

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. 371, GIUGNO 2024 / MENSILE, POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE 70% ROMA AUT MP-AT/C/RM/

GIUGNO 2024 / N. 371

DIRETTORE RESPONSABILE
PAOLO PETRONI

COORDINAMENTO REDAZIONALE
SILVIA DE LORENZO

PROGETTO GRAFICO E IMPAGINAZIONE
SIMONA MONGIÙ

IN QUESTO NUMERO SCRITTI E RICETTE DI
GIOVANNI BALLARINI, GIUSEPPE BENELLI,
CLAUDIO BOLLA, ATTILIO BORDA BOSSANA,
ETTORE BOVE, GIANCARLO BURRI,
ETTA CARNELLI DE BENEDETTI, ELISABETTA COCITO,
LUIGI COSTA, SERENELLA DALOLIO,
SILVIA DE LORENZO, MAURIZIO FAZZARI,
GABRIELE GASPARRO, PAOLO LINGUA,
MORELLO PECCHIOLI, PAOLO PETRONI,
MATTEO PILLITTERI, ENRICA RIGILLO,
GIANCARLO SARAN, ANDREA SCASSO,
ALBERTO SCARAMUCCIA, ALDO E. TAMMARO.

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
DIGITALIALAB SRL
Via GIACOMO PERONI 130, ROMA

STAMPATO
SU CARTA ECOLOGICA
CERTIFICATA FSC



SPEDIZIONE
S.G.S., Via MENALCA 23, ROMA

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

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



Rivista associata
all'Unione Stampa
Periodica Italiana



L'ACCADEMIA ITALIANA DELLA CUCINA
È STATA FONDATA NEL 1953 DA 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: Elaborazione grafica di un particolare di una miniatura de "Les Très Riches Heures du Duc de Berry": mese di giugno, creazione dei covoni (1412-1416), Fratelli Limbourg, Musée Condé, Chantilly

Focus del Presidente

3 Tutelare e migliorare la nostra cucina
(Paolo Petroni)



Attualità • Costume • Società

4 L'assalto al buffet
(Attilio Borda Bossana)



Tradizioni • Storia

6 Il ghiottone errante di Paolo Monelli
(Giuseppe Benelli)



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.



8 Puccini musicista e buongustaio
(*Maurizio Fazzari, Etta Carnelli De Benedetti*)

10 Le cialde, tra riti dionisiaci e tradizione cristiana
(*Andrea Scasso*)

12 Marco Polo e gli spaghetti cinesi
(*Giovanni Ballarini*)

Territorio • Turismo • Folklore

14 Cappellacci di crema al ragù
(*Serenella Dalolio*)



16 La vigna delle Cinque Terre
(*Alberto Scaramuccia*)

18 Le tagliatelle albanesi di Barile
(*Ettore Bove, Enrica Rigillo*)

20 Un ortaggio buono e prezioso
(*Luigi Costa*)

21 Un nuovo amore: mozzarella di bufala e vino
(*Aldo E. Tàmmaro*)

Cucina • Prodotti • Tecnologia alimentare

22 Quel rosso diavoleto vegetale
(*Morello Pecchioli*)



24 La fricasea
(*Giancarlo Burri*)

26 Dal mulsum alla farina
(*Elisabetta Cocito*)

28 I consigli di cucina di Ada Boni
(*Giancarlo Saran*)

30 Pesce azzurro: povero ma ricco di benessere
(*Matteo Pillitteri*)



32 La fortuna delle patate in Liguria
(*Paolo Lingua*)

Salute • Sicurezza • Legislazione

34 La cultura della prevenzione a tavola
(*Claudio Bolla*)

36 Pubblicità scorretta
(*Gabriele Gasparro*)

In libreria

37 Recensioni a cura di Aldo E. Tàmmaro





Tutelare e migliorare la nostra cucina

*Ci onoriamo di essere
appassionati cultori delle sue tradizioni.*

Nel 2018 l'Editore Mondadori pubblicò il *best seller Denominazione di Origine Inventata* di **Alberto Grandi**, professore associato di Storia del Cibo all'Università di Parma. L'Autore, con prosa accattivante e documentata, demoliva alcune convinzioni relative alla natura e all'origine di alcuni nostri prodotti d'eccellenza. Oggi, lo stesso Editore e lo stesso Autore, coadiuvato dal suo sodale **Daniele Soffiati**, si sono spinti oltre, pubblicando il volume dal titolo drammatico *La cucina italiana non esiste*. Nel libro, in sostanza, si sostiene che la "cucina italiana è stata inventata cinquant'anni fa dall'industria alimentare e abilmente raccontata dai gastronazionalisti". Bum! A parte l'orrenda assonanza con altri nazionalismi del passato, ci onoriamo di essere appassionati cultori della nostra cucina e delle sue tradizioni.

*Dire che la tradizione non esiste
è andare fuori dal seminato*

Non è certo questa la sede per confutare l'impostazione concettuale degli Autori, ma sostenere che i nostri migliori piatti sono stati inventati dagli emigrati in America e resi famosi dall'industria alimentare ci pare davvero frutto di personali opinioni non suffragate da nulla. Raccontare che il lardo di

di Paolo Petroni
Presidente dell'Accademia

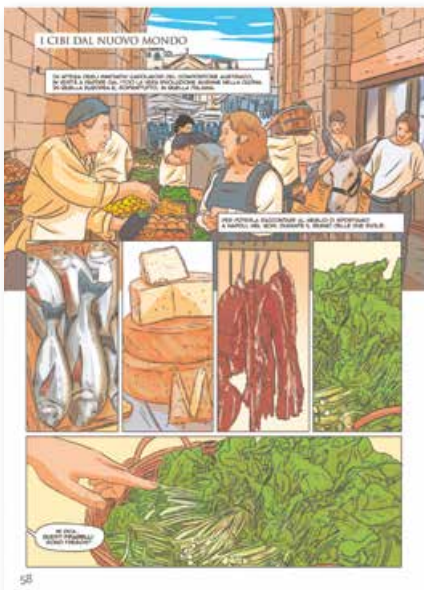
Colonnata non lo mangiava **Michelangelo** perché inventato di recente e che i pomodori di Pachino erano sconosciuti a Pachino perché frutto di recenti studi israeliani è corretto, ma è stato scritto già da molto tempo e da vari autori. Però, da lì a dire che la tradizione non esiste, perché nella Roma antica e nel Medioevo si mangiava in modo diverso rispetto a oggi, è andare fuori dal seminato.

Abbiamo pubblicato il libro *La Storia della Cucina Italiana a fumetti* nel quale si dà conto delle nostre origini e di tutte le infinite variazioni che sono intervenute sulle nostre tavole, derivanti dalle influenze arabe e soprattutto dai tanti cibi di provenienza americana, e si racconta anche dell'importanza dell'industria alimentare che ha facilitato e talvolta migliorato la nostra cucina. Ma ciò rafforza la nostra cultura, non la nega.

*Le cucine del territorio, come un mosaico,
formano un'unità nazionale composita*

Quando nel 1953 **Orio Vergani** fondò la nostra Accademia si pose, assieme agli altri fondatori, il problema del nome da dare al sodalizio. Alle fine fu scelto il nome di "Accademia Italiana della Cucina" al posto di "Accademia della Cucina Italiana", perché essa, in realtà, è il frutto dell'insieme delle cucine del territorio

che, come un mosaico, formano un'unità nazionale composita. Personalmente, come molti Accademici, ho vissuto in un periodo glorioso per la nostra cucina, sensibilmente migliorata rispetto al passato delle nonne e bisnonne. Migliorata negli ingredienti (oli, vini, formaggi sono esempi), nelle modalità di cottura e di preparazione dovute anche ai nostri cuochi degli anni Ottanta e Novanta, ma non si può negare che le opere dell'**Artusi** e di **Ada Boni** siano state il fondamento della nostra attuale cucina. Se poi la cucina del nostro Paese ha poco o niente a che vedere con i banchetti rinascimentali, non ci importa proprio nulla. Infine, una precisazione: non vogliamo asserire che la nostra cucina sia la migliore del mondo. Le graduatorie non ci piacciono; anche altre cucine sono fantastiche, ma **i nostri piatti hanno particolarità esclusive che ci connotano** e che dobbiamo non solo tutelare, ma anche migliorare. Sempre.





L'assalto al buffet

di **Attilio Borda Bossana**

Accademico di Messina

Un tipo di servizio che lascia ai commensali la massima libertà, ma che non deve diventare un "arrembaggio".

Il buffet trova ragione di esistere per la tavola su cui disporre cibi, paste, frutta, bevande, a disposizione di ospiti durante convivi, feste, ricevimenti, cerimonie. Va preparato disponendo, sin dall'inizio, piatti, bicchieri, posate, tovaglioli e le pietanze salate, mentre quelle dolci vanno a parte, così come le bevande e i vini. **Per allestirlo è necessario seguire alcune regole**, un *bon ton* per chi vi si accosta, declinato dalla condizione alla stregua dello stare a tavola. Ciò significa che non occorre chinare il capo sui piatti per guardarli meglio; non

bisogna toccare quelli da portata con le mani e non si prendono le porzioni con le proprie posate, ma solo con quelle di servizio; riflessione poi su ciò che si vuole mangiare davvero, non sprecando cibo abbandonato nel piatto. Non bisogna avere fretta al momento del dolce e precipitarsi sul buffet con un comportamento non elegante, e soprattutto **ricordarsi che il cibo abbondante non è sinonimo di abbuffata.**

Un premiato cortometraggio mette in scena un grottesco e ironico assalto al cibo

Poche indicazioni per eludere quei veri e propri assalti al buffet "esaltati" da un omonimo cortometraggio del 2016 di **Santa De Santis** e **Alessandro d'Ambrosi**, vincitori del "Miglior Cortometraggio" al *DOC Wine Travel Food® 2018*

e, nel 2019, al *CineCiok*, il concorso di "corti" che si svolge a Modica, la città del cioccolato. Il breve film mette in luce una rappresentazione parodistica di un raffinato *vernissage* frequentato dall'alta società, che si trasforma in un grottesco e ironico assalto al buffet. **Buffet, visibile su YouTube, mostra l'insaziabile fame dei commensali in un'epica, tragicomica battaglia senza pietà**; una metafora pervasa di surreale ironia sull'umana barbarie, l'ipocrisia e l'individualismo. **Un "arrembaggio" senza esclusione di colpi**, con i camerieri pronti al peggio e gli ospiti del *vernissage* che si accaniscono, in una battaglia all'ultimo sangue, per accaparrarsi un piatto di assaggi misti. La scena non è poi così surreale perché a chiunque sarà capitato di trovarsi incastrato tra gomiti e ascelle nel tentativo di arrivare a un piatto di tem-pura o di maccheroncini alla Norma. Lo storico **Massimo Montanari** annota che **il buffet ha un che di "sovversivo, perché rompe gli schemi e non prevede regole, lasciando ai commensali la massima libertà. È dinamico, creativo, imprevedibile. Esalta la vocazione interattiva del convivio"**.

Il buffet "reinventa", infatti, quel modello di servizio che si suole chiamare "alla russa", nato nei circoli diplomatici russi un paio di secoli fa a Parigi, e definito anche *al gueridon* per l'utilizzo di un carrellino su cui vengono sistemati i piatti e le vivande, evocando scenari raffinati, eleganti e anche sofisticati. Appare allora incomprensibile il consueto assalto al buffet, probabilmente determinato da una sedimentazione emotiva, definita dai narratologi *motivemi*, e *archetipi* dagli psicoanalisti, sicuramen-



Dipinto di Jean Louis Forain "The Buffet" (1884)



Un buffet anglosassone anni Settanta

nari cambiamenti degli stili di vita, del modo di abitare e della tavola, con la comparsa della presentazione di cibi dai quali il commensale può liberamente scegliere.

*Una regola della
cultura gastronomica
per la libertà a tavola*

te retaggio delle carenze alimentari del dopoguerra. Uno stralcio di lettera sottoposta a censura, nell'autunno del 1944, riporta le parole di **Arturo Valdemeri** che, rivolgendosi a **Lisetta Formenti**, ricorda la carenza dei prodotti alimentari di prima necessità a Milano, a più di quattro anni dall'inizio del conflitto. "I pasti giornalieri prevedono solo minestrina, mele cotte, pasta o riso e un po' di formaggio, mentre il vino, la carne e le uova sono diventati prodotti di lusso sui quali qualcuno specula aumentando arbitrariamente i prezzi".

*La leggendaria denominazione
deriverebbe dal cuoco
Pierre Buffet*

John Dickie, professore allo University College di Londra, autore di *Con Gusto. Storia degli italiani a tavola*, edito da Laterza nel 2007, **indica le origini del buffet nel viaggio nel tempo e nelle tradizioni culinarie italiane**. Dai convivii luculliani dei Romani, a quelli ricchi del Rinascimento, per arrivare al Risorgimento, alla Grande Guerra e alle tradizioni culinarie del Novecento. "Il cibo italiano, - scrive - quando è al suo meglio, ha il carisma che gli deriva da un rapporto quasi poetico con il luogo e con l'identità. La ragione principale per cui gli italiani in generale mangiano così bene è semplicemente che la cucina rafforza in loro il sentimento delle origini e della identità". E il buffet era ed è una regola della cultura gastronomica per la libertà a tavola, ossia **scegliere a piacere cosa mangiare, come e quando servirsi**.

L'esposizione simultanea delle vivande accentua - quasi paradossalmente - la natura collettiva del pasto, **enfaticando il principio di condivisione**. Un buffet esperienziale, quindi, come scrisse **Giovanni Ballarini** Presidente Onorario dell'Accademia, perché **con i buffet "molto sta mutando nel ruolo tradizionale dei diversi alimenti, piatti e preparazioni di cucina ma soprattutto nei comportamenti alimentari"**. Ballarini ne annotava anche **la leggendaria denominazione**: se non l'origine o l'invenzione del buffet, almeno una sua organizzazione e codificazione sarebbe stata compiuta da **Pierre Buffet**, cuoco di **Francesco I di Valois** re di Francia (1494-1547), il quale, nella campagna d'Italia, portò una grande cassa che conteneva stoviglie preziose e pietanze: una volta scopercchiata, diventò una credenza sulla quale esporre le vivande che il re di Francia poteva scegliere. In Italia Pierre Buffet passò al servizio di **Gian Matteo Giberti**, vescovo di Verona, e strinse anche amicizia con il segretario del vescovo, **Francesco Berni**. Quella cassa mobile, che faceva parte della cucina regale, **divenne il modello di credenze con mobili aperti** destinati alla presentazione di cibi freddi salati, dolci e bevande, detti buffet, **poi associati ai contro-buffet con vetrine chiuse e ricchi di cristallerie**. Se nei buffet sono presentati cibi già pronti e bevande, sulla tavola continuano a essere presenti i cibi caldi del servizio secondo lo stile medievale, rinascimentale e poi barocco. Mobili quali i buffet e contro-buffet **rimangono anche con l'avvento della cucina borghese ottocentesca**, per scomparire definitivamente nella seconda metà del XIX secolo con i rivoluzio-

Nell'odierno dinamismo del buffet si archiviano la cucina conservatrice e i fastosi eventi gastronomici del Rinascimento e del Barocco; **il pasto diventa un atto sociale** nel modo che ciascuno desidera e può diventare anche una forma individualistica, rivelando la metafora della vita in cui emerge la cattiva educazione di chi, bramoso di cibo, arraffa piatti enormi come se fosse l'ultima occasione per sfamarsi. E ci sono le **strategie di posizionamento** come alle boe di partenza di una regata, **per essere i primi a impossessarsi del piatto da riempire**. Allora non bisogna accantonare o addirittura archiviare elementari norme di buona educazione, e rifugiarsi in **quella dignità necessaria a non comportarsi come "un morto di fame"**. **Il criterio di scelta dovrebbe essere lo stesso che si userebbe al ristorante**: un assaggio di antipasto, un primo, un secondo, magari un po' di verdura. Il piatto dovrebbe essere riempito per non più del 70% e contenere 3-4 cose. Attendere prima di "immergersi" nel buffet e servirsi poco per poi tornare a riprendere qualcosa; rispettare chi si è avvicinato prima, magari non utilizzando il "taglia fuori" dei campi di basket per smarcare una signora; usare il coltello il meno possibile; tenere il tovagliolo sotto il piatto; e, per il dolce, evitare il bis, ma scegliere due o tre piccoli assaggi nello stesso piatto. **Poche regole perché il buffet è come la vita: va gustato** e, come dice Fred, ne *Flintstones*, il film commedia del 1994 diretto da **Brian Levant**: "nel buffet della vita non ci si può servire due volte, devi riempirti il piatto, il bicchiere fino all'orlo e un paio di panini in tasca".



Il ghiottone errante di Paolo Monelli

di Giuseppe Benelli

Accademico della Lunigiana

A quarant'anni dalla scomparsa, un ricordo del giornalista la cui "prosa saporita" è, come scrive Piovene, "pregna dei sughi e degli odori di una buona cucina".

Ricordare Paolo Monelli (1891-1984), grande giornalista e "scrittore non privo di preziose eleganze", a quarant'anni dalla morte, vuole **rendere omaggio all'esperto gastronomo e al raffinato degustatore di vini**, che, con la verve godibile dell'elzevirista disincantato, ha saputo connettere il piacere della tavola all'immagine del girovago intelligente e creare così un vero e proprio genere letterario.

Il ghiottone errante di Monelli nasce come raccolta di articoli commissionati da "La Gazzetta del Popolo" di Torino, sull'onda di una moda originata dalla traduzione italiana della *Guida spirituale delle osterie italiane da Verona a Capri* del tedesco **Hans Barth**, pubblicata nel

1909 con introduzione di **Gabriele D'Annunzio**. Paolo Monelli, autore del testo, e **Giuseppe Novello**, illustratore con 94 disegni in ocre, girano l'Italia per redigere questo viaggio enogastronomico. Monelli e Novello sono due alpini della Grande Guerra: uno emiliano, bevitore attento e sapiente gastronomo; l'altro lodigiano, astemio e inappetente. I riferimenti al cibo stimolano la vena poetica e umoristica di Monelli, che associa la città di Orvieto a "una tavola imbandita" e un prato primaverile a un piatto di "trenette al pesto". Dove non arrivano le parole subentrano le illustrazioni di Novello, che "si disegna mingherlino dal profilo appuntito, perso in enormi cantine, lillipuziano sovrastato da botti gigantesche, figurina rapita dal sogno impossibile 'del mangiare leggerino'...".

*Nasce un nuovo
genere letterario:
il reportage enogastronomico*

Gli articoli del 1934, riuniti l'anno dopo in un vero e proprio libro, *Il ghiottone errante. Viaggio gastronomico attraverso l'Italia*, edito dai Fratelli Treves, inaugureranno un nuovo genere, quello del reportage enogastronomico. Il libro può essere considerato **per metà un'inchiesta, che ci porta a scoprire il buon cibo e vino in Italia, e per metà un elzeviro, per l'alta qualità letteraria**. Tale atteggiamento si rivela quello più consono allo stile narrativo di Monelli, che privilegia il bozzetto all'affresco e che fa della digressione un vero *leitmotiv* di tutto il percorso, collocandosi più e più volte,





con dignità autonoma, nello spazio paratestuale delle note. Egli è **magistrale nel descrivere le tavolate imbandite e trasformare il cibo in paesaggi**. La sua "prosa saporita" è, come scrive **Piovene**, "pregna di sughi e degli odori di una buona cucina, e insieme capricciosa, paradossale, umoristica e dotta". Spiega "umanisticamente" il ligure vitello all'ucelletto, le quaglie di melanzane e il falsomagro di Sicilia. **Un viaggio che dà l'immagine di un paese patriarcale, fedele a vizi e virtù antiche**: un'Italia sincera, che il giornalista rintraccia a Sottoripa di Genova, nella fiorentina via dei Porcellana o nei vicoli trevigiani dove i veri uomini "vanno per ombre", cioè bevono da un'osteria all'altra.

Nato il 15 luglio 1891 a Fiorano Modenese, Monelli, dopo gli studi liceali, consegue la laurea in giurisprudenza all'Università di Bologna. Contemporaneamente coltiva la passione per il giornalismo frequentando la redazione de "Il Resto del Carlino". Allo scoppio della Prima guerra mondiale si arruola come volontario nel corpo degli Alpini, ottenendo tre medaglie di bronzo al valor militare. Rientrato in Italia dalla prigionia austriaca, riprende a lavorare al "Carlino" come inviato speciale e corrispondente all'estero. Nel 1921 dà alle stampe un libro di ricordi delle sue esperienze militari, *Le scarpe al sole. Cronache di gaie e*

di tristi avventure di alpini, di muli e di vino, che ottiene una notevole fortuna editoriale anche all'estero. A partire dal 1921 Monelli inizia a collaborare con "La Stampa" che, alla fine del 1926, lascia per approdare al "Corriere della Sera", allora diretto da **Ugo Ojetti**. Licenziato dal "Corriere" nel 1929, è assunto dalla "Gazzetta del Popolo" di Torino, il primo quotidiano italiano a essere stampato a colori e a prevedere un'impaginazione a settori con cronaca, spettacoli, letteratura, sport.

Il grande successo del libro

Il successo de *Il ghiottone errante* è immediato. **Alla prima edizione seguono, nel 1935 e nel 1936, due ristampe**. Una "Seconda edizione riveduta" è pubblicata a Milano da Garzanti nel 1947, con l'aggiunta di un *Dialogo fra l'autore e Novello* e diverse note. Le note offrono a Monelli un secondo livello del discorso nel quale, oltre alle citazioni erudite e agli aneddoti salaci, si ritrovano interi articoli già pubblicati altrove dall'autore. Delle numerose edizioni recenti, ricordo quella del 2005 (Touring Club Editore, Milano), a cura e con un saggio introduttivo di **Luca Clerici** intitolato *L'expressionismo gastronomico di un "vecchio soldato"*.

Il grande successo del libro è dovuto anche alla prospettiva autarchica del Ventennio, con la grande depressione del 1929 e le "inique sanzioni" del 1935, comminate all'Italia a seguito della guerra etiopica. La pubblicazione nel 1931 della *Guida gastronomica d'Italia* da parte del Touring Club è il risultato di un'indagine sugli usi e i costumi delle cucine italiane, basata su dettagliati questionari spediti ai soci del sodalizio. Come scrive **John Dickie**: "La guida del Touring club colmava le lacune dell'incompleta mappa culinaria tracciata dall'Artusi, allargandola fino a includere ogni angolo del paese. [...] Conoscere l'Italia voleva dire conoscere la sua cucina".

A differenza del taglio editoriale della Guida del TCI, **quello di Monelli è solo**

uno fra i tanti possibili viaggi nella cucina italiana. Scorriamo l'elenco delle località da cui vengono inviate le **sedici corrispondenze**: Barbaresco, Barolo, Caluso, Pescarenico, Conegliano, Sorbara, Bertinoro, Sestri Levante, Montepulciano, Roma, Sabaudia, Pescara, Ravello, Palermo, Bari, Montecatini. Se ne ricava una geografia dove il settentrione prevale sul meridione e nella quale la provincia vince contro la cucina dei capoluoghi.

Alla fine del suo libro Monelli scrive una pagina sulle prospettive della cucina italiana, destinata a un grande successo se troviamo più orgoglio e coraggio. "E per cominciare sarebbe ora che si bandisse dai lussuosi alberghi italiani quella cosiddetta cucina francese che v'intristisce; che non ha nulla dell'eccellente cucina regionale francese, e non fa che presentare sotto nomi francesi un'insipida e monotona internazionalità. Nulla è più sconcertante, scorrendo la lista dei pasti fissi dei nostri grandi alberghi, del vedere sei volte la settimana offerto un pollo arrosto, sempre quello pur sotto mutati nomi, e una sogliola fritta, sempre quella, con tanta varietà di carni e di pesci e di confezioni che abbiamo; l'uno e l'altra immancabilmente preceduti da una brodaglietta senza sapore e senza vigore, vacua, languida, anemica. Tutta la nostra cucina regionale è degna di salire le scale dei grandi ostelli, se rivestita e adornata un po' da un bravo cuoco, orgoglioso del suo mestiere". Bisognerà attendere la fine degli anni Cinquanta per vedere crescere in Italia una grande cucina in grado di contrastare la *Grande Cuisine* internazionale di **Escoffier e Pellaprat**.





Puccini musicista e buongustaio

di **Maurizio Fazzari**, *Delegato di Londra*

ed **Etta Carnelli De Benedetti**, *Accademica di Londra*

*A 100 anni dalla morte,
un ritratto del Maestro
che aveva una
grande passione
per la buona tavola.*

Nel 2024 si ricordano i 100 anni dalla morte del Maestro che ha portato la musica italiana a livelli di eccellenza, rendendola conosciuta in tutti i più importanti teatri del mondo. Negli anni giovanili al Conservatorio di Milano, il Maestro sviluppò una grande passione per la tavola e, con l'amico **Mascagni**, alla fine delle giornate lavorative,

condividendo cene che variavano a seconda delle loro disponibilità economiche. Puccini, se mancavano i fondi ma non l'appetito, dicono **si divertisse a creare ricette economiche ma gustose, come pasta con le anguille o ravanelli con le aringhe.**

Le discussioni con Mascagni continuarono negli anni e resta famoso il dibattito se fosse più succulento un piatto di cacciucco livornese oppure una folaga rosolata alla lucchese!

*L'amore per Torre del Lago
ha caratterizzato la sua vita*

Ciò che ha caratterizzato la vita del Maestro è stato il suo amore per Torre del Lago, dove ha composto alcune fra le sue ope-

re più importanti; **un amore durato oltre trent'anni** e che lo vede ancora adesso nella sua amata terra, **sepolto in una cappella nella vecchia casa del lago**, costruita per volere del figlio, ad ascoltare le note delle sue composizioni quando ogni anno si tiene il Festival Puccini.

Così Puccini descrive la scoperta del villaggio sul lago di Massaciuccoli in una lettera scritta da Londra, inviata nel luglio del 1900 ad **Alfredo Caselli** a Lucca: "Torre del Lago, gaudio supremo, paradiso, eden empireo, turris eburnea, vas spirituale, reggia... abitanti 120, 12 case... Paese tranquillo con macchie splendide fino al mare, popolate di daini, cinghiali, lepri, conigli, fagiani, beccacce... ci sono anche diverse folaghe, fischioni, tuffetti e mestoloni...".

Quando arrivò a Torre del Lago a fine Ottocento, trovò, alla piccola stazione, un comitato di accoglienza composto da giovani artisti con i quali successivamente **fondò il Club della Bohème.**

Puccini aveva due grandi passioni, la musica e la caccia, tanto da dichiarare più volte di avere due strumenti familiari: il pianoforte e il fucile. Per lui il lago di Massaciuccoli rappresentò il luogo ideale dove coltivarle entrambe. Quando riuscì a comprare la Torre e a ristrutturarla, uscendo si trovava immediatamente all'imbarcadero da cui partiva per le battute di caccia con gli amici, specialmente per folaghe, beccaccini, morette e arzavole.

"La folaga non va spennata, ma spellata completamente e lasciata a bagno in vino rosso e aceto per due ore". Così il Maestro **indicava come preparare la sua adorata ricetta del "risotto con la Folaga"** all'albergatore **Piero Malfatti** di Viareggio, che ospitava vari cantanti, tra cui la allora famosa **Hariclea Darclée**, invitati a Torre del Lago per preparare e provare *La Tosca*.



Giacomo Puccini

Il Maestro aveva un quotidiano dialogare con la sua cuoca

Da appassionato cacciatore quale era, con la combriccola del *Club della Bohème*, era sempre pronto ad allegre tavolate, veri menu toscani ma soprattutto piatti con la cacciagione.

A casa Puccini la persona forse più di spicco era **Isola Nencetti Vallini**, la sua cuoca, con cui il Maestro aveva un quotidiano dialogare, soprattutto dopo le grandi battute di caccia e il bottino di beccaccini e folaghe.

Isola era amata anche dal librettista di **Gianni Schicchi**, **Giovacchino Forzano**, il quale scherzosamente la inserì in una bozza del testo dell'opera: "Prima che Gianni Schicchi andasse a letto/Lei voleva un terzetto./Eccole i versi/se le vanno e le sembrano carini/Domani sera voglio i beccaccini".

Il menu tipico di un'allegre serata in casa Puccini prevedeva - grazie a Isola - **risotti, fricassea di beccaccini, vino frizzante delle colline toscane, latte "alla portoghese" con mandorle tritate e zucchero caramellato.**

Insomma, Puccini e i suoi amici del *Club della Bohème* erano convinti buongustai. Non dimentichiamo che il compositore, pur prediligendo Torre del Lago, **frequentava Parma e i suoi bolliti**, per cui mai mancava la sosta all'antica trattoria "Fontana", vicino al Palazzo Comunale; inseguiva i fagioli e salamini di Lucca, ma soprattutto - tra i legumi - **prediligeva i fagioli in umido di Sorana**, cui dedicò anche una rima: "Ricerca negli antri e nei recessi/Si può trovare la musica Del Pirani, Vallini e Palamidesi,/mangiando dei legumi pesciatini".

L'allegro "Club della Bohème"

Con i suoi amici del *Club della Bohème* si ritrovava regolarmente in un capannone sul lago di Massaciuccoli, all'epoca abitazione e bottega del calzolaio **Gagnani** (ottimo cuoco!). Sotto la direzione del

Maestro venne redatto **un regolamento per gli aderenti al club:**

- I soci del *Club della Bohème*, fedeli interpreti dello spirito onde il club è stato fondato, giurano di bere bene e mangiare meglio;
- Ammusoniti, pedanti, stomaci deboli, poveri di spirito, schizzinosi e altri disgraziati del genere, non sono ammessi o vengono cacciati a furore dai soci;
- Il Presidente funge da conciliatore, ma s'incarica di ostacolare il cassiere nella riscossione delle quote sociali;
- Il cassiere ha la facoltà di fuggire con la cassa;
- L'illuminazione del locale è fatta con lampada a petrolio. Mancando il combustibile, servono i "moccoli" dei soci;
- Sono severamente proibiti tutti i giochi leciti;
- È vietato il silenzio;
- La saggezza non è ammessa neppure in via eccezionale.

Nel Club troviamo il Puccini spensierato, gaudente, felice cacciatore e buongustai, assieme ai suoi amici intimi come **Alfredo Caselli** (droghiere e amico di Catalani), **Guido Vandini** (maestro di musica), **Cleto Bevilacqua** (direttore d'orchestra), **Luigi Illica** (il suo librettista), don **Pietro Panichelli**, **Renato Fucini** (amico della famiglia Ginori).

Fra le pietanze che l'allegre compagnia gustava nelle serate spensierate che trascorrevano assieme, **le folaghe erano il piatto forte, quello preferito dal Maestro** che si sbizzarriva in diverse ricette.

Per concludere, lasciateci dire che la musica del grande Maestro evoca emozioni profonde e appassionate, connubio perfetto tra i piaceri del palato e dell'anima. Insieme, il cibo e la musica di Giacomo Puccini rappresentano un omaggio alla passione, all'eleganza e alla ricchezza culturale che caratterizzano la nostra Italia.

RISOTTO CON LA FOLAGA ALLA GIACOMO PUCCINI



Ingredienti: 6 manciate di riso, 1 folaga, 50 g di burro, 3 pomodori San Marzano maturi, Cognac, vino rosso, aglio, salvia, sedano, carota, cipolla, zenzero, olio extravergine di oliva, brodo, sale, pepe.

Preparazione: spellare completamente la folaga (non è quindi necessario spennarla) e lasciarla a bagno in vino e aceto per 2 ore. Tagliarla in 4 pezzi, rosolarla e bagnarla con il Cognac. Disossare i pezzi rosolati e tritarli con la mezzaluna; unirli al battuto di sapori, insieme a riso, sale e pepe e portare a cottura aggiungendo via via il brodo.



Le cialde, tra riti dionisiaci e tradizione cristiana

di **Andrea Scasso**

Delegato di Pontedera Valdera

*“Giovani siam,
maestri molto buoni,
donne, come udirete,
a far cialdoni.
In questo carnascial
siamo sviati
dalla bottega,
anzi fummo cacciati...”
(Lorenzo de' Medici,
“Canzona de' cialdoni”)*

Avvicinarsi a un dolce come la cialda può riservare grandi sorprese, solo che si abbia voglia di intraprendere un viaggio nella storia per immergersi in un mondo fatto di riti, tradizioni e culti al tempo stesso sacri e profani.

La cialda, in base alla zona di provenienza, assume nomi diversi. In Toscana, in particolare nell'area pisana, è conosciuta come **nozza**, essendo il tipico dolce nuziale, mentre a Lamporecchio, nel Pistoiese, prende il nome di **brigidino**. Quest'ultimo, definito dall'**Artusi** come “un dolce o meglio un trastullo speciale alla Toscana ove trovasi a tutte le fiere e feste di campagna e lo si vede cuocere in pubblico nelle forme da cialde”, secondo la tradizione sarebbe stato “inventato”, intorno alla metà del 1300, dalle suore di Santa Brigida di Svezia (chiamate appun-

to **brigidine**), mescolando uova, zucchero e anice insieme agli avanzi della farina utilizzata per le ostie.

Si preparano con gli appositi ferri a tenaglia cui sono collegate due piastre

Le cialde, diffuse in tutta Italia e addirittura anche in centro Europa (principalmente nel mondo fiammingo e in Boemia), **presentano modalità di preparazione molto simili, risultando solitamente fatte con acqua, farina e zucchero.**

Si preparano grazie agli appositi ferri, costituiti da una tenaglia cui sono collegate due piastre che, **una volta riscaldate, stringono la pasta cuocendola.** Una volta cotte, recano in positivo, su entrambi i lati, le raffigurazioni presenti sui piatti del ferro: frasi beneauguranti, motti, stemmi, medaglioni con figure, ghirlande, putti.

L'ostia - una *species* all'interno del *genus* delle cialde - che una volta consacrata si trasforma, in virtù della transustanziazione, nel corpo di Cristo, è realizzata con acqua e farina di grano. Il più antico ferro da ostie che si conosca in Italia risale al 1132 ed è conservato al museo del vino di Torgiano, cui accenneremo in seguito.

Nella storia tuttavia, col passaggio dal paganesimo al cristianesimo, la stessa cialda assume connotazioni (e preparazioni) diverse a seconda che sia utilizzata per un rito sacro come quello del matrimonio ovvero - come nel canto dei *cialdonai* di **Lorenzo il Magnifico** - per riti profani, quali, per esempio, il Carnevale e i bizzarri festeggiamenti a esso legati.



Ferro con cialda



In particolare, **la cialda realizzata in occasione dei matrimoni**, con gli appositi ferri con incisi, molto spesso, gli stemmi delle due famiglie, **è preparata con l'aggiunta dell'uovo**, essendo quest'ultimo simbolo, per la tradizione cristiana, di resurrezione a nuova vita, oltre che auspicio di fecondità e prosperità in vista della futura prole della nuova famiglia. Al contrario, **la cialda da Carnevale viene rigorosamente preparata senza uovo**, perché in tal caso non solo non si vuole la fecondità, ma si vuole godere dell'ebbrezza della libertà, senza vincoli di sorta, e soprattutto senza rischio di fecondità. Il canto del Magnifico si richiama alla tradizione carnascialesca pagana, festa di antichissima tradizione propria dei culti dionisiaci (da qui l'ipotesi, convincente, che il termine "Carnevale" derivi non come comunemente si pensa da *carnem levare*, bensì da *currus navalis*, la processione delle maschere, tradizione

sopravvissuta nel Carnevale di Bosa, nella costa occidentale della Sardegna). Ecco dunque che la cialda, a seconda del contesto e del modo di realizzazione, può rappresentare una sorta di eucarestia profana, tanto che, per distinguerle nettamente, già nel Medioevo, si è iniziato ad arrotolare le cialde ancora calde per meglio differenziarle dalle ostie.

Nel quadro di Bruegel una cialdonaia pulisce i ferri ancora caldi

Tutte queste considerazioni, tra cialde, Carnevale, Quaresima e culto di Dioniso, emergono prepotentemente in quel bellissimo quadro del **Bruegel** dal titolo, appunto, **Lotta tra Carnevale e Quaresima**. L'opera, dipinta nel 1559, rappresenta simbolicamente lo scontro epico tra i fasti

del Carnevale e la morigeratezza della Quaresima. Nella parte dedicata a quest'ultima, troviamo un pozzo, nel quale una donna sta pulendo un pesce (acqua e mangiare di magro, tipici del periodo quaresimale, ma anche pesce come simbolo del Cristo, *ichthys*). Nella parte del Carnevale, invece, una vecchia cialdonaia è intenta a pulire con un coltello i ferri ancora caldi. È però il centro del dipinto che merita maggiore attenzione: due uomini abbracciati, ritratti di spalle, di cui uno con una lanterna appesa alla cintura, si allontanano, accompagnati da un ragazzino vestito da giullare, da questi scenari egualmente intolleranti e fanatici, quasi a voler ricordare che la verità sta probabilmente nel mezzo alle opposte fazioni, tra gli eccessi dell'ebbrezza dionisiaca del Carnevale e il rigore esasperato della Quaresima. È qui, forse, che risiede la felicità: nella normalità di una vita vissuta onestamente e serenamente.

Le collezioni di ferri da cialda

La principale collezione di ferri da cialda, composta da circa **centocinquanta pezzi**, si trova in un'apposita sala del **Museo del Vino a Torgiano** (Perugia). Una raccolta altrettanto pregevole è purtroppo relegata **nei magazzini della Galleria Nazionale dell'Umbria**, mentre altri pezzi sono conservati al **Castello Sforzesco di Milano**, al **Palazzo del Buonconsiglio di Trento**, al **museo di Cluny** e a quello delle arti e tradizioni popolari, entrambi **a Parigi**.

Per semplicità, **possiamo dividere i ferri da cialda in quattro categorie**. Quelli per uso "sacro", **destinati alle ostie**, che spesso recano inciso il monogramma di Cristo IHS, IHC o XPS, o croci di vario tipo, oltre all'agnello pasquale, alla flagellazione o alla crocifissione; i ferri per le cialde **da matrimonio**, che recano solitamente incisi gli stemmi delle due famiglie; quelli con **simboli profani** o meramente decorativi, solitamente utilizzati per le cialde da Carnevale, nonché i ferri **comemorativi**, ossia realizzati per speciali occasioni o anniversari.

Particolare da "Lotta tra Carnevale e Quaresima" di Pieter Bruegel il Vecchio





Marco Polo e gli spaghetti cinesi

di **Giovanni Ballarini**

Presidente Onorario dell'Accademia

La strampalata ipotesi che il viaggiatore veneziano abbia importato questa pasta dalla Cina.

Di Marco Polo (1254-1324), in questo 2024, **ricorrono i settecento anni dalla morte** e molto si dirà e si scriverà ricordando che è ritenuto autore del primo grande capolavoro della letteratura italiana, il *Milione*. Si dimentica, però, che **il libro non è scritto da Marco Polo ma dal compagno di prigionia, il pisano Rustichello**, al quale lui forse lo dettò, e che questo racconto di avventure di un veneziano in Oriente **non è in italiano ma in franco-italiano**, lingua abitualmente usata per narrare le storie dei cavalieri e degli eroi e adatta per descrivere **le meraviglie dei paesi lontani, tra le quali non vi sono - è bene ricordare - gli spaghetti**. La notizia è assente in tutti i manoscritti del *Milione*, dove invece si parla della farina di sago, estratto da una

particolare specie di palma, che gli abitanti di Sumatra utilizzano per fare una specie di lasagne e altri tipi di pasta. L'equivoco nasce due secoli dopo, quando il diplomatico, geografo e umanista della Repubblica di Venezia **Giovanni Battista Ramusio** (1485-1557), pubblicando le memorie di viaggio di Marco Polo, fraintende e manipola il testo e associa l'informazione sulla pasta di sago, di cui aveva portato un campione nella Serenissima, alla pasta in genere, facendo credere che l'ambasciatore alla corte del **Gran Khan Kubilai** ne avesse scoperto il segreto nella terra di Confucio.

Come nasce la leggenda degli spaghetti portati in Europa da Marco Polo

Come nasce la leggenda che Marco Polo avrebbe portato in Italia questo cibo, e che da qui poi si sarebbe diffuso in tutto il resto del mondo, e quale pasta conosce in Cina Marco Polo? **Sfatiamo subito la leggenda, o meglio fake news, degli spaghetti invenzione dei cinesi e portati in Europa da Marco Polo. Questa frottola nasce negli Stati Uniti nell'ottobre del 1929** con un articolo pubblicato dal *The Macaroni Journal*, organo dell'associazione dei produttori statunitensi. In esso si narra, o meglio si inventa, che un giorno Marco Polo, comandante di una flotta cinese, manda a terra, per rifornirsi di acqua, alcuni marinai e uno di questi, dall'incredibile nome di Spaghetti (!!), impara da una donna cinese a preparare un tipo di pasta lunga e sottile poi stesa al sole per l'essiccazione. L'articolo racconta poi che il marinaio importa la pasta in Italia battezzandola con il proprio nome. **Una**



Statua di Marco Polo a Zhangy, Cina

storia inventata e totalmente impossibile che si diffonde anche perché nel 1938 è narrata dal Marco Polo interpretato da **Gary Cooper** nel film *The Adventures of Marco Polo*, in Italia ribattezzato *Uno scozzese alla corte di Gengis Khan*. Già gli Etruschi e i Romani conoscono la pasta fresca, mentre quella secca è messa a punto dagli Arabi che la portano in Sicilia, dove, nel 1154, il geografo **Muhammad al-Idrisi** (1099 circa - 1165) scrive che, nell'abitato di Trabia tra Termini e Palermo, si produce pasta che è esportata in tutto il Mediterraneo. Nel 1279, la pasta secca è presente a Genova dove un notaio, nel compilare l'inventario dei beni lasciati da un milite di nome **Ponzio Bastone**, annota "*Una barisella piena de macaroni*". È la prima volta che compare questa parola, sedici anni prima che Marco Polo faccia ritorno dalla Cina (1295).

La lunga storia degli spaghetti

Quale pasta può aver incontrato Marco Polo durante il suo viaggio compiuto con il padre Niccolò e lo zio paterino Matteo attraverso l'Asia, lungo la Via della Seta fino alla Cina, allora Catai, dal 1271 al 1295? O anche i francescani **Giovanni da Pian del Carpine** che nel 1246, a Ulan Bathor, visita il Gran Khan della Mongolia; il missionario-esploratore **Guglielmo di Rubruck** e **Giovanni da Montecorvino**, che diviene il primo arcivescovo di Pechino? **Françoise Sabban**, antropologa, sinologa e storica francese, specialista delle culture alimentari cinesi, nelle sue ampie e documentate ricerche afferma che la Cina è l'altra patria delle paste alimentari (Serventi S., Sabban F. - *La Pasta. Storia e cultura di un cibo universale* - Ed. Laterza, 2000). **In realtà, quando Marco Polo e i francescani visitano la Cina, in Italia si consumano gli spaghetti già da qualche secolo**, ma i cinesi lo facevano già da qualche millennio, anche se sotto forme diverse. Gli spaghetti di farina di cereale sono infatti un alimento popolare in molte parti del mondo e si discute se a



inventarli siano stati gli Arabi o gli Italiani o i Cinesi. Oggi sappiamo che, fino a prova contraria, **primi sono i cinesi, quando quattromila anni fa**, nel tardo Neolitico, a Lajia, sulle sponde del Mar Giallo nel nord-ovest della Cina, **preparano e mangiano una pasta di farina di cereale che può essere allungata in fili lunghi** e sottili che divengono tagliatelle bollite (Houyuan Lu, Xiaoyan Yang, Maolin Ye *et alii* - *Millet noodles in Late Neolithic China* - Nature, 2005). Inoltre, **la più antica ricetta cinese di pasta** appare in un libro scritto in Cina durante la dinastia Han, **tra il I e il III secolo d.C.**, quando le paste di farina di grano, chiamate *bing*, sono denominate, secondo la loro forma come lingue di cane, orecchie di porcellino, lacci di pugnale, coppette e candele, queste ultime quindi simili a spaghetti. **È durante la dinastia Yuan (1271-1368) che la pasta diventa un alimento per tutti** e inizia a differenziarsi a seconda delle regioni e ancora oggi,

per esempio, sono diverse le tecniche di lavorazione: al Nord si preferisce lavorare l'impasto solo con le mani, mentre al Sud ci si serve di un mattarello, piccolo e senza manici, simile a un bastone, utilizzato con una sola mano.

Sempre nell'antica Cina, durante l'XI secolo, dalla farina di cereali si estrae il glutine chiamato *mianjin*, letteralmente muscolo della farina, comprendendone i vantaggi gastronomici e nutritivi, tanto che l'erudito **Shen Gua** (1031-1095), nei suoi *Propositi annotati a Mengqi*, consiglia: "lava la pasta di farina di grano fino a che non ne appaia il muscolo". Sarà invece solo nel XVIII secolo che, in Europa, il bolognese **Jacopo Bartolomeo Beccari** (1682-1766), nella sua conferenza *De frumento* (1728), comunica per primo di aver separato dalla farina di grano il glutine, che conferisce agli impasti di farina viscosità, elasticità e coesione necessari per produrre buoni spaghetti.



Cappellacci di crema al ragù

di **Serenella Dalolio**

Antropologa della contemporaneità e giornalista

Una tradizione familiare nel territorio di Bondeno di Ferrara.

I cappellacci con il ripieno di crema pasticcera rappresentano una tradizione familiare nel territorio di Bondeno di Ferrara, dalla frazione di Salvatonica, sul lato destro del Po, a quella di Scortichino sul dosso fluviale del Panaro. Gli ingredienti sono quelli che ogni donna di casa aveva a disposizione: le uova fresche del pollaio, la farina del *mugnàr* (mugnaio), lo zucchero dello zuccherificio, la carne

del maiale della *pcaria* (la macellazione domestica). **Il collante è quella creatività casalinga che sperimenta inusitati abbinamenti e si fa cultura.**

In queste terre, dove la pianura *fa filò* (conversa) con i campi coltivati e le biciclette, l'arte di fare la sfoglia con uova e farina appartiene a un passato che è futuro.

Nei giorni di festa, veri e propri *linzò ad sfoia* (lenzuola di sfoglia), più o meno sot-



tile, tirata con la *canèla* (il mattarello) e ritagliata in quadrati più o meno grandi, si riempivano di carne o di zucca per divenire tortellini o *caplaz* (cappellacci). La zucca arrivò in Europa nel 1500, dopo la scoperta dell'America da parte di **Cristoforo Colombo**. Nel Ferrarese si acclimatò con facilità, divenendo un elemento tipico della cucina contadina così come dei banchetti ducali. La medesima versatilità è ascrivibile alla crema. Questo dolce semiduro, proveniente dalla Francia dominata dai re della dinastia dei Valois, era un'assoluta novità di cui **Cristoforo Messisbugo**, scalco degli Estensi, seppe cogliere immediatamente le enormi potenzialità, inserendola nei piatti di corte. Nel *Libro novo* (1549) egli testimonia che, nella cena di carne e pesce in onore del duca di Ferrara, "come prima vivanda fu presentata una crema francese per minestra con zucchero e cannella".

Alle "razdore" venne in mente di modificare il ripieno sostituendo la zucca con la crema

La crema si radicò nel tessuto locale, intrecciando i gesti quotidiani della preparazione del cibo con i significati più profondi legati alla spiritualità.

La parola italiana *crema* deriva dal francese *crème*, che a sua volta risale al *crama* dell'antico gallico che riprende il greco *chrisma*, unzione. A Bondeno accadde qualcosa di speciale: alle *razdore* venne in mente di modificare il ripieno dei *caplaz* sostituendo la zucca con la crema. Una variazione sul tema, un tocco di ingegno o di necessità in una cucina che viaggiava a chilometro zero al ritmo dell'ottimizzazione delle risorse. **La crema si poteva preparare in ogni stagione** con il latte delle mucche e con le uova delle galline. La densità era correlata all'uso: crema più morbida per la zuppa inglese o piuttosto densa se doveva essere frita. Perché non usarla come ripieno di una pasta salata?

I caplaz ripieni di crema di Bondeno conservano ancora oggi il sapore delle cose-fatte-in-casa, dove tradizione



fa rima con attrazione turistica. **Mangiarli è un percorso sensoriale:** la vista accoglie un impiattamento da *comfort zone*; l'olfatto percepisce in modo inequivocabile il profumo di diatoniche compresenze; il gusto assapora consistenze inclusive e dialoga con i magazzini della memoria stupendosi dell'inatteso. **La crema si scioglie, abbraccia la leggera ruvidità della sfoglia**, ne rompe l'argine, si tuffa nel sapido grasso del ragù, e si lascia trasportare.

Un legame con la ricetta del ferrarese Messisbugo

La ricetta della crema per riempire i caplaz al ragù è un po' come l'anima della gente di Bondeno, uguale a se stessa per essere comunità e nello stesso tempo diseguale per inventare possibilità. Tuttavia, un punto di gravità

permanente c'è, ed è il ferrarese Messer Messisbugo. Nella sezione "Minestre di grasso e di magro" del *Libro novo nel qual s'insegna à far d'ogni sorte di vivanda secondo la diversità de' tempi*, compare la ricetta di "Crema alla francese, per empiere fiordeligi, Cappe Sante di San Giacomo, Tortelle, e Casse da Pastelli per minestra et altro": "Prima piglirai del latte secondo la quantità di che le vorrai fare, e uova ben battute, e zucchero. Poi pigliarai farina bianca con la metà del detto Latte e distempererai bene ogni cosa con la detta composizione. Poi pigliarai l'altra metà del latte, e la poserai in un vaso netto sopra la fiamma del Fuoco ben chiara che non pigli fumo con buon butiro fresco, e come boglierà, li getterai dentro la detta Composizione, menandola molto bene con un bastone larghetto dal capo disotto, e li getterai dentro un poco d'acqua rosata secondo la quantità che farai, e come vederai che sia stretta la leverai del fuoco, e la getterai in uno altro Vaso".





La vigna delle Cinque Terre

di **Alberto Scaramuccia**

Ricercatore di storia locale spezzina

*La fama che ammantava
il vino prodotto in un
territorio tanto magico,
quanto faticoso
da lavorare.*

Le Cinque Terre, che per i predecessori erano le *quinque castella*, sono paesini accomunati nella definizione per la roccia a picco sul mare che li connota. Oggi sono meta di un turismo che le straripa al punto che si prospetta l'ipotesi di contingentare l'afflusso dei visitatori per evitare i guai causati dalla rissa. Invece, tanti anni fa, i cinque paesetti che si stendono fra la linea della costa e i cocuzzoli che dal mare s'inerpicano al cielo, erano terra arida e scoscesa, due mali che stabilire quale sia il peggiore è giudizio arduo.

Rilievi così elevati che già dal 1400 scrivono che perfino gli uccelli faticano

a volare sopra a un tal "vivo sasso senza punto d'humore". Là sopra, le radici delle piante corrono lungo il terreno come "l'hellera abbarbicata su un muro": muta solo il verso che per l'edera, diversamente dalla vite, è verticale.

Eppure, nonostante tutto, cronisti illustri dell'epoca notano che nel territorio si produce "un licore che non è Barone, Principe, né Re alcuno, qual non si reputi a grande honore quando alla sua tavola si porge vino delle Cinque Terre". Ancor prima, **Franco Sacchetti**, novelliere di mestiere, aveva narrato di **Vieri de' Bardi** che, desideroso di "porre nel suo alcuno nobile vino straniero, si fa venire magliuoli [sono le talee del-



la vite] da Portovenere della vernaccia di Corniglia". Quando, nel 1966, la Vernaccia prodotta a San Gimignano ottenne, primo vino italiano, la denominazione Doc, il nome di Vieri divenne famoso per avere introdotto, nella campagna intorno alla città delle belle torri, la coltivazione di quel vitigno che aveva importato dalla costa spezzina quando, dicono i testi, correva l'anno 1200 o giù di lì.

È dunque quasi preistorica la fama che ammantava il vino delle Cinque Terre. L'origine datata nel tempo è confermata anche dall'etimologia: *vernaccia*, infatti, deriva il nome da Vernazza, borgo assai visitato e delle Cinque Terre il penultimo che incontra chi dal Golfo si dirige verso Genova.

I filari della vite si coltivano nelle "pianelle"; i gradini strappati ai fianchi della montagna

Una reputazione illustre, questa del vino che, tuttavia, non ha dietro alcun miracolo, né segreto, ma solo il sudore di chi è pronto a coltivare il vigneto sapendo che, per la morfologia del luogo, dovrà tenere a lungo **la schiena sempre piegata**. È allora, quando la spina dorsale non è più in linea retta, che il lavoro diventa *travaglio* faticoso ed estenuante, che cancella ogni forza e sfinisce annichilendo financo la volontà di stemperare la stanchezza nell'imprecazione. Perché i filari della vite si coltivano nelle *pianelle*, i gradini strappati ai fianchi della montagna a forza di unghie e di denti. Quel rilievo, pur non alto, resta comunque **un'erta che si è domata nei secoli con i muretti a secco**, tante terrazze là dove Madre Natura aveva creato pendii. Non si pensi, tuttavia, che per fare il muretto sia sufficiente accatastare sassi. Serve **la tecnica che nei tanti anni s'è fatta così raffinata che è diventata arte**. Occorre preparare per bene l'area alla bisogna, lasciare gli sfoghi da cui defluisca l'acqua piovana, mettere il pietrisco che funga da vespaio e poi, quando la conclusione del lavoro si approssima, inserire la *posa*, un sasso più lungo che fuoriesca dal muro quasi fosse un sedile.



Sarà proprio lì sopra che, al momento della vendemmia, il contadino appoggerà il *cavagno* carico d'uve e lì, mentre dal basso del monte si risale verso la cantina in alto, *poserà* pochi attimi giusto per tirare un po' il fiato.

Questo è il panorama, lo spettacolo del terrazzamento costruito nel monte che dal cielo scende al mare: il verde del rilievo sopra l'azzurro delle onde, interrotto dal bianco dei sassi, mentre in alto il sole è incessante nel maturare l'uva conferendo a ogni acino tanti zuccheri, un bel gruzzoletto che sarà incassato al momento della raccolta.

Non si pensi che la vendemmia fosse operazione semplice

Allora, sono gli storici a dirlo, ché noi non lo immagineremmo mai: "*alla vindemia è necessario che gli uomini si calino dalle rupi, ligati nel mezzo per una corda, e vindemiano uve, dalle quali si esprime il vino tanto eccellente quanto dir non si possa*": chi oggi si meraviglia per l'edilizia acrobatica, non rammenta le tradizioni nostrane.

Questa è la realtà da cui sorge il mitodionisiaco del vino che qua si produce. **D'Annunzio**, nel ditirambo della *Feria d'Agosto*, celebra "l'uva sugosa delle Cinque Terre - e nera e bionda/e il vino di Vernazza e di Corniglia - nelle inguistare". Ricorre lui, anticipatore degli odierni creativi dell'arte pubblicitaria che rappresentano il concetto tramite l'immagine, alla parola antica che esalta un prodotto ancora più distante nel tempo: *l'inguistara* è la caraffa tanto panciuta nel ventre quanto slanciata nel collo che si allunga flessuosa e snella verso bocche assetate, o solo golose.

Gabriele, l'esteta, non vuole fare sfoggio di cultura, ma solo rammentare la tradizione ancestrale del nettare. *Inguistara* è patente a certificare nobiltà del gusto, aristocrazia della qualità, élite del palato. È l'antologia dei brindisi speciali che si centellinano per non smarrire neppure una stilla dell'aroma che sprigionano.

Goccioline di salmastro cadono sui chicchi sugosi dei grappoli disposti nei filari

A certificare la qualità non è la parola saccente, ma il consenso compiaciuto di cui questi vini hanno sempre goduto per **il bouquet tutto speciale conferito ai chicchi dalle onde che, quando s'infuriano, scagliano in alto il salmastro**. Dal gesto quasi blasfemo si sparpagliano nell'aria innumeri goccioline che, appesantite dal sale che contengono, per legge fisica subito ricadono, molli, sui chicchi sugosi dei grappoli disposti nei filari lungo il pendio. Precipitano sui graspi e **li insaporiscono, conferendo loro l'aroma speciale che renderà prezioso, ed unico, il liquore che da essi sarà spremuto**. Il suo particolare gusto fruttato soddisferà sempre chi se ne disseterà: per placare la sete o per calmare le passioni che lo agitano.

Da tale cocktail di momenti si conio chissà quando un aggettivo, ricercato chic sofisticato, che definiva il vino con le bollicine, nato nei cinque borghi a picco sul mare, *razzese*, termine inusuale di cui gli studiosi non sono riusciti a determinare l'etimologia. Però, a me che mai fui filologo, è sempre piaciuto pensare che voglia semplicemente dire *di razza*. Razza buona, tutta da gustare.



Le tagliatelle albanesi di Barile

di **Ettore Bove**, *Accademico di Potenza*
ed **Enrica Rigillo**, *esperta della cucina tradizionale locale*

*Un simbolo
della cucina popolare
della piccola comunità
di origine albanese
in terra lucana.*



Nell'incantevole angolo nord-occidentale della Basilicata, luogo di frequentazione e di svago dello *stupor mundi* **Federico II**, che ha per emblema il vulcano spento del monte Vulture, si trova Barile, il piccolo paese abitato da duemilacinquecento anime discendenti da profughi albanesi insediatisi a partire dalla fine del XV secolo. Nella relazione dell'inchiesta del 1735, commissionata da **Carlo di Borbone** al **marchese Gaudioso**, si legge che "l'abitanti sono inclinati a coltivare le vigne". A testimoniare la tradizione vignaiola di questa piccola comunità di origine *arbëreshë*, oggi compresa nel Parco Naturale Regionale del Vulture, rimangono **le spettacolari cantine rupestri**, tra l'altro anche dimore abituali dei barilesi meno abbienti in epoche passate, che nel 1964 attirarono l'attenzione di **Pier Paolo Pasolini** per ambientare alcune scene del film *Il Vangelo secondo Matteo*. Non è da escludere, però, che ad attrarre il versatile regista da quelle parti non sia stato soltanto il suggestivo paesaggio delle cantine, ma, come ricorda il giornalista barilese **Donato Mazzeo** in *Cristo è nato a Barile*, anche i volti della gente, la lingua albanofona parlata e, perché

no, la solennità della rappresentazione pasquale della Passione di Cristo, segnata da tempi lontani dalla presenza di numerose comparse del luogo in costume, fra cui la maestosità della "zingara", la figurante coperta di oggetti d'oro prestati dalle famiglie locali.

*Due eccellenze locali, il vino
e l'olio, diventano protagoniste
del piatto di pasta casereccia*

Queste cantine, ricavate da formazioni tufacee, confermano che si è in presenza di un territorio dove, **grazie anche ai suoli di origine vulcanica, il vitigno autoctono aglianico esprime il meglio**, tanto da portare Barile a essere rappresentato nell'Associazione Nazionale Città del Vino **con etichette prestigiose** che non hanno lasciato indifferenti nemmeno gruppi del settore di portata internazionale. Il vino di questo antico vitigno diventa protagonista, assieme all'altra eccellenza del territorio che si ricava dalla coltivazione dell'olivo, del piatto di pasta casereccia che **le genti del posto chiamano, non dimenticando le**





tradizioni linguistiche dei luoghi di origine, tumact me tulez, che, sempre nel modo di esprimersi barilese, vuol dire **tagliatelle con la mollica**. Inclusa nell'elenco dei Prodotti Agroalimentari Tradizionali (Pat) della Basilicata, la pietanza, che non poteva mancare in fumanti zuppiere a San Giuseppe e **in occasione di ricorrenze particolari**, conserva una forte identità storica che si manifesta, con piccole varianti, compreso il piccante, nel condire la pasta fresca casalinga con mollica soffritta e sugo preparato con pomodori, alici, noci, abbondante **olio extravergine d'oliva locale e vino Aglianico del Vulture** a Denominazione d'Origine, invecchiato nelle note cantine del territorio.

Barile è legato al ricordo di Pasolini che vi girò alcune scene de "Il Vangelo secondo Matteo"

Si narra che, nel corso della permanenza a Barile, nel mese di maggio di sessant'anni fa, Pasolini abbia apprezzato il tradizionale piatto. Tra l'altro, il giornalista e scrittore barilese **Emilio d'Andrea** sostiene, in un agile volumetto di versi e racconti, che il regista, pur essendo, tendenzialmente, astemio, non disprezzava frequentare i pochi locali del luogo con sembianze di trattorie o cantine. Di certo vi è che negli anni successivi all'uscita del film, il semplice piatto a base di tagliatelle casalinghe condite con mollica e sugo non troppo impegnativo è stato non di rado associato



alla figura Pasolini. Comunque sia, a partire dalla fine degli anni Novanta del secolo scorso, il **tumact me tulez** è **diventato protagonista di un affollato percorso enogastronomico organizzato, all'inizio dell'autunno**, nel ben conser-



vato centro storico, proprio per sancire che il piatto di tagliatelle casalinghe rappresenta il simbolo, da tutelare e valorizzare, della cucina popolare di questa piccola comunità di origine albanese presente in terra lucana.

TUMACT ME TULEZ (Tagliatelle con mollica di pane fritta e noci tostate)

Ingredienti: per la pasta: 400 g di semola rimacinata, acqua, pochissimo sale. Per il sugo: 500 g di passata di pomodoro, 20 ml di olio extravergine d'oliva, 1 spicchio d'aglio, ½ peperoncino, 8 filetti di alici sott'olio, 100 ml di Aglianico del Vulture. Per il condimento: 400 g di mollica di pane raffermo, 5 gherigli di noce, 80 ml di olio extravergine d'oliva, 4-5 foglie di prezzemolo.

Preparazione: impastare farina, acqua e sale; dividere l'impasto in 2 pani; avvolgerli nella pellicola per alimenti e farli riposare in frigo per mezz'ora. Tirare la sfoglia con il matterello e preparare le tagliatelle. Soffriggere, per qualche minuto, in 20 ml di olio extravergine di oliva, lo spicchio d'aglio, il peperoncino e 4 filetti di alici sott'olio. Togliere dalla padella l'aglio; aggiungere il vino e aspettare che sfumi. Unire la passata di pomodoro, farla cuocere per 5 minuti, quindi unire gli altri 4 filetti di alici e lasciare riposare. Per il condimento, sfregare la mollica di pane con le mani, tagliare in piccoli pezzi i gherigli di noce; soffriggere la mollica nell'olio rimasto fino a farla leggermente dorare e aggiungere i pezzettini di noci. Spegner il fuoco e continuare a mescolare per circa 2 minuti; versare il condimento in uno scolapasta fino a eliminare l'olio in eccesso. Cuocere le tagliatelle per un paio di minuti, scolarle e versarle in un recipiente. Aggiungere metà sugo e metà condimento, mescolare, quindi completare il piatto con il sugo e il condimento rimasti. Tritare le foglie di prezzemolo e spargerle sulle tagliatelle.





Un ortaggio buono e prezioso

di **Luigi Costa**

Delegato di Bassano del Grappa-Altopiano dei Sette Comuni

Prediletto sui vecchi mercati, il broccoletto di Bassano è ancora poco conosciuto, sebbene sia utilizzato anche nelle cucine vaticane.

Il broccoletto bassanese, chiamato semplicemente dai vecchi coltivatori *brocoletto nostran*, viene denominato recentemente con il nome di "broccolo di Bassano".

La pianta è una brassicacea che assomiglia molto a un cavolfiore; la testa è minuta, fino quasi a non comparire. Il suo è colore giallo senapato e non bianco avorio. **La parte più apprezzabile del broccoletto di Bassano è costituita dalle foglie, lanceolate**, lunghe fra i 40 e 60 cm, che tendono ad avvolgersi in modo spiraliforme, fatto che, commercialmente, rende l'ortaggio immediatamente riconoscibile. **Sono tenere, edi-**

bili in larga misura e caratterizzate da una **particolare dolcezza e armonia di sapore**. Anche in cottura, che può essere fatta tuffando il prodotto nell'acqua bollente leggermente salata, non sviluppa quegli odori caratteristici dei broccoli e dei cavoli che rendono meno graditi questi salubri ortaggi. La foglia si può gustare, quando il prodotto è molto fresco, anche cruda. Si esprime al meglio lievemente lessato e **abbinato ai filetti di aringa affumicata e polenta soda**, ben conditi con olio d'oliva di Bassano e pepe.

Un prodotto pregevole anche per le peculiari proprietà organolettiche



Il prodotto, nonostante il costante utilizzo della ristorazione avviato, dal 1991, con la prima rassegna di "A tavola con Merlin Cocai" e successivamente con la manifestazione "Broccoletto in Piazza", ora purtroppo abbandonata, **non gode ancora di una adeguata notorietà e promozione**. Purtroppo. Perché si parla di un ortaggio prezioso anche per le peculiari proprietà organolettiche, poiché contiene calcio, fosforo, potassio, zolfo, vitamine A, B e C.

Fra le *performance* più recenti del broccoletto è da segnalare **il suo ingresso nelle cucine del celeberrimo Harry's Bar di Venezia**; ma da oltre tre lustri, dai tempi di **Giovanni Paolo II**, è anche **il piatto forte dei menu invernali delle cucine vaticane**, grazie all'appassionato lavoro di promozione del ristoratore bassanese **Sergio Dussin**.



Un nuovo amore: mozzarella di bufala e vino

di Aldo E. Tàmmaro

Accademico di Milano Brera

Una ricerca sul migliore abbinamento tra i vini regionali e il tipico formaggio Dop.

L'abbinamento fra cibi e vini è sempre stato argomento di discussione, sia da parte di esperti, che a volte si basano su sofisticate considerazioni di tipo organolettico o sulle caratteristiche delle due entità in gioco, sia da parte di persone che operano le loro scelte su pure e semplici motivazioni di gusto personale. L'argomento è stato accolto come sfida dal Consorzio di Tutela Mozzarella di Bufala Campana Dop e dall'Associazione Italiana Sommelier (AIS), sezione campana, che hanno dato vita a una ricerca sull'intero territorio nazionale per accertare **quali siano i vini delle varie regioni che meglio si sposano con la "grandiosa semplicità" della mozzarella**. Astenendosi da ogni classifica, sono stati scelti cinque diversi abbinamenti vino-mozzarella per regione, **tre per la versione originale e due per quella affumicata**, il cui gradimento è in fase di crescita.

La prima guida-catalogo "Bufala&Wine in love"

E la ricerca, resa possibile dalla presenza capillare dell'AIS in tutte le regioni italiane, si è tradotta nell'edizione della prima guida-catalogo sull'abbinamento fra mozzarella e vini, dal suggestivo ed intrigante titolo di *Bufala&Wine in love*, **presentato in anteprima al Cibus di Parma** (8 Maggio 2024) e ufficialmente



dieci giorni dopo **nelle Regie Cavallerie della Reggia di Caserta**, sede del Consorzio. La guida sarà resa disponibile su tutto il territorio nazionale e ne è prevista la traduzione in più lingue per diffonderne la conoscenza anche all'estero. Come Accademici, che hanno vissuto il successo della nostra *Storia della Cucina Italiana a fumetti*, non possiamo che augurare le migliori soddisfazioni. I risultati hanno dato ragione al presidente del Consorzio, **Domenico Raimondo**, che in apertura aveva fatto notare come la bufala Dop fosse un prodotto "davvero sfidante" quando sommelier e buongustai venissero chiamati a pronunciarsi sul vino più adatto per celebrare le nozze, e al presidente di AIS, **Sandro Camilli**, che **ha sottolineato la passione profusa dai degustatori**, alle prese con la "ricchezza delle nostre denominazioni di origine". Già, perché l'aritmetica non è un'opinione e **5 vini per 22 regioni** (Alto Adige, Trentino e Romagna hanno giocato per conto loro) vuol dire che sono risultate **110 le etichette vinicole da associare ai due tipi di Bufala Campana Dop**.

I risultati della ricerca

Per la versione originale, i tre quarti delle preferenze sono andati ai bianchi, circa un sesto ai rossi, mentre rosati e spumanti si sono divisi il decimo rimanente. Panorama del tutto diverso **per la mozzarella affumicata: la metà dei consensi è andata ai rossi**, un quarto ai bianchi, poco meno ai rosati e le briciole agli spumanti. Come si vede, ce n'è per tutti i gusti (enologici) e questa è una buona notizia per la crescente platea degli affezionati alla mozzarella di bufala. Non per niente, **il consumo del nostro prodotto ha surclassato, fin dal 2021, quello del camembert**, andando a vincere il confronto proprio in Francia, dove l'avversario, per esprimersi nel gergo calcistico, "giocava in casa". Ma non finisce qui, perché un'iniziativa come questa e **i suoi risultati aumentano il valore del nostro settore agroalimentare**, sottolineandone anche un'importantissima e quasi ineguagliabile caratteristica: la biodiversità.



Quel rosso diavolelto vegetale

di **Morello Pecchioli**

Accademico onorario di Verona

Il peperoncino arrivò dall'America con la fama di stuzzicare la gola, ma anche la passione.

Ne basta poco per ridare vita alla festiciola che si sta spegnendo. Ha tanta vivacità in corpo che, ai primi sbadigli, basta evocarlo che rianima la fiacca compagnia. Uno dice: "Ahò, ce famo du spaghi ajo, ojo e peperoncino?" e parte la scossa. Il romanesco è d'obbligo anche in Alto Adige o a Pantelleria, visto che il piatto è nato nell'*urbe caput mundi*. È il peperoncino in giuste dosi che esalta ogni piatto, perfino le minestrine più scialbe.

Nella cucina italiana è protagonista di piatti leggendari

Nella cucina italiana - e non solo in questa - è protagonista di piatti leggendari: **penne all'arrabbiata, spaghetti alla puttanesca, bucatini alla corsara, pasta alla carrettiera, seppioline piccanti, pollo alla diavola**. Perfino in certi dolci è gradevolissimo. Chi non ha mai assaggiato **la deliziosa torta al cioccolato fondente col peperoncino** tenga la mano bassa e si vergogni. **Ugo Tognazzi**, attore, raffinato gourmet, cuoco per passione, ne *L'Abbuffone* pro-

pone due ricette, che preparava agli amici, in cui il peperoncino è fondamentale: spaghetti alla squaldrina (variazione della puttanesca), penne all'infuriata, per le quali usava **una Vodka polacca al peperoncino** "formidabile, tremenda, fortissima, piccantissima, micidiale".

Aldo Fabrizi, ne *La Pastasciutta*, considerava il peperoncino, con cipolla, aglio e basilico, uno dei quattro elementi fondamentali: "Quanno ner sangue circola 'sto fôco/se sente un friccicore dapertutto,/ perché la qualità che cià 'sto frutto/infiama, dà salute e dico poco".

Prima di **Marilyn Monroe** il peperoncino è la creatura più piccante arrivata dall'America. Quando la Nina, la Pinta e la Santa Maria gettarono l'ancora a San Salvador, gli amerindi conoscevano la bacca piccante da almeno settemila anni. Al Vecchio Mondo il peperoncino era ignoto. L'Egitto dei faraoni odorava di aglio, la Grecia dei grandi filosofi di olio d'oliva, cipolla ed erbe aromatiche, la Roma dei Cesari di *garum*, salsa

di colatura di pesce, che i cittadini SPQR mettevano a manetta un po' dappertutto: su verdure, carni e zuppe.

I nostri antenati conoscevano il pepe, dono degli dei e conosciuto fin dalle epoche più remote, sia come condimento sia come conservante e medicamento. Fu proprio andando a caccia di pepe e di altre spezie che **Cristoforo Colombo**, nel 1492, partito da Palos per "buscar el levante por el poniente", buscò l'America e buscò, oltre a parecchi altri prodotti sconosciuti in Europa, il peperoncino. **Il navigatore genovese riferì che gli indigeni ne facevano largo uso per insaporire i cibi e ne sottolineò i poteri medicamentosi**. Di ritorno dal secondo viaggio (1493), lo portò in dono ai sovrani di Spagna, che si ripromisero di trarre lauti guadagni con il commercio di quella nuova spezia che era molto piaciuta ai palati aristocratici.

Tuttavia, non avevano fatto i conti con lo stesso peperoncino, pianticella di natura popolare, democratica. **Il "pepe**





d'India" si ambientò fin da subito nella vecchia Europa. Solo settant'anni dopo il suo arrivo in Spagna, il botanico **Pietro Andrea Mattioli** ne parla come di "una pianta alquanto comune".

Nel 1500 il peperoncino non ha ancora un nome suo. Il riferimento al pepe è costante: "pepe d'India", "pepe cornuto", "pepe delle Molucche". I *conquistadores* lo chiamano "pimiento", pepe. Nel 1600 la catena dei nomi si chiude: pepe, peperone, peperoncino. Nel 1700 **Linneo** gli regala il nome scientifico: *Capsicum anuum*. *Capsicum* viene dal latino *capsa*, scatola (di semi).

Non tutti apprezzarono le doti di quel rosso diavoleto vegetale che arrivò dall'America con la fama di stuzzicare la gola, ma anche la passione, tanto che si raccontava che l'imperatore azteco **Montezuma** fosse un gran divoratore di *chili* (peperoncino) e di donne. Il gesuita spagnolo **José de Acosta**, giovane missionario in centroamerica nella seconda metà del 1500, condannò il diavoleto rosso, accusandolo di suscitare "insani propositi". Non aveva tutti i torti.

Vanta un esercito di celebri estimatori

Isabel Allende, scrittrice nata in Perù e cresciuta in Cile, in *Afrodita* scrive del peperoncino: "È il fiero elemento di tutti quei piatti esotici che lasciano la bocca in fiamme e stimolano l'immaginazione e l'appetito amoroso".

Gabriele D'Annunzio, famoso per le imprese poetiche, guerresche e amoro-se, adorava il peperoncino al quale dedicò una poesia, *l'Ode al diavolicchio*, che esalta il brodetto di pesce della sua terra d'Abruzzo. Dopo aver messo in pentola cefalo, merlango, orata, rombo, scorfano e murena, il poeta passa al procedimento: "... dai fiorenti orti cogliemmo il timo, / i rossardenti diavoletti folli e le virenti erbette fini, / il fuoco lento infine alle terrine porose demmo, / e il canto alle marine spiagge che vider navi anche col rostro, / nessun brodetto mai eguaglia il nostro!".

Grazie alla sua dirompente natura, il peperoncino si salvò dal rogo futurista che si prefiggeva di ridurre in cenere la cucina tradizionale italiana, in principal modo gli spaghetti. **Filippo Tommaso Marinetti**, il fondatore del movimento, inaugurando a Torino la "Taverna Santopalato", volle che all'antipasto fossero serviti peperoncini verdi che nascondevano all'interno, come i baci Perugina, un cartiglio: niente frasi romantiche, ma muscolose espressioni futuriste.

Il peperoncino vanta un esercito di celebri estimatori: **Gregory Peck**, **Frank Sinatra**, **Giorgio Albertazzi**, **Maria Grazia Cucinotta**, la pittrice messicana **Frida Kahlo** che amava cucinare per il marito **Diego Rivera**, pure lui famoso pittore, il *mole*, specialità che richiede diversi tipi di peperoncino, cioccolato, noci, cannella e sesamo. **Zubin Mehta**, direttore d'orchestra indiano, lo ama talmente che ne ha sempre qualcuno in

tasca per aggiungerlo ai piatti che ordina al ristorante. Probabilmente lo usa anche come portafortuna: il peperoncino, per la forma a cornetto, è considerato un benefico talismano. Si racconta che, durante un concerto, Mehta trasse dalla tasca il fazzoletto per detersi la fronte, ma tra le pieghe c'era del peperoncino sbriciolato che lo fece lacrimare vistosamente.

Sono più di 3.000 le varietà coltivate nel mondo

Sono più di 3.000 le varietà di peperoncini coltivati nel mondo. Tra quelle più famose (e piccanti) la chayenna, habanero, red savina. Hanno una piccantezza gradevole paprika, delicatessen, serrano. **Ottimo il peperoncino calabrese che dà sapore e piccantezza alla 'nduja**, insaccato di maiale. Sono apprezzate in tutto il mondo le salse al peperoncino: paprika, worchester, chimichurri, chutney, harissa, tabasco.

Si chiama carolina reaper il peperoncino più piccante al mondo. Prende il nome da uno stato Usa, la Carolina, e il cognome dalla sua sconvolgente piccantezza: *reaper*, mietitrice: non uccide, ma chi ne mette troppo in bocca ci va vicino. Secondo il Guinness dei primati è il peperoncino più bruciante al mondo per la concentrazione di capsicina, l'alcaloide che provoca la piccantezza. La mietitrice toglie letteralmente il respiro e provoca, secondo le testimonianze di chi l'ha assaggiato, un acuto dolore fisico. Bisogna stare attenti anche a come si maneggia: brucia.

Tuttavia, **il peperoncino è buono e fa bene.** Medici e ricercatori universitari riconoscono che previene le malattie cardiovascolari, purifica il sangue, è utile per combattere l'obesità, la depressione e la dipendenza dall'alcol, è decongestionante e antinfiammatorio, aiuta a digerire e protegge il fegato. Secondo **Giulio Tarro**, virologo di fama internazionale, il contenuto di vitamine antiossidanti e immunostimolanti e della capsicina combatte la formazione di tumori.



La fricassea

di Giancarlo Burri

Accademico di Padova

*Confortevole e saporita
"stufatura in bianco"
di carni, limone e uova.*

Come tante altre tradizionali preparazioni del nostro patrimonio gastronomico, anche la fricassea (*fracassa* in Liguria e *fruscè* nelle Marche) **rischia di diventare un secondo piatto desueto**, sia per la tipologia della cottura, ma soprattutto per l'ormai svanita consuetudine di celebrare il pranzo della domenica (e anche di altre feste "comandate") in famiglia.

Pietanza decisamente delicata e appetitosa, il cui nome deriva dal latino *frixūra*, friggere, arrostire e che, successivamente, ha dato origine al francese *fricassée*, secondo la ricetta più tradizionale **prevede l'impiego di carni di animali del cortile** (pollo e coniglio).

Tagliata a pezzi e in alcuni casi passata nella farina, la carne viene prima **fatta rosolare nello strutto o burro**, successivamente **cotta lentamente in tegame** con vino ed erbe aromatiche e, infine, **insaporita con una salsa a base di tuorli d'uovo e limone**.

*La versatilità della preparazione
consente l'utilizzo anche
di carni diverse o pesci*

In realtà, la versatilità della preparazione consente l'utilizzo anche di carne di vitello, agnello, capretto, maiale, frattaglie,



rane, pesce e persino verdure, come si evince dalle numerose interessanti testimonianze presenti nei più importanti trattati e ricettari che documentano l'evoluzione della cucina italiana nel corso dei secoli.

Nell'*Opera* (1570) di **Bartolomeo Scappi**, una fricassea è di polmone, sangue, rognone e fegato di "vaccina", lessati e fritti, poi composti come minestra in un brodo di erbe battute con l'aggiunta di uova e agresto, mentre diverse **varianti sono descritte per la cottura in fricassea della lingua della "vitella mongana"**: tagliata a fettine, frita nello strutto con agresto, rossi d'uovo sbattuti, zucchero, cannella e zafferano, oppure soffritta in fettine e poi passata a prendere un leggero bollore in tanto brodo, incorporando uova sbattute, pangrattato o mandorle peste.

Fricassea di rognone di vitello o di fegatelli di pollo per **Cristoforo Messisbugo** (*Libro Novo*, 1557) ma soprattutto, secondo l'apprezzamento dello storione nella cucina rinascimentale, una "**fracassea inglese sopra sturione**", con il pesce bollito e poi tagliato in fette, fatto friggere in burro e infine ripassato in padella con succo d'arance, agresto, spezie e tuorlo d'uovo. Nel ricettario del 1766 *Il cuoco piemontese perfezionato a Parigi*, viene proposta una fricassea di pollastri, tagliati in pezzi e con le rigaglie, fritti nel burro insieme a cipollette, funghi e fette di prosciutto. A cottura quasi completa, viene aggiunta una salsa a base di tuorli di uovo stemperati con crema o latte.

In una curiosa versione, detta "*à la bordelais*", è prevista - una volta accomodata la fricassea nel piatto di portata - l'aggiunta di pane grattugiato e pezzetti di burro, con un ripasso in forno per farlo brunire.

Interessante anche l'utilizzo in fricassea di lumache di vigna e cosce di rana: lessate, ripassate in padella con burro, aglio, cipollette, aromi, un pugno di farina bagnata con brodo e un bicchiere di vino bianco, e completando la preparazione con rossi d'uovo, un poco di aceto o noce moscata.

Di una "**fricassea al bianco**" parla **Vincenzo Corrado** (*Il Cuoco Galante*, 1773) con quarti anteriori di capretti, tagliati in



FRUSCÈ DI AGNELLO

Ingredienti: 450 g di carne magra di agnello, 1 mazzetto di mentuccia, strutto, aglio, ½ bicchiere di vino bianco, 3 uova intere, 1 cucchiaino di succo di limone, sale, pepe.

Preparazione: in una larga padella, soffriggere, in 1 cucchiaino di strutto, l'aglio con la mentuccia; unire la carne tagliata a cubetti e lasciarla rosolare bene, aggiustando di sale e pepe. Intanto, mettere il vino in una padella e, quando sarà ben caldo, fiammeggiarlo in modo da far evaporare la parte alcolica (in tal modo il vino non coprirà i sapori con la sua nota acida). Unirlo alla carne, abbassare la fiamma e lasciare cuocere. Sbattere le uova con il succo di limone e quando la carne è cotta versarle sopra, lasciando rapprendere brevemente il tutto. Servire caldo cosperso di mentuccia.

pezzi e imbianchiti, passati nel burro ed erbe trite, e nel servirli legati con tuorli di uova, stemperati con brodo e sugo di limone. **Nella variante "fricassea oscura"**, i pezzi di capretto sono fatti cuocere in sugo di carne con erbe e spezie, poi apparecchiati con un sugo scuro di funghi e tartufi tritati.

Con la ricetta n° 256 tratta da *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene* di **Pellegrino Artusi**, una complessa fricassea "in cazzaruola" di petto di vitella da latte, può chiudersi questa sintetica carrellata storica.

Oggi, la fantasia di molti chef gioca sul concetto di fricassea

Ai nostri giorni, la fantasia di molti chef gioca sul concetto di fricassea, **intesa come cottura in piccoli pezzi** per presentare le loro interessanti e piacevoli interpretazioni. Nella "**fricassea di pollo allo zenzero, spinaci e noccioline**" di **Carlo Cracco**, i cubetti di filetto di petto e sottocoscia di pollo sono fatti rosolare con una nocciola di burro, poi bagnati con un sughetto ricavato dai ritagli di

pollo con l'aggiunta di zenzero grattugiato. Sono impiattati su un fondo di nocciole pestate e spinaci freschi fatti appassire in padella.

Davide Oldani offre uno strano e piacevole **mix di sapori** nella sua "**fricassea di coniglio con cocomero arrosto e germogli di soia**", dove i lombetti del coniglio, prima cotti a bassa temperatura sottovuoto e poi ripassati in padella con poco olio insieme ai suoi rognoni, si accompagnano a spicchi di cocomero arrostito col sale Maldon e decorati con i germogli.

Dal *Quaderno Dominazioni Siciliane - dodici ricette tra passato e futuro* di **Ciccio Sultano**, la "**coscia e petto di piccione in salsa fricassea**", con il petto cucinato sulla pelle e la coscia glassata con una gelatina di carote, serviti con un crumble di funghi e salsa fricassea e adornati con foglie croccanti di sanapo o senape canuta (un'erba selvatica dal gusto pungente e leggermente amarognolo).

Nel menu degustazione "Esperienza Sensoriale", ampio e rappresentativo della creatività dello chef **Giancarlo Morelli**, un risotto selezione Carnaroli mantecato al topinambur, salsa all'aglio nero fermentato e fricassea di creste di gallo.



Dal *mulsum* alla farina

di **Elisabetta Cocito**

Accademica di Torino

*Breve viaggio
sulla versatilità del vino.*

Scorrendo la letteratura succedutasi nel tempo, scopriamo quanti diversi utilizzi siano stati fatti del vino, partendo dal **mulsum dei Romani** citato nel titolo, **un vino arricchito di miele, pepe e altre spezie** che, oltre a caratterizzarsi per la sua bontà, aveva una funzione medicamentosa. Ce ne parla già **Plinio il Vecchio** nella sua *Naturalis historia*, ma non mancano anche testimonianze successive, come nell'*Opus ruralium commodorum* di **Pietro de' Crescenzi** che, nel 1300, conferma come al vino venissero associate diverse piante officinali per creare *vini medicati*. Tra queste, principalmente l'assenzio, seguito dalla radice di genziana. **L'autore attribuisce al vino medicato poteri speciali, quasi una panacea per guarire tutti i mali**, dalle escoriazioni alle punture di scorpione, dai morsi dei cani a quelli dei serpenti.

Nel vino medicato, come si legge ancora nei testi di farmacologia del 1700, si inseriva di tutto e di più, dalla gamma

completa dei lassativi alle erbe più varie, come le radici di borragine, di asparago e prezzemolo.

Un uso più "realistico" e più vicino a noi è la funzione del vino **come "apritivo" utile per favorire la digestione e stimolare l'appetito**. Ancora più vicina ai nostri gusti è l'introduzione del vino in cucina, di cui si trovano già tracce nel ricettario di **Marco Gavio Apicio**, ma **sarà Escoffier a ricordarci che "il vino rosso è l'anima di tutte le salse"**. Non solo salse, tuttavia, come ben sappiamo; il vino è anche comprimario in tanti piatti con la funzione di esaltarne i sapori, come per esempio in alcuni arrosti, umidi e fondi di cottura.

Il vino ha però conservato **il suo ruolo primario sulla tavola**, talora come protagonista, il più delle volte come accompagnamento alle vivande: la vite è infatti coltivata da tempo immemore e fior fiore di agronomi si sono succeduti per perfezionare le tecniche di coltivazione, in particolare per soddisfare le classi agiate e le corti.

*La diffusione della vigna
nel Torinese è presente
fin dal Medioevo*

Per quanto riguarda Torino, la diffusione della vigna sulla sua collina è presente fin dal Medioevo, ma è soltanto successivamente che anche le classi agiate si interessano al mondo agricolo, prestando particolare attenzione alla qualità dei prodotti e in particolare del vino. Si devono a **Giovanni Battista Croce** architetto, agronomo ed enologo, la sperimentazione e la diffusione di tecniche enologiche innovative. È una figura

Pigiatura dell'uva, mosaico del 350 d.C. circa, in Santa Costanza, Roma





Vinaccia

elettica che, dopo aver ricoperto cariche pubbliche alla corte di **Emanuele Filiberto** e di **Carlo Emanuele I** di Savoia, a conclusione dei suoi studi, nel 1606, scrisse sull'argomento un trattato dal titolo *Della eccellenza e diversità dei vini che nella montagna di Torino si fanno e del modo di farli*. **Nel volumetto sono tratteggiate le varie metodologie di vinificazione e conservazione dei vini**, sperimentate nelle sue vigne coltivate sulla collina torinese. La maggior parte del vino consumato in città era, appunto, prodotto vicino a Torino ed **era la municipalità a governarne la vendita**, come la raccolta delle uve.

La vendemmia, nelle aree pianeggianti, doveva iniziare non prima della festa di San Matteo (21 settembre) e in collina non prima di San Michele (29 settembre). Ciò perché l'uva doveva essere raccolta al massimo della maturazione per consentire la produzione di un vino di qualità. Va detto che si consumava un prodotto giovane; le tecniche di conservazione e la bassa gradazione non consentivano infatti una lunga conservazione.

Al mercato, il "brentatore" travasava il vino dalle botti ai recipienti degli acquirenti

Il mercato del vino si svolgeva perlopiù nelle piazze. Nel 1500, a Torino, il mercato aveva luogo in Piazza Castello, poi vicino al Mercato delle Erbe e dopo ancora vicino a Porta Palazzo. Alla fine del 1600 e per tutto il Settecento il mercato ebbe una sua specifica sede in Piazza Carlina, vicino alla Porta di Po, luogo strategico in quanto comodo per gli attracchi flu-

viali e sul percorso delle strade che dalla collina scendevano in città.

Una figura caratteristica e importante, presente sulla piazza del mercato, era il *brentatore*, che **utilizzava la brenta**, recipiente e strumento di misura, con coprchio e sigillo della città, che serviva a travasare il vino dalle botti dei commercianti ai recipienti degli acquirenti. Si distingueva per il *camisazzo* azzurro che indossava e per il *pongone*, contenitore con cui prelevava la quantità di vino a lui spettante come commissione. **Aveva anche l'importante ruolo di assaggiatore** per valutare la salubrità del vino; per tale incombenza utilizzava alcune *canne* per aspirare il vino. Questo poteva essere acquistato, oltre che al mercato, anche nelle tante rivendite, o poteva essere consumato presso le numerose osterie e locande cittadine.

È curioso segnalare che, alla fine del 1600, alcuni **imprenditori inglesi fondarono una vetreria per la produzione di bottiglie a Poirino**, in provincia di Torino. Le bottiglie in vetro, all'epoca, **erano contenitori pregiati**; le famiglie non particolarmente benestanti custo-



divano il vino in otri di pelle, vasi di terracotta o ceramica. La scelta cadde su Poirino soprattutto per la presenza, nella zona, di sabbia dovuta alla vicinanza del bacino del Po, indispensabile per la produzione del vetro. Le bottiglie, chiamate *poirinotte*, erano vendute principalmente alle famiglie nobili e borghesi e ai commercianti.

Oggi la tecnologia consente di utilizzare anche gli scarti di produzione

Molte cose sono cambiate da allora: la tecnologia e le professionalità hanno consentito sviluppi significativi, permettendo al nostro vino di raggiungere alti livelli di qualità e di essere oggi anche esportato con successo in molti Paesi del mondo.

Ciò che fino a ieri era considerato scarto, oggi trova campi di utilizzo.

Nel panorama della vinificazione non vanno infatti sottovalutate le problematiche legate allo smaltimento dei sottoprodotti, **in particolare le vinacce**. Utilizzate un tempo solo per essere compostate e, più nobilmente, per la produzione di grappa, oggi una nuova sensibilità verso la sostenibilità ambientale ed ecologica consente di trovare nuova vita per questi scarti di produzione. **L'utilizzo spazia dalla cosmesi, alla farmaceutica, alla nutrizione, fino ai coloranti naturali** per pellame e ai vasi per vivaisti. Grazie alle proprietà antiossidanti, le vinacce, opportunamente trattate, vengono anche utilizzate nei trattamenti estetici di molti centri termali. Curiosa e in via di sperimentazione è **la produzione della cosiddetta "farina di vino"**, ricavata dall'essiccazione e macinazione delle vinacce e dei vinaccioli. Aggiunta alla farina tradizionale, **conferisce un sapore originale ai dolci**, oltre a potersi rivelare un prezioso alleato per chi soffre di celiachia.

Abbiamo visto come l'uomo abbia saputo, con il suo ingegno, trarre dal vigneto non solo uva e non solo vino, ma esplorare nuove frontiere, e chissà quanti passi da gigante ci aspettano ancora tra i filari.



I consigli di cucina di Ada Boni

di Giancarlo Saran

Accademico di Treviso

“La felicità di un matrimonio inizia proprio da una tavola imbandita”.

Vi sono personaggi il cui nome non è facile ricordare, ma basta citare anche solo una loro opera per riaccendere la luce di un'attenzione che porta a svariate (ri)scoperte. È il caso di **Ada Boni**. Figlia della buona società romana, è stata un'autentica pioniera nel diffondere, anche nelle cucine domestiche, quei piccoli segreti che permettevano alle madri di famiglia di uscire dal copia-incolla delle ricette perlopiù tra-



La copertina delle prime edizioni, opera del contemporaneo Carlo Alberto Petrucci

mandate a memoria e che trovavano impraticabili i ricettari dettati dall'alta cucina di quei pochi **cuochi che mettevano su carta piatti riservati, per lo più, all'élite del tempo.**

“Il Talismano della felicità”, regalo di nozze per le giovani spose

Ada autrice eclettica. Fondatrice di una rivista, “Preziosa”, che dal 1915 al 1959 è stata **prodiga di consigli a tutto campo** per la buona gestione familiare, non solo a uso di fornelli. **L'opera che ha attraversato generazioni è stata invece Il Talismano della felicità,** un manuale di cucina (e non solo) che ha debuttato in libreria nel 1925, con riedizioni a ritmo costante nel tempo. Sempre arricchito di nuove ricette e innovazioni, legate allo sviluppo tecnologico e all'evoluzione dei costumi. Era il classico regalo di nozze che si faceva alle giovani spose per augurare loro una vita di coppia felice, di cui la cucina era tappa quotidiana per guardarsi negli occhi davanti a un piatto che riuniva genitori e figli. Un'opera che, **dalle iniziali oltre ottocento ricette, è via via arrivata a registrarne più di duemila,** con una **tiratura complessiva, a oggi, di circa ottocentomila copie.** Sfolgiando con curiosità pagina dopo pagina, ci sono divertenti passaggi per cui mente golosa e palato curioso sono portati a viaggiare tra archeologia culinaria e cucina futurista. Si parte con una citazione della cucina d'oltralpe, ossia il **burro nero.** Farlo friggere sino a fargli assumere un colore nocciola, aggiungendo poi sale e aceto. Una salsetta ideale per dare la marcia in più a semplici uova



sode o verdure lesse. Vi sono gli **“intermezzi”,** quelli serviti tra una portata e l'altra, che “devono poi scomparire lasciando, oltre ad una buona impressione, un leggero senso di rimpianto”. E chi meglio dei **vol-au-vent,** “bene accetti a tutti, per la musicalità esotica che è nel nome e che dà subito l'idea di una vivanda fatta di lievità e allegrezza”. Per gli amanti delle frattaglie dimenticate, una goduria scoprire che le **cervella,** rimosse oramai dal *bon ton* della modernità, si friggono con tecniche diverse viaggiando tra le cucine del Bel Paese, per non parlare degli **schienali,** “il filone all'interno della colonna vertebrale”. I **minestroni** non vanno mai dati per scontati, con diversi tempi di cottura legati alla stagionalità e quindi alle varie componenti che arrivano dall'orto. E che dire delle **zuppe,** anche se “il nome si presenta quasi dimesso”, una “modesta preparazione a confronto di vivande dai titoli blasonati”, ma, se ben eseguite, sono fonte di allegra condivisione.

Nell'Italia patria di una Treccani pasta-iola, la romana **Ada Boni** richiama l'attenzione sul **riso,** “facilmente digeribile e ad alto valore nutritivo” così che “le

nostre lettrici accolgano più frequentemente nei loro menu il riso che, se ben preparato, farà onore alla tavola, con vantaggio anche per l'economia", confermando una sensibilità verso il normale borsello domestico, che è sempre stato protagonista delle sue attenzioni.

Sulle **uova**, quelle vere di galline razzolanti, si aprono scenari intriganti. "Può essere considerato il più completo degli alimenti", tanto che, per le uova di giornata, "il miglior modo di consumarle è quello di berle". Per lo schizzinoso di turno un'alternativa cui non si può dire di no: **l'uovo all'ostrica**. Molto semplice, al di là del blasone aristocratico. Rotto il guscio, con attenzione si toglie l'albume, si versa il tuorlo su di un cucchiaino, una goccia di limone e un pizzico di sale.

Per la madre di famiglia senza tanti fronzoli **la dritta che fa la differenza per capire se l'uovo è fresco di pollaio** o meno. Posto che il guscio è poroso, vi entra progressivamente l'aria a riempire la volta che lo separa dall'albume. Messo a ruotare, se fresco avrà un movimento regolare. Se stantio, ruota lentamente con una sorta di "sciacquo" interno. Per chi non ha mano allenata il piano B. Si immergono in una vaschetta d'acqua. Se rimangono quiete sul fondo, orizzontali, sono fresche di giornata. Mano a mano che ruotano verso l'alto, sino a diventare verticali, è per mascherare la loro anzianità ovaia. Altro consiglio della nonna sempre valido, pure per chi è dotato di lavastoviglie a gestione dell'IA. **Per le frittate va riservata una padella apposita**, tanto che, dopo l'uso, va "nettata con strofinaccio" per evitare che, alla frittata successiva, ne derivi "frittata" conseguente, ossia attaccaticcia e quindi bruciacchiata.

Singolare mix tra la cucina della nonna e le fantasie eclettiche dell'autrice

Ada Boni curiosa anche di quanto si percepiva da altre frontiere, come ad esempio con le **uova sode cotte nella sabbia**, una tradizione magrebina. Sabbia

e uova sode alternate, pare un gioco di bambini diverso dallo scontato castello sulla rena. Si pone la pentola in forno la sera, a bassissima temperatura, per ritirarla poi la mattina. Le papille curiose a seguire. La **carne alla griglia** è un *evergreen* di cui bisogna conoscere anche i piccoli segreti. Per capirne l'esatto punto di cottura, appoggiare un dito nel mezzo della bistecca: deve risultarne "una pressione come se la carne fosse di gomma elastica". **Attenzione a spolverizzarle di sale**, va fatto solo alla fine, così da trattenerne "tutti i valori nutritivi racchiusi in quanto protetti dal leggerissimo strato di coagulazione" della superficie. Se, sbadatamente, vengono salate prima, si formerebbe, con la fuoriuscita degli umori interni, "uno strato umido che ne comprometterebbe la qualità finale".

Divertente l'ispirazione che porta alla creazione del "**pollo in budino**". Se, dopo la scodella con il consommé della buona accoglienza, la padrona di casa teme di scivolare in basso servendo il residuale pollo bollito, *voilà* l'alternativa. La carne viene tritata e irrobustita con uova sbattute, un trito di buccia di limone e piccoli dadini di tartufo nero. Il tutto entro uno stampino per la bisogna, con relativo passaggio in forno. Servire poi questa coccola golosa stupirà i commensali valorizzando così anche l'umile pennuto.

In molte famiglie le donne di casa dovevano subire la passione dei consorti e dei loro amici per la caccia. Beccacce, allodole e pure cinghiali non facili da gestire ma che, con il dovuto impegno e seguendo i consigli a tiro di Talismano, potevano riservare piacevoli soddisfazioni su entrambi i fronti, a tavola e in cucina. Riemerge dall'archeologia culinaria, con un tocco futurista, la **testina di vitello uso tartaruga di mare**. Si raccomanda al macellaio, quando seziona la capoccia del vitello, di mantenere anche l'orecchio di competenza laterale "che farà poi da ornamento". All'interno, oltre alle cervella d'ordinanza, anche la lingua. Il tutto prima bollito e poi passato in casseruola. Come decoro, sul piatto, fantasia a ruota libera: funghetti, creste di pollo, così come uova fritte, gamberetti o cetriolini. Il tutto abbellito da una salsa tartaruga in



coppa: spezie e aromi vari, pomodori e qualche goccia di Marsala.

Questa è solo **una piccola antologia dove si trova un singolare melting pot** tra i dettami della sana cucina della nonna e le fantasie eclettiche dell'autrice.

"La gloria si conquista in cucina, ma si afferma anche sul campo della sala da pranzo"

In appendice, non potevano mancare i **consigli che avrebbero fatto felice Monsignor della Casa**. Posto che "**la donna è cuoca in cucina, regina in salotto e ambasciatrice a tavola**", è anche vero che "la gloria si conquista in cucina, ma si afferma e rinsalda anche sull'altro campo, molto periglioso, della sala da pranzo e del suo ambiente". **La tovaglia**, una volta stirata, va messa nella madia piegata a bande larghe, "così da non apparire eventuali piegature una volta posta in tavola" alla successiva occasione. E così i **tovaglioli**, "**piegati semplicemente, senza pretese architettoniche**", tipo ventagli o piramidi, o i **bicchieri** che "**non vanno disposti a canne d'organo**", ma con una sequenza funzionale al menu. Gli scritti di Ada Boni erano **dedicati a quella buona borghesia**, terra di mezzo tra l'inarrivabile aristocrazia e le radici popolari da cui il Paese desiderava sollevarsi, ma **qualche buon consiglio della nonna tornava sempre utile**, per esempio **l'uso degli stecchini**. "Nettarsi i denti a tavola non può essere ammesso, neppure se fatto con l'accortezza di porre la mano sinistra davanti alla bocca". Sembrano scenette degne di vecchi film con **Totò** o **Aldo Fabrizi**, ma che può capitare di incrociare ancora oggi, nel tecnologico terzo millennio.



Pesce azzurro: *povero ma ricco di benessere*

di **Matteo Pillitteri**

Accademico di Sciacca

Più economico rispetto ad altri, ma non meno prelibato o importante per una dieta equilibrata.

Il pesce azzurro, per le sue importanti proprietà nutrizionali, rappresenta uno dei cardini della Dieta Mediterranea e l'appellativo "pesce povero" (solo nel prezzo) sta a indicare tutti quei pesci di minor valore commerciale, che appartengono alle nostre tradizioni culinarie. Si tratta di **un alimento nutraceutico**, cioè che contiene sostanze dalle comprovate caratteristiche benefiche e protettive nei confronti della salute sia fisica, sia psicologica dell'individuo.

Come è noto, ciò che rende il pesce azzurro un grande alleato del cuore contro le malattie cardiovascolari è **la sua com-**

ponente lipidica, ricca di grassi "essenziali" omega-3: una famiglia di lipidi che contribuisce a incrementare il colesterolo "buono" (HDL) e a ridurre, allo stesso tempo, quello "cattivo" (LDL). È ricco anche di sali minerali come calcio (per la prevenzione contro l'osteoporosi), selenio, iodio (per le funzioni tiroidee), fosforo, potassio, zinco, fluoro, vitamine A, B e D. La scoperta che gli acidi grassi omega-3 svolgono un ruolo fondamentale per la salute si deve ad **alcuni ricercatori americani** che, negli anni Settanta, **studiarono lo stato di salute degli Inuit**, popolazione eschimese che vive presso





Quello fresco mantiene inalterate le proprietà organolettiche

il Circolo Polare Artico, in Alaska, Canada e Groenlandia, i quali, nonostante consumassero una elevata quantità di pesci grassi, avevano una bassa incidenza di coronaropatie. I ricercatori hanno ipotizzato che la spiegazione potesse essere l'elevato consumo alimentare di acidi grassi polinsaturi omega-3, derivanti dai vertebrati marini, specialmente pesce.

volte a settimana. Quelli di grossa taglia come, per esempio, tonno e pesce spada, che, pur appartenendo a famiglie diverse, hanno molte caratteristiche in comune con il pesce azzurro, devono essere inseriti nell'alimentazione con cautela, perché potrebbero portare a un accumulo elevato di mercurio.

Il pesce azzurro, proprio perché pescato in tutti i mari italiani e quindi vicino ai mercati di vendita, offre la massima garanzia di freschezza ed economicità. **È presente nella maggior parte dei mercati italiani quasi tutto l'anno, pur seguendo una stagionalità**, come per esempio è il caso del lanzardo o della leccia, preferibili a luglio-agosto.

È importante precisare che il pesce azzurro rappresenta una valida alternativa per chi vuole alimentarsi bene senza spendere troppo, e va consumato fresco, non inscatolato, affinché mantenga inalterate le proprietà organolettiche e nutrizionali.

La definizione di pesce azzurro

In realtà la definizione di pesce azzurro **non corrisponde a un gruppo scientificamente definito di specie**, ma a un gruppo di pesci accomunati da alcune caratteristiche fisiche simili. **Sono chiamati azzurri tutti i pesci con il dorso di colore blu** (ma spesso è presente anche un po' di verde) e il ventre di colore argenteo, che permette loro di mimetizzarsi con i colori del mare. Tale bi-cromatismo, spesso accentuato in alcune specie, è frutto di migliaia di anni di evoluzione e di adattamento alla sopravvivenza per confondere i predatori.

I pesci azzurri, nella maggior parte dei casi, sono di piccole dimensioni, vivono in branchi e si spostano di frequente da una zona all'altra durante il corso della loro vita. Essi rappresentano il principale pescato del nostro mare Mediterraneo e sono molto economici rispetto agli altri, ma non per tale motivo sono meno prelibati o meno importanti per una dieta equilibrata.

In generale **si raccomanda il consumo di pesce azzurro di piccola taglia**, possibilmente fresco, **almeno un paio di**

MASCULINI DI OGNINA



Ingredienti: 1 kg di alici, 100 g di pangrattato, 20 g di capperi tritati, 100 g di olive nere denocciolate, 1 spicchio di aglio, prezzemolo tritato, basilico, peperoncino, sale, olio.

Preparazione: ungerne una pirofila con l'olio e spolverizzarla con il pangrattato. Disporre le alici aperte a libro. A parte lavorare il pangrattato con prezzemolo, aglio, capperi, olive a pezzetti, peperoncino e basilico, pochissimo sale. Alternare uno strato di alici e uno dell'impasto di pangrattato. Finire con quest'ultimo. Aggiungere un filo d'olio prima di infornare per circa 15 minuti a 160 °C.



La fortuna delle patate in Liguria

di Paolo Lingua

Accademico di Genova-Golfo Paradiso

*Considerate
addirittura velenose,
sono divenute
ingrediente
indispensabile
per molte preparazioni.*

Tra tanti prodotti agricoli “scoperti” nel continente americano, ce ne sono due che, in gran parte dell’Europa (e in particolare in Italia), hanno tardato alcuni secoli ad affermarsi, per poi avere un autentico *boom* nel XIX secolo. **Sono la patata e il pomodoro, a lungo ritenuti velenosi o comunque soltanto ornamentali.** Il pomodoro, poi - crudo, in insalata o come salsa in particolare -, oggi è un modello gastronomico italiano per eccellenza. In Liguria esso ha avuto un decollo rallentato (quantomeno nel XIX secolo) perché **il palato dei genovesi, e dei liguri in generale,**

ha sempre preferito i piatti “in bianco”, con particolare diffidenza nei confronti degli accostamenti del pomodoro, con il pesce in primo luogo, perché si riteneva che alterasse il sapore dei primi piatti e delle pietanze. **Con il tempo, questo ortaggio ha avuto il suo maggior successo nelle aree del Ponente,** a Savona e a Imperia. Oggi la questione è più che largamente superata.

*Fu Parmentier a rivalutare l'uso
commestibile del tubero*

Anche la patata arriva in ritardo sulle tavole italiane e liguri, ma con una storia diversa da quella del pomodoro, in particolare in Liguria. Infatti il tubero, **nella regione, ottiene subito un vasto successo gastronomico,** entrando da protagonista o da contorno in molti piatti, **soppiantando anche la tradizione.** Imponendo un nuovo stile di mensa che, curiosamente, nella mentalità popolare diventa appunto, quasi

automaticamente, tradizione, scavalcando memoria e abitudini secolari.

Ricostruendo l’evoluzione della patata, secondo il grande storico **Fernand Braudel**, si tratta di un prodotto agricolo che sino alla fine del XVII secolo viene considerato come una pianta ornamentale. Diventa poi un prodotto alimentare in Germania, nella Prussia nord-orientale, allargando gradualmente la sua coltivazione. C’è anche una presenza, molto limitata, in Francia, nella regione del Delfinato. Tuttavia, **sarà proprio in Francia che si diffonderà la sua coltivazione nel XVIII secolo,** grazie al ministro dell’agricoltura, il barone **Parmentier**, grande riformatore dell’organizzazione della coltivazione nonché, anche dal punto di vista scientifico, del sistema agronomico. Prigioniero in Prussia, per via della guerra dei Sette Anni, Parmentier è colpito dalla coltivazione della patata, in evoluzione e, studioso di agronomia, trasferisce l’esperienza tedesca in Francia, quando diventa ministro.

Le patate vengono chiamate *pommes de terre* e anche *truffes*, come i tartufi, per via della somiglianza strutturale: da *truffes*, a Genova, avremo poi il recupero del termine dialettale *troffie*, ossia gli gnocchi, confezionati mescolando la farina di grano con le patate bollite e schiacciate.

*Un’arma potente
contro le carestie*

La diffusione delle patate in Italia avviene, tra la fine del XVIII e l’inizio del XIX secolo, **per via delle truppe napoleoniche.** Infatti, i soldati francesi ricevevano dalle loro cucine le patate lessate o



cotte, con la buccia, sotto la cenere. La patata poteva essere conservata negli zaini dei soldati in maniera abbastanza igienica ed era considerata un cibo digeribile e di rapido consumo, anche associato ad altri piatti della mensa, quando era possibile.

I Genovesi, così, in Italia sono i primi a imbattersi nelle patate durante l'assedio del 1799, scoprendole **negli zaini delle truppe del generale Massena**.

Considerata anche la sua duttilità di coltivazione, sia in pianura, sia in montagna, e secondo le valutazioni elaborate nel tempo da studiosi di demografia e di geografia economica e da storici contemporanei, la patata si è trasformata in un'arma potente contro le carestie e una spinta indiretta, in particolare nelle campagne, all'incremento demografico, bloccato da decenni di guerre nel giro di boa tra due secoli.

Per tornare al tema di questo alimento in Liguria, è importante sottolineare che, intorno agli anni Venti del XIX secolo, dall'Arcivescovado di Genova **partono disposizioni ai parroci delle zone di montagna affinché diffondano la coltura della patata** e convincano i contadini-montanari, per natura diffidenti, che quel tubero è un nutrimento ancora più apprezzabile rispetto alle solite castagne nel periodo invernale o comunque, in qualsiasi stagione, per combattere la fame nei momenti di carestia (molto frequenti).

In Liguria entrano di prepotenza in molti piatti della tradizione

Tra il 1820 e il 1830, l'*escalation* della coltura della patata in Liguria è compiuta e il suo consumo si diffonde, oltre che nella montagna e nella campagna, anche nel capoluogo e in tutti i centri urbani. I tuberi entrano di prepotenza in molti piatti di tradizione consolidata. Soppiantano la "fava greca" (secca e spezzettata) di remota presenza medievale nel ruolo di partner dello stoccafisso accomodato o bollito. Non più "stocche e bacilli", bensì **matrimonio consolidato di stocca-**



fisso e patate. A tale proposito si arriva a Badalucco, in provincia di Imperia, alla fusione, nel grande tegame, agitato e scosso durante la cottura, senza però che si mescoli con un grande cucchiaio, al **brandacujun**, che è appunto la fusione particolare delle patate con lo stoccafisso. **Nella pasta al pesto**, accanto alle verdure di stagione (fagiolini, ma anche zucchine), entra di prepotenza la patata tagliata a fette e lessata insieme alle "trenette" o alle lasagne. Le patate diventano partner fisso accanto a lessi e arrostiti di carne e di pesce.

Partendo geograficamente dal Ponente ligure, **sono diversi i piatti dove le patate si sono automaticamente inserite**. Assai curioso è il "**pesce finto**", che si realizza mescolando patate bollite e schiacciate con tonno sott'olio e capperi, con l'aggiunta di maionese e mostarda. Il composto, in genere servito come antipasto, è plasmato come un grosso pesce. A metà Ottocento, le patate **si inseriscono nei fiori di zucca ripieni** accanto alle *teghe* (fagioli verdi), uova e cipolla saltata. I **michettin di Albenga** sono listarelle sottili, frutto d'impasto di farina, patate lessate, latte, lievito di birra, il tutto fritto e servito bollente.

Nella Valle Argentina sono state coniate le **patate int'a foglia**: tagliate sottili, collocate in un tegame di ferro con poca *tuma* (la formaggetta tipica del territorio) e olio e cotte per circa un'ora con l'aggiunta di burro, coprendo la teglia con una "testa" a sua volta di ferro.

Le patate sono presenti nei **bacilli**, **gli gnocchi della Val Bormida**, e nella "polenta bianca" (sono la metà della farina), poi condita con la salsa di porri.

Nell'area di Genova troviamo le patate **nella sbira, una zuppa di frattaglie e di trippe**, così chiamata perché particolarmente apprezzata dai carabinieri e dai poliziotti. Sono poi una componente "di sostegno" del classico **polpettone**.

Dalla metà del 1800 in poi, nel Genovesato si è diffusa la coltivazione delle "**patate quarantine**" (di origine francese e spagnola), più piccole della media e di colore bianco, particolarmente adatte ad accompagnare stoccafisso e baccalà.

Un caso unico **nella cucina di pesce sono le acciughe al forno che vengono collocate in un tegame, a strati, con patate** tagliate sottili e cotte con olio d'oliva, vino bianco e pomodorini in piccoli pezzi. Sono un **accompagnamento fisso del polpo** sia bollito, sia in umido.

Anche **nell'area spezzina**, tra il XVIII e il XIX secolo, ci fu un'azione diretta da parte del clero per invogliare i contadini a coltivare le patate. Il merito maggiore va a un giovane sacerdote originario delle Cinque Terre, don **Pietro Quilico**, parroco di San Vito alla Spezia. Egli si occupò, prendendo spunto dalla cucina francese, di suggerire nuove ricette. Va ricordata la **torta salata di patate** con porri, parmigiano e ricotta.



La cultura della prevenzione a tavola

di Claudio Bolla

Delegato di Lecco

*Futuri chef
a confronto nel progetto
"Cibo e salute".*

L'Accademia, al punto 2 del suo Manifesto del Settantennale, sostiene la sicurezza alimentare intesa come salute attraverso il cibo e quindi una dieta adeguata, evitando i prodotti eccessivamente trasformati con conservanti e additivi, in favore di altri più salutari. **Anche la LILT**, Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, è da anni impegnata in questo senso, **con parti-**

colare attenzione alla prevenzione legata al cibo, sia dal punto di vista degli ingredienti e delle materie prime, sia del loro trattamento e della tecnica di cottura. Inoltre, entrambe le associazioni **sono impegnate sul versante scolastico** per promuovere le proprie istanze anche tra i più giovani: la LILT con lezioni nelle scuole secondarie di primo grado, l'Accademia con il libro *Storia della Cucina Italiana a fumetti*, pensato anche per la divulgazione, in età scolastica, della nostra cucina, implementato, spesso, con lezioni in presenza.

*La particolare attenzione
verso le scuole alberghiere*

Ulteriore punto di incontro fra queste due realtà è la loro particolare attenzione ver-

so le scuole alberghiere, **verso i ragazzi che saranno gli chef del futuro.**

Con tali premesse, **nel 2021 è nato il progetto** di LILT nazionale, d'intesa con il MIUR, "Guadagnare salute con la LILT" con la finalità di promuovere e attuare programmi di informazione ed educazione alla salute in relazione alla lotta contro i tumori, **educare a una vita salutare, al comportamento alimentare, e alla conoscenza dei fattori di rischio evitabili** per l'insorgenza della malattia tumorale. La dottoressa **Laura Valsecchi**, coordinatrice dei progetti della LILT Associazione Provinciale di Lecco, nell'ambito di questo progetto e all'interno della Settimana Nazionale di Prevenzione Oncologica, in collaborazione con la Delegazione di Lecco dell'Accademia, ha progettato **un focus sull'alimentazione sana** coinvolgendo gli studenti che operano nel settore alimentare.

Nasce così la prima edizione del progetto **"Cibo e salute: futuri chef a confronto per la prevenzione alimentare"**, con un proprio format studiato per l'occasione che prevede un concorso gastronomico fra le varie scuole alberghiere del territorio con un giudizio finale da parte di una giuria qualificata, della quale facciano parte almeno un Accademico e un cuoco esperto. **Ogni classe si impegna a scegliere e a cucinare un menu "sano" con ingredienti del territorio.** La realizzazione dello stesso è filmata e registrata in un video della durata massima di 20 minuti, all'interno del quale siano evidenziati determinati criteri: i motivi della scelta della ricetta (rimando al concetto di "piatto sano"), gli ingredienti, le fasi di esecuzione, le modalità di cottura, l'impiattamento e il risultato finale.





Nel 2024 il progetto coinvolge i potenziali futuri cuochi

Col passare degli anni questo progetto ha avuto sempre maggiore successo e nel 2023 è stato presentato alla selezione dei Progetti di Ricerca di Rete (PRR) LILT alla Sede Centrale. Avendo superato il processo di valutazione, **dal 2024 questo progetto di prevenzione primaria avrà valenza nazionale** e vede la LILT Associazione Provinciale di Lecco come capofila di altre LILT Provinciali, con la partecipazione, nelle varie giurie, di Delegati dell'Accademia di Milano Duomo, Como e Pavia. Dato che è rivolto alle scuole secondarie di II grado, agli alunni di IV e V superiore a indirizzo alberghiero e ristorazione e agli Istituti Professionali triennali dell'alimentazione, quindi ai potenziali futuri cuochi che lavoreranno non solo nei vari ristoranti, trattorie, ma anche in mense aziendali o in società che preparano migliaia di pasti al giorno, è molto importante l'obiettivo del progetto. **Questo è volto a informare e trasmettere l'importanza dell'alimentazione per il mantenimento della salute, far conoscere la cultura della prevenzione a tavola** tenendo conto del bilanciamento degli ingredienti, del controllo delle porzioni, della ricerca dei prodotti migliori e rispettosi della stagionalità e della territorialità, **la conoscenza e l'uso di**

prodotti più salutarci senza rinunciare alla bontà dei piatti, promuovere l'acquisizione di corrette abitudini alimentari, **stimolare un approccio critico verso i diversi cibi**, facilitare l'instaurarsi di comportamenti di protezione e di un atteggiamento responsabile verso la propria salute, promuovere i prodotti del territorio. Quest'anno, nella giuria, condivide il progetto uno dei più famosi cuochi ita-

liani, l'executive chef **Enrico Derflinger**, presidente di Euro-Toques Italia ed Euro-Toques international, associazione dei migliori cuochi italiani ed europei, ufficialmente riconosciuta dalla Comunità Europea, che condivide l'importante missione per quanto riguarda l'educazione alimentare nelle scuole, l'alimentazione equilibrata e il benessere fisico legato all'alimentazione.





Publicità scorretta

La comunicazione pubblicitaria supera spesso i limiti della correttezza.

di Gabriele Gasparro
Delegato di Roma

Pur di influire sul consumatore per convincerlo nelle sue scelte, la comunicazione pubblicitaria non ha più limiti. **Recentemente si è ricorsi persino al blasfemo pur di vendere patatine**, con uno spot televisivo, ambientato in un convento, che mostra un gruppo di suore che si comunicano, però al posto dell'ostia, il sacerdote distribuisce croccanti patatine. Naturalmente la pubblicità è stata condannata dall'Istituto di Autodisciplina Pubblicitaria. Si allude spesso al sesso, o a situazioni di poco rispetto per la dignità della donna e soprattutto all'inganno.

Particolarmente pericolosa è quella diretta ai bambini

Publicità particolarmente pericolosa è poi quella diretta ai bambini o agli adolescenti, che si trovano nella fase nella quale sono aperti ad assorbire come una spugna tutto quello che gli si vuol fare apprendere. Sono sottoposti a un continuo bombardamento, soprattutto televisivo o sui vari social, che **li induce al consumo dei cosiddetti cibi spazzatura**. In tale contesto, particolare importanza assumono anche i cibi **ricchi di sale, grassi, zucchero**, come quelli proposti dalle catene di **fast food** che, con pochi euro, offrono hamburger giganteschi, bicchieroni di bibite zuccherate e spropositate porzioni di patate fritte. **I prodotti dolciari**, nelle varie forme di merendine, biscotti, creme alla nocciola e al cacao, provocano disfunzioni ali-



mentari agli adolescenti, attratti non solo dalle confezioni ma anche da gadget che spesso accompagnano il prodotto. Ci troviamo di fronte a un **preoccupante fenomeno di obesità giovanile**.

La pubblicità è continua e pressante. Si pensi che la più importante industria nazionale, operante nella produzione di creme al cioccolato, **spende per le sue campagne pubblicitarie circa 300.000 euro al giorno**. Un investimento enorme che però funziona per incrementare le vendite e i consumi. Oltre a questo colosso industriale, si devono considerare i notevoli investimenti di altre aziende del settore, oltre a quelle che portano sul mercato bevande zuccherate, e soprattutto quelle stimolanti, tutte altrettanto sconsigliate per un'alimentazione sana nell'età giovanile.

Sarebbero auspicabili azioni educative in campo familiare, scolastico e istituzionale

È di estrema importanza l'educazione familiare o della scuola, ma la differenza

delle forze in campo è evidente. **Si dovrebbe influire sull'intera comunità giovanile per bloccare lo spirito imitativo** che fa del consumo uno *status* del gruppo. Sarebbe auspicabile che da parte governativa si prendesse in considerazione **un'importante e seria campagna contro i prodotti troppo zuccherati**, eventualmente con una tassa sullo zucchero, come avviene in molti altri Paesi. Con gli introiti si potrebbero finanziare progetti alimentari nelle scuole, per indirizzare i giovani verso uno stile alimentare corretto. La conseguenza sarebbe, evidentemente, un aumento dei prezzi dei prodotti con una possibile riduzione dei consumi. Ma pur con tutto ciò, non si potrebbe essere certi di aver raggiunto lo scopo.

Non essendo possibile vietare la pubblicità di certi prodotti alimentari, anche per evitare il classico caso del "gatto che si morde la coda", in quanto l'imponente spesa delle aziende è ossigeno vitale per le emittenti televisive e per l'editoria, tuttavia auspichiamo una maggiore correttezza nella comunicazione, senza ricorrere a immagini o contenuti fuorvianti.



66thand2nd,
Roma 2024, pp. 160
€ 15,00



Dopo aver ricevuto riconoscimenti planetari come “migliore”, Joël Robuchon lasciò cinquantenne l’attività in cucina, ma dopo 8 anni ritornò in campo, lanciando la consuetudine delle cucine aperte, che alle nostre lati-

Cucina aperta

di Tommaso Melilli

tudini non avrebbe mai attecchito se il cuoco più stellato avesse continuato a esibirsi in televisione. Melilli sposò entusiasticamente l’idea di fare il suo mestiere di cuoco, non solo essendo visto da chi stava in sala, ma anche avendo sotto gli occhi il variegato mondo di quelli che, seduti, attendono l’arrivo del cameriere e la presa di contatto con il risultato delle sue elaborazioni culinarie. Il volume che ci viene “servito” riflette il vissuto di un cuoco-scrittore che, dal suo privilegiato punto di vista, ha raccontato questa sorta di crociera sul mare della gastronomia, che è stata definita come un diario intimo e un quaderno di lavoro. Così ci presenta le teorie di Paul Rozin, professore di psicologia descritto come il massimo esperto mondiale di disgusto, il nostro oscillare fra la *neofilia* e la *neofobia*, il desiderio di conoscere e l’avversione a

priori di fronte a ingredienti nuovi e sconosciuti. E poi la preparazione della maionese lasciando da parte frullatori, minipimer e quant’altro e usando solo le mani; di una più moderna e delicata versione della bagna cauda; l’importanza attrattiva della denominazione di un piatto; la storia della *Caesar’s salad* inventata da Cesare Cardini che gestiva un ristorante a Tijuana, città di frontiera fra Messico e California; gli spaghetti alla Nerano; la storia della *nouvelle cuisine*, a cominciare dalla Rivoluzione francese, e della *bistronomie*, ossia l’alta gastronomia al bistrot, e infine una serie di considerazioni che non piacerebbero a Feuerbach, giacché contestano il concetto secondo il quale noi siamo quello che mangiamo. Intercalate nel testo, troviamo una serie di accattivanti ricette, di quelle che stimolano a “provarci”.

Mazzanti Libri,
Venezia 2024, pp. 168
€ 20,00



Kitchen in love

Storie di cucina in cucina

di Francesca Romana Carpentieri, Claudia Palombi e Pietro Licci

Da Ludwig Feuerbach, “l’uomo è ciò che mangia”, alla *madeleine* di Marcel Proust, senza trascurare il *Gatto Mammone* di Italo Calvino, alle proprie esperienze culinarie, per invitare a riflettere sul fatto che, va bene la ricetta, ma nella tecnica culinaria con cui prepariamo i piatti ci può essere spazio per il nostro vissuto e le nostre emozioni, che possono farne qualcosa di unico. I tre autori hanno confezionato i tre capitoli (*Le ricette dell’amore*, *La cucina* e *Vita e ricette*) in cui i loro ricordi sulle persone e sulle circostanze fanno da introduzione e accompagnamento alle invitanti ricette. La lettura è attraente e piacevole, ma si tratta pur sempre del vissuto di tre persone, che noi neanche conosciamo: come può qualcosa che appartiene alla vita di un altro influenzare

il nostro comportamento, nella fattispecie in cucina, dargli un’impronta particolare? In linea generale, l’insegnamento di una materia destinata a tradursi in comportamenti, per essere efficace, non può limitarsi all’esposizione di nozioni e tecniche. Questo vale tanto più quando ci troviamo nel campo della culinaria: i pesi degli ingredienti e la loro manipolazione, i tempi di cottura e quant’altro contribuisca al risultato finale non devono essere considerati assiomatici, ma suscettibili di qualche piccola variazione che rientra nella nostra facoltà di decisione. È a questo punto che quella delusione o la gioia di una passione possono, a nostra insaputa, modificare l’iter culinario, di poco, per carità, ma quanto basta per fare di quel piatto qualcosa di “nostro”.