personale, viaggi o influenze culturali. Tale mix rappresenta un'opportunità di crescita, purché stia alla base il rispetto per le tradizioni che rendono la cucina italiana unica.

In conclusione, il rapporto tra *food blogger* e tradizione gastronomica italiana è una questione complessa e stratificata. Se da un lato le nuove tecnologie e il fenomeno dei *blog* possono portare a una maggiore democratizzazione della gastronomia, dall'altro comportano la necessità di un'attenta riflessione sull'autenticità, il rispetto e la cura per le tradizioni culinarie. La chiave per **un futuro gastronomico prospero risiede nell'equilibrio tra la voglia di innovare e la necessità di preservare ciò che è autentico**, valorizzando così la ricchezza della tradizione culinaria italiana in un mondo sempre più globalizzato. In tal modo, possiamo continuare a celebrare e a gustare la ricca eredità gastronomica dell'Italia, rendendola accessibile e attraente per le generazioni future, garantendo che la cucina italiana rimanga al centro della vita sociale e culturale.



Gastronomia della Settimana Santa

di **Morello Pecchioli**

Accademico onorario di Verona

I tradizionali piatti di magro non sono poi così penitenziali.

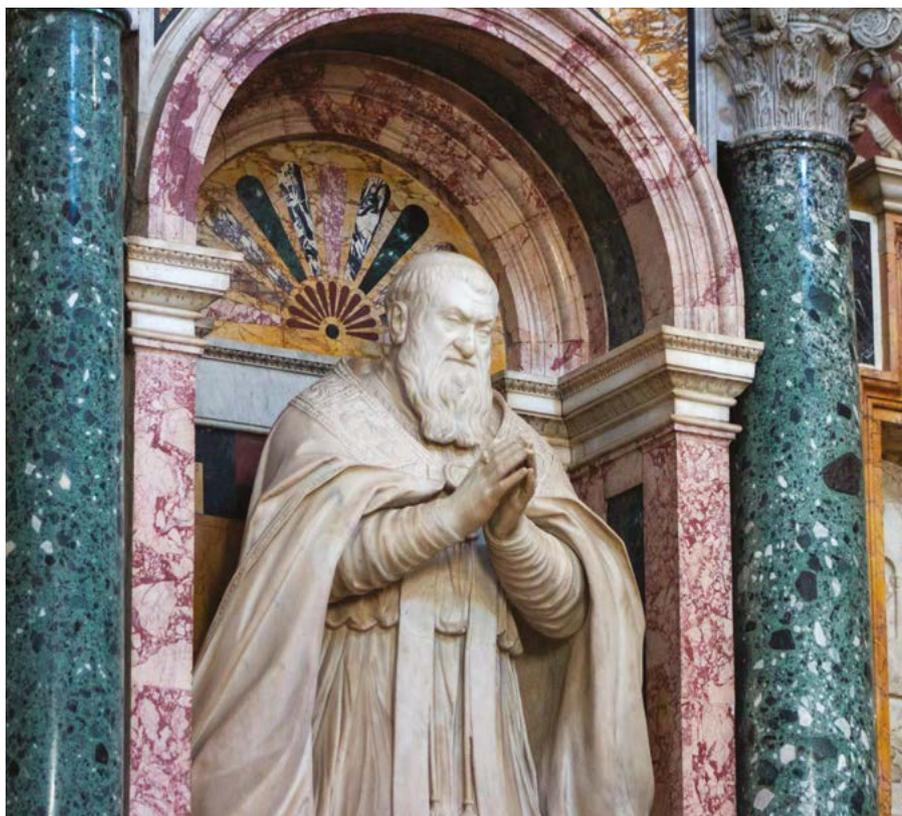
Statua di Papa Pio V nella Basilica di Santa Maria Maggiore, Roma

Pio V, Papa dal 1566 al 1572, fu un pontefice santo e buongustaio. Sulle virtù che lo elevarono all'onore degli altari non entriamo in discussione, diciamo solo che fu canonizzato nel 1712 da **Clemente XI**, dopo un processo di beatificazione durato un secolo. Impegnati a raccontare la storia della tavola più che all'aureola, guardiamo al papale appetito di Pio V. Detto tra noi impenitenti: cosa sono mai un paio di peccatucci di gola a confronto degli otto miracoli riferiti nell'istruttoria di canonizzazione del santo pontefice?

Al Papa rinascimentale va riconosciuto il merito di aver scritto un importante

capitolo della cultura e della storia gastronomica italiana **assumendo come cuciniere "secreto"**, cioè personale, **Bartolomeo Scappi**, cuoco straordinario e autore di un enciclopedico trattato di cucina con oltre mille ricette. Scappi è ritenuto il più grande cuoco del Rinascimento, anello di congiunzione tra la dietetica medievale e la cucina moderna. Basterebbe tale merito per elevare **Antonio Ghislieri** - è il nome secolare di Pio V - pure ai mondani altari della gastronomia.

Il cuoco segreto del quinto dei papi Pii, **nel Venerdì Santo** di uno degli anni di papato, preparò un pranzo "*in die veneris sanctis*" con tre servizi di credenza e tre di cucina, **83 piatti in menu**. Erano in lista **due portate di lumache**: "lumache vecchie cavate in potaggio" e "lumache cavate fritte servite con limoncelli". Pare che Pio V avesse un debole per i molluschi, i quali, "cavati" dal guscio, presentavano un problema di ordine morale in



quel particolare periodo: **erano carne**, e quindi da togliere dalla dieta quaresimale, **o pesci**, anche se l'acqua non l'avevano mai vista? Fu così che il Papa, per poterle gustare anche nelle giornate di penitenza, dall'alto della sua autorità - era teologo e riformatore della Chiesa secondo i precetti del Concilio di Trento - stabilì in quale categoria di alimenti sistemare le chioccioline: "*Estote pisces in aeternum*". **Siate pesci per l'eternità.**

Riti che coniugano fede e cibo simbolico

La Quaresima, nell'immaginario comune dei cattolici, è sinonimo di **sobrietà a tavola**, porzioni ridotte, nessun bis, *vade retro* dessert. È mangiar di magro il venerdì e gli altri giorni comandati. **La Settimana Santa**, in particolare, **invita i fedeli alla stretta penitenziale finale**: dieta ancor più povera e due giorni di digiuno, il venerdì, giorno in cui i cristiani commemorano la passione e la crocifissione di **Gesù Cristo**, e il sabato, giorno del silenzio della tomba. **È sempre così?** No. Anche la Settimana Santa, in Italia, ha riti particolari che coniugano fede e cibo simbolico.

In Abruzzo, il tradizionale piatto di magro della **Domenica delle Palme** è la **sagna riccia**, una pasta con i bordi ondulati (reginelle), condita con pomodoro, basilico, ricotta, parmigiano, olio e pecorino. Il piatto ricorda le palme agitate per far festa a Gesù quando entra a Gerusalemme. Più convincente l'interpretazione simbolica: la forma arricciata della pasta **ricorda i trucioli di legno derivati dalla fabbricazione della croce.**

In Irpinia si usa ancora donare nella Settimana Santa, a parenti e amici, come buon augurio, i **taralli col naspro**, biscotti ricoperti di glassa morbida e bianca cosparsa di zuccherini colorati.

In Liguria, per la Domenica delle Palme, si preparano i **canestrelli**, ciambelle ricoperte di zuccherini colorati che si portano a benedire in chiesa durante la messa insieme ai rami di ulivo. I **canestrelli** si preparano **anche in Lunigiana.**



Sulle **Apuane**, nei paesini di Casette, Forno e Caglioglia, si preparano i **ciorchielli delle Palme**, che vengono infiocchettati sui rami di ulivo per essere benedetti.

A Prato e in altre **località della provincia di Firenze**, fin dal Medioevo si prepara per il Giovedì Santo il **pan di rame-rino** (rosmarino, simbolo di purezza): gli si incide sopra una croce e lo si porta a benedire in chiesa. Sempre in Toscana, in Versilia, si cucina la **torta di semolino**.

Anche il Venerdì Santo, giorno della morte di Gesù, si preparano piatti devozionali. In Salento si mangiano i **cavatelli al vincotto**, pasta fresca fatta in casa cucinata con il vincotto bollente che le dà il colore rosso, rievocando il sangue di Gesù sulla croce. Il piatto di magro **in Molise** è fatto di **baccalà lessato**. **A Napoli** s'impone la **frittata di scammaro, senza uova**, alimento di origine animale. Fu **Ippolito Cavalcanti**, duca di Buonvicino, a creare la ricetta nel 1837 su richiesta dei capi religiosi del regno borbonico, preoccupati che la Settimana Santa fosse contaminata da carnivori peccati di gola. La ricetta prevede che i vermicelli, dopo la bollitura al dente, vengano versati nella padella del soffritto: olio, aglio, acciughe, uvetta, pinoli, olive denocciolate e prezzemolo. **Saporito ma magro**.

Il Sabato Santo, **in Trentino**, ci si fanno gli auguri con la **fogaza** al lievito di birra, con uvetta e fichi secchi.

Ed eccoci a Pasqua, giorno della Resurrezione di Gesù, di vittoria della vita sulla morte, il grande giorno di festa in cui si torna a gioire e a... mangiare. *Aleluia, aleluia* - recita un proverbio veneto - *le paparele se desgarbuia*. Si tornano a mangiare le tagliatelle fatte con le uova, cibo di derivazione animale proibito sulle mense di magro della Quaresima.

Oggi, il periodo di penitenza che precede la Pasqua è meno restrittivo

C'è da dire che il periodo penitenziale che precede la Pasqua non è più restrittivo come lo era fino alla metà del secolo scorso,



so o, ancora di più, **nei secoli passati**, quando i fedeli, obbedienti ai precetti di Santa Madre Chiesa, si purgavano davvero dai peccati **osservando 40 giorni di dura penitenza**: astensione totale dalla carne, niente dolci, zero vino e altre bevande alcoliche, niente uova né latticini, essendo derivati animali. Digioni spesso e volentieri. Tutte prescrizioni che alle povere famiglie della stragrande maggioranza della popolazione italica non costavano particolari sacrifici, visto che in casa vedevano la carne sì e no un paio di volte l'anno, i dolci erano fatti più con lo strutto che con lo zucchero e il vino non c'era.

Oggi non è più così. **La carne è vietata il venerdì e il digiuno**, che poi consiste in un solo pasto durante la giornata, è **ridotto a tre giorni**: il mercoledì delle Ceneri, il Venerdì Santo e il Sabato Santo. **Ci sono le eccezioni**: l'astinenza dalle carni non vale per bambini fino ai 14 anni, il digiuno è prescritto dai 18 anni

fino ai 60. Dieta libera per anziani e ammalati. **Il pesce è sempre permesso**. Perché il branzino sì e il maiale no? Secondo **San Tommaso** la carne rossa procura piacere, non per niente se la potevano permettere solo i ricchi. Galline e pollame vario erano proibiti perché considerati, a differenza dei pesci, animali a sangue caldo. A dir la verità, anche il pesce era sconsigliato nei primi secoli del cristianesimo. Solo nel Medioevo entra a pieno titolo nella dieta di magro di ogni buon cristiano: i buoni ma ricchi si permettevano storioni, salmoni, capitonni, carpioni e altri "oni" d'acqua dolce o salata; i buoni poveri s'accontentavano di aringhe, sarde, stoccafisso.

Pietro Abelardo, teologo francese in odore di eresia, in una lettera ad **Eloisa** con la quale aveva una storia d'amore, contestò lo sdoganamento dei pesci: rinunciare alla carne per acquistare pesci costosi era un insulto ai poveri.

Morello Pecchioli



L'uovo di Pasqua: *una tradizione millenaria*

di **Laura Spini**

Accademica di Milano Duomo

*Prima di essere
di cioccolato,
nelle antiche civiltà
rappresentava la vita,
la fertilità e la rinascita.*

Da sempre considerato regalo beneaugurante, l'uovo come simbolo pasquale risale a epoche remote: nelle antiche civiltà precristiane, infatti, era già presente e rappresentava la vita, la fertilità e la rinascita. Con la fine del periodo invernale, queste culture celebravano il rinnovamento della natura e l'uovo assumeva la grande forza simbolica del risveglio primaverile. In seguito, con l'avvento del Cristianesimo, l'uovo fu interpretato come la vita che emerge dal guscio analogamente alla resurrezione di Cristo uscito dal sepolcro,

ma fu solo nel Medioevo che la Chiesa incorporò questo tipo di simbolismo nella celebrazione della Pasqua, trasformando l'uovo in un elemento centrale della festività.

*Nelle tradizioni precristiane,
l'uovo occupava un posto
centrale in molti miti cosmogonici*

Nelle tradizioni precristiane, l'uovo occupava un posto centrale in numerosi





miti cosmogonici: **nella mitologia egizia**, per esempio, si narra che il dio Ra fosse nato da un uovo depresso dal dio Kneph nell'oceano primordiale. Anche in quella cultura, infatti, l'uovo era simbolo del rinnovamento ciclico della vita e il rito dello scambio di uova dipinte durante le celebrazioni primaverili era già presente.

Nell'antica Grecia, l'uovo era connesso ai **misteri eleusini**, rituali dedicati a Demetra e Persefone che celebravano il ciclo agricolo e **la rinascita della vegetazione**. Durante tali cerimonie, le uova erano consacrate come simbolo della vita che si rinnova. A loro volta **anche i Romani** associavano l'uovo alle celebrazioni primaverili durante i **Floralia**, feste dedicate alla dea Flora che si tenevano tra aprile e maggio: le uova dipinte erano infatti parte dei rituali di fertilità. Nella cultura romana, esse erano anche deposte nelle tombe come simbolo di rinascita nell'aldilà, pratica documentata da numerosi ritrovamenti archeologici.

Nel mondo nordico e germanico, l'uovo era collegato alla dea Eostre (o Ostara), divinità della fertilità e della primavera: il nome stesso di questa dea è all'origine etimologica del termine inglese "Easter" e le celebrazioni in suo onore includevano la decorazione di

uova che venivano poi seppellite nei campi per garantire raccolti abbondanti.

Le tradizioni celtiche, invece, incorporavano l'uovo nei rituali di Beltane, festa che segnava l'inizio dell'estate: le uova, simbolo di potenza e di promessa, erano utilizzate in pratiche divinatorie e come talismani.

Nell'Europa dell'Est le uova erano **decorate con simboli solari e lunari** o forme geometriche che rappresentavano le forze della natura, contenevano un linguaggio simbolico complesso legato ai cicli naturali e alle forze cosmiche. Tali disegni si sono poi evoluti nelle elaborate decorazioni geometriche "pysanky" e con simboli cristiani impressi mediante la tecnica del *batik* a cera.

La transizione dal simbolismo pagano dell'uovo a quello cristiano

Con l'avvento del Cristianesimo, la transizione dal simbolismo pagano dell'uovo a quello cristiano non avvenne in modo brusco, ma graduale: il passaggio dal significato di fertilità naturale a quello di resurrezione spirituale **riflette una**

continuità simbolica pur nella trasformazione del significato.

Le prime comunità cristiane a introdurre le uova nelle celebrazioni pasquali si trovavano **in Mesopotamia e in Siria**, dove le uova venivano colorate di rosso per ricordare il sangue di Cristo. Con il passare dei secoli, alcune antiche tradizioni si cristallizzarono e poiché, durante il periodo quaresimale, il consumo di uova era proibito dalla Chiesa, quelle prodotte in tale periodo venivano conservate e, una volta giunta la Pasqua, decorate e regalate come segno di gioia e celebrazione.

In epoche più recenti, si narra che, a Versailles, **Luigi XIV**, durante le festività pasquali, regalasse uova ai suoi cortigiani e organizzasse nei giardini vere e proprie cacce al tesoro. Sembra inoltre che sia stato lui il primo a far realizzare un uovo di cioccolato per la Pasqua. Tra



l'altro, all'inizio del **1800**, proprio a **Parigi** furono trovati i primi stampi metallici ovoidali, segno tangibile della presenza delle uova di cioccolato. Memorabili, ma non gastronomiche, restano anche le uova capolavoro dell'orafo **Peter Carl Fabergé** commissionate dallo zar **Alessandro III** come segno d'amore per la moglie **Maria Fëdorovna**.

La nascita dell'uovo di cioccolato

La diffusione e trasformazione dell'uovo pasquale in dolce di cioccolato **prodotta in serie si deve alle aziende inglesi J.S. Fry & Sons' e Cadbury** che, alla fine del 1800, le riempivano con creme e praline. Inoltre, **anche alcune innovazioni tecnologiche favorirono la lavorazione del cacao**, rendendolo più malleabile e adatto alla modellazione, come la pressa idraulica, che estraeva il burro di cacao, inventata dal chimico olandese **Van Houten** nel 1828. Pure l'industrializzazione del XIX secolo favorì la produzione **su larga scala di uova di cioccolato a prezzi accessibili** e l'emergere di una classe media con maggiore potere d'acquisto creò un mercato per dolci elaborati e decorativi.

In Italia, le prime uova industriali si devono a Casa Sartorio, azienda torinese che ai primi del 1900 diede vita a una macchina che produceva uova dove poter inserire piccoli regali, elemento che è caratteristico del prodotto italiano. Attualmente, l'uovo di Pasqua rappresenta un mercato significativo per l'industria dolciaria, con **una produzione annuale di oltre 31.000 tonnellate**, ma oltre a ciò, per i *gourmand*, si trovano in vendita **ottime uova realizzate artigianalmente** da pasticciere e maestri cioccolatieri che raggiungono picchi di qualità con creazioni uniche prodotte con ricercati cru, raffinate decorazioni che arrivano fino al *design* contemporaneo o contenenti regali personalizzati. Le nuove tendenze includono uova di cioccolato monorigine, biologiche, ripiene di pralinati, creme o arricchite con la frutta secca della tradizione italiana



come nocchie piemontesi, o mandorle e pistacchi siciliani.

Anche il comparto del lusso e della moda, affacciato già da qualche tempo al mondo dolciario, presenta ogni anno uova preziose prodotte **in edizione limitata** dai migliori maestri cioccolatieri del mondo, utilizzando cru di fondente selezionatissimi, decorazioni lussuose e dal *design* molto sofisticato. Da **Giorgio Armani**, con le sue uova da cru speciali elegantemente logate, fino a **Louis Vuitton**, che quest'anno ha realizzato il dolce tipico pasquale ispirandosi a una

delle sue borse iconiche, l'uovo di Pasqua è ormai diventato **anche un prodotto di lusso**.

Nato come simbolo pagano di fertilità e poi emblema cristiano di resurrezione, si è evoluto fino a diventare una raffinata espressione dell'arte dolciaria: la sua capacità di rinnovarsi e adattarsi alle diverse epoche ne garantisce la persistenza come elemento centrale della celebrazione pasquale, unendo il piacere gastronomico al significato simbolico e spirituale.

Laura Spini



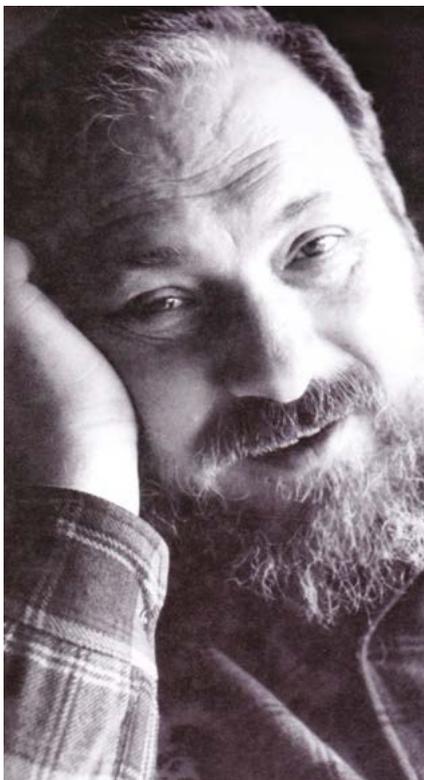
Bepo Maffioli. Genio eclettico, non solo in cucina

di Giancarlo Saran

Accademico di Treviso

*Un ricordo
del poliedrico
ambasciatore
della terra trevigiana
a cento anni
dalla nascita.*

Bepo Maffioli



Vi sono personaggi che sono autentiche sfide entro cui riassumere i contorni di un ritratto composto da svariate sfumature. Uno di questi è Bepo Maffioli, un ambasciatore della terra trevigiana con il passaporto senza frontiere. Il 28 aprile ricorre il centenario della nascita, ma lo stesso 2025 coincide anche con il quarantennale della scomparsa, avvenuta prematura a sessant'anni.

Annusa di cucina ancora adolescente, frequentando, nei pomeriggi, il solaio di nonno Giuseppe, dove scopre vecchi ricettari di famiglia, libri e riviste che lo incuriosiscono a viaggiare di palato e fantasia in un mondo che andava oltre a quello del desco quotidiano. Talento eclettico sin da subito, con la parallela passione per il teatro trasmessagli da mamma Pia, tanto che si destreggia a scrivere copioni teatrali che poi otterranno un discreto successo.

Maestro elementare, avrà tra i suoi primi allievi un certo Giancarlo Pasin, il quale poi, nella vita adulta, diventerà uno dei più appassionati ambasciatori del radicchio trevigiano in Italia e all'estero. Come sono le sliding doors della vita. Passati trent'anni dal loro rapporto tra cattedra e banco elementare, il nostro viene a sapere che, in quel di Dosson di Casier, pochi passi fuori Treviso, ha da poco aperto una trattoria dalla mano felice. L'insegna recita "Alla Pasina", omaggio alla signora Pasin, alias Teresa, che con il suo sorriso era calamita disarmante nel coinvolgere il visitatore di passo a provare le delizie che provenivano dalla cucina. Dopo una prima occhiata, il maestro culinario salta il banco ed entra a tiro di fornelli, come fosse di casa, da sempre. I due si riconoscono all'istante, li accompagnerà un sodalizio che rimarrà immutato nel tem-

po. È lo stesso Maffioli ad affibbiare a Pasin il soprannome di "AlsaQuerci", per la sua curiosità di andare ad annusare le pignatte altrui quando era in trasferta, ospite dei vari eventi a trazione radicchiosa. "AlsaQuerci", poi divenuto un premio valoriale, voluto dal Rotary di Treviso a ricordare la figura di Pasin, dopo la sua scomparsa, omaggio a giovani cuochi di talento della Marca Trevigiana nel terzo millennio.

*L'ideale sintesi tra la passione
del cuoco per diletto e il cronista*

Uno scambio reciproco di tecniche ed emozioni che si declinava su vari piatti. Un esempio per tutti la classica pasta e fagioli, un piatto apparentemente immutabile, ma che, servito al tavolo di "un certo" Indro Montanelli, un toscannaccio che non si tratteneva da battute fuori spartito, gli fece commentare: "ho mangiato un piatto così buono che sembrava cioccolata, anche se, in verità, era proprio pasta e fagioli". Maffioli abbandona dopo pochi anni la cattedra elementare, ma non la passione di coinvolgere il prossimo nelle sue svariate avventure. Inizia a collaborare con "La Cucina Italiana", titolare di diverse rubriche, non solo di recensione di ristoranti, ma anche di ritratti, per esempio "Gentleman chef" in cui racconta la passione culinaria di personaggi altrimenti insospettabili, con qualche eccezione, come Aldo Fabrizi, fratello dell'altrettanto celebre Sora Lella. Prima dell'intervista aveva fatto un favore per la cucina della famiglia di cui era ospite a Roma, preparando un menu in cui la cipolla era presenza non certo secondaria. Per celarne gli effluvi residui, cer-

ca di mascherare il tutto con discrete dosi di lavanda. Ma qui lasciamo la penna al protagonista. **“Lei sa di lavanda, per fortuna che non dobbiamo sederci a tavola”**, questo il saluto d’esordio, ma il seguito confortante, **“il commendator Fabrizi, con il suo fiuto infallibile, sotto la lavanda intuì il mio genuino odor di cipolla”**, facilitò poi tutto il dialogo a seguire, compresa la condivisione di un piccolo segreto della sua amatriciana, tanto che **“i pomodori devono cuocere poco, non disfarsi completamente, ma ridursi in fiocchi, come foglie di papaveri”**. Un’ideale sintesi tra la passione del cuoco per diletto e il cronista che ne raccoglie le emozioni.

Altro quadretto intrigante quello dedicato al conte **Giovanni Nuvoletti, già Presidente della nostra Accademia** tra il 1983 e il 1993, cui è dedicato un premio annuale per chi valorizza al meglio la buona cucina tradizionale. Maffioli è ospite nella sua bella villa nella mantovana Gazzuolo. **Nota alcune insolite zucche coltivate nel giardino.** Sono omaggio di suore missionarie in Polinesia e Nuvoletti **le riserva ai suoi amici**, ma a una condizione, **che vengano accettate rigorosamente ripulite dai semi.** Perché omaggiare il frutto, cioè la zucca, è una cosa; il suo seme, con la coltura conseguente replicabile, ben altra faccenda. Un Nuvoletti ironico senza frontiere quando presenta a Maffioli **una delle sue ricette più amate “la granceola alla Radetzky”**, anche se “in verità non le ha inventate il feldmaresciallo austriaco, ma sono opera mia”. Un curioso *melting pot* di mare (le grancevole) e di terra (ritagli di vitello) abilmente mixati con panna, Cognac, una salsina di uova e mostarda.

Maffioli ha guidato la Delegazione accademica di Treviso che, nel ventennale della scomparsa, gli ha dedicato un dovuto omaggio, con vari testi, in cui emergono ricordi e testimonianze dei molti che lo hanno conosciuto. Uno per tutti



Celeste Tonon, il suo locale diventato solido punto di riferimento alle falde del Montello. **“Andavamo a casa sua con le pignatte, anche a mezzanotte, per fargli assaggiare le nostre ricette”**, ma la cosa era ricambiata, con il Maestro “che irrompeva come un turbine nelle cucine, tanto da far tremare i cuochi in attesa della sua ‘pagella’, tanto da non avere remore a sporcarsi la barba e i vestiti con le varie salse”, fino al punto di arrivare “a immergere cucchiari, mestoli, ma anche un dito per assaggiare tutto”. Un apparente fuori programma inaccettabile per i rigidi dettami di **Monsignor Della Casa**, ma che, in realtà, **“lo rendevano unico e familiare per tutti noi”**.

Un’antologia di personalità contenute in un solo volto

Nel 1975 Maffioli fonda la sua creatura, **“Vin Veneto”**, ora condotta dal suo allievo **Annibale Toffolo** come “Taste Vin”. **L’editoriale del primo numero** sempre coerente con una missione di vita sen-

tita come pochi. **“Mi sento come il buon Noè, chiamato a conservare tradizioni, genuinità**, in un mondo che sta affogando nelle sofisticazioni, nell’inquinamento della natura, nella rimozione della tradizione”. Un impegno sentito come una sorta di “apostolato nel difendere quelle tradizioni che la saggezza dei secoli è andata creando e che la delinquenziale stupidità di pochi anni sembra voler cancellare”. Il boom economico la fa da padrone e la rincorsa verso la modernità rischia di far perdere quelli che sono i fondamentali su cui si basa una società. Maffioli, quindi, **anticipatore di sensibilità e attenzioni che sono diventate poi diffuse decenni dopo.** Su di lui l’antologia potrebbe continuare a iosa. Pioniere, assieme a nomi quali **Dino De Poli** e **Bepi Mazzotti**, nel dare vita al **primo Festival di una Cucina, quella trevigiana, nel 1959.**

A valorizzare il **radicchio rosso** con la sua impareggiabile sintassi, posto che **“sembra proporre naturalmente, per forma e colore, l’arte dei maestri vetrai di Murano”**. Un’antologia di personalità contenute in un solo volto, iconico. Come non ricordarlo anche nelle sue **interpretazioni cinematografiche**, non solo culinarie, una per tutti il cuoco de **“La grande abbuffata”**, ma anche di schietta umanità come il mutilato di guerra ne **“Il commissario Pepe”** con **Ugo Tognazzi** o il camionista veneto “superschell” accanto a **Giancarlo Giannini** ne **“Il bestione”**.

Al di là di un’antologia tutta da scoprire, di Maffioli va ricordata questa esortazione, rivolta agli amici cuochi e ristoratori, rimasti incerti sul come affrontare le sfide della modernità, a quel tempo rappresentata dalla *nouvelle cuisine*: **“Le vere trattorie testimoni di un territorio e delle sue storie non si devono preoccupare. Riacquisteranno il loro prestigio. Conservino quindi il loro patrimonio e la gente sarà loro eternamente riconoscente per essere rimasti fedeli a se stessi”**.



Il convivio pasquale tra mito e rito

di Sergio d'Ippolito

Delegato di Crotona

L'intreccio tra sacro e profano, tra cristiano e pagano, tra ebraismo e culti mediterranei.

Nei rituali pasquali l'alimentazione, in modo particolare, si viene a intrecciare continuamente con la mitologia, pagana, cristiana o ebraica che sia. Lo stesso sacrificio dell'agnello attraversa, trasversalmente, tutte le culture mediterranee.

Da quella mesopotamica alla greca, dalla cristiana alla giudaica e fenicia, il sangue dell'animale sacrificato ha, insieme, un valore purificatorio e propiziatorio. "Ecco l'agnello di Dio - esclama **Giovanni il Battista** -, ecco colui che lava i peccati del mondo", riferendosi al **Gesù "sotiros"**, al Gesù salvatore dell'umanità. Tra gli animali domestici, l'agnello era quello che maggiormente rispondeva ai canoni sacrificali, così mansueto e senza difese, senza artigli e senza corna, era ritenuto ideale per gli altari votivi.

Il cibo pasquale, alimento devozionale per eccellenza

Il cibo pasquale, quale alimento devozionale per eccellenza, viene a gettare **un ponte tra mito e rito**, mettendo in luce l'intreccio, fecondissimo, tra sacro e profano, tra cristiano e pagano, tra ebraismo e culti mediterranei. A ben riflettere, la festività pasquale ha tutte le caratteristiche delle mediterrane

festive di primavera, plasmate, influenzate dal dramma di "morte-rinascita" insito nelle leggi di Madre Natura. Pensiamo al mito, fortemente radicato nella cultura mediterranea, **del dio che muore e rinasce**, come l'anatolico Attis o il fenicio Adone: due divinità perite di morte violenta, dal cui sangue versato risorgerà la vita. L'analogia con il mitologema salvifico della Pasqua cristiana è quasi impressionante. Sarà proprio sul retaggio di questi antichissimi culti agrari che il popolo ebraico indirà la festa di Pesah, coincidente con il primo plenilunio successivo all'equinozio primaverile. Una festività che celebra, dunque, il pas-

saggio dall'inverno alla primavera: la parola 'pesah' vuol dire "passare oltre".

Come tutti i riti di passaggio, anche la Pesah era caratterizzata da offerte e sacrifici al dio, tra cui l'immolazione degli agnelli appena nati. Un'usanza, questa, **ripresa e cristianizzata nell'Antico Testamento**. Il libro dell'Esodo fa chiaro riferimento al sacrificio di "un agnello maschio, nato nell'anno", da immolare al quattordicesimo del mese di Nisan, ossia dopo l'equinozio di primavera, tra marzo e aprile. "In questa notte ne mangeranno la carne arrostita al fuoco: la mangeranno con azzimi ed erbe amare", scandisce il Signore a Mosé e ad Aronne.



Da allora, saranno questi i cibi rituali della cena pasquale ebraica o 'haggadah'. Il sangue dell'agnello sacrificato, contrassegnando le abitazioni degli ebrei, segnerà la salvezza del popolo d'Israele in terra d'Egitto.

A proposito dell'“agnus dei”, il Signore si raccomanda di non spezzarne alcun osso, ma di arrostitirlo intero “con la testa, le gambe, le viscere”. Mai la parola di Dio sarà più esplicita di così in campo culinario! Per quanto riguarda la tradizione del pane azzimo, va fatta risalire anch'essa ad antichi culti agrari pre-cristiani. In particolare, questa va ricollegata a una festa della mietitura in voga nella terra di Canaan, durante la quale era uso nutrirsi di pane del nuovo raccolto, non fermentato. Mentre, secondo la versione cristianizzata, durante la fuga dall'Egitto gli ebrei non avrebbero avuto il tempo di far lievitare il pane, per cui lo avrebbero mangiato azzimo.

Le erbe amare, invece, verrebbero a interpretare le sofferenze patite dal popolo ebraico durante la schiavitù in Egitto. Va, comunque, ricordato come la raccolta delle erbe rientri tra i principali e più caratteristici rituali di primavera del mondo mediterraneo. Ancora oggi, **nelle zone interne della Campania, è d'uso introdurre il pranzo pasquale con una minestra di erbe campestri o selvatiche**. Inoltre, dalle tavole del nostro Sud sono **immancabili le torte dolci e salate rigonfie di uova, come il “casatiello”, il “tortano”, la “pizza piena”, la pastiera**.

L'uovo è il più antico simbolo vitale della storia dell'umanità

L'uovo, ricordiamo, è il più antico simbolo vitale della storia dell'umanità. “*Omne vivum ex ovo*”, “Tutto ha inizio dall'uovo”, recita un antichissimo proverbio vedico. Per i popoli antichi, l'uovo era simbolo di fecondità e di vita, per cui veniva consumato per celebrare l'arrivo della primavera, della rinascita del ciclo vegetativo.

Secondo **Mircea Eliade**, storico delle religioni, **l'uovo sarebbe l'archetipo**



della Creazione. Nelle catacombe romane sono state rinvenute uova di marmo, simbolo della rinascita del defunto.

Secondo la mitologia cristiana, l'uovo si viene a configurare come il simbolo stesso della resurrezione divina. La devozionalità cristiano-ortodossa attribuisce un'enfasi particolare alla decorazione e alla benedizione delle uova pasquali, preservandone il profondo significato sacrale. Le mitiche uova dipinte di rosso, simbolo della Pasqua greco-ortodossa e russa, hanno, insieme, un valore propiziatorio, beneaugurante e apotropaico, retaggio di remotissimi culti primaverili.

Un forte simbolismo è incarnato anche dalla colomba, altro elemento ineludibile della Pasqua cristiana, consumata, di solito, a fine pasto, sotto forma di morbido dolce.

Nell'antichità pagana, come ricorda **Alfredo Cattabiani** nel suo *Volario*, partecipava degli attributi della Grande Madre, dell'amore e della fecondità. Per Greci e Romani era anche l'ideogramma della pace, della purezza dei costumi, della semplicità, della fedeltà coniugale.

Nel Medioevo prevalse il simbolismo della colomba come Spirito Santo, già presente, del resto, nel Vangelo di Giovanni, dove si narra che il Battista vide scendere questo volatile sul capo del Cristo mentre lo battezzava nel fiume Giordano.

Il rituale del banchetto di Pasqua si stempera così in una quotidianità fatta, insospettabilmente, di miti e di riti antichissimi che si perdono nella notte dei tempi, tra pagano e cristiano, tra sacro e profano.





Ova murine e cucchitelle, simbolo della pasticceria locale

di Matteo Pillitteri e Antonietta Garaffa

Accademici di Sciacca

*Due dolci tipici
di Sciacca,
"così duci
da Bataranni".*

Sciacca è una ridente cittadina affacciata sul Mar Mediterraneo, nella provincia di Agrigento, che vanta una ricca storia culturale e una peculiare tradizione gastronomica e dolciaria.

La città ha avuto storicamente **una propensione alla produzione di dolci e ogni festa ha il suo peculiare aspetto**

gastronomico, frutto della ricchezza di prodotti che offre il territorio: farina, mandorla, pistacchio, miele, cannella, ricotta. Tutti prodotti che rappresentano gli elementi principali nella preparazione di molti dolci siciliani.

*La tradizione dolciaria
trova origine nel grande
monastero della città*

La tradizione dolciaria di Sciacca trova origine nella famiglia contadina e **nel Monastero di Santa Maria dell'Itria, detto Badia Grande (in dialetto Bataranni)**, il complesso monumentale più imponente della città, dove le suore, in particolare

quelle di clausura, oltre che alla preghiera e alla contemplazione, si dedicavano alla preparazione di dolci, **delle cui ricette erano alquanto gelose**, tanto che molte di esse sono andate perdute. Le suore, un tempo, erano le uniche a cimentarsi nella preparazione di dolci; li vendevano solo ai signori benestanti che potevano permetterseli, così da poter provvedere ai propri bisogni e al sostentamento del Monastero.

A questo monastero sono legate due produzioni dolciarie tipiche saccensi, **le ova murine e le cucchitelle**, simbolo della pasticceria locale, e che allora costituivano il mezzo di comunicazione tra chi dentro realizzava i dolci e chi fuori li acquistava, attraverso la "ruota", dando al prodotto valore identitario, anima e storia.





Specialità tutt'oggi apprezzate e ricercate e che ora vengono prodotte dalle famiglie e dalle abili mani dei pasticciere.

Le monache di clausura idearono una variante del cannolo

Le *ova murine*, **crespelle al cacao chiuse a cannolo**, sono nate quando le monache di clausura, intorno al XVII secolo, idearono una variante del cannolo. Si narra che ebbero origine per omaggiare **Carlo V d'Asburgo** durante una sua visita. Poiché era estate e la produzione di ricotta era limitata dalla siccità, che colpiva le greggi, le suore idearono una versione alternativa al cannolo di cui il re andava ghiotto.

La cialda tradizionale fu sostituita con una crêpe scura alle mandorle e la farcitura con la crema di latte. Un delicato equilibrio di tali ingredienti, nella loro semplicità, dal sapore mediterraneo. La ricetta è stata tenuta gelosamente conservata, mettendo a dura prova le capaci-

tà di chi si voleva cimentare a replicarla. **Il nome ova murina** probabilmente deriva dalla **somiglianza del dolce con la murena**, un pesce molto presente nel mare di Sciacca, con la pelle di colore bruno screziato con macchie gialle e con una carne bianchissima.

A Sciacca esistono **diverse ricette tramandate**, perché ogni famiglia, alla ricetta madre, apporta alcune varianti. **Ne proponiamo una versione** i cui ingredienti principali sono: mandorle, *zuccata* (confettura di zucchine siciliane), crema di latte, cioccolato fondente, uova, cacao e cannella; ben dosati per un delicato equilibrio di sapori.

Le mandorle vanno sgusciate, non pelate, e messe a tostare in una padella a fuoco basso, poi tritate; le monache lo facevano con il mattarello su un piano, così che risultassero pezzi imperfetti. Per la confettura di zucchine siciliane, la zuccina va pulita, sbollentata, passata con il passaverdure a fori larghi e preparata con le normali procedure: per 1 kg di zucchine 800 g di zucchero, succo di mezzo limone, si fa addensare sul fuoco e raffreddare. In ultimo, la preparazione

della crema di latte, che, quando è pronta, va versata su un piatto piano e lasciata raffreddare.

Per la preparazione delle *crêpe*, per ogni uovo unire 40 g di mandorle, 1 cucchiaio di zucchero, cannella a piacere, 1 cucchiaino di cacao, mescolare. Ungere un padellino antiaderente con olio d'oliva, versare un mestolino d'impasto, fare cuocere solo da un lato in modo da creare una sfoglia. Assorbire l'eventuale unto in eccesso e farcire con la crema, la zuccata, il cioccolato a pezzetti e una spolverizzata di cannella. Arrotolare e servire preferibilmente in giornata per la sua elevata delicatezza.

Le "cucchitelle" furono preparate per la prima volta intorno al 1380

L'altro dolce tradizionale delle monache della Badia Grande è costituito dalle **cucchitelle**, preparate per la prima volta intorno al 1380. Si tratta di **piccoli bocconcini a base di pasta di mandorle, farciti con la zuccata, a forma di mezzo cucchiaino**, da cui deriva il nome. La ricetta è stata fatta propria e divulgata da "**Donna Maridda**" che, da fanciulla, essendo orfana, viveva dalle suore. Da grande, nel periodo del secondo dopo guerra, nella propria bottega sita in Piazza Matteotti, avviò il laboratorio dolciario e iniziò a creare i suoi profumatissimi dolci.

Tritava le mandorle spellate con il pestello, le univa alla farina, all'albume d'uovo, allo zucchero, formando una pasta morbida che faceva riposare nei cassetti di legno di una grande madia; custodiva in grandi barattoli di porcellana la *cucuzzata* che sarebbe diventata il cuore di questi deliziosi pasticcini. L'impasto veniva diviso in tanti piccoli tocchetti dalla grandezza del dorso di cucchiaino, ponendo al centro di ognuno di essi la *cucuzzata*, richiudendoli poi come uno scrigno e, disposti su una teglia, cotti al forno a media temperatura fino a doratura. Appena fredde li decorava versando sopra la glassa di zucchero.



I piatti regionali tipici della Pasqua

di **Luigi Zaccagnini**, *Delegato di Bucarest*
e **Angelo Sinisi**, *Accademico di Bucarest*

*Un momento
di convivialità e un forte
legame con le tradizioni
del passato.*

La Pasqua porta con sé una ricca tradizione culinaria che varia da regione a regione; tuttavia **tre ingredienti principali** accomunano la cucina pasquale italiana: **l'agnello, le uova sode e il formaggio**. Questi simboli di rinascita e abbondanza si ritrovano in molte preparazioni locali, ognuna con una storia e un significato particolare.

Le tradizioni culinarie della Pasqua affondano le radici nella cultura cristiana e, prima, nei riti pagani della fertilità e del rinnovamento.

L'agnello, simbolo cristiano del sacrificio di Cristo, era già presente nei banchetti

pasquali ebraici; le uova, invece, rappresentano la rinascita e la nuova vita, un concetto diffuso in molte culture antiche; il formaggio, soprattutto quello di pecora, ha sempre avuto un ruolo fondamentale nelle festività contadine, segnando la fine dell'inverno e l'inizio della stagione agricola.

Nei tempi antichi, la Pasqua era vissuta in modo molto più comunitario rispetto a oggi, **le celebrazioni erano strettamente legate ai cicli agricoli e alla fine del rigido inverno**; le famiglie si riunivano nei cortili delle case contadine o nelle piazze dei piccoli borghi per condivi-





dere pasti abbondanti, spesso preparati collettivamente. Il pane e il vino avevano un ruolo centrale nei riti pasquali, così come l'agnello, che veniva spesso arrostito all'aperto su grandi spiedi.

Dal Medioevo a oggi

Durante il Medioevo, i **monasteri** offrivano cibo ai poveri e **preparavano dolci e pani speciali per l'occasione**; i nobili, invece, organizzavano banchetti sfarzosi, con piatti elaborati che esaltavano la ricchezza della loro tavola. In molte zone d'Italia, la Quaresima era rigidamente osservata con un'alimentazione frugale e priva di carne, quindi la Pasqua rappresentava un momento di grande festa, pur nel rispetto della sobrietà e nel rifiuto dell'opulenza.



Oggi la Pasqua, pur mantenendo molte delle tradizioni culinarie di un tempo, viene vissuta in modo diverso rispetto al passato: se un tempo le famiglie preparavano i piatti con ingredienti locali e spesso autoprodotti, oggi la globalizzazione ha portato a una maggiore disponibilità di prodotti industriali, facilitando la preparazione di alcune ricette tradizionali.

Molte famiglie continuano a rispettare la tradizione di cucinare insieme piatti come il casatiello, la pastiera o la torta pasqualina, mantenendo vivo il legame con la storia e la cultura locale. Inoltre, mentre un tempo la Pasqua era prevalentemente una festa religiosa e comunitaria, **oggi ha assunto anche un carattere più commerciale**, con la diffusione di uova di cioccolato e colombe pasquali di produzione industriale. Nonostante ciò, in molte regioni si cerca ancora di preservare la tradizione artigianale, con pasticcerie e forni locali che ripropongono le antiche ricette.

I piatti tipici dal Nord al Sud d'Italia

In Valle d'Aosta, la **"seupa à la vapele-mentse"** è una ricca zuppa a base di pane, fontina e brodo di carne. Era un piatto contadino che garantiva sostanza nei

giorni di festa. Nella regione si prepara, già dalla sera del Sabato Santo, anche la **torta salata di Pasqua**, ricca di erbe primaverili, coltivate o selvatiche.

In Piemonte, la **"torta pasqualina piemontese"** è simile alla versione ligure ma con l'aggiunta di ingredienti locali come il raschera. Trae origine dalla tradizione medievale dei monasteri, che usavano le torte salate per celebrare la fine della Quaresima. Una torta diffusa nel Monferrato, quella pasquale di castagne secche, le ultime della stagione autunnale, ormai al limite della conservazione.

La triade ligure del pranzo pasquale è rappresentata da cibi tipici della "cucina del ripieno": **le lattughe ripiene, la cima e la torta pasqualina**, una sfoglia ripiena di bietole, ricotta e uova che risale al XV secolo e che era un piatto di lusso preparato per celebrare la Resurrezione. **In Lombardia** sono di prammatica le **torte d'erbe spontanee, di carciofi e di riso**. Caratteristica, a Como, **la resta**, il cui nome sembra derivi da *resca* o *lisca* (spiga di grano), la cui immagine è incisa sul dorso del dolce.

La "fugassa veneta" deriva dalla nobilitazione del pane, che unito a burro, uova e miele (o zucchero), dà vita a un dolce soffice e leggero. Tipica della primavera, anche la **"frittata con i bruscardoli"**, preparata con i germogli di luppulo selvatico.

Il dolce di Pasqua per eccellenza, nel Friu-



ziato sbocconcellando l'altrettanto famoso **casatiello**.

L'**"agnello al forno con i lampascioni"**, un piatto dal sapore deciso grazie all'uso di questi bulbi selvatici, è una **tradizione pasquale pugliese** molto antica. Così come quella della **Basilicata** dell'**"agnello alla lucana"**: insaporito con spezie e peperoni cruschi, ha origini nella tradizione pastorale locale.

In **Calabria**, la **"cuzzupa"**, che deriva da antiche usanze greco-bizantine, è un dolce pasquale a base di uova e zucchero. Ricca di ricotta e canditi - simboli dell'opulenza della tradizione dolciaria isolana - è la **"cassata siciliana"**. Molto particolare l'**"agnello pasquale di Favara"**, un comune dell'Agrigentino, realizzato con pasta di pistacchio ricoperta di pasta di mandorle.

In **Sardegna** la Pasqua si festeggia anche con l'**"agnello con carciofi"** e i **"pardulas"**: dolcetti di ricotta e zafferano, già consumati nell'epoca nuragica come segno di buon auspicio.

Pur evolvendosi nel tempo, la Pasqua italiana continua a rappresentare un momento di convivialità e un forte legame con le tradizioni del passato.

È un'occasione per riscoprire sapori autentici e tramandare usanze di generazione in generazione, a dimostrazione del fatto che la convivialità non richiede necessariamente ingredienti costosi o ristoranti di alto livello: spesso, con tre soli elementi principali - agnello, uova e formaggio - è possibile creare **una grande varietà di piatti**, mantenendo vivo il patrimonio gastronomico della nostra cultura.

Luigi Zaccagnini, Angelo Sinisi

li-Venezia Giulia, e **in particolare a Gorizia**, è la **gubana**, una delicata pasta sfoglia con un ricchissimo ripieno di frutta secca, uvetta, miele, cannella, noce moscata, pepe, chiodi di garofano, succo di agrumi, aromi alcolici il cui dosaggio è il segreto di ogni famiglia.

In tavola non solo agnello

In **Emilia-Romagna** troviamo in tavola l'agnello arrosto e la **"torta di riso pasquale"**: una delizia dolce a base di riso, latte e mandorle che deriva dalla cucina medievale bolognese.

Un piatto che affonda le radici **nella pastorizia toscana** è **"l'agnello al forno con patate"**, mentre la **"schiacciata di Pasqua"**, un pane dolce profumato all'anice,

era consumata già nel Rinascimento. **Marche e Umbria** hanno in comune, nella festività pasquale, **la preparazione delle cresce**. La **"pizza di formaggio"** è un lievitato ricco di pecorino e parmigiano ed è documentata nei banchetti rinascimentali per celebrare la fine della Quaresima.

Caratteristica della colazione di Pasqua è, **nel Lazio**, la profumata **coratella con i carciofi**, realizzata con le interiora dell'abbacchio.

L'**"agnello cacio e ova"**, un piatto tradizionale che unisce carne d'agnello, formaggio e uova, è **presente da secoli sulle tavole abruzzesi e molisane**. Formaggio e uova anche nei piccoli calzoni ripieni, i **"fiadoni"**, documentati già nei ricettari del XVI secolo.

La **pastiera** più famosa è **quella campana**, che conclude il pranzo pasquale ini-



Kodinze e kodinzon

di Bruno Calamina

Accademico di Belluno-Feltre-Cadore

Prodotti tipici del territorio montano dolomitico, oggi sono tornati in auge.

Molti di coloro che abitano ai piedi delle Dolomiti, e all'interno di quello che sarebbe poi diventato il Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi, fin da piccoli sono stati abituati, nei giorni di festa, a lunghe ed estenuanti camminate che, negli anni passati, presentavano non poche difficoltà anche a causa di un vestiario pesante e scarponi coi *cialt* (molto simili a ferri di cavallo, con quattro ramponi che venivano saldati alla suola con poderose viti dopo aver eliminato il tacco)... e poi la merenda con il pane del giorno prima, salame e formaggio e solo qualche rara volta prosciutto cotto che, immancabilmente, dopo ore in fondo allo zaino, diventava cotto due volte. Oggi tutto questo, pur essendo passata solo una cinquantina d'anni, è diventato preistoria: il vestiario è super tecnologico, leggerissimo e traspirante e, raggiunta la meta, il pranzo in rifugio con un menu sempre più turistico e meno montanaro. Va detto, però, che durante l'escursione, oggi, si fa grande uso anche di integratori e barrette energetiche che di sicuro sono in grado di fornire l'energia al momento giusto, tuttavia, a pensarci bene



e tuffandoci indietro negli anni, c'era già nel territorio qualcosa di molto simile a questi nuovi ritrovati super tecnologici dell'industria: le *kodinze* e il *kodinzon*.

Sottili fettine di mela sbucciata

Le *kodinze* o *coinze*, a seconda della parlata dialettale nelle varie valli bellunesi e che **sta a significare spicchio**, altro non sono che sottili fettine di mela sbucciata, in genere delle **varietà autoctone della rosetta o del pom prussian**, che vengono stese su telai per poi esser **essiccate lentamente al sole**, mantenendo in tal modo intatti sapore e valori energetici, ma con un peso ovviamente ridottissimo. Va ricordato che le *kodinze* hanno avuto **un momento di massima notorietà nazionale** quando **un grandissimo alpinista spiegò** che, nelle sue imprese himalayane, non poteva mancare questo prodotto, che gli garantiva a suo parere **buon supporto energetico, ricordandogli i sapori di casa**, e che si procurava proprio da una piccola azienda artigianale della zona pedemontana. Da quel momento fu vero trionfo, tanto da spingere piccole realtà economiche locali a cimentarsi nella loro produzione e vendita. Va ricordato anche

che **per ottenere 1 kg di kodinze servono ben 8 kg di mele fresche**.

Il kodinzon è una purea ottenuta dalla cottura delle mele

Un po' diversa è la storia del *kodinzon*, che altro non è che una purea ottenuta dalla cottura delle mele, dopo che sono state ovviamente lavate e sbucciate, **della varietà** questa volta **renetta e ferro cesio**, e che poi viene asciugata ed essiccata per essere successivamente tagliata a fettine o **piccoli parallelepipedi**, molto ben conservabili e pronti per esser mangiati e in qualche caso **anche utilizzati per aromatizzare il vin brulé** o in granello da sistemare sopra i dolci. Va ricordato che sia le *kodinze* sia il *kodinzon* sono **prodotti** in qualche modo **tutelati e inseriti fra i "Sapori delle Dolomiti"** e nella stessa "Carta Qualità del Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi". Da una quindicina d'anni, inoltre, per suggellare il riconoscimento Unesco alle Dolomiti e al Parco delle Dolomiti Bellunesi, i maestri pasticceri del territorio hanno realizzato **la torta kodinza** utilizzando questo prodotto tipico assieme al mais sponcio, altra eccellenza della provincia, secondo una ricetta codificata e comune.



A tavola con i Florio

di **Attilio Borda Bossana**

Delegato di Messina

La saga di una famiglia di geniali imprenditori.

Le collezioni ceramiche 1900-1940 è il titolo della **mostra curata da Marella Ferrera, Vincenzo Proffetto, Antonino Lo Cascio** ospitata sino al 25 maggio, nel centro storico di Catania, a Palazzo Biscari, simbolo del Barocco siciliano. La mostra ha un percorso espositivo che celebra la maestria artigianale della *Manifattura Ceramica* dei

Florio, che si cimentarono anche in questa avventura produttiva. **I pezzi selezionati sono esposti su una suggestiva tavola apparecchiata** dove si ammirano le ceramiche che hanno coniugato gli stili iconici di un'epoca d'oro, tra liberty ed estetismo inglese. La *Manifattura Ceramica Florio*, una delle più importanti realtà industriali siciliane dei primi del Novecento, è stata tra le espressioni imprenditoriali moderniste con cui la grande famiglia Florio si impose nel contesto economico e culturale della Palermo del tempo.

Esempio del fascino che il nome Florio continua a esercitare nel sentimento collettivo, l'esposizione ha messo in luce un particolare aspetto delle vicende della famiglia, che hanno avuto **una re-**

cente attenzione mediatica letteraria e televisiva, a volte romanzata, sulla parabola siciliana della loro imprenditorialità.

Il rapporto intenso con la cucina, gli alimenti e le atmosfere della tavola

I recenti libri di **Stefania Auci** *I Leoni di Sicilia* e *L'inverno dei Leoni* e soprattutto la riduzione televisiva italiana, diretta da **Paolo Genovese**, hanno fatto conoscere le tumultuose vicende private dei Florio, con sullo sfondo gli anni più inquieti della storia italiana, dai moti del 1818 allo sbarco di **Garibaldi** in Sicilia. Ne è emerso anche il loro rapporto, inconsueto ma intenso, con la cucina, gli alimenti e le atmosfere della tavola. **La serie "I Leoni di Sicilia"** non solo narra la straordinaria ascesa della famiglia, ma **ne svela anche i segreti culinari**, i piatti delle loro tavole con la ricostruzione di quelli storici, che sono stati elaborati dalla chef palermitana **Gabriella Garajo** per ricreare i sapori che caratterizzavano i banchetti dei Florio. Per l'occasione sono stati visti dal grande pubblico piatti come il falsomagro, i timballi, gli aspic di verdure e i *gateaux*, preparati nella cucina in ferro e ghisa presente a Palazzo Mazzarino, o i menu con i *rapripitto*, una sorta di antipasto con frutta secca e formaggi, la carne *agglassata*, il bianco mangiare, le gelatine per i pranzi delle riprese della *fiction* girate per la "casa al mare" della famiglia Florio, al Castello di Falconara, tra Licata e Gela. Visti anche quelli per le nozze tra **Ignazio Florio** e **Giovanna D'Ondes Trignona**, coronamento delle ambizioni della famiglia, trionfo del lusso e dello sfarzo, negli eleganti saloni di Palazzo Mirto,



Da sinistra: Paolo Florio, Vincenzo Florio sr, Ignazio Florio sr, Ignazio Florio jr, Franca Florio, Vincenzo Florio jr

con il tavolo imbandito con dolci della pasticceria conventuale siciliana, come le "minni di virgini", le cassate e il "trionfo di gola", omaggio al "Gattopardo".

L'avventura produttiva della famiglia

Dal momento in cui sbarcano a Palermo da Bagnara Calabria, dopo il violento terremoto che colpì il centro calabrese nel 1799, i Florio guardarono avanti. Il loro impero commerciale era nato con una *putia*, una bottega aperta nel piano di San Giacomo La Marina a Palermo: l'aromateria dei Florio per vendere spezie e prodotti coloniali, erano cioè speciali, commerciando spezie e vini aromatici. In breve tempo, i fratelli **Paolo** e **Ignazio** cedettero quella bottega di spezie, avviando poi il commercio di zolfo; acquistarono case e terreni, crearono una loro compagnia di navigazione. **Furono i più grandi armatori siciliani del XIX secolo, i primi che collegarono la Sicilia con il continente**, i primi ad **attivare le rotte transatlantiche** tra la penisola italiana e il Nord America con servizi regolari di linea. Fondarono l'imponente "Navigazione Generale Italiana" fondendo la loro flotta con quella genovese di Rubattino: la grande compagnia avrebbe dominato per oltre quarant'anni le rotte commerciali e postali del Mediterraneo con collegamenti verso l'America e oltre Suez. La proiezione continuò con **Vincenzo**, figlio di Paolo, che prese in mano **le cantine Florio di Marsala**, fondate nel 1833, che si affacciano sul mare della Sicilia occidentale, **dove trasformò un vino da poveri - il Marsala** nato dalle uve autoctone e cullato dal tempo - in vino secco e ossidativo e poi liquoroso.

Quando a Vincenzo successe, nella gestione dell'industria paterna, il figlio **Ignazio** senior, senatore del Regno d'Italia, questi, nel 1874, acquistò le isole di Favignana e Formica **rilevando anche la tonnara** dalla famiglia genovese dei Pallavicino, avviando un innovativo sta-



bilimento conserviero, sperimentando **un nuovo metodo di produzione**. Anziché produrre tonno sotto sale come consuetudine del tempo, si approntò **per la prima volta la conservazione del tonno sott'olio** e il relativo inscatolamento nelle latte. I Florio, **entrati nel business del tonno**, tra il 1813 e il 1827 assumeranno l'amministrazione degli opifici di Trabia e Termini Imerese, mentre nel 1830 acquisiranno l'Arenella e nel 1841 la gestione delle tonnare di Solanto e Sant'Elia e quindi, entrando in società con **Ingham**, importante imprenditore inglese che aveva investito in Sicilia, prenderanno in locazione la tonnara favignanese con risultati strabilianti, tanto da acquistare poi l'intera isola.

L'intuizione di inscatolare il tonno nelle lattine

A Favignana fu costruito un enorme stabilimento e furono introdotti nuovi processi di lavorazione: la bollitura, la conservazione sott'olio e l'appertizzazione. Quest'ultima fu sperimentata dal cuoco **Nicolas François Appert** e perfezionata dall'inglese **Peter Durand**. Il francese Appert, nel 1795, escogitò la cottura degli alimenti in barattoli di vetro sigillati, permettendone una lunga conservazione e il mantenimento del gusto; Durand, invece, sostituì il vetro con materiali più elastici e resistenti agli



sbalzi di temperatura, come ferro e stagno. Ignazio Florio ebbe l'intuizione di inscatolare il tonno con lamiere di ferro stagnate, cioè con lattine, **eleganti e decorate, dotate di chiusura a chiave, anticipandone le enormi potenzialità** e gli incredibili risultati poi riscontrati sui mercati. **Fu un vero e proprio pioniere della "rivoluzione della latta", presentata all'Esposizione Universale di Palermo del 1891-92** e, negli anni successivi, con l'incremento delle esportazioni e il tonno dei Florio arrivato a rifornire Boston e New York. E se tra le notazioni positive della storia e del costume siciliano del XX secolo, vi è la Targa Florio che continua ad alimentare la passione e il rimpianto di migliaia di appassionati di automobilismo, altrettanto si può dire anche per **la fabbrica ceramica "Florio"**, che adottò come marchio un cavalluccio marino, fondata nel 1882, **con il fine principale di produrre stoviglie da utilizzare sulle navi da crociera** della flotta di famiglia. In quegli anni la fabbrica era diretta da **Augusto Mèly** al quale succedette, nel 1908, l'architetto **Norman Olsen**. La nuova *Manifattura Ceramica Florio* raggiunse il momento di massimo sviluppo, fino al 1921, con la trasformazione in Società Anonima Siciliana Ceramiche e con successive travagliate fasi gestionali, tra cui una parentesi di assorbimento della "Richard-Ginori", la ridenominazione in "S. A. Siciliana Ceramiche", e la definitiva chiusura nel 1940.



Pizzinnas de oву nella Pasqua sarda

di **Maria Ausilia Fadda**

Accademica di Nuoro

La particolare tradizione delle uova dipinte, inglobate nella pasta lavorata.

Dopo una lunga Quaresima che ha interrotto le sagre che animano tutti i paesi dell'isola e le manifestazioni folcloristiche, arriva **la Settimana Santa con i suoi riti che riportano in vita antichi retaggi di diverse dominazioni**. Mentre le cattedrali e le in-

numerevoli chiesette presenti in tutti i borghi si spogliano degli addobbi e dei colori sgargianti, le confraternite, le associazioni di tutte le parrocchie invitano a una silenziosa riflessione in attesa della Pasqua di Resurrezione.

Nelle case c'è un fermento per la preparazione dei piatti tradizionali

In tutte le case, invece, c'è un fermento per la preparazione dei piatti tradizionali, che vedono in prima fila **gli agnel-**

li e i capretti arrosto e i ravioli con il ripieno di formaggio pecorino fresco leggermente acido, impiegato per **le tipiche pardulas-formaggelle**.

L'impegno maggiore in attesa della Pasqua è dedicato **alla preparazione dei pani pasquali**, fatti con semola di grano duro, che inneggiano alla primavera con elaborate lavorazioni floreali, e alla preparazione delle **pizzinnas de oву dedicate ai bambini**. Si tratta di uova che vengono inglobate nella pasta lavorata e che riproducono le sembianze di una bambina o di un bambino, anche se non mancano le varianti a forma di borsetta, cestino, carretto, cavallino e di tutti i





giocattoli antichi in uso fino agli anni Cinquanta del 1900.

La panificazione domestica ormai sopravvive soprattutto nei piccoli centri, ma la preparazione delle *pizzinnas de ovu* continua anche nella città di Nuoro, perché nelle pasticcerie gestite da persone originarie dai paesi del Nuorese **continuano a prepararle insieme alle più note uova di cioccolato** che ormai invadono il mercato diversi mesi prima della Pasqua.

Il simbolismo dell'uovo si conserva anche nel "pane dei fidanzati" di Dorgali

La produzione delle *pizzinnas de ovu* può assumere l'aspetto di **piccole opere d'arte** quando le uova vengono **accuratamente dipinte e il corpo di pane viene vestito con tessuti che riproducono i costumi della tradizione sarda.**

Il simbolo delle uova di struzzo deposte nelle tombe egizie ed etrusche era legato all'auspicio che augurava il ritorno dei defunti a una nuova vita e lo stesso auspicio beneaugurale si è conservato nella cristianità, che a Pasqua festeggia il ritorno a una nuova vita purificata e riscattata dalla morte del Cristo.

Il forte simbolismo dell'uovo si conserva anche nel "pane dei fidanzati" di Dorgali, perché, **attraverso un pane che ricopre con foglie di pasta l'uovo sovrastato da piccole colombe, il fidanzato che lo offre alla futura sposa** celebra idealmente la nascita di una giovane coppia e di una futura famiglia.

L'attesa della Pasqua con i riti della Settimana Santa attira molti turisti in tutta l'isola, soprattutto per quelli che si svolgono ad Alghero, Castel Sardo, Oliena, Orosei e altri centri che hanno conservato le antiche tradizioni di origine spagnola e che sanno ancora coinvolgere emotivamente le comunità rivivendo i momenti salienti della Passione di Cristo.





La *barbotla* di Bagnone in Lunigiana

di Giuseppe Benelli

Accademico della Lunigiana

*Una vivanda tipica
a base di farina
di mais e cipolle.*

La primavera in arrivo sulle tavole della Lunigiana cambia i menu delle casalinghe. Lasciato alle spalle il freddo pungente dell'inverno, ecco affacciarsi sempre più lunghi periodi di sole, con la natura che offre erbe e germogli. **Il territorio lunigianese conta oltre settanta piante che si possono mettere nel piatto.** E le verdure fresche di stagione sono usate per preparare **torte d'erbi, di porri e cipolle**, una tradizione macrobiotica che produce effetti positivi sulla salute. Conoscere le erbe alimentari non significa soltanto fare un passo indietro nella storia, ma riappropriarsi di opportunità che l'ambiente offre a piene mani. **Bagnone in Lunigiana è un bellissimo borgo** incastonato tra le vette dell'Appennino. Dominato dal castello malaspiniato

dei Noceti, con la torre rotonda alta 23 metri, è attraversato dal torrente che scorre lungo la valle in un percorso tortuoso e, con le piogge, impetuoso. Il nome dell'abitato e del torrente deriva da "banno", la tassa imposta agli abitanti dai marchesi Malaspina per utilizzare il mulino signorile ai piedi del monte. L'abitato medievale è caratterizzato da portici che richiamano la funzione di mercato importante per il territorio e da tipiche locande che conservano il profumo di cibi tradizionali.

Uno di questi è la *barbotla*, una vivanda tipica della Lunigiana a base di farina di mais e cipolle. **Il nome deriva dalla voce onomatopeica "barbottare"**, variante toscana di "borbottare", col significato di "brontolare fra sé con voce confusa e sommessata". Per esempio, la pentola sul fuoco borbotta, lo stomaco borbotta per la fame. In cucina, e particolarmente in Toscana, **il borbottino era una preparazione da cena serale che richiedeva cotture a fuoco lento**, in cui i liquidi cuocevano sulle stufe borbottando.

*Per la preparazione
è fondamentale la farina di mais*

Fondamentale per la *barbotla* è la farina di mais, che si deve alla scoperta dell'America e **fece ingresso in Lunigiana intorno alla metà del XVI secolo, insieme a nuovi prodotti commestibili** come patata, pomodoro, peperone, zucca, fagiolo, cacao e tabacco. Per lungo tempo queste "piante esotiche" furono considerate curiosità botaniche e finirono spesso nelle serre o sui banchi degli speciali per essere proposte come medicinali. Importato da Cuba, il mais fu tra le prime essenze americane a giungere in Europa, ma il suo impiego come genere alimentare ebbe luogo molto tempo dopo, in un periodo databile **tra la fine del XVII secolo e l'inizio di quello successivo**, allorché **divenne un prodotto di largo consumo** giornaliero soprattutto per le classi meno abbienti. Tuttavia, la sua coltivazione in Lunigiana non riuscì a soddisfare il fabbisogno interno, e ciò sembra essere confermato anche da una relazione del 1834, redatta dal fivizzanese **Gerolamo Gargioli**, nella quale la voce "granoturco" è compresa tra i generi alimentari che devono essere importati. Le unità poderali della Lunigiana dovettero dare spazio alle coltivazioni del mais e termini nuovi, come *scarfudlâr, sgranar, scartòz, méлга e malgón*, entrarono a far parte del lessico dialettale. Sta di fatto che la parola "granoturco" (*formentón* e varianti), sia che il mais fosse importato sia che fosse coltivato *in loco*, era entrata a buon diritto a far parte della parlata lunigianese, mentre sulla tavola si stava affermando il suo più rappresentativo prodotto: la polenta di farina gialla.



Altrettanto importante la cipolla rosa dolce di Treschietto

Oltre alla farina di mais, la *barbotla* di Bagnone è composta dalla cipolla rosa dolce e digeribile di **Treschietto, una piccola frazione incontaminata del comune di Bagnone**, a 460 metri di quota, al limite tra gli oliveti e i boschi. In ottima posizione strategica (il nome significa *trans* "al di là" del torrente Acquetta), a controllo dei percorsi che scendevano dal Monte Orsaro, il borgo si allunga sul crinale della collina dove dominano gli imponenti ruderi del castello Malaspina del XIV secolo. L'importanza storica della zona è attestata dal ritrovamento di statue stele. **Qui la cipolla viene coltivata ancora da pochi pazienti agricoltori**, che ne conservano gelosamente il seme. Una cipolla piccola, tonda, rosa e dolce, prodotta in clima montano, da mangiare cruda e cotta. L'approvvigionamento delle piantine avviene per autoriproduzione, in modo da preservare il patrimonio genetico autoctono. Tali cipolle sono **tutelate da un Comitato di valorizzazione** e sono promosse ogni anno attraverso **una sagra che ha luogo intorno alla metà di maggio**. Da un confronto con le altre varietà della provincia di Massa e Carrara risulta che "la cipolla di Treschietto coniuga armoniosamente le caratteristiche olfattive, avvolgenti e gradevoli, con un gusto decisamente dolce e saporito, **con aroma tipico delicato e una spiccata croccantezza strutturale**". La *barbotla* è un piatto molto prelibato e invitante che ha trovato la sua diffusione in alta Lunigiana. Ovviamente, come tutti i piatti tipici, ha le sue varianti che ritroviamo in luoghi diversi e da tradizioni famigliari specifiche.

Una cuoca casalinga è considerata l'interprete più accreditata del piatto

Un articolo del 16 marzo 2024, sul quotidiano "La Nazione", a firma di **Natalino Benacci**, ha individuato nella cuoca casa-



linga **Maria Pagani** l'interprete più accreditata di questo piatto. **Maria, 84 anni**, abita a Nezzana, nel comune di Bagnone, ed è nota per le sue capacità di cucinare i piatti tipici della tradizione locale. Nel raccontare la preparazione della *barbotla* Maria premette subito: "Ma bisogna usare le cipolle della vicina Treschietto. Sono caratterizzate da un sapore dolce e gradevole che permette di consumarle anche crude, in pinzimonio o come ingrediente di piatti particolari come la *barbotla* o la torta di cipolle cotta al forno, meglio nel tradizionale testo di ghisa".

La sua ricetta per cucinare la *barbotla* è la seguente: prendere 6 cipolle, sfogliarle e metterle a macerare in acqua fredda con poco sale. Preparare una pastella con il resto degli ingredienti: 250 g di farina di mais, 100 g di farina bianca, ½ litro di latte, 50 g di pecorino grattugiato, un pizzico di sale e l'olio extravergine lunigianese, poco piccante e con la caratte-

ristica di esaltare i sapori. Si versa, in una teglia unta con olio, metà della pastella, per un'altezza di meno di un centimetro, e vi si collocano sopra le cipolle. Quindi si aggiunge nella teglia la metà pastella rimasta. Finire con un filo d'olio e mettere in forno a 180-200° fino a che non indora (circa 30-45 minuti di cottura). Il piatto va servito caldo.

La signora Maria sa tutto sulle erbe e sulle insalate curative che purificano il corpo a primavera con radicchio, crescione, margherita, rucetta selvatica e fiori di viola del pensiero. I suoi racconti sono una vera e propria **miniera di informazioni sugli elementi naturali dell'alimentazione contadina** e sul modo di cucinare nei testi o al forno. L'interesse e la curiosità della cuoca per le piante alimentari della sua terra derivano dai racconti di chi ha dedicato un'esistenza a curare la natura e ha vissuto la liturgia dei raccolti, dei focolari e dei profumi caserecci.



La pasta mista

di Giancarlo Burri

Accademico di Padova

Un ingrediente di recupero che ha dato vita a gustose ricette regionali.

Negli scaffali dei supermercati riservati alla pasta secca, tra i numerosi formati che le aziende produttrici vengono proponendo ai consumatori, figura ormai per quasi tutti i marchi più noti la **pasta mista**, all'apparenza un eterogeneo accorpamento

di esemplari di pasta corta e frammenti di pasta lunga, in realtà **un graditissimo revival gastronomico**.

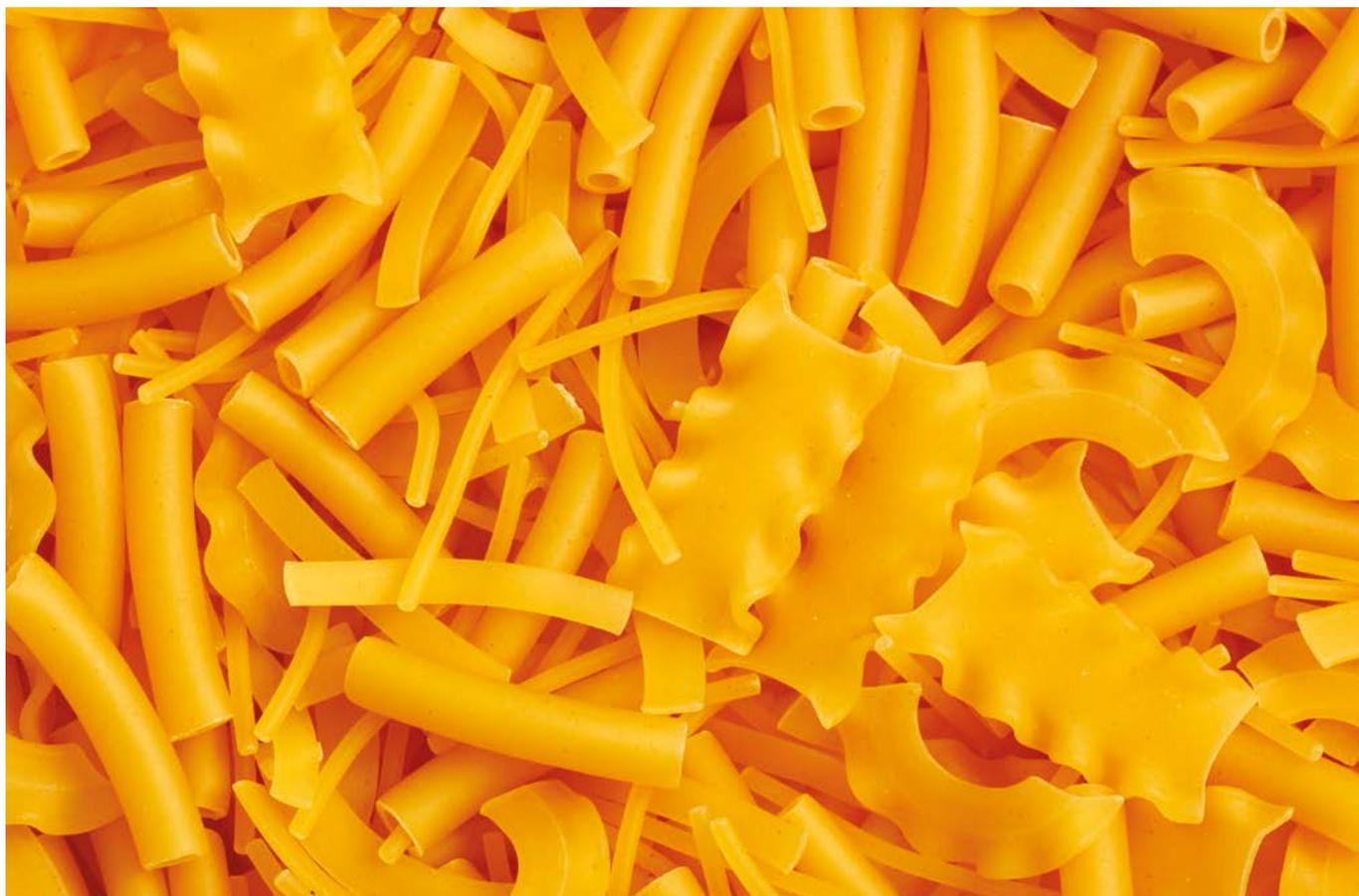
Prima che l'articolo 35 della Legge 4 luglio 1967 ne proibisse la vendita se non confezionata, la pasta secca si acquistava a peso dal droghiere che la prelevava, sfusa, dalle pastaie con i tipici cassetti con vetro (per i formati corti) o dai robusti sacchetti di carta azzurrina (per i formati lunghi).

A causa delle rotture provocate dalle ripetute manipolazioni o delle rimanenze delle vendite dei diversi formati, si originavano quantità anche rilevanti di residui che potevano (e dovevano) essere messi a disposizione. Erano **soprattutto le**

famiglie meno abbienti a essere interessate all'acquisto di questo recupero pastaceo grazie al prezzo ridotto con cui veniva posto in vendita, in ampie cassette collocate all'ingresso delle drogherie, munite di un cartello recante la scritta "pasta mista", il più delle volte in dialetto locale (come *pasta mmiscata* o *munnezzaglia* in napoletano).

Le consistenze sono pensate per una cottura omogenea

La notoria abilità delle massaie di rendere piacevole il pasto giornaliero, anche



con ingredienti non facili, ha dato origine a tutta una serie di preparazioni (**in generale minestre, in cui la pasta mista si accompagna a legumi e altre verdure**), che fanno parte del nostro patrimonio gastronomico e che continuano a essere gustate e apprezzate grazie anche alla rinnovata disponibilità della materia prima, in cui le consistenze sono pensate per una cottura sostanzialmente omogenea.

Protagonista assoluta della tradizione campana, la pasta mista è **la regina di tante ricette partenopee**, e tra queste primeggia la cremosa e saporita **pasta, patate e provola azzeccata**. Secondo la versione originale, a un soffritto semplice, fatto di cipolla, sedano, carota e qualche pomodorino, si aggiungono le patate tagliate a pezzettini, quindi si copre con acqua calda e si fa stufare lentamente per almeno venti minuti. Si uniscono poi le croste di parmigiano, la pasta mista, continuando a cuocere e mescolando, spesso aggiungendo, se necessario, acqua calda. A consistenza al dente della pasta, oggi si aggiungono dadini di provola.

La pasta e patate perfetta deve essere **azzeccata, una densa e ben amalgamata via di mezzo tra una minestra e una pasta asciutta**: in molte storiche trattorie, ancora oggi, servendo la pietanza, si esegue la **scenografica prova del "piatto rovesciato"**: i camerieri capovolgono al tavolo il piatto il cui contenuto, se di giusta cottura e consistenza, non cadrà.

Paese che vai...

In Puglia, dove la sovranità del mare porta con sé i suoi frutti, **l'ingrediente aggiunto alla pasta e patate è rappresentato dalle cozze**: il loro sapore sapido si sposa in modo impeccabile con quello dolce delle patate.

In Calabria, invece, la pasta e patate **si contraddistinguono per la modalità di cottura**. La ricetta, infatti, prevede che gli ingredienti vengano messi crudi direttamente **in forno**.

A Roma la preparazione è più brodosa,



cotta tradizionalmente in un tegame di coccio e **aromatizzata con guanciale e pecorino**.

La creatività, originalità e maestria nell'utilizzo degli ingredienti dei nostri chef è riuscita a elevare prodotti di tradizione familiare alla dignità di veri e propri piatti *gourmet*. Come l'iconica **minestra di pasta mista con crostacei e pesci di scoglio** di **Gennarino Esposito**, chef stellato de "La Torre del Saracino" a Vico Equense (Napoli), preparata con la pasta mista cotta lentamente in un brodetto molto saporito di più di un chilo e mezzo di pesce di scoglio del Mediterraneo, gamberi, calamari e gamberetti. Viene servita in una fondina calda, guarnendo con i crostacei e i filetti di triglia scottati. Lo chef **Francesco Baldissarutti** propo-

ne una sua versione di pasta mista integrale, **cotta in brodo di canocchie** e con inserimento, in mantecatura, della polpa delle canocchie e decorazione finale con cozze dell'Adriatico marinate in aceto di riso.

Fabio Pisani, chef del "Luogo Aimo e Nadia" di Milano, fondendo armoniosamente due identità culturali e gastronomiche, quelle del Nord e del Sud Italia, prepara la **pasta mista di Gerardo di Nola con pesce di paranza, primizie e verdure dell'orto al profumo di finocchietto selvatico**, in cui a un ricco minestrone a base di ceci, fagioli, fave e piselli, cotto lentamente nel coccio di terracotta, viene aggiunta la pasta mista bollita in una ristretta zuppa di pesce realizzata con la paranza di recupero.



Il pesce stocco quaresimale

di Sandro Borruto

Delegato di Area dello Stretto-Costa Viola

Le numerose preparazioni calabresi che uniscono lo stoccafisso con i prodotti locali.

Durante il periodo di Quaresima, nella provincia di Reggio Calabria, la tradizione culinaria si arricchisce di piatti tipici che riflettono la cultura locale e le restrizioni alimentari di quel periodo.

Tra i cibi più comuni, vi è **lo stocco o stoccafisso**, che è un prodotto ittico ottenuto dalla trasformazione di merluzzi pescati nei freddi mari del Nord e decapitati, eviscerati, lavati, legati a cop-

pie e appesi ai tralicci ad asciugare per tre mesi circa, fino a raggiungere un'umidità residua del 15%. Il merluzzo essiccato, tipico dei paesi norvegesi, **ha trovato la sua perfetta collocazione nella provincia di Reggio Calabria**, specialmente **nei paesi pre-aspromontani di Mammola e Cittanova**. Oltre alla località non è di minore importanza la sapiente arte culinaria di preparazione degli chef del territorio. È proprio nell'entroterra reggino che esperte mani artigiane trasformano lo stoccafisso in un piatto pregiato e molto nutriente. Tra l'Aspromonte e le Serre, dunque, non era insolito vedere i muli avanzare trasportando il pesce stocco proveniente dalla Norvegia. Si racconta che già nel V secolo d.C., il merluzzo pescato subiva il trattamento di essiccazione naturale per consentire di portarlo sulle navi e di conservarlo per molto tempo.

Il pesce stocco arrivò in Calabria intorno al 1600

Il pesce stocco arrivò in Calabria intorno al 1600, portato dai mercanti norvegesi e dai pescatori delle isole dell'Atlantico. La sua diffusione, nella regione, fu facilitata dalla necessità di conservare il pesce per lunghi periodi, in un'epoca in cui non esistevano le moderne tecnologie di conservazione degli alimenti, quali la refrigerazione e l'essiccazione ventilata. **Oggi si usa solo ed esclusivamente il pesce lavorato in loco, che infatti è un Pat** (Prodotto Agroalimentare Tradizionale), e tutti i ristoranti del territorio lo declinano nelle varie preparazioni. Chi prepara e rivende lo stocco afferma che **la differenza di sapore con altri stoccafissi risiede nella qualità dell'acqua di sorgente locale proveniente dalle Serre**.

Un tempo, il pesce stocco si lasciava reidratare nei torrenti che portavano questa acqua al centro abitato. Restavano in ammollo, tra ciottoli e anfratti, per diversi giorni - anche 15 - affinché il merluzzo riprendesse le sue dimensioni. L'essiccazione del pesce, combinata con il sale, permetteva di mantenerlo per lunghi periodi, anche durante i mesi in cui la pesca era meno abbondante. Lo stocco arrivava con le navi al Porto di Pizzo Calabro, sul Mar Tirreno, e da lì giungeva anche in piccolissimi paesi montanari i cui abitanti apprezzavano questa tipologia di merluzzo per le sue qualità.

In provincia di Reggio Calabria, come in altre zone della Calabria, **il pesce stocco è un piatto che viene preparato soprattutto durante le festività religiose**, come la Pasqua, il Natale e il Venerdì Santo, in cui il consumo di carne è vietato dalla tradizione cristiana. Durante



il Venerdì Santo, il piatto assume un valore simbolico e spirituale, diventando elemento di un pasto condiviso con la famiglia e la comunità. Tale tipicità ittica ha anche un forte legame con la tradizione di condivisione comunitaria: infatti, in molte zone della provincia reggina, la sua preparazione diventa **un'occasione di incontro**, dove le persone si riuniscono **intorno alla tavola** per condividere un piatto che ha attraversato generazioni e che rappresenta **una connessione profonda con la cultura e la storia della regione**.

L'aspetto nutrizionale

Negli ultimi anni, c'è stato un rinnovato interesse verso la riscoperta dei prodotti tipici e tradizionali locali, anche attraverso **eventi gastronomici e fiere che celebrano i piatti della cucina calabrese, con il pesce stocco in primo piano**. Molti ristoranti e trattorie locali, specialmente lungo la costa, offrono piatti a base di pesce stocco, continuando a mantenere viva tale tradizione. Riprendendo l'aspetto nutrizionale, il pesce stocco è un alimento relativamente sano, **ricco di proteine e acidi grassi omega-3**, che sono benefici per la salute cardiovascolare. Pur essendo salato, può essere dissalato prima della preparazione, riducendo così la quantità di sodio. Per tale motivo, è spesso considerato un piatto nutriente, capace di **offrire sapore e sostanza senza ricorrere a ingredienti troppo elaborati o grassi**. Esso non è solo un alimento, ma un simbolo della storia e della cultura della Calabria. La sua presenza sulle tavole delle famiglie calabresi rappresenta anche un legame con il mare e con la tradizione marittima. La sua preparazione è una delle manifestazioni di quella che potrebbe essere definita la **"cucina del mare"**, in cui il pesce, pur nelle sue forme più semplici e naturali, viene esaltato dal lavoro manuale di conservazione, trasformazione e cottura. Un'altra preparazione tradizionale è il **pesce stocco alla cosentina**, un piat-



to tipico della zona di Cosenza. Qui, il pesce stocco è cucinato con patate, pomodoro e aromi, come il rosmarino e il peperoncino, creando un piatto gustoso e sostanzioso che racconta la semplicità ma anche la ricchezza della cucina calabrese.

Preparazioni tipiche nella provincia di Reggio Calabria

Pesce stocco alla reggina, una delle preparazioni più conosciute e rappresentative della provincia di Reggio Calabria. Il piatto prevede la cottura del pesce stocco con pomodori, cipolla, olive nere, capperi, aglio e peperoncino. Gli ingredienti vengono cucinati insieme in un sugo ricco e saporito, che avvolge il pesce, esaltandone il gusto e creando un piatto aromatico. In alcune varianti, il pesce stocco può essere accompagnato da patate o da un po' di prezzemolo, che aggiunge freschezza al piatto. Un altro piatto tradizionale della zona è il **pesce stocco con le patate**, preparato facendo cuocere il pesce in un brodo di pomodoro e cipolla, per poi aggiungere le patate tagliate a fette. La combinazione dei due ingredienti rende il piatto completo e sostanzioso, perfetto per un pasto

che unisce la rusticità della cucina calabrese alla delicatezza del pesce essiccato. Nella provincia reggina, una preparazione meno comune ma molto apprezzata, soprattutto **nei periodi festivi**, è il **pesce stocco fritto**. Il pesce essiccato viene prima ammolato e poi tagliato a pezzi, per essere fritto in abbondante olio d'oliva. Si serve come antipasto o come piatto principale, accompagnato da una semplice insalata o da un contorno di verdure locali.

Il pesce stocco alla "scarola" prevede la combinazione con una varietà di cicoria. Il pesce è cotto insieme alla scarola, che aggiunge un tocco di amaro, contrastando il sapore più dolce e salato del pesce essiccato. Il piatto è arricchito con olive nere, capperi e peperoncino, tutti ingredienti tipici della cucina reggina.

Una delle preparazioni **più conosciute è quella del pesce stocco alla calabrese**. Il piatto è solitamente cucinato con pomodoro, olive, cipolle, aglio, peperoncino, capperi e un po' di olio d'oliva, tutti ingredienti che lo rendono ricco di sapore.

In conclusione, il pesce stocco è molto più di un piatto della tradizione calabrese: è **un simbolo di resilienza, di connessione con il mare** e di una cucina che valorizza la semplicità dei prodotti locali, rendendo omaggio alla cultura gastronomica della regione.



L'arrosto: un simbolo ancestrale di convivialità

di **Maurizia Debiaggi**

Accademica di Singapore-Malaysia-Indonesia

Il piatto che unisce le cucine del mondo.

Se esiste un piatto che unisce le cucine del mondo, quello è senza dubbio l'arrosto. Nato con l'uomo cacciatore del Paleolitico, quando il fuoco divenne il primo strumento di cottura, l'arrosto è il simbolo di un cibo non costruito, **ma semplicemente esaltato dalla lenta trasformazione del calore.** Un taglio di carne cotto pian piano, avvolto nei suoi umori e nelle spezie che la tradizione di ogni cultura ha scelto di utilizzare, è un simbolo ancestrale di convivialità e appartenenza.

D'altronde, se l'umanità si è evoluta con il fuoco, si può dire che la brace ha fatto nascere la civiltà gastronomica.

Un cibo che si fa legame e raccoglie intorno a sé famiglie e comunità

Non è un caso che l'arrosto, **nelle sue mille declinazioni, attraversi le epoche e le latitudini** senza perdere il suo significato profondo: un cibo che si fa legame e raccoglie intorno a sé famiglie e comunità.

In Italia, esso ha attraversato i secoli mantenendo intatto il suo ruolo di **protago-**

nista della tavola. Possiamo partire dal Medioevo, quando le carni venivano lentamente cotte negli imponenti camini dei castelli... e chi non ricorda la famosa gru arrosto di Chichibio nella novella di **Boccaccio**? Nel Rinascimento divenne il **fulcro dei sontuosi banchetti nobiliari**, arricchito da salse raffinate e spezie preziose; un simbolo di ricchezza e potere, poiché richiedeva grandi quantità di carne e la capacità di cucinarla su bracieri.

Nel Novecento, invece, si trasforma nel simbolo della cucina casalinga e della domenica in famiglia. Un piatto che riempie la casa di profumi avvolgenti, basti pensare al celebre spot di un famoso dado da brodo, che per anni ha pro-



posto la scena iconica di una donna che prepara l'arrosto. E lo scrisse anche **Natalia Ginzburg** in *Lessico Familiare*: "Ogni volta che mia madre diceva *devo preparare l'arrosto*, tutti capivamo che era il segnale che la domenica stava arrivando, con la sua calma e le sue abitudini".

Innumerevoli varianti in tanti angoli diversi del globo

Tuttavia, l'Italia non è un'isola culinaria: il concetto di arrosto si declina in innumerevoli varianti in tanti angoli diversi del globo.

Il roast beef, per esempio, è un piatto tradizionale della **cucina britannica**, noto per essere servito la domenica con *Yorkshire pudding* e salsa al rafano ed è stato adottato anche **in Francia**, come **rosbif** e cotto con senape e burro fino a ottenere una crosta dorata che racchiude una carne succulenta. **In Spagna**, il **lechón asado** è una celebrazione della carne di maiale, croccante fuori e morbida dentro, spesso preparata nelle festività e nei grandi banchetti. **In Germania**, lo **Schweinbraten - maiale arrosto con cumino e birra** - dimostra come una lunga cottura possa trasformare pochi ingredienti in un piatto straordinario.

Attraversando l'Atlantico, troviamo il **barbecue texano**, che in fondo è un arrosto in chiave affumicata e speziata, con tagli di carne cotti per ore fino a diventare tenerissimi. **L'Argentina** risponde con l'**asado**, un vero e proprio rito sociale, dove la carne viene cotta alla brace lentamente e con attenzione maniacale.

Dall'altro lato del mondo, **la Cina ha il suo char siu**, il maiale arrosto laccato con miele e spezie, dal colore rosso intenso e dal sapore caramellato. **In Medio Oriente**, lo **shawarma** è una versione verticale dell'arrosto, in cui la carne viene cotta su uno spiedo rotante e affettata sottilmente per essere servita in pane arabo con salse speziate. Questo piatto è strettamente legato al **kebab turco**, con cui condivide la tecnica di cottura e la modalità di servizio. Negli ultimi anni, il **kebab**



- e con esso lo **shawarma** - ha conosciuto una crescente popolarità in Italia, diventando un'opzione gastronomica diffusa nelle città e amata per la sua praticità e ricchezza di sapori.

La trasformazione lenta della carne, che sotto il calore diventa tenera e succulenta

Insomma, sia fermo, sia "rotante", **l'arrosto piace sempre**, sia quando è servito su un vassoio d'argento, sia quando lo si mangia in un cartoccio da asporto! In tale prospettiva, l'arrosto emerge come **un filo invisibile che lega le cucine del mondo in un abbraccio di sapori e tradizioni**.

Vivendo a **Singapore**, ho avuto modo di osservare come nei ristoranti italiani

uno dei piatti più amati, tanto dalla clientela locale quanto internazionale, sia il **crispy suckling pig**, che in Sardegna chiamerebbero "*su purcheddu*" e nel nord Italia semplicemente "**maialino arrosto**". Sebbene esso differisca per sapore dal *char siu* cinese o dal *lechón asado* spagnolo, condivide con questi ultimi un'essenza comune: la trasformazione lenta e sapiente della carne, che sotto il calore diventa tenera e succulenta, accompagnata dalla crosticina croccante che ne esalta la perfezione, e dalla marinatura che, attraverso i suoi aromi, infonde al piatto una profondità inconfondibile. Certo, **ogni popolo ha la propria tecnica, i propri sapori, i propri riti** legati all'arrosto, eppure il risultato finale è sempre il medesimo: **un piatto che non è mai solo carne**, ma è memoria, è racconto, è l'unione silenziosa tra le culture del mondo.



Ab ovo... o dell'alimento più completo

di **Gioacchino Giovanni Iapichino**
Delegato di Parma

Attorno alle uova si è creata non una cucina, ma una cultura.

Le uova sono per l'umanità **l'alimento più ricco di nutrienti**. Attorno a esse si è creata non una cucina, ma una cultura. Se i primitivi predavano le uova di qualunque specie, la domesticazione del gallo in India, circa 6000 anni fa, l'ha trasformato in alimento comune.

La produzione mondiale del 2020 è stata di 1.642,9 miliardi di uova, sia per l'alimentazione, sia per produzione di pollame, deposte da 7.899 miliardi di galline per una media di 208 uova l'anno per singolo animale, contro le 6 uova per covata di una gallina selvatica, deposte 2 o 3 volte l'anno. Altre uova sono usate a scopo alimentare: quelle di quaglia,

anatra, oca, fino allo struzzo, ma l'uovo di gallina lo è per eccellenza.

In quanti modi si può cucinare un uovo?

Per dovere di completezza, **non si può tacere dell'uovo crudo**: succhiato grazie a due fori ai poli opposti, uno per tirare e l'altro per l'entrata dell'aria, o all'ostrica, in un cucchiaino con limone e sale, o col caffè per una sferzata mattutina di energia. Sempre crudo, ma emulsionato con olio, limone e/o aceto e un pizzico di sale, per fare la maionese e



tutte le salse che ne derivano: cocktail, tartara, *remoulade*, *gribiche*, andalusa, con numerose variabili e varianti; le ricette, come sempre, presentano uno sviluppo di tipo folklorico.

L'uovo cotto in guscio presenta una gradazione in base ai tempi: cocque, mollet, bazzotto, sodo. Quest'ultimo entra a far parte di varie ricette, una valga per tutte: **il cacio bavarese**. Si tratta di **una ricetta tipica parmigiana**, in particolare della Bassa, che pare fosse il dolce preferito di **Giuseppe Verdi**. Il nome evoca quello del budino di origine francese. **La forma tipica è lo zucchetto**, preparato con tuorli di uova sode setacciati, uniti a pari quantità di burro sciolto e zucchero preventivamente bene amalgamati. Una parte della crema è addizionata di cioccolato e una di Alchermes per fare un dolce a strati di colori diversi, versati in uno stampo rivestito di savoiardi inzuppati con Marsala o Rum. Il dolce va messo a freddare, fino a quando non si consolida, e servito a fettine sottili.

Cucinato senza guscio l'uovo può essere cotto in acqua acidulata, uovo in camicia; al vapore con l'apposito tegame con le formine, un uovo in camicia compatto; nel brodo e strapazzato, la stracciatella; nell'olio o nel burro, fritto intero (occhio di bue, eventualmente coperto con una sottile fetta di formaggio, alla Bismarck sui più disparati substrati) o strapazzato. **Ricetta da non perdere è l'uovo strapazzato nel burro e ricoperto con scaglie di tartufo nero**, come alternativa alle uova di quaglia all'occhio di bue. Oltre che sul fornello, **Gualtiero Marchesi** sosteneva che l'uovo al tegamino può essere cotto al forno col burro. **Nella frittata**, ossia pesce d'uovo, l'uovo è sbattuto, amalgamati i possibili condimenti (formaggio, ricotta, cipolla, funghi, patate, la pasta avanzata, asparagi, meglio se selvatici...) si cuoce nell'olio e su entrambi i lati; nell'*omelette* si montano le uova, si cuoce nel burro, si farcisce nel tegame e si chiude a portafoglio.

Se dovessi decantare una ricetta dell'uovo in padella, sarebbe quella delle **uova cotte nella salsa di pomodoro, all'occhio di bue**. Dopo avere portato a ebollizione tanti mestoli di salsa di pomodo-



ro quante le uova, e avendo rimosso gli eventuali spicchi d'aglio che la insaporivano, si cuociono le uova a fuoco lento fino a che non si condensa l'albume.

Dalla pasta ai dolci, ai nuovi strumenti di cottura

In un pentolino a bagnomaria, con zucchero e Marsala, se ne ricava lo **zabaione**. Con latte e zucchero, in parte caramellato, si prepara il **crème caramel**. Impastate con la farina si ottengono le **sfoglie per fare le paste all'uovo**. Con farina e latte se ne fa **crepelle**. In padella con spaghetti, guanciale (in origine bacon, ma le cose si evolvono) e pepe nero **la carbonara**. Solo il bianco per **meringhe**

e ile flottante. Infinite le ricette in cui l'uovo è un ingrediente secondario, coctollette e polpette, creme per dolci, spennellato sulla frolla nei pasticci...

La cottura al microonde consente di ottenere rapidamente uova sode. Immerse in acqua, vanno poste in una pentola a pressione per microonde e lasciate riposare per due minuti prima di estrarle evitando i problemi legati allo scoppio. I risultati dipendono dalle caratteristiche del forno, per cui occorre prenderci la mano e regolarne la tensione adeguatamente.

Non si può tacere, infine, delle **uova cotte a bassa temperatura** che, grazie a un termostato, sono mantenute a 63°, presentano il bianco condensato e il tuorlo perfettamente molle da utilizzare in svariate ricette.



Bollito o lessso?

di Paolo Pellegrini

Delegato di Firenze Pitti

È ormai codificato chiamare “bollito” un piatto composto da tagli diversi di carne con verdure e salse, ma in Toscana permane l’uso di chiamarlo “lessso”.

Punto primo, in Toscana si dice lessso. Che, andando a rimestare nella retorica, è insieme sineddoche e metonimia, ma guarda tu che bell’os-

simoro si riesce a far bollire in pentola. Già: perché tu dici “lessso” per definire un preciso e determinato taglio e pezzo di carne da buttare nell’acqua, ma quella stessa parola ti indicherà poi anche un piatto finito, composto da tagli diversi di animali diversi - ben codificati, o comunque chiaramente stabiliti dall’uso tradizionale - con tanto di specifiche verdure e salse. Ma ecco che la retorica linguistica ti porta davanti allo specchio, e così l’immagine si rovescia: il “lessso” sarà il piatto finito con tutti quei suoi ingredienti, e però la stessa parola si circonda intorno a quel pezzo, o taglio. Poi vabbè, si sa, nell’era del villaggio globale, anche a queste latitudini ha preso sempre più campo l’uso di chiamare quel piatto “bollito”, con aggiunta

del classico aggettivo “misto”. Fa più fino, via: quel “lessso” sa di volgo, di popolino basso... (tranne però in un paio di casi). E comunque, a onor del vero, **era proprio “lessso” il termine che già ai tempi dell’Unità d’Italia s’incrociava nei menu dei ristoranti fiorentini per indicare la carne bollita**; né si pensi che la tradizione sia stata portata in riva d’Arno dai trentamila piemontesi costretti a emigrare nella nuova Capitale Provisoria del Regno, aprile 1865. Ce lo suggerisce una gustosa *Guida pratica popolare di Firenze* a uso “specialmente degli Impiegati, Negozianti, delle Madri di famiglia e di tutti coloro i quali stanno per trasferirsi”, ripescata e ripubblicata dal quotidiano “La Nazione” nel 2011, in occasione dei 150 anni dell’Unità.



Una gustosa "Guida pratica popolare di Firenze" dedica un ampio capitolo alla gastronomia

Minuziosa nel raccontare la città dalla A alla Z, dal carattere della gente alle abitazioni, dalle porte alle mode, dal clima alle scuole, con un ampio capitolo dedicato alla gastronomia. E alle trattorie, è centrale il menu intero - 164 referenze, compresi conserve di frutta, "frutte" e formaggi diversi, pochi vini "nostrani", di più i francesi... - di una trattoria che allora doveva andare per la maggiore, e che si riconosce per una citazione, e che esiste ancora nel pieno centro di Firenze, e allora come oggi porta il "tortino di carciofi" tra i suoi piatti-icona. Ma non divaghiamo. **C'erano, in quella vasta proposta, i "lessi", caldi, e i "freddi" (sempre lessi)**: il cappone "intiero" che costava 4 lire, oggi sarebbero 24 euro e spiccioli, e una sola ala una lira e 20 centesimi; il pollo una lira e 80 centesimi, insomma per noi 11 euro se "intiero", 90 centesimi la metà; e poi lingua di manzo, testa di vitella, zampa di vitella, il classico pezzo di manzo lessato, a prezzi variabili tra semplici e guarniti, tutti fra i 35 e i 45 centesimi (tra 2 e 3 euro attuali). Non c'era il "bollito misto", ecco, quella dev'essere usanza portata giù dagli argini del Po, se non un tantino più tardi, dal solito **Pellegrino Artusi**. **E nasce il "lesso" del popolo**, meno tagli di carne e meno "ingrullimenti", avrebbe detto la massaia ai fornelli, rispetto ai "nobili" bolliti di oltre Appennino. **Le carni: cimolino di manzo, appunto il classico pezzo di "lesso" toscano; lingua di manzo, gallina; se volete, la testina di vitella e un pezzetto di guancia**; se avete da "ingrullire" - ancora - il collo ripieno. Naturalmente **ampia gamma di odori** per cuocere, e **due ossi con tanto di midollo** che non guastano: così lo serve, con la maionese e la salsa verde fatte da lui, nella sua osteria fiorentina **Renzo Chilleri**, che negli anni Settanta fu il primo "chef televisivo", agli albori delle prime emittenti locali private.



Il lesso diventa anche carne di recupero

Però, beh, uno sguardo sui bolliti nel Granducato non può finire qui. Non ci si può dimenticare che il lesso diventa anche carne di recupero. Perché di certo nei gran pranzi delle feste avanzava, ma non si poteva buttare: e nasce così **la grande tradizione della "francesina", il lesso rifatto con le cipolle**. Perché si chiama così? Eh, ci sono varie idee, la più semplice porta all'abbondante uso di cipolle per preparare il piatto, e da qui l'analogia con la cucina d'Oltralpe, forse anche con una punta di maligna ironia sulle cucine parigine cui i cuochi di **Caterina de' Medici** avrebbero insegnato tanti piatti... oppure, chissà, la "colpa" potrebbe essere più antica, e risalire alla

Francigena, "autostrada del Medioevo": passava per Certaldo, il borgo del **Boccaccio** famoso per le cipolle e, cucina e ricucina gli avanzi, il gioco è fatto.

E poi c'è lo street food. Quello fiorentino si bolle. Il celeberrimo panino con il lampredotto, principe del quinto quarto e del "non si butta via nulla", nemmeno parti di scarto come lo stomaco dei bovini, che prende il nome da una strana somiglianza con un pesce d'acqua dolce, la lampreda, di cui l'Arno era ricco fino all'Ottocento, ma che nel periodo del Rinascimento era cibo da ricchi. Per i poveri non c'era che da contentarsi di quello che... si buttava via. La tradizione prende avvio così, e il pane resta il miglior compagno. Oggi il lampredotto è servito dai banchini dei trippai, per la gioia di fiorentini e turisti, più o meno elaborato, più o meno impreziosito da spezie e salse. Ma sempre quinto quarto è.





Tagliare diversamente il cibo altera il sapore

di Flavio Dusio

Accademico di Novara

Le sostanze chimiche, liberate in quantità diverse in base alla modalità del taglio, possono alterare la percezione di gusto e olfatto.



L'affermazione può sembrare strana o azzardata, ma in verità è così. Tutti i cibi, nessuno escluso, possiedono caratteristiche gustative, olfattive e sensoriali diverse. Ciò è dovuto alla diversa composizione chimica: una prerogativa specifica.

Una banana si riconosce anche se consumata a occhi chiusi, a meno che non siano compromessi gusto e olfatto, così **per una mela**. Per quest'ultimo frutto, tuttavia, **il gusto può essere diversissimo**. Ciò è dovuto a una molecola odorosa che è l'"acetato di isoamile", oltre alle sostanze volatili al taglio, come il "farnesene". Così accade **per il taglio a fettine rispetto al morso diretto**.

L'aspetto psicologico della percezione al taglio del cibo

L'aspetto psicologico della diversa percezione al taglio del cibo è stato ben evidenziato dal professor **Charles Spence**, neuroscienziato, psicologo cognitivo, presso **l'Università di Oxford**. La percezione multisensoriale del cibo e le interazioni cross-modali, ossia gli stimoli emo-

tivi, sulla base di informazioni sensoriali multiple, sono note. In sostanza, **la chimica degli alimenti può essere alterata dal modo con il quale viene tagliato o sminuzzato il cibo**.

Un classico esempio riguarda **cipolla e aglio**. Il taglio grossolano della cipolla si comporta diversamente da quello più finemente ridotto. Infatti, il taglio più fine libera dalle cellule bulbose un enzima, l'allinasi, che, a seguito di una sua trasformazione chimica, è responsabile della lacrimazione oculare. Ebbene, **quanto più è sminuzzata la cipolla**, tanto più si libera allinasi, con conseguente incremento della lacrimazione. Altresì **vengono alterati gusto e sapore mediante** quel penetrante odore rilasciato.

Anche la forma può influenzare il gusto

Ci sono altri aspetti curiosi e interessanti studiati da Spence in chiave psicologica. Il cervello associa determinati gusti e sapori, con diverse aspettative nel caso di **cibi perfettamente uniformi e consistenti** (vedi cubetti di grana), percepiti come **più saporiti**, oppure dai bordi fra-

stagliati e duri, avvertiti come più amari, o più avvolgenti, con bordi arrotondati (un tondo tartufone di cioccolato).

La questione non riveste una pura disquisizione accademica, ma **coinvolge scelte industriali di rilievo**. Nel 2013, una nota azienda inglese (la George Cadbury, fondata nel 1905), produttrice di barrette al cioccolato, modificò la tradizionale forma rettangolare della barretta Dairy Milk, smussandone le estremità. La barretta era stata sviluppata nel 1914 e da allora mai modificata nella forma. Ebbene, la casa produttrice ricevette numerose lagnanze dai consumatori, che si lamentavano dell'eccessiva dolcezza del prodotto, quasi stucchevole. L'azienda in realtà non aveva minimamente cambiato la quantità di zucchero del prodotto, mantenendo uguale la ricetta, ma solo modificato l'aspetto morfologico visivo.

Il nostro cervello, dunque, associa il gusto o l'olfatto a seconda della forma o consistenza di uno stesso cibo, in relazione alla forma morsa in parte intera o se finemente sminuzzata, poiché **cambia la rispondenza gusto-olfattiva delle molecole chimiche rilasciate tutte insieme** (eccessiva e violenta sensazione che inonda le papille gustative), **oppure più morbida se il rilascio è graduale**.



Le zuppe pronte

di **Gabriele Gasparro**

Coordinatore Territoriale di Roma

È meglio non avere fretta quando si scaldano: il calore è l'unico metodo efficace per eliminare il botulino eventualmente presente nel prodotto.



Allineate negli espositori frigoriferi del supermercato, attraggono e invogliano all'acquisto, confezionate in eleganti vaschette. Le zuppe sono già pronte per la tavola dopo un breve riscaldamento. **Dalla pasta e fagioli alle passate di verdura, dalla zuppa alla toscana a quella di farro,** ottime al gusto e di pratico consumo. Un filino d'olio le rende in genere più appetitose. **Il costo non è eccessivo.** Una confezione è un'abbondante porzione per due. Per essere pronta al consumo, secondo le istruzioni, **basta farla bollire per 3 minuti.** Ma in questo caso riappare, come **un nascosto fantasma all'agguato, il botulino.** Recentemente, un'anziana signora romana sarebbe morta per intossicazione da botulino dopo aver mangiato una zuppa pronta acquistata in un supermercato e anche la figlia, che aveva assaggiato il piatto, si è sentita male. Le indagini della Asl locale e dei Nas, che hanno analizzato i resti della zuppa ai carciofi presente nella casa della vittima, hanno confermato la presenza di tracce di botulino.

Tuttavia, le indagini non sono riuscite ad appurare se la circostanza sia derivata o no dall'interruzione della catena del freddo, da uno scorretto immagazzinaggio o altro o proprio durante la preparazione nello stabilimento alimentare.

Per eliminare le tossine botuliniche nel prodotto, bisogna farlo bollire qualche minuto in più

Secondo gli esperti, l'unico metodo efficace per eliminare le tossine botuliniche già presenti nel prodotto è farlo bollire qualche minuto in più: **almeno 5 minuti invece dei 3 suggeriti sulle confezioni. Tale misura è stata raccomandata in una recente circolare della Direzione Generale per l'Igiene e la Sicurezza dell'Alimentazione,** inviata ai responsabili del circuito della distribuzione, con la

quale si è chiesto ai produttori di **aggiornare le etichette,** aggiungendo la dicitura "far bollire il prodotto per almeno 5 minuti", scritta in modo chiaro e ben visibile. Una cottura adeguata è indispensabile perché **il calore è l'unico metodo efficace** per eliminare le tossine botuliniche presenti nel prodotto.

Il sapore e la genuinità di quelle fatte in casa...

Le zuppe già pronte, una volta allontanato il pericolo delle tossine, saranno gradevoli al gusto, certo, ma lontanissimi anni luce dalla pasta e fagioli di **Ada Boni** che iniziava raccomandando un battuto "con una cucchiata di strutto in un tegame, un po' di cipolla tritata, lardo, aglio, prezzemolo e una costola di sedano. Tritando tutto su un tagliere".



Youcanprint, Lecce 2025,
pp. 104
€ 21,00



Il taràssaco in cucina

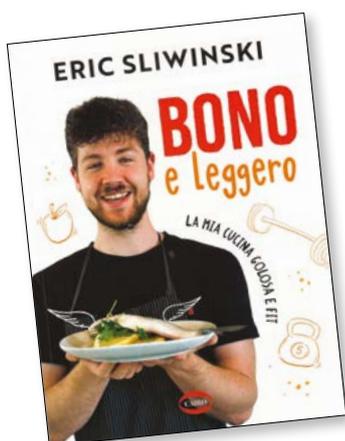
Consigli, gastronomia, 90+ ricette

di Pietro Ficarra e Stefania Scaccabarozzi

Fedeli all'idea della "cucina selvatica per tutti", gli AA. propongono ora quest'opera monografica dedicata al taràssaco, una delle erbe più note e diffuse nel nostro Paese, portando anche un contributo al più vasto impiego del *foraging*, che comprende la raccolta, per fini alimentari, di ingredienti naturali selvatici, soprattutto vegetali. Un aspetto particolare del taràssaco è rappresentato dal fatto che, a differenza di altre specie che sono disponibili solo stagionalmente, questa erba può essere raccolta e impiegata tutto l'anno. La sua grande diffusione in natura ha fatto sì che le siano state attribuite diverse denominazioni, a parte quella "ufficiale" già presente come *Taraxacum* in alcuni testi tardomedievali: dente di leone,

cicoria dei campi, cicoria matta, soffione, fino a quelle vernacolari di *piscialetto* e *pisciacane*. Le possibilità di impiego della pianta, ivi comprese quelle officinali e cosmetiche, il suo significato nelle tradizioni locali, i consigli per la raccolta e l'utilizzo in cucina e la chiave di lettura delle ricette sono una preziosa premessa alle proposte di impiego nelle preparazioni culinarie. E qui si aprono le porte di un mondo insospettato e stimolante: come può non esserlo la proposta di preparare un *cacciucco di ceci e taràssaco*, una *pastasciutta al pesto di taràssaco*, un rotolo di polenta al taràssaco o uno strudel di taràssaco e zucchine, attenendosi anche ai chiarimenti e consigli di tecnica culinaria per la migliore riuscita della nostra impresa?

Cairo, Milano 2025,
pp. 192
€ 18,90



Bono e leggero

La mia cucina golosa e fit

di Eric Sliwinski

Una passione per la gastronomia nata nell'infanzia, guardando la nonna e la mamma, appassionata di culinaria e formata all'istituto alberghiero; muoversi per la cucina, non resistendo alla tentazione di impastare ogni volta che aveva a disposizione acqua e farina, divenuta poi necessità esistenziale quando si è ritrovato addosso 25 chili di troppo e il desiderio di perderli senza rinunciare al piacere della tavola e agli ingredienti salutari. E così è nata quest'opera che supera i limiti convenzionali dei ricettari per divenire una storia di vita che insegna a cucinare in modo semplice, dando vita, per dirla con il titolo, a un

prodotto "bono e leggero" nel nome (e qui entra in campo il sottotitolo) di una cucina "golosa e fit". Molto significativa è la suddivisione dei menu secondo il criterio stagionale, in modo da salvaguardare l'impiego di componenti vegetali sempre freschi. E poi l'indicazione dei tempi di preparazione e di cottura e l'impegno richiesto al cuoco: con pochissime eccezioni, il risultato si ottiene in tempi brevi e il procedimento è definito facile. Così viene anche vanificato l'alibi di riluttanti e svogliati. Per alimentarsi in modo "bono e leggero" non serve l'esperienza di un professionista, basta la buona volontà di un dilettante.