

NUOVA

ENOFICE

Anno XIII - numero 3 - 2024

Rivista di informazione e cultura enogastronomica



Organo ufficiale della F.I.C.E.

La rivista delle Confraternite Enogastronomiche

**Il cibario del Friuli Venezia Giulia
Cos'è la Barena
Speciale Anguille**



SOMMARIO

Nuova Enofice

Rivista di informazione e cultura enogastronomica

Anno XIII numero 3/2024

REGISTRAZIONE presso il Tribunale di Verona – n° 1902 del 10/02/2011

Codice fiscale: 03522480239

Nuova Enofice è organo ufficiale della F.I.C.E. Federazione Italiana Circoli Enogastronomici

Direttore responsabile

Marco Porzio

Hanno collaborato:

Marco Porzio

Renato Paini

Luciano Piovani

www.confraternitefice.it

pubblicità:

Marco Porzio

Fice

presidente@confraternitefice.it

Maurizio Bonanno

Brescia Pubblicità

maurizio@bresciapubblicita.com

Materiali, fotografie e testi appartengono all'archivio di Nuova Enofice, sono fornite da autori, enti, consorzi e produttori oppure provengono da repertori pubblici e, in ottemperanza agli scopi istituzionali FICE, sono utilizzati esclusivamente con la finalità non lucrativa del contribuire al messaggio culturale della valorizzazione dei prodotti e territori d'Italia. La rivista è tuttavia a disposizione per eventuali aventi diritto.

Si ringraziano particolarmente tutti i privati, le associazioni, gli enti e le aziende che hanno collaborato e condiviso la finalità culturale.

LA FICE È UNA ORGANIZZAZIONE DI PROMOZIONE CULTURALE E NON PERSEGUE SCOPI DI LUCRO

Calendario manifestazioni	pag. 3
Editoriale	pag. 5
SPECIALE	
Anguille	pag. 6
Il cibario del Friuli Venezia Giulia	pag. 14
TERRITORIO • CULTURA • GASTRONOMIA	
Storia della viticoltura trentina	pag. 33
Cos'è la Barena	pag. 35
Il profumo della Torta Bertolina	pag. 38
Pesaro - Capitale della Cultura 2024	pag. 41
Carnaroli puro	pag. 45
Il turismo dendrogastronomico come modello di valorizzazione della montagna veronese	pag. 48
Raccogliere funghi, che passione!	pag. 50
La grappa in Cucina	pag. 52
NOTIZIE DALLE CONFRATERNITE	
Confraternita Dogale della Marca - Mogliano Veneto (Treviso)	pag. 53
Ordine dell'Amarena e del Nebbiolo – Sizzano (Novara)	pag. 54
Imperial Castellania di Suavia - Soave (Verona)	pag. 55
Confederation Europeenne des Gourmets	pag. 57
Confraternita Dogale della Marca - Mogliano Veneto (Treviso)	pag. 58
Club Enogastronomico Viterbese - Bagnaia (Viterbo)	pag. 59
Ordine dell'Amarena e del Nebbiolo – Sizzano (Novara)	pag. 60
Confraternita della Sopressa di Bassano del grappa - Cittadella (Padova)	pag. 61
Accademia dello Stoccafisso all'Anconitana - Ancona	pag. 63
Confraternita Dogale della Marca - Mogliano Veneto (Treviso)	pag. 64
Consiglio Grande della Credenza Vinicola di Calusoe del Canavese - Caluso (Torino)	pag. 66
Associazione Culturale Europea Tavola Veneta - Venezia	pag. 68
Circolo Enogastronomico Lombardo la Franciacorta - Rovato (Brescia)	pag. 70
Confraternita Sanbajon e dij Noaset - Chivasso (Torino)	pag. 71
Accademia dello Stoccafisso all'Anconitana - Ancona	pag. 72
Confraternita del Vino Riso e Gorgonzola - Novara	pag. 73
Confraternita Dogale della Marca - Mogliano Veneto (Treviso)	pag. 74
RICETTE DELLE CONFRATERNITE	
Cuturusciu caramellato	pag. 76
Cappon magro	pag. 77
RUBRICHE e COLLABORAZIONI	
Apicoltori in allarme	pag. 78
Ricette di Sardegna	pag. 79
Giuggiole	pag. 82
I colori nel piatto	pag. 85
Questione di tatto	pag. 88
Sapore di mare	pag. 91
Surgelati: salute e consigli	pag. 94



FICE: I NOSTRI EVENTI

Calendario Manifestazioni

AGOSTO

DOMENICA 25 **CONFRATERNITA DEL RISOTTO - DELEGAZIONE DI SALSOMAGGIORE**
SANNAZZARO DE' BURGONDI (PAVIA)
Convivio "Su e giù per Parma"

SETTEMBRE

DOMENICA 8 **SNODAR SOVRANO E NOBILISSIMO ORDINE DELL'AMARONE E DEL RECIOTO**
SANT'AMBROGIO DI VALPOLICELLA (VERONA)
Incontro con le Confraternite 2024

DOMENICA 8 **CONFRATERNITA DEI BIGOI A TORCIO**
BARBARANO (VICENZA)
Convivio 2024

DOMENICA 15 **CONFRATERNITA DELLA NOCCIOLA TONDA E GENTILE DI LANGA**
CORTEMILIA (CUNEO)
Convivio 2024

SABATO 21 **CONFRATERNITA DEL TORTEL DOLS**
COLORNO (PARMA)
Convivio 2024

DOMENICA 22 **CONFRATERNITA DEI GRASS**
PIACENZA
Convivio 2024

SABATO 28 **CONFRATERNITA DEL MASCHERPONE 1933**
PIEVE DI SOLIGO (TREVISO)
Convivio 2024

SAB - DOM 28-29 **ASSOCIAZIONE CULTURALE GLI ORTI DI CARIGNANO**
GENOVA
Giostra del gusto - V° edizione

DOMENICA 29 **ORDINE DEI CAVALIERI DELLA POLENTA**
BERGAMO
A tavola con amicizia

DOMENICA 29 **VENERABILE CONFRATERNITA DEL BACALA' ALLA VICENTINA**
SANDRIGO (VICENZA)
Convivio 2024

OTTOBRE

DOMENICA	6	CONFRATERNITA DLA TRIPA MONCALIERI (TORINO) <i>Convivio 2024</i>
GIO - DOM	10-13	41° RADUNO NAZIONALE FICE - Academio dai Cjarsons CARNIA (FRIULI)
DOMENICA	20	CONSIGLIO GRANDE DELLA CREDENZA VINICOLA DI CALUSO E DEL CANAVESE CALUSO (TORINO) <i>Festa dei Vignolant 2024</i>
DOMENICA	20	CONFRATERNITA DEL SANBAJON E DIJ NOASET CHIVASSO (TORINO) <i>Pranzo Antichi Sapori 2024</i>
DOMENICA	27	ACCADEMIA DELLA CASTAGNA BIANCA DI MONDOVI' MONDOVI' (CUNEO) <i>Convivio 2024</i>

NOVEMBRE

DOMENICA	3	CONFRATERNITA DEGLI AMICI DELLA BAGNA CAODA SALUZZO (CUNEO) <i>Primo Convivio</i>
VEN - DOM	8-10	CONFRATERNITA DELLA PIGNATA CARIATI (COSENZA) <i>Primo Convivio</i>
DOMENICA	17	CONFRATERNITA DEL VINO E DELLA PANISSA VERCELLI <i>Convivio 2024</i>
VEN - DOM	22-24	ENOHOBBY CLUB CONFRATERNITA PANORMITA PALERMO <i>XXXIII CAPITOLO</i>
DOMENICA	24	CONFRATERNITA DEL CAPOCOLLO DI MARTINA FRANCA MARTINA FRANCA (TARANTO) <i>18° Festa della grugnata</i>
DOMENICA	24	CONFRATERNITA DEL BOLLITO E DELLA PERA MADERNASSA GUARENE (CUNEO) <i>Convivio d'autunno 2024</i>

DICEMBRE

DOMENICA	1	HELICENSIS FABULA BORGO SAN DALMAZZO (CUNEO) <i>Convivio 2024</i>
----------	---	--

Editoriale Presidente F.I.C.E. Direttore Responsabile Nuova Enofice



Carissimi confratelli e amici,

siamo ormai a estate inoltrata e spero di trovarvi tutti bene e che possiate passare giornate serene in compagnia delle vostre famiglie e dei vostri amici più cari.

Colgo questa occasione per ringraziare gli amici dell'**Academio dai Cjarsons** che stanno ultimando i preparativi per accoglierci al meglio nella loro magnifica **Carnia** in occasione del **Raduno Nazionale FICE che si terrà dal 10 al 13 ottobre**.

Le adesioni sono state numerose e ne sono veramente felice perché sarà sicuramente un'occasione per rinnovare l'impegno della nostra Federazione alla scoperta di tutte le peculiarità di questo territorio ai più poco conosciuto.

Come potete vedere dal calendario pubblicato su questo numero tra poco ricominceranno le attività delle Confraternite con numerosi eventi a cui spero di incontrarvi sempre più numerosi.

Ma per ora pensiamo a riposarci e a ricaricare le energie..

Un saluto affettuoso

Marco Porzio



Speciale



Articolo a cura di Renato Pains
Presidente della Confraternita Enogastronomica
Bresciana della Grappa, Vini e Antichi Sapori



ANGUILLE

NON SOLO COMACCHIO

Il disquisir d'anguille col chiaro intento di tralasciar Comacchio, ai più può sembrar blasfemo. Nulla mi vieta di parlar del sito capitale di cotanto pesce, ma voglio allargar lo sguardo sull'intero territorio nazionale alla scoperta di ricette e sapori che vanno ben oltre le tradizioni delle Valli Comacchiesi.

L'anguilla, si sa, è e rimane anguilla con tutti i pregi ed i difetti congeniti all'esser suo. Solo i sapori e le locali essenze tipiche d'ogni angolo dell'italica penisola variano il gusto ed il piacer nel gustarla.

Mi siano consentiti alcuni esempi, come l'anguilla alla griglia il cui sapore non dovrebbe variar, se non di poco, da luogo a luogo, ma che invece cambia radicalmente nella terra lucana ove il pesce viene irrorato con la marinatura per mezzo di un mazzetto di origano. Ricordo le anguillette sarde che dopo venir lessate sono coperte di pecorino e rimesse al forno: squisita armonia di dolce col piccante. Trascurare non posso il pesce cotto coi funghi, coi piselli o ubriacato col vino rosso le cui ricette qui di seguito vengo a presentare.

RICETTE

ANGUILLA ALL'ALLORO

Molise

Ingredienti

Gr. 800 di anguilla pulita
2 spicchi d'aglio
Farina
Foglie di alloro
2 limoni
1 litro olio per friggere
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 4 / 6 cm. Fare imbiondire l'aglio nell'olio nel mentre avrete salato e infarinato i pezzi di anguilla. Una volta fritti disponeteli in una teglia unta di olio alternando con le foglie di alloro e fettine di limone. Pepare e mettere nel forno già preriscaldato a 180 ° per circa 10 / 15 minuti. Servire ben caldi.



ANGUILLA ALLA GRIGLIA

Basilicata

Ingredienti

Gr. 600 di anguilla pulita
2 spicchi d'aglio
Ciuffo di prezzemolo
1 bicchiere di vino bianco
1 mazzetto compatto di origano
Origano sbriciolato e sale q.b.
Mezzo bicchiere di olio extravergine d'oliva

ANGUILLA CON I FAGIOLI

Lombardia

Ingredienti (per 4 persone)

Gr.600 di anguilla pulita
Gr 200 di fagioli borlotti freschi e sgranati
1 bicchiere di vino bianco secco
1 spicchio di aglio
3 foglie di salvia
3 pomodori ben maturi senza pelle e semi
Mezzo bicchiere di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e della testa, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 8 / 10 cm. In una padella mettere a scaldare l'olio con le foglie di salvia e l'aglio tritato, indi rosolare i pezzi di anguilla girandoli spesso per avere una cottura costate.

Dopo 10 minuti, aggiungere il vino e lasciare sobbollire; quindi aggiungere i pomodori sminuzzati e i fagioli, regolare di sale e pepe mescolando di frequente. Cuocere con fuoco dolce.



Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 10/12 cm. Preparare una marinatura con aceto ed olio aromatizzati con aglio, prezzemolo tritato e origano sbriciolato, mettere l'anguilla e lasciarla per una mezz'ora circa. Trasferitela sulla griglia e bagnatela frequentemente con la marinatura per mezzo del mazzetto di origano che intingerete a mo' d'aspersorio. Salatela e servitela ben calda.

ANGUILLA CON PISELLI

Lombardia

Ingredienti

1 kg di anguilla pulita
1 kg di piselli
1 cipolla media
cl 100 di olio extravergine d'oliva
cl 100 di vino bianco secco
1 pomodoro maturo senza pelle e semi
1 mazzetto di prezzemolo
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 4 cm. In una padella scaldare l'olio e fare rosolare la cipolla tritata, l'aglio schiacciato e poi aggiungere l'anguilla: rosolatela bene e bagnatela con il vino bianco fino ad evaporazione. Versare il pomodoro setacciato sul pesce, unire i piselli, regolare di sale e pepe. Coprire la padella e fare cuocere a fuoco lento. Nel caso si asciughi troppo aggiungere un mestolo di acqua calda. Prima di servire cospargere con prezzemolo tritato.



ANGUILLETTE AL FORMAGGIO

Sardegna

Ingredienti

Mezzo kg di anguillette piccole
1 etto di formaggio pecorino semistagionato
Acqua
Sale q.b.

Preparazione

Si intendono piccole quando le anguillette sono della dimensione di un grissino o di una penna Bic. Pulire il pesce dalle interiora e togliere la testa, farlo lessare in poca acqua salata. Appena cotte estrarle dal liquido di cottura e lasciarle scolare un poco. Quindi si dispongono in un piatto resistente al fuoco e si ricoprono con abbondante pecorino grattugiato. Mettere in un forno preriscaldato a 200 gradi per alcuni minuti. Servire ben calde.

ANGUILLA IN UMIDO

Friuli

Ingredienti

Kg 2 scarsi di anguilla pulita
1 cipolla
1 costa di sedano
3 cucchiaini di prezzemolo
5 foglie di salvia
2 foglie di alloro
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
Dl 1,5 di vino bianco secco
Gr. 30 di uvetta sultanina
3 cucchiaini di pinoli
Mezzo bicchiere di sugo di pomodoro
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 6/8 cm. Ammollare l'uvetta in acqua tiepida. Tritare la cipolla, il sedano e il prezzemolo. In un tegame di terracotta fare un soffritto con l'olio e le verdure precedentemente tritate aggiungendo l'alloro e la salvia. Appena preso colore aggiungere l'anguilla, il vino bianco e lasciare evaporare. Aggiungere due mestoli di acqua, l'uvetta, precedentemente ammollata in acqua tiepida, i pinoli e il sugo di pomodoro. Regolare di sale e pepe, coprire e cuocere a fuoco lento per 40 minuti circa.

ANGUILLE CON LE CIPOLLE

Toscana

Ingredienti

1 kg di anguille di media grandezza
1 kg abbondante di cipolle
Mezzo bicchiere di olio extravergine d'oliva
1 bicchiere di brodo
Mezzo bicchiere di vino bianco secco
Mezzo bicchiere di salsa di pomodoro
Farina bianca
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare le anguille della testa e delle interiora, lavarle, asciugarle e tagliarle a pezzi di 6 cm. Preparare un soffritto con l'olio extravergine d'oliva e le cipolle tagliate a rondelle. Quando queste cominciano a rosolare aggiungere il sale, il pepe e i tranci infarinati delle anguille. Nel momento che il pesce inizia a cambiare colore unire il brodo ed il vino bianco. Quasi alla fine cottura unire la salsa di pomodoro onde colorare il tutto. Servire ben calde.



ANGUILLA CON I FUNGHI

Lombardia

Ingredienti

Kg 1 di anguilla
4 filetti di acciughe salate
2 etti di funghi porcini
1 spicchio di aglio e 1 cipolla
1 bicchiere di vino bianco secco
Mezzo bicchiere di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 5/6 cm. Disalate i filetti di acciughe in acqua corrente, asciugateli e pestateli nel mortaio. Tritate l'aglio e la cipolla. Pulire i funghi e tagliarli a fettine. In un tegame fare soffriggere con l'olio il trito di aglio e cipolla, appena rosolato unire le acciughe e mescolare bene. Aggiungere i pezzi di anguilla e proseguire la cottura per 10 minuti a fuoco medio. Aggiungere i funghi, regolare di sale e pepe, versare il vino bianco, mettere il coperchio sulla pentola e proseguire la cottura sino a quando il vino sarà quasi asciugato. Servire ben calda.



ANGUILLA MARINATA

Marche

Ingredienti

Una anguilla medio grossa
1 litro di aceto di vino bianco,
o in alternativa 1 litro di aceto di mele
Il succo di 4 limoni
4 scicchi di aglio
4 foglie di alloro
6 foglie di salvia
Due rametti di rosmarino
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della testa e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 6 cm circa.

In una pentola portare a bollore l'aceto con il succo di limone, l'aglio, la salvia ed il rosmarino, sale e pepe.

In un'altra pentola rosolare i pezzi di anguilla con le foglie di alloro. Una volta cotti metterli in un vaso di vetro versando sopra marinatura fino a coprirli. Incoperchiare e lasciare riposare per alcuni giorni, ricordando di agitare il vaso alcune volte al giorno.

ANGUILLA ALLA VALLIGIANA

Friuli

Ingredienti

Kg 1,5 di anguilla pulita
3 cipolla
2 carote
1 costa di sedano
1 ciuffetto di prezzemolo
1 bottiglia di vino rosso friulano
3 cucchiari di aceto
Mezzo bicchiere di conserva di pomodoro
Sale e pepe nero q.b.

ANGUILLA ALLA CACCIATORA

Emilia

Ingredienti

1,5 kg di anguilla
3 cucchiari di aceto di vino bianco
3 spicchi di aglio
3 foglie di salvia
Scorza grattugiata di un limone
1 rametto di rosmarino
1 bicchiere di vino bianco secco
Gr 700 di passata di pomodoro
Farina bianca
Olio extravergine d'oliva
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla, tagliarla a pezzi di 2 / 3 cm e infarinarla. Dorarla in una padella con un poco di olio, eliminare il grasso in eccesso, bagnare con l'aceto e fare rosolare nello stesso tegame gli spicchi di aglio tritati, la salvia e il rosmarino. Unire la passata di pomodoro e il vino indi proseguire la cottura a fuoco lento e col coperchio per circa 45 minuti. Prima di servire regolare di sale e pepe. Si consiglia l'abbinamento con la polenta gialla sia fresca che abbrustolita.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 10 cm. Tritare le cipolle, le carote e la gamba di sedano. Mettere sul fuoco una casseruola, versare il vino rosso con la medesima quantità di acqua e le verdure, salare e portare ad ebollizione. Aggiungere i pezzi di anguilla, incoperchiate e fate cuocere con fuoco dolce per 20 minuti. Aggiungere la conserva e l'aceto, ricoprire il tegame e terminare la cottura per altri 15 minuti. Servire caldissima ricoperta col sugo di cottura.



ANGUILLA ALL'ALLORO E CIPOLLA

Umbria

Ingredienti

1 kg di anguilla pulita
1 cipolla
Foglie di alloro
1 limone
1 mazzetto di prezzemolo
4 cucchiari di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della testa e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 4 cm circa. Infilzarli in 4 spiedini lunghi, alternandoli con foglie di alloro e fette di cipolla. Mettere gli spiedini su una griglia posta su braci vive ma con calore dolce e senza la presenza della fiamma. Farli cuocere a lungo rigirandoli spesso e spennellarli con una emulsione di olio e limone. A fine cottura regolare gli spiedini con sale e pepe, servire cosparsi di prezzemolo e con una fettina di limone.





ANGUILLA IN AGRODOLCE

Marche

Ingredienti

1 kg di anguilla
2 cipolle
1 bicchiere di aceto di vino
Gr 10 di zucchero
1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
Gr 40 di uva passa
Gr 30 pinoli
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della testa e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 5 cm circa. Tritare la cipolla, sciogliere il concentrato di pomodoro in un bicchiere di acqua, ammorbidire e strizzare l'uva passa, sciogliere lo zucchero nell'aceto. In una teglia soffriggere la cipolla con poco olio, aggiungere l'aceto e il concentrato di pomodoro, lasciando sfumare in parte. Calare l'uva sultanina e i pinoli, unire i pezzi di anguilla e regolare di sale e pepe. Fare sobbollire a fiamma dolce. Passare la teglia in forno caldo a 180 ° per terminare la cottura. Servire molto calda.

ANGUILLA AI PEPERONI

Romagna

Ingredienti

1 kg di anguilla
500 gr di pomodori maturi
2 peperoni
1 bicchiere di vino bianco secco
2 spicchi di aglio
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla, tagliarla a pezzi piuttosto grossi. Farli rosolare nell'olio con l'aglio girandoli spesso affinché arrostita bene da tutti i lati. Aggiustare di sale e pepe e bagnare col vino bianco. Passati dieci minuti aggiungere i pomodori grossolanamente tagliati e alzare la fiamma per fare evaporare l'acqua di vegetazione. Aggiungere i peperoni tagliati a striscioline e cuocere per 20 minuti. Si consiglia di controllare la cottura pungendo l'anguilla con una forchetta.

ANGUILLA ALL'ORBETELLESE

Toscana

Ingredienti

Kg 2 di anguille belle grosse
2 spicchi di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
Mezzo bicchiere di olio extravergine d'oliva
5 pomodori freschi
2 rametti di basilico
Mezzo bicchiere di vino rosso
Sale, pepe nero e peperoncino q.b.

Preparazione

Preparare una salsa con i pomodori freschi e le foglie di basilico. Privare le anguille della testa, delle interiora e della pelle, lavarle, asciugarle e tagliarle a pezzi di 5 cm circa. Insaporirle con



un pizzico di pepe o polvere di peperoncino e sale. Preparare un abbondante battuto di aglio, prezzemolo, poco peperoncino e pepe nero; mettere il tutto in una casseruola con mezzo bicchiere di olio. Appena le erbe cominciano a soffriggere unire i pezzi di anguilla che appena iniziano a prendere colore verranno abbondantemente coperti con la salsa di pomodoro. Quando questa si sarà ritirata si aggiunge il mezzo bicchiere di vino rosso che evaporerà completamente prima di servire il piatto.

RITAGLI CON POLENTA o POLENTA DEI POVERI

Ingredienti

Avanzi di anguilla
Avanzi di polenta abbrustolita
Tanta fame

Preparazione

Dopo un lauto pranzo, dei ricchi, a volte rimanevano in fondo al piatto di portata o attaccati alle griglie alcuni pezzi di anguilla o frammenti di essi. Per la servitù recuperarli, ritagliarli e mescolarli con dadini di polenta abbrustolita, anch'essa rimanenza del pasto, era un tutt'uno. Prima di riscaldarli non necessitava condirli vista la grassezza dell'anguilla. Nel caso la quantità del pesce fosse molto scarsa, per insaporire il tutto, si oviava con alcuni pezzettini di aringa affumicata.



BOCCONCINI D'ANGUILLA FRITTI **Sicilia**

Ingredienti

Gr. 5 di anguilla pulita
2 spicchi d'aglio
Farina
2 limoni
1 litro olio per friggere
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della pelle e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di circa 3/5 cm. Fare imbiondire l'aglio nell'olio nel mentre avrete infarinato i pezzi di anguilla. Una volta fritti disponeteli prima su un foglio di carta assorbente per privarli dell'olio in eccesso, e quindi su una base di foglie di insalata. Servire subito.



E per finire, onde non inimicarmi il luogo ove da cinquant'anni porto d'estate a riposar le stanche membra sento il dovere di ricordare anche alcune ricette tipiche di Comacchio.

BRODETTO A BECCO D'ASINO

Ingredienti

3 anguilla per un peso totale di 0,6 kg
2 belle cipolle
Mezzo litro di aceto
2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
Mezzo bicchiere scarso di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare l'anguilla della testa e delle interiora, lavarla, asciugarla e tagliarla a pezzi di 5 cm circa.

Fare soffriggere in una teglia antiaderente le cipolle che avremo tagliato a fette di circa mezzo centimetro e messe sul fondo della stessa sino a coprirlo completamente. Aggiungere i pezzi di anguilla e coprirli con l'aceto e un poco di acqua accompagnata con sale, pepe e il concentrato di pomodoro. Fare bollire e portare a cottura. Per verificare la stessa accertarsene con una forchetta infilzandola nel pesce. Servire ben caldo accompagnato con polenta gialla.

BRODETTO CON LE VERZA

Ingredienti

2 anguille per un peso totale di 0,8 kg
1,5 kg di verza
Mezzo litro di aceto
2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
Mezzo bicchiere scarso di olio extravergine d'oliva
Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

Privare le anguille della testa e delle interiora, lavarle, asciugarle e tagliarle in 4 o 5 pezzi. Prendere la verza, togliere il torsolo e lavarla con cura. In una teglia antiaderente, aggiungendo un bicchiere di acqua, farla cuocere parzialmente sino a quando assume un colore tendente al marrone. A questo punto in un'altra teglia, sempre antiaderente, mettere la metà delle verze e sovrapporre il pesce, pepe in abbondanza e sale. Ricoprire poi il tutto con le verze rimanenti e i due cucchiaini di concentrato di pomodoro. Incoperchiare e fare cuocere a fuoco lento aggiungendo, se necessario, un poco di acqua ricavata dalla cottura della verza. Per verificare che l'anguilla sia cotta accertarsene con una forchetta infilzandola nel pesce. Servire il tutto ben caldo e accompagnato con polenta gialla.



Con questo numero si conclude il nostro cammino di avvicinamento al Convivio F.I.C.E. 2024 e al territorio della Carnia, iniziato nel numero 2023.05 della nostra Rivista, grazie agli estratti della pubblicazione "Il Cibario" (edito da ERSA) che presenta al meglio i tantissimi prodotti di cui può vantarsi il Friuli Venezia Giulia. **Vi aspettiamo in Carnia!!**

Il Cibario del Friuli Venezia Giulia

ATLANTE DEI PRODOTTI
DELLA TRADIZIONE

IN QUESTO NUMERO

VEGETALI DELLA TRADIZIONE



OLIO E ACETO



**CONSERVE E PREPARAZIONI
VEGETALI**



DOLCI E PIATTI DELLE FESTE



IL FRUTTETO



I MIELI



VEGETALI DELLA TRADIZIONE

Per i prodotti vegetali compresi nell'elenco regionale, la tradizionalità risiede non solo nel ruolo che essi hanno ricoperto nelle abitudini alimentari di molte zone, ma anche nei metodi di coltivazione che hanno permesso di ottenere, ancora oggi, prodotti di pregio richiesti per la particolare provenienza.

Questo è il caso dell'Aglio di Resia, dell'Asparago bianco, dei Fagioli della Carnia, delle patate prodotte in diverse località della regione.

Per quanto riguarda i fagioli e le patate troviamo sia cultivar frutto di accurate selezioni o di introduzione relativamente recente nel territorio regionale, sia cultivar autoctone, a volte a rischio di estinzione, ma sempre con caratteri gastronomici ancora oggi riconoscibili ed apprezzati.



In questo quadro, frutto di selezioni naturali e autoctone condotte per molti decenni, rientrano i Fagioli borlotti di Carnia (o Fasûi borlotti) di forma ovale o tondeggiante, screziati o striati di rosso o viola sull'intera superficie. Sono tra i vegetali più rappresentativi dell'agricoltura carnica con una produzione che ha raggiunto il punto più alto di produttività negli anni 1910-1920, ma che oggi, purtroppo, risente dello spopolamento della montagna poiché anche la produzione del seme avviene in loco, gestita direttamente dalle aziende in attività. Inoltre nell'elenco regionale sono riportate e descritte altre sei cultivar di fagioli autoctone, alcune delle quali, malauguratamente, a rischio di estinzione.



Si tratta del Fagiolo cesarins, così detto per una certa analogia con il pisello (in friulano cesarons), trovato in Val Pesarina, nell'Alta Val Tagliamento e nella conca di Illegio; del Fagiolo dal Santisim (o fagiolo da l'aquile), che prende il nome dalla macchia che circonda l'ilo e può ricordare un ostensorio o un'aquila ed è coltivato nei comuni di Arta Terme, Tolmezzo, Cavazzo Carnico; del Fagiolo militons, la cui varietà tradizionale, di tipo rampicante, è stata reperita nel comune di Forni di Sopra, ove è stata coltivata, selezionata e riprodotta per molti decenni.

E ancora il Fagiolo dal voglùt (ovvero fagiolo dall'occhietto, per l'ilo scuro), coltivato nelle valli interne della Carnia; del Fagiolo laurons, varietà reperita in Val Pesarina nel comune di Prato Carnico e del Fagiolo borlotto di Pesariis, prodotto in particolare nella frazione di Pesariis (da cui il nome), nel comune di Prato Carnico nell'alta Val Pesarina, ove fu individuato nel 2001, anche se è coltivato dalla fine della seconda guerra mondiale anche in altri comuni della valle. Spostandoci dalla Carnia verso l'alta Val Torre, nel comune di Lusevera si coltiva il Fagiolo rampicante Fiorina, le cui caratteristiche culinarie particolarmente pregevoli la fanno preferire alla maggior parte delle varietà attualmente in commercio.

Tutte le sette varietà di fagiolo qui descritte sono conservate presso la banca del germoplasma vegetale operante presso l'Azienda Agraria A. Servadei dell'Università di Udine.

I Fagioli Antichi di San Quirino sono una varietà di fagiolo coltivata con metodi tradizionali nell'area pianiziale di San Quirino, in Provincia di Pordenone. La raccolta viene effettuata a mano e, dopo aver estirpato le piante dal terreno, i baccelli vengono tolti e lasciati essiccare all'aria aperta. A piena essiccazione, i baccelli vengono battuti con un bastone per far uscire i fagioli.



Le Fave di Sauris/Poan sono una varietà tradizionale di fava (Vicia faba) coltivata nell'intero territorio comunale di Sauris, Comune alpino del Friuli Venezia Giulia. Questa varietà evoca certamente un'atmosfera di tempi antichi, in quanto è storicamente comprovato che le fave erano l'unica leguminosa coltivata a Sauris. Dagli anni '60 del secolo scorso la

produzione è calata drasticamente, ma la semenza è stata mantenuta in piccole produzioni familiari. Gli agricoltori hanno sviluppato nel tempo attrezzature specifiche per la semina e la coltivazione delle fave, come ad esempio un rastrello a otto punte per la realizzazione delle poste di semina a distanze fisse o un impianto particolare, composto da due pali e da una doppia rete esterna, realizzato in modo da fornire un adeguato sostegno alle piante, che crescono centralmente tra le due reti. Ogni famiglia che coltivava le fave aveva a disposizione uno spazio per l'essiccazione e la conservazione della specie.

Zone di produzione delle patate nella provincia di Udine sono in particolare le località di Ribis, nel comune di Reana del Roiale, e di Godia, nel comune di Udine, dalle quali prendono il nome le Patate di Ribis e le Patate di Godia inserite nell'elenco regionale.

Si tratta di grossi tuberi, con buccia bianco gialla e pasta bianca, coltivate nelle località suddette da almeno tre generazioni di agricoltori.

In origine si trattava della patata denominata Bianca Carnica o Slava, poi soppiantata negli anni sessanta dalla varietà Kennebec, sempre a pasta bianca. Sono patate di apprezzata qualità organolettica, adatte per molte preparazioni di cucina.



In alcune località del Friuli sono poi prodotte le pregiate *Patatis cojonariis* (*Patatis di vidiel*, *Cartufulis cojonariis*, *Patate colonarie*, *Patate topo*).

I tuberi di queste patate sono di piccole dimensioni, con buccia sottile, in genere di color giallo paglierino, e polpa a pasta gialla; vengono solitamente coltivate in piccoli o piccolissimi appezzamenti a conduzione familiare.

Sono patate molto apprezzate in cucina per l'elevata tenuta alla cottura e per il gusto caratteristico. I tuberi più grandi si prestano per la cottura in pentola assieme agli intingoli, agli spezzatini di manzo o per la cottura al forno degli arrostiti. I tuberi più piccoli possono essere utilizzati interi, fritti nell'olio o prima lessati e poi messi in forno per la doratura.



A questi prodotti si possono aggiungere il Ràti (*Ramolaccio nero*) e il Lidric cul poc (*Radicchio di campo*).

Con il nome di Ràti si intende la radice grossa e tonda di *Raphanus sativus niger* che si mangia, grattugiata e condita in insalata, assieme all'aringa nel tradizionale piatto delle Ceneri "renghe e rati".

Invece, il Lidric cul poc è il radicchio di campo della piana friulana composto da 5-10 foglie di colore verde chiaro

o con base biancastra; sono noti i tipi *Cicoria Bionda di Trieste* e *Grumolo biondo*.

Un prodotto tipico della Carnia è la Rapa di Verzegnis, l'origine della cui coltivazione si perde nella notte dei tempi. A testimonianza della sua importanza per il luogo di produzione, il soprannome degli abitanti di Verzegnis è appunto *gnaus, rape*.

La radice, che si sviluppa per la maggior parte fuori dal terreno, si presenta leggermente schiacciata e di un colore rosso violaceo, bianca solo nel quarto inferiore. La radice si consuma in vari modi a partire da fine agosto - inizio settembre, in minestre, in padella o nella preparazione della brovada. In quest'ultimo caso la vinaccia è spesso sostituita da mele o pere macerate, più facilmente reperibili in loco; ne risulta un prodotto con note aromatiche tipiche e particolarmente gradevoli che si possono gustare localmente tra ottobre e aprile. Le foglie più tenere si possono consumare cotte in padella.

Il Cavolo broccolo friulano è un prodotto invernale e se ne consiglia l'utilizzo a partire dal tardo autunno, dopo che le prime gelate hanno contribuito a rendere più teneri i tessuti. La raccolta è effettuata manualmente, con l'ausilio di semplici utensili, prelevando dalla pianta le foglie più tenere e il germoglio apicale. Dotato di marcate proprietà medicamentose e rinfrescanti per l'apparato digerente, è coltivato sin dall'Ottocento.

Il Cavolo cappuccio di Collina di Forni Avoltri, localmente denominato *Cjapûts* o *Chiaput*, il cui seme, tramandato da generazioni, è ancora quello originale, viene tuttora coltivato in questa ridente zona alpina. L'ortaggio, dal sapore leggermente piccante con consistenza croccante, viene commercializzato fra ottobre e aprile e si consuma prevalentemente fresco in insalata, ma viene anche impiegato nella preparazione dei "Crauti".



Lo Zucchini giallo di Sacile, tipico di questa località, ha avuto origine da una selezione americana, denominata "Golden Kennedy" in onore allo storico Presidente statunitense. Alla fine degli anni '60 del secolo scorso la varietà è stata poi ulteriormente selezionata in loco dagli agricoltori della zona per uso familiare, ma anche per il commercio. La selezione ottenuta negli anni dagli agricoltori locali si differenzia dal frutto originale per un lungo collo e per un piccolo rigonfiamento ovale alla fine del frutto. Il frutto, che si consuma immaturo ad una lunghezza massima di 20 cm, presenta caratteristiche uniche: dolcissimo, digeribile e diuretico, antinfiammatorio, ricco di potassio, fosforo e vitamine A e C. L'autoriproduzione annuale delle sementi avviene nella zona di coltivazione da più di 25 anni.

Un discorso più ampio merita invece il Mais da polenta la cui scheda evidenzia alcune particolari zone di produzione caratterizzate per tradizionali regole di coltivazione, raccolta e trattamento del prodotto.

Ad esempio per il Mais della Carnia viene evidenziato che, dopo la raccolta, le pannocchie sono disposte in trecce e lasciate all'aperto in modo che le cariossidi, essiccate all'aria, mantengano integre le caratteristiche della granella.

A sua volta, il Mais di Resia, coltivato anche in piccoli appezzamenti di montagna, è oggetto di particolari accorgimenti nelle pratiche di coltivazione quali, ad esempio, la cimatura dell'infiorescenza maschile per favorire la maturazione e nell'essiccamento delle pannocchie condotto con metodologie e condizioni analoghe a quelle ricordate per il mais della Carnia.

Infine, dal mais proveniente da coltivazioni ubicate nel comune di Mortegliano si ottiene, applicando un particolare disciplinare di produzione, la Blave di Mortean, un prodotto qualitativamente pregiato.

L'importanza del mais nell'alimentazione delle popolazioni friulane è bene evidenziato in molte fonti, tra le quali l'importante "Inchiesta Jacini" (1882) in cui si ricorda che "il contadino (friulano) insacca la polenta nel suo stomaco e raramente alterna o mescola questo cibo con altri.

Tanto ci è ormai avvezzo che, nei primi tempi del servizio militare, benché meglio nutrito senza paragone, patisce la fame".

Oggi, in una dieta fortunatamente più ricca, la farina integrale di mais è utilizzata in molte tradizionali preparazioni gastronomiche quali buiadnik, osojaniza, sterr ecc..

Il Buiadnik è anche compreso nell'elenco regionale dei prodotti tradizionali.

Il Mais Bianco Perla Friulano è un'antica varietà coltivata da diversi decenni, soprattutto nell'Italia nord-orientale, ovvero in Veneto e in Friuli che, nonostante l'avvento dei mais ibridi, più produttivi, è rimasta in coltivazione per le particolari caratteristiche della granella e per la peculiare qualità della farina. Tra la diversa documentazione storica esistente su questa varietà di mais, si richiamano gli atti del 1° Congresso Nazionale dei Mais Ibridi, tenutosi nel 1954 a Vicenza, nei quali si riporta che, nel 1950, la coltivazione del Mais Bianco Perla nel Veneto e nel Friuli Venezia Giulia era estesa su circa 58.200 ha ed era la principale varietà di mais coltivata. Attualmente la farina ottenuta da questa varietà tradizionale di mais viene per lo più utilizzata come farina da polenta, con la quale si prepara un'ottima polenta bianca che ben si accompagna a piatti di varia fattura, generalmente di pesce o carne bianca.



CONSERVE E PREPARAZIONI VEGETALI

Da quando la Brovada, prodotto a base di rape fermentate, ha ottenuto nel 2011 il riconoscimento DOP, tra le preparazioni vegetali della tradizione che vengono sottoposte a un'analogia fermentazione lattica troviamo i Craut garp (Crauti, Crauti di Carnia). Si ottengono ponendo in tini di legno le foglie dei cavoli cappucci a strati alterni con sale così che, estraendo per osmosi assieme all'acqua delle foglie i nutrienti dei batteri ivi ospitati, si creano le condizioni affinché si attivi il processo fermentativo responsabile del particolare gusto ed aroma di questo prodotto.

Craut garp è una preparazione alimentare tipica dell'autoconsumo invernale delle famiglie di montagna e, ancor oggi, almeno quelle più tradizionali, non vanno oltre alla produzione artigianale.



Questa origine familiare la troviamo anche nella preparazione dei Savors, miscela di ortaggi freschi tritati, con aggiunta di sale; questo prodotto ha rappresentato e rappresenta un modo genuino e particolare per insaporire molte pietanze della povera, ma ricca di aromi, cucina carnica.

Un'altra tipologia di prodotti riguarda gli asparagi che crescevano spontaneamente nei greti dei torrenti quali il Cesia, il Cellina ed il Meduna e che, successivamente, sono stati coltivati negli orti domestici. Gli asparagi, nel tempo, sono diventati un prodotto interessante per l'agricoltura regionale.

Lo sviluppo della coltivazione ha sollecitato la messa a punto di metodi e sistemi di conservazione per prolungarne l'utilizzazione nel tempo, data la stagionalità dell'alimento.

Esempi interessanti di prodotti a base di asparago verde sono l'Asparago verde in agrodolce e la Vellutata di asparago verde, la cui preparazione, affinata nel tempo, avviene da un periodo sufficientemente lungo, superiore ai 25 anni, tale da consentirne l'inserimento nell'elenco regionale dei prodotti agroalimentari tradizionali.

L'Asparago verde in agrodolce (Sparc sot asêt) può essere usato come ottimo contorno di molte portate oltre che costituire un antipasto o uno stuzzichino da abbinare ad un aperitivo.

Si prepara ponendo in vasi di vetro le punte di asparago pulite e lavate che vengono coperte con una soluzione a base di acqua, aceto di vino, zucchero e sale.

L'igienicità del prodotto è garantita da un trattamento

termico cui sono sottoposte le confezioni sigillate, ma che è contenuto in limiti tali da non alterare la tipica fragranza dell'asparago.

La Vellutata di asparago verde (Creme di sparcs) è una crema ottenuta passando per le maglie di un setaccio gli asparagi cotti, addizionati di spezie e di erbe aromatiche. La purea viene conservata sotto un sottile strato di erbe aromatiche. La purea viene conservata sotto un sottile strato di olio in vasetti di vetro che, appena confezionati, vengono sottoposti di olio in vasetti di vetro che, appena confezionati, vengono sottoposti a trattamento di sterilizzazione.



Radic di Mont

Tesoro del Bosco

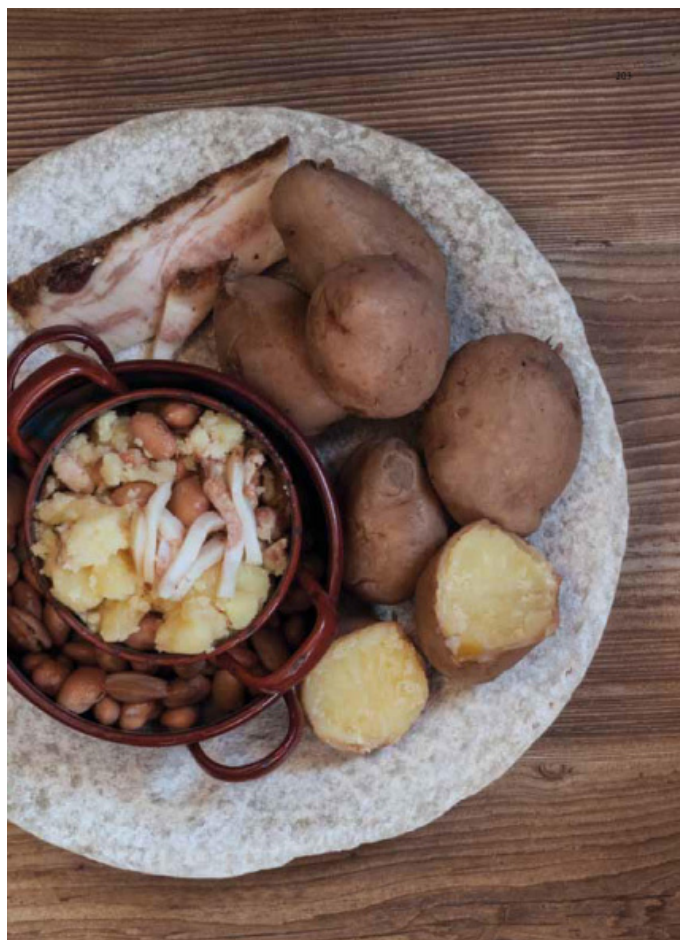
Un tempo il suo nome scientifico era *Mulgedium alpinum*, ora i botanici preferiscono chiamarlo *Cicerbita alpina* ed è pianta che predilige i boschi, anziché i prati, crescendo su terreni acidificati, fra abeti e ontani, nelle vallicole e lungo i rivi a un'altitudine che varia dai 1000 ai 1800 metri.

I turioni, oltre che in salamoia, sono utilizzati nelle frittate.

Ultimo esempio di conserva vegetale, tipica della Carnia, è il rarissimo Radic di mont (Lidric di mont). Si tratta di una pianta di colore verde bruno (*Cicerbita alpina*), che vive in alta montagna e della quale si utilizzano i germogli, dal gusto leggermente amarognolo, cotti e invasati a caldo. La *Cicerbita alpina* è una pianta "protetta" la cui raccolta è permessa solo per quantità limitate; per questo il prodotto è molto raro e viene riservato, dalle popolazioni locali, come prelibatezza da consumarsi con gli "amici".

Lo Stak è una purea di patate e fagioli di colore marrone chiaro con spiccato aroma di lardo rosolato, sapore morbido con punte di sapidità.

La consistenza è omogenea e cremosa, adatta a tutti i palati. Lo Stak po zavasrško, di colore verde chiaro, è una variante di purea di patate con fagiolini, lardo, burro fresco e aglio.



La Jota è una minestra di fagioli, crauti e patate di prevalente utilizzo invernale, al giorno d'oggi tipica soprattutto della cucina triestina, della quale costituisce un vero e proprio emblema, ma presente anche nella tradizione culinaria carsolina, goriziana e giuliana in generale, talora con delle varianti locali. Pure nella cucina friulana e carnica in particolare esistono delle varietà di minestra invernale a base di fagioli, patate e prodotti vegetali acidificati storicamente denominate Jota, ma sono preparazioni alquanto diverse, nelle quali i crauti sono spesso sostituiti dalle rape acide.



IL FRUTTETO REGIONALE



Negli "Spunti storici sulla frutticoltura in Carnia", a proposito delle origini della pericoltura e della melicoltura in questa zona, Muner (1971) afferma che "in Carnia la frutticoltura è praticata da tempo immemorabile come confermato dal fatto che già in epoca romana piante da frutto erano diffuse nelle zone montane e collinari", ricordando poi che nel 1592

Francesco Janis, ambasciatore della Serenissima Repubblica di Venezia, aveva importato in Carnia una pregiata varietà di pere.

In quell'epoca, le produzioni frutticole, comunque, non erano circoscritte alla Carnia, ma interessavano già anche il Canal del Ferro e la Val Canale, il Goriziano, le valli del Torre e del Natisone, nonché la zona montana e collinare in destra Tagliamento.

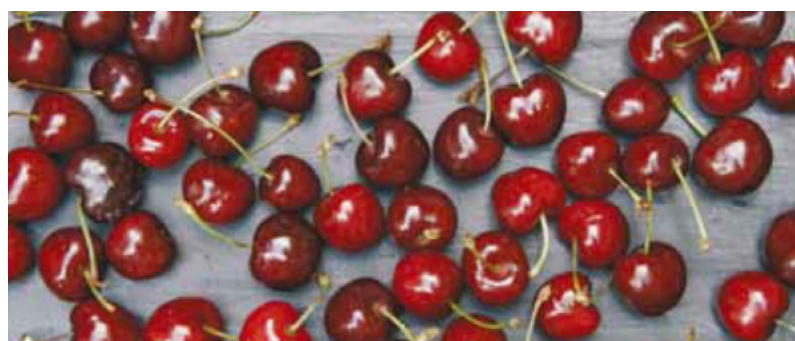
Di conseguenza, alcune cultivar di piante da frutto, ancora oggi significative nell'agricoltura regionale, non potevano mancare nell'elenco dei prodotti agroalimentari tradizionali, come pure alcune preparazioni di tradizione familiare, ottenute dalla frutta coltivata e da quella spontanea della regione.

Una varietà di pero tradizionalmente presente in Carnia, ma che si ritrova anche, spesso con altre denominazioni locali, nel Canale del Ferro, in Val Resia, Val Raccolana, Valcanale e, in modo più sporadico, nelle zone montane dell'Alto Pordenonese, è sicuramente la varietà Pêr Martin, documentata in forma scritta fin dall' '800, ma sicuramente presente da tempi molto più antichi. Nelle diverse aree della Carnia, i frutti di Pêr Martin sono ancora ben conosciuti, legati soprattutto alla produzione di sidro e di distillati, assieme ai frutti di altre varietà di pere tradizionalmente usate per questo scopo. Nel Canal del ferro la varietà è nota come Pêr/Peruç di San Michêl e Clôce, mentre in Valcanale viene chiamata con il termine "tedesco" Loze o Lotze.

Una varietà di mele da ritenersi autoctona è la Mela Zeuka (o Seuka), che deriva il suo nome da Seuzza, frazione del comune di San Leonardo, posto nel cuore delle valli del Natisone. Agli inizi del XX secolo, la Mela Zeuka rappresentava una percentuale importante della produzione melicola regionale, raggiungendo nel 1909 la produzione annua di 2.000 tonnellate.

Pur essendo ancora oggi la più diffusa varietà autoctona, la sua produzione complessiva è molto diminuita, in parte a causa della diffusione di cultivar più produttive e, in parte, per la stessa tecnica colturale di questa varietà di mele rimasta immutata nel tempo: piante sparse, allevate in forme libere e senza ricorso ad antiparassitari. Una delle caratteristiche della Mela Zeuka sono le apprezzabili peculiarità gustative dei frutti che si prestano alla cottura per interessanti impieghi gastronomici, come l'accompagnamento delle carni arrostiti.

Altro frutto che, da tempo, gode di vasta e riconosciuta fama è la Ciliegia duracina di Tarcento (Duracina di Tarcento, Tarcentina, Tarc̃inka, Tarc̃entka, Tarcentuka) di cui, già nel 1886, De Polo A., incaricato dei servizi dei mercati, ne testimonia la sufficiente produzione per l'esportazione in Austria, Russia, Baviera e Sassonia. Da allora la tecnica colturale è immutata e si basa su piante sparse, alle volte in forme libere o a vaso, con scarso ricorso agli antiparassitari. La quantità prodotta attualmente è in diminuzione a causa del declino di cui ha sofferto in genere la coltivazione del ciliegio.



Invece, di particolare interesse tra la frutta tradizionale è il fico Figo moro (Fico moro o Longhet), la cui coltivazione è diffusa nel comune di Caneva (PN) da tempi remoti, resa possibile dal particolare microclima dell'area pedemontana, collocata a ridosso delle Prealpi e comprendente una stretta striscia della pianura friulano-veneta.

L'area del Figo moro è caratterizzata da terreni ricchi di sali, quali calcio, potassio e magnesio, e da declivi accentuati che favoriscono il flusso e lo scolo dell'acqua. La maturazione avviene in due momenti: per i fichi nati in giugno (fioroni) più grandi, belli da vedere ma meno saporiti, si arriva alla raccolta verso la prima metà di luglio, mentre da metà agosto a metà-fine settembre inizia la seconda raccolta, molto più abbondante, con prodotti più piccoli, più scuri di buccia e molto più gustosi.



La Castagna di Mezzomonte prende il nome da Mezzomonte, frazione del Comune di Polcenigo abbarbicata sui primi versanti prealpini che sovrastano la fascia pedemontana Pordenonese, dove era ed è tuttora una produzione fortemente legata al territorio. Sono ancora vive nella memoria degli anziani di Mezzomonte e dintorni le persone, soprattutto donne, che fin dopo la seconda guerra mondiale scendevano al piano con le castagne e i marroni che venivano venduti o barattati con fagioli, farina di mais o di frumento. La Castagna di Mezzomonte ha frutti di pezzatura medio-grossa, di pregevoli caratteristiche organolettiche

Il frutteto regionale comprende, inoltre, la Castagna canalutta, la Castagna obiacco e la Castagna marrone di Vito d'Asio.

La Castagna canalutta è diffusa nella fascia prealpina orientale della provincia di Udine e nelle Valli del Natisone, tra i 200 e i 700 metri sopra il livello del mare, nei comuni di: Torreauno, Pulfero, Savogna, San Leonardo e San Pietro al Natisone, mentre la Castagna obiacco, anch'essa presente nelle Valli del Natisone, tra i 300 e i 500 metri sopra il livello del mare, è concentrata prevalentemente nei comuni di: Pulfero, Savogna, San Leonardo e San Pietro al Natisone.

La Castagna marrone di Vito d'Asio è diffusa nella fascia prealpina della provincia di Pordenone, tra i 300 e i 400 metri sopra il livello del mare, nei comuni di Vito d'Asio, Forgaria, Clauzetto e Castelnuovo del Friuli. I frutti della Castagna canalutta, malgrado la piccola pezzatura, possiedono pregevoli caratteristiche organolettiche e sono molto ricercati per il consumo fresco.

Per quanto concerne la Castagna obiacco e la Castagna marrone di Vito d'Asio, i frutti sono apprezzati per l'elevata pezzatura, le buone caratteristiche organolettiche che ne rendono possibile sia il consumo fresco che la trasformazione.



Il frutteto regionale è caratterizzato anche da alcune varietà di pesche coltivate nel territorio delle province di Udine e Gorizia.

Si tratta della Pesca isontina, della Pesca triestina e della Pesca iris rosso, tutte cultivar costituite e selezionate nell'Isontino: le prime due tra la prima e la seconda guerra mondiale, la terza nel 1950. Sono tutte cultivar ora a rischio di estinzione in quanto, negli impianti intensivi, attualmente si preferiscono varietà più recenti e affermate. Comunque le tre varietà sopra ricordate sono inserite tra quelle autoctone del Friuli Venezia Giulia nel sito web del Corpo forestale dello stato, ove sono elencate le specie

arboree spontanee e le cultivar di frutteti delle varie regioni italiane.

La coltivazione della pesca, tradizionale in aree come la Bassa pianura friulana e l'Isontino, ha portato anche a un suo impiego gastronomico quale la Pierçolade, la cui origine viene fatta risalire alla prima metà del secolo scorso, quando furono costituiti i primi pescheti specializzati; allora l'unico modo per prolungare la conservazione delle pesche mature o imperfette era tagliarle a pezzetti e mescolarle con vino, succo o fette di limone e zucchero.

Oggi è un dessert che si può trovare un po' su tutto il territorio regionale, anche con varianti alla ricetta originale, quali l'aggiunta di grappa o altro liquore, oppure di chiodi di garofano.

L'utilizzazione dei frutti delle piante spontanee, raccolti da maggio a ottobre per ottenere prodotti idonei al consumo ed alla integrazione della dieta nei mesi invernali, ha costituito e costituisce un prezioso patrimonio di alimenti tradizionali che le popolazioni di montagna ci hanno tramandato sotto forma di bevande, sciroppi e marmellate.

Questi alimenti, ricchi di importanti principi nutrizionali, sono oggi prodotti sia in ambito familiare che in piccole imprese e sono quindi disponibili sul mercato.

Di queste preparazioni, quelle ricavate dall'olivello spinoso (sciroppo e marmellata), tradizionali della Carnia, sono forse quelle di maggior interesse potendo venir utilizzate anche in diverse preparazioni gastronomiche. Questo vale, in particolare, per la Marmellata (o crema) di olivello spinoso e mele, nella cui preparazione la quantità di zucchero, da aggiungere alle bacche ed alla polpa di mele prima della cottura, viene limitata per esaltare il sapore della frutta e facilitare così l'abbinamento con le carni bollite.

Invece, lo Sciroppo di olivello spinoso, che allungato con acqua è una ottima bibita, si ottiene utilizzando bacche ben mature lasciate macerare per alcuni giorni.

Questa stessa procedura si applica anche nella preparazione dello Sciroppo di piccoli frutti (Sciroppo di lamponi, Ribes nero, Ribes rosso, Mirtilli) che è prodotto in tutta la fascia collinare e montana della regione.

Variando la quantità di zucchero e le condizioni di cottura, nella stessa zona si ottengono le Marmellate di mirtilli, fragole, lamponi, mele, prugne, frutti di bosco, menta e mele.

Tuttavia, tra questi prodotti ve ne sono alcuni che si distinguono per originalità e peculiari caratteristiche: si tratta degli Sciroppi di sambuco (Sirop di pomulis di saût) e di tarassaco (Sirop di tale).

Lo Sciroppo di sambuco si ricava dalle bacche ben mature dell'infiorescenza del sambuco ed è particolarmente indicato per combattere la sete, se diluito con acqua fresca, ed anche come rimedio per la tosse se diluito con acqua tiepida; presso alcune trattorie viene utilizzato anche nella preparazione di un gustosissimo sorbetto.



Lo Sciroppo di tarassaco si ottiene invece dai fiori della pianta omonima, puliti e bolliti in un primo passaggio assieme a succo di limone; si presenta con consistenza sciropposa (quasi quella del miele) di colore giallo chiaro.

D'altra parte, uno dei più tipici prodotti della Carnia è il Succo di mele, ottenuto con un semplice procedimento che prevede la separazione del succo dal frutto per pressione; questo succo, non addizionato di zucchero, è filtrato e stabilizzato a caldo in bottiglie di vetro.

A partire dalle mele e dalle pere si produce anche il Most (Sidro di pere e mele), bevanda fermentata, alternativa al vino che si è affermata, con precisi connotati di qualità, in tutte le zone montane contigue alla Carinzia ed alla Slovenia.

Lo testimonia, tra gli altri, Catharina Prato nel suo "Die Suddeutsche küche" (Graz, 1885).

Infatti in queste zone sono disponibili ecotipi di pere (Klotzen o Peruz di S. Michel) dotate di particolari caratteristiche tanniche e, pertanto, idonee alla produzione del sidro che, tuttavia, si può ottenere anche con altre varietà di pere e, come prima ricordato, anche con le mele.

Per la preparazione di questo distillato, un tempo si raccoglievano le pere sovramature a ottobre inoltrato, si tritavano e si torchiavano immediatamente per ottenere il sidro e poi si distillavano i pani di torchiatura, rotti e inumiditi con acqua e fatti fermentare per 30-60 giorni. Attualmente viene distillata tutta la massa fermentata derivante dalla macinazione delle pere, in modo da ottenere un prodotto dalle caratteristiche molto meno aggressive, dal gusto più equilibrato, morbido e armonico.

La linea di produzione familiare del Most (e in particolare del sidro di pere) è anche alla base della produzione del Distillato di pere, prodotto principalmente nel comune di Arta Terme, utilizzando pere denominate "Pêr Martin".



Una mela al giorno

Nell'ortofrutta del Friuli Venezia Giulia, il melo è la coltivazione più importante. Le produzioni garantiscono varietà di mele tutto l'anno e le caratteristiche climatiche e dei terreni esaltano le proprietà organolettiche – sapore, colore, profumo, consistenza – di questo frutto la cui ulteriore valorizzazione è tema di collaborazione anche con l'Ateneo di Udine.

Ricco è anche il repertorio di ricette di tutta la regione che utilizzano questo frutto sia nei piatti dolci che in quelli salati, dallo strudel alle frittelle, dal frico alla costa confezionati con le mele.

Numerose ricette sono contenute nel libro "La Cucina Carnica" di Pietro Adami, dal quale riportiamo l'esecuzione delle frittelle: "preparare una pastella molto densa sbattendo 3 uova, aggiungendo un po' di farina, 3 cucchiaini di zucchero, un pizzico di sale, la scorza grattugiata di un limone e di un'arancia, una bustina di lievito. Sbucciare ed affettare le mele, passarle nella pastella, friggerle nell'olio bollente e quindi spolverizzarle di zucchero".



OLIO E ACETO

Nell'arco prospiciente al mare delle terre del Friuli Venezia Giulia la coltivazione dell'olivo risale a tempi immemorabili e, nel corso dei secoli, ha conosciuto momenti di grande importanza.

Lo ricordano, ad esempio, i toponimi di Oleis e Ronco degli Ulivi che indicano la presenza di oliveti nelle terre dell'Abbazia di Rosazzo e lo sviluppo di questa cultura, promosso nel corso del XVIII secolo, dalla Regia Società di Agricoltura di Gorizia, quando questa città e la sua terra erano considerati la "Nizza austriaca", cioè area vocata ad integrare l'agricoltura mitteleuropea dell'Impero Asburgico con prodotti mediterranei. Di grande interesse era, allora, anche l'olivicoltura della fascia costiera triestina lungo il protetto e ben esposto ciglione precarsico che si affaccia al mare. All'inizio e nel corso del XX secolo, conseguenza dell'esodo della popolazione, le periodiche avversità atmosferiche (gelate degli anni 1907, 1929, 1956) e il minor interesse economico per questa produzione, (nel nuovo assetto statale italiano) hanno provocato una drastica diminuzione degli oliveti. Solo in tempi recenti, l'olivicoltura regionale ha registrato una nuova ripresa in due aree vocate a produrre, con tecniche tradizionali, olii che aspirano anche al riconoscimento

di origine per le peculiari caratteristiche qualitative legate all'ambiente di produzione. Ne è un esempio l'olio ottenuto dalla spremitura delle olive provenienti dalla provincia di Trieste, per il quale è stata registrata la denominazione di Olio Tergeste, che ha ricevuto nel 2004, il riconoscimento DOP da parte della Comunità Europea (Reg. CE n. 1845 del 22.10.04, GUCE L. 322 del 23/10/04).

E' incluso nell'elenco regionale dei prodotti agroalimentari tradizionali l'Olio del Carso, proveniente dai piccoli frantoi tradizionali in cui si spremono le olive provenienti dalle colline morenico - arenarie muggesane e dai bacini dell'Ospo e del Rosandra ove la coltura dell'olivo non ha subito interruzioni.

L'Olio dei Colli Orientali del Friuli, invece, è legato alla reintroduzione della coltivazione dell'olivo nelle zone collinari vocate a questa coltura, riattivando impianti preesistenti ed applicando, ove possibile, metodi tramandati dalla tradizione. In tutti i casi per la spremitura si utilizzano le mole di pietra. Oltre all'olio, nella gastronomia friulana troviamo altri condimenti tradizionali, caratteristici di alcune zone, che trovano le radici nella cultura romana perpetuatisi per secoli nelle terre del Pratiarcato di Aquileia.



Si tratta di prodotti che potremmo unire sotto il nome di aceti, in quanto ottenuti dalla fermentazione acetica di mosti e succhi, ma che ora, in alcuni casi, per disposizione di legge devono essere chiamati condimenti.

Il caso più significativo è quello della Salsa balsamica (o Asperum), ottenuta dall'acidificazione di mosto cotto sottoposto ad un processo pluriennale di affinamento in botticelle realizzate con diverse essenze legnose.

Questo prodotto rientrava una volta negli aceti balsamici, denominazione ora riservata ai prodotti DOP delle province di Reggio Emilia e Modena.

La Salsa balsamica del Friuli è comunque ottenuta da mosto cotto di uve di vitigni tutti appartenenti alla piattaforma ampelografica regionale e localizzati nei comuni di Manzano, Buttrio e Premariacco, prodotta da tempo indefinibile e tradizionalmente legata ad ambiti familiari e monastici.

Dalla preparazione del succo di mele, ed in particolare col ricavato della torchiatura finale del frutto, si ottiene l'Aceto di mele.

In questo caso, il succo filtrato e pastorizzato viene posto in botticelle di legno, possibilmente di rovere, già contenenti la "madre dell'aceto", che fornisce i microrganismi necessari per la lenta fermentazione da protrarsi per circa due anni.

Dall'acetificazione di vini del Friuli Venezia Giulia, soprattutto del Friulano e della Ribolla, si produce nel Collio goriziano e nei Colli orientali un pregiato condimento di colore giallo ambrato che prende il nome di Osiet. Il procedimento seguito per la produzione dell'aceto di vino è un metodo artigianale basato sull'acidificazione spontanea del vino, che deve essere sano, di qualità, preferibilmente secco e di grado alcolico sufficientemente elevato.



DOLCI E PIATTI DELLE FESTE E DELLE RICORRENZE



Anche le tradizioni gastronomiche definite "povere", come quelle del Friuli, vantano piatti "ricchi" perché simbolo di sentimenti che si desidera esprimere visibilmente per festeggiare ricorrenze religiose e momenti significativi della vita (battesimi, matrimoni, raccolti abbondanti, rientro a casa dalla vita militare, dall'emigrazione ecc.).

Queste tradizioni riguardano, in genere, preparazioni alimentari particolarmente elaborate nelle quali l'apporto di "molte" cose buone deve arricchire le piacevoli sensazioni gustative, concorrenti a completare i sentimenti di gioia del momento. Alla base dei fattori che differenziano queste preparazioni nelle diverse regioni, vi sono fenomeni storici, sociali ed economici che creano un legame tra le stesse preparazioni ed il territorio e/o l'ambiente di origine e ne determinano le similitudini quando si considerino aree geografiche più ampie, ma unite amministrativamente, in periodi più o meno lunghi della loro storia.

Ad esempio, ricordiamo che nell'elenco regionale dei prodotti agroalimentari tradizionali troviamo tra i dolci simbolo delle festività Gubana, Presnitz e Putizza, paste arrotolate attorno ad un ricco e morbido ripieno a base di frutta secca, analogo in tutti i casi essendo tradizione di aree geografiche tutte facenti parte dell'Impero Austroungarico e contigue a regioni slave per le quali le fonti letterarie riportano la presenza di dolci similari fin dal Medioevo.

In particolare la Putizza delle province friulane è già descritta nei ricettari della borghesia viennese del XVIII secolo, mentre il Presnitz della stessa zona, che impiega la pasta sfoglia anziché quella lievitata, pare venisse presentato a Trieste per la primavolta durante la visita della giovane imperatrice Sissi (metà del XIX secolo).

La Gubana, la cui culla sono le Valli del Natisone, è oggi il dolce che assume sempre più il ruolo di simbolo dei prodotti da forno friulani in quanto tradizionalmente preparato in tutta la Regione a livello familiare e, sempre più spesso, anche in laboratori artigianali.

Derivati dal ripieno della Gubana sono anche gli Strucchi, originari sempre delle Valli del Natisone, che si presentano in forma quadrangolare e vengono lessi o fritti in olio bollente per essere serviti nelle occasioni più importanti della vita e, tradizionalmente, per la festa di Sant'Antonio Abate.

Gli Strucchi lessi sono dolci tradizionali delle Valli del Natisone, vengono Strucchi lessi Strucchi lessi prodotti a livello familiare e vanno consumati entro breve tempo dalla loro preparazione. Tradizionalmente, venivano serviti in ciotole di terracotta poste al centro del tavolo; la famiglia ospitante li offriva in segno di ringraziamento a tutti coloro che avevano prestato il proprio aiuto in occasione di tristi ricorrenze o di lieti eventi. Questo prodotto allietava anche i banchetti allestiti per festeggiare la fine dei lavori come la fienagione o la costruzione di una casa.

Sempre basato su una miscela di vari ingredienti (frutta secca e frutta fresca cotta, miscelata con farina di mais e grano per ottenere un unico impasto) è il Buiadnik, del comune di Resia, che ricorda i più sontuosi Zelten tirolesi e dolci similari dei paesi di origine tedesca. D'altra parte sempre un vario ripieno è il componente fondamentale di Cjalzòns (Cjalsòns o Cjarsòns) della Carnia e dei Cjalcune di Resia; per queste specie di ravioli o agnolotti ripieni non esiste un'unica ricetta, ma in ogni paese ed in ogni famiglia si tramandano ricette diverse per la composizione sia della sfoglia che del ripieno. Questi sono a base di ricotta fresca che "lega" i vari ingredienti costituiti, soprattutto, da erbe di campo (e spinaci) lessati e saltati nel burro, uva sultanina, formaggio grattugiato e, a piacere, frutta secca e spezie,

senza escludere a volte componenti "dolci" quali biscotti, cacao, zucchero, rhum, marmellata di prugne ecc..

Completano il gusto il burro fuso e la ricotta affumicata con cui vengono conditi dopo la cottura.

Cjalzòns un piatto per "Far Festa"

In questa sorta di raviolo o agnolotto con ripieno di ricotta e molti altri ingredienti è racchiusa la storia della dura vita nella Carnia di un tempo e della volontà di un popolo di voler comunque creare un piatto per "far festa": ricco, gustoso, dove troviamo, in alcuni casi, ingredienti del ripieno provenienti dai "fagotti" dei parenti emigranti che portavano a casa la cioccolata, l'uvetta passita o le mandorle.

La tradizione li vuole preparati come tipico piatto di magro, quindi senza carne, per la vigilia di Natale, prima di andare a madins (la funzione religiosa della vigilia), oppure in alcune zone, come nel Canale Incarajo, per l'ultimo giovedì di gennaio. Se ne possono trovare di vario sapore, dal dolciastro al penetrante o aspro, a seconda del variare del pastùm o pistùm, ripieno preparato con uno speciale mortàr, un mortaio ricavato da un unico pezzo di legno.

Anche le dimensioni variano, da piccole a molto grandi, a questo proposito si racconta scherzosamente che una volta uno di questi Cjalzòns, "...caduto a valle, aveva ostruito completamente il letto del torrente Chiarsò". I Cjalzòns sono da sempre preparati anche nella pianura friulana. È cibo legato alla Pasqua tanto che questa era anche chiamata la Pasche dai cjalsons.

La preparazione differisce sostanzialmente da quella di montagna: si cuociono spinaci, poi raffreddati e tritati, che si uniscono a carne tritata; si soffrigge il tutto in un tegame con strutto, mandorle pestate, uva sultanina, mostarda, pinoli, rucchetta e sale. In genere viene proposto come piatto unico.





Tra i dolci della regione non troviamo, però solo le preparazioni che affidano qualità e sapore al concorso dei più svariati componenti, ma ve ne sono altri che devono la loro affermazione al gusto raffinato essendo relativamente semplici come composizione, ma differenziati da aromi tradizionalmente scelti.

Riuniamo in questa categoria i Biscotti Esse carnici, aromatizzati diversamente a seconda del luogo di produzione con limone o marsala, i biscotti Pevarins o Peverini delle province Peverini Peverini di Trieste e Gorizia, a pasta compatta, forma ellissoidale e sapore piccante, decorati con una o due mandorle, la Pinza triestina, dolce pasquale lievitato di lunga tradizione e le aristocratiche Favette, piccoli dessert a base di mandorle bianche che possono essere leggermente colorate con liquori ed aromi, quali ad esempio sherry, estratto di rosa, rum e cacao.

Se i Biscotti Esse sono di origini relativamente recenti (anni venti del ventesimo secolo), i Biscotti Pevarins si fanno risalire all'800, periodo in cui la loro diffusione è documentata nei ricettari delle famiglie signorili e dei conventi; solitamente erano venduti nelle mescite di vino poiché il piccante sollecitava a bere. A loro volta Pinza e Favette vantano un'origine molto più antica, quando sul Golfo triestino si affacciava l'impero degli Asburgo.

Un discorso a parte va riservato al Biscotto Pordenone, la cui prima ricetta nota risale agli inizi degli anni '40 e, a partire dal 1950, è pro-

dotto in esclusiva dalla "Pasticceria Moderna" dell'omonima città; nel 1988 le autorizzazioni sono state cedute alla Gelateria Montereale che ne è l'attuale produttore. E' un biscotto con un impasto elaborato comprendente farina di grano duro e di mais, zucchero, mandorle grezze, margarina, tuorli d'uovo, aromi naturali e lievito, oltre all'aggiunta di un distillato alcolico al 45%, per aumentare la friabilità e la fragranza.

Tuttavia, come tradizione popolare e semplicità nessun dolce eguaglia il Colaz, che i cresimandi ricevevano dai padrini e le comunità offrivano ai consiglieri al termine delle sedute. Si tratta di ciambelle preparate con un impasto ben lavorato di farina di frumento, burro, zucchero e un pizzico di sale e cremor tartaro, cotto a fuoco lento in forno non troppo caldo.



Tra i prodotti tipici della regione merita particolare attenzione un dolce squisito nato in Friuli Venezia Giulia, originariamente confezionato in due varianti ben documentate nelle rispettive località di Pieris e Tolmezzo, che è divenuto un vero e proprio simbolo nazionale ed è ormai conosciuto e apprezzato a livello mondiale. Questo dolce così famoso è il Tiramisù.

Per quanto riguarda la versione carnica le origini vanno ricercate nella Tolmezzo degli anni '50 del secolo scorso presso l' "Albergo Ristorante Roma". Presso il ristorante era in uso, da tempo, la preparazione di un dessert denominato "Trancio al mascarpone" che riscuoteva molto successo. Le testimonianze sull'origine del nome "Tiramisù" sono evidenti nel volume "Tiramisù – Storia, curiosità ed interpretazioni del dolce italiano più amato" di Clara e Gigi Padovani, edito da Giunti Editore nel 2016. Esso derivò dall'iniziativa di alcuni avventori degli anni '50, i quali, frequentando il ristorante al ritorno dalle piste da sci, si resero conto di come tale dessert potesse ridare energia a chi era reduce da una bella, ma stancante giornata sulle nevi. Fu così che il dolce, nella sua versione definitiva conosciuta in tutto il mondo, assunse nel 1953/54 il nome "Tiramisù" o "Tirimi Su" in lingua friulana.

Nella versione tradizionale carnica il "Tiramisu" o "Tirimi Su" è un dolce al cucchiaio servito in tranci che viene preparato a freddo, utilizzando zucchero, uova intere o pastorizzate, mascarpone, biscotti "savoiardi", caffè amaro e polvere di cacao.

Nella versione bisiacca "Coppa Vetturino Tirime Su" della Provincia di Gorizia, si tratta di un semifreddo in coppa, preparato con pan di Spagna, crema zabaione, crema al cacao, Marsala secco e polvere di cacao.

Per quanto concerne la versione bisiacca "Coppa Vetturino Tirime Su", esiste un manifesto del 1950 che ritrae il creatore della coppa, che fu denominata "Tirime su" da alcuni avventori triestini della "Trattoria al Vetturino" di Pieris (Gorizia). Il nipote di uno di questi avventori svelò ufficialmente questo aneddoto in una lettera pubblicata dal quotidiano "Il Piccolo" di Trieste il giorno 6 Settembre 2013. In tale manifesto del 1950, immortalato da una foto che ritrae accanto ad esso il pugile Tiberio Mitri con la sua compagna "Miss Italia" Fulvia Franco, il cuoco e gestore del locale, Mario Cosolo, è raffigurato con la sua creazione e, accanto, vi è impresso il motto "il tirime su vale più di quel che costa". Diversa altra documentazione mostra che la coppa è stata servita al ristorante per più di 25 anni.

Ultimo, ma non meno importante il Grissino di Resiutta è un prodotto artigianale, lavorato e confezionato interamente a mano, e prodotto in modo omogeneo dal 1954, anno da cui il panificatore ha voluto mantenere la stessa metodologia produttiva, utilizzando le stesse materie prime e mantenendo le fasi di lavorazione manuale. Il prodotto non viene stoccato, ma inscatolato e immediatamente inviato per la commercializzazione per garantire il mantenimento della fragranza, carattere distintivo della produzione.



I MIELI DEL FRIULI VENEZIA GIULIA

La ricca produzione regionale di mieli, dovuta all'impegno di oltre 1.400 apicoltori che gestiscono circa 28.000 alveari, permette la presenza nell'elenco regionale dei prodotti agroalimentari tradizionali di sette mieli uniflorali, di tre mieli millefiori e di un miele di melata.

In questa sede illustriamo sistematicamente tutti questi prodotti provenienti dall'attività di api che, in regione, sono un ibrido tra *Apis mellifera ligustica*, che popola l'Italia, e *Apis mellifera carnica*, presente in Austria, Slovenia, Ungheria, Germania e Penisola balcanica. Evidentemente, anche in questo settore, il Friuli Venezia Giulia pare svolgere un ruolo di raccordo tra le regioni rivierasche del Mediterraneo e quelle della Mitteleuropa.

I mieli uniflorali sono ottenuti da apicoltori che tengono separati i melari contenenti i diversi raccolti nettariiferi e "smelano" evitando il mescolamento di mieli diversi.

Tra questi, il Miele di acacia del Carso e il Miele friulano di acacia sono mieli liquidi, che difficilmente cristallizzano, di colore giallo-giallo paglierino, odore quasi inesistente e gusto molto dolce.

Solo nel Miele di acacia del Carso, a volte, si possono individuare caratteristiche organolettiche del nettare di ciliegio canino (detto anche "marasca").

Il Miele di marasca del Carso (prodotto prin-

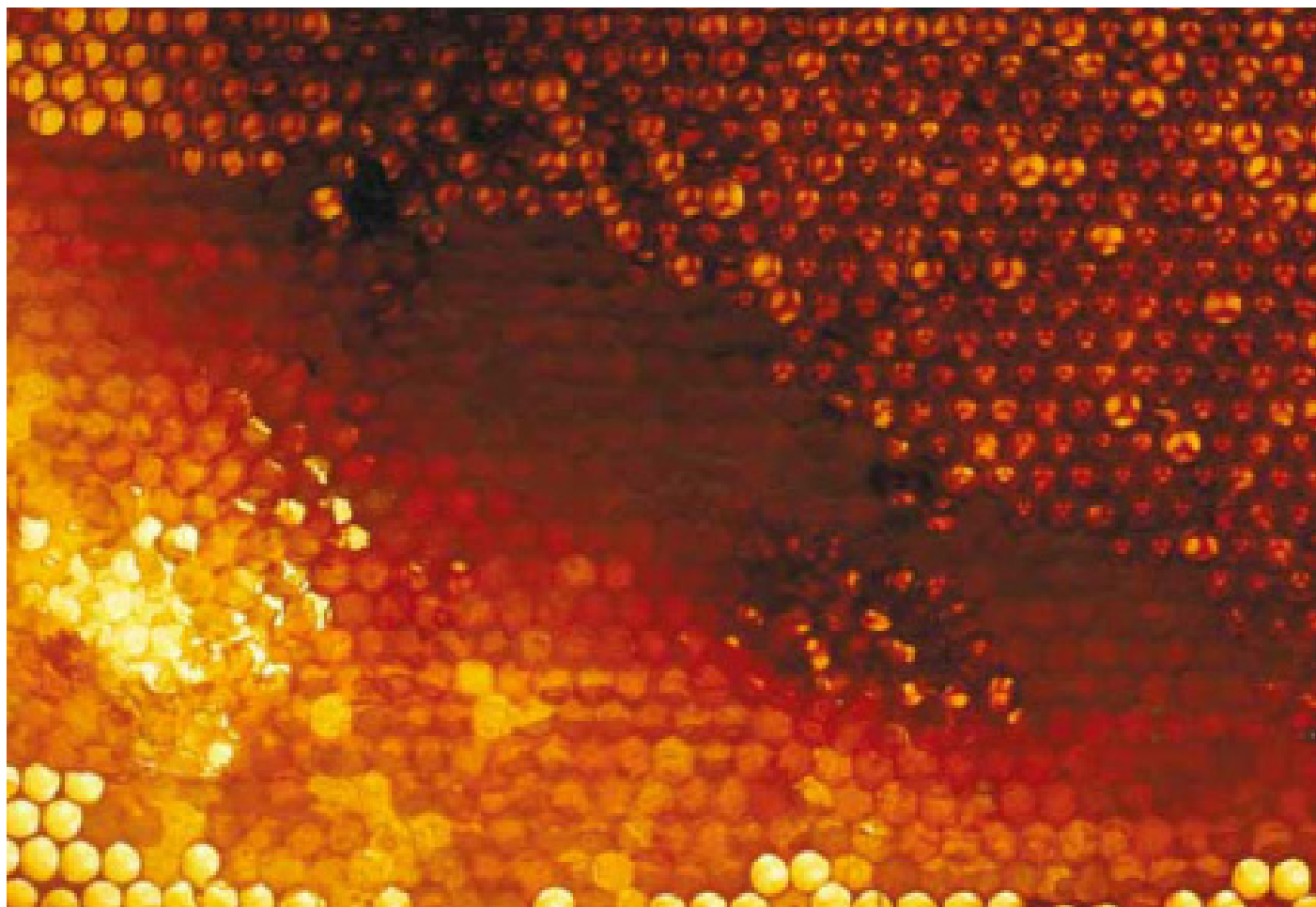
cipalmente dal nettare di *Prunus mahaleb*) si presenta liquido, dal colore ambrato con riflessi rossastri; ha gusto amarognolo che ricorda quello delle mandorle. Si produce esclusivamente nell'area del Carso Triestino ed Isontino. Il Miele di tiglio del Carso deriva dal nettare di tiglio nostrano, che cresce spontaneamente in tutta l'area carsica, ma viene di sovente utilizzato come pianta ornamentale in aree urbane e suburbane.

Questo miele cristallizza facilmente per l'alto contenuto in glucosio; allo stato liquido ha colore ambrato chiaro con riflessi giallo-verdi, mentre allo stato solido assume una colorazione beige o avorio perdendo l'iniziale trasparenza; l'odore ricorda la tisana di tiglio.

Il Miele friulano di castagno si presenta liquido con colore ambrato-ambrato scuro, odore di sapone di Marsiglia, sapore inizialmente dolce con nota di menta che, presto, si trasforma in retrogusto amaro persistente. Le produzioni più significative si hanno nelle Valli del Natosone.

Il Miele friulano di tarassaco deriva dal nettare di soffione (*Taraxacum officinale*) e, per l'alto contenuto

in glucosio, cristallizza rapidamente in fini cristalli che conferiscono una consistenza cremosa. È di colore giallo con riflessi ambrati, se liquido, o giallo crema, se cristallizzato; ha



odore molto intenso o pungente ammoniacale; sapore non eccessivamente dolce e aroma forte e persistente.

Il Miele friulano di amorfa, ha un colore leggermente aranciato, quando liquido, rosato quando solido, e un

sapore delicato e piacevole che ricorda la gelatina di frutta; si produce nelle province di Gorizia, Pordenone

e Udine, principalmente nelle aree lungo i gretti di fiumi e torrenti colonizzati da cespugli di *Amorpha fruticosa*.

Oltre ai mieli uniflorali, in regione si producono "mieli millefiori", diversi tra loro a seconda dell'ambiente di produzione. Il Miele millefiori della pianura friulana si produce nell'alta e bassa pianura friulana; ha caratteristiche diverse a seconda delle annate. In genere i mieli primaverili sono di colore piuttosto chiaro e cristallizzano facilmente per la presenza di nettare di soffione; i mieli estivi sono tendenzialmente liquidi con colorazione dall'ambrato chiaro al quasi nero se è presente la "melata" di *Metcalfa pruinosa*. Il Miele millefiori della montagna friulana, prodotto in Carnia, nel Canal del Ferro e nella Val Canale, si presenta in genere cristallizzato, con colorazione che varia dal bianco-beige chiaro al beige scuro; ha odore delicato e sapore normalmente dolce. Il Miele millefiori del Carso, se prodotto in primavera, è caratterizzato dall'aroma di marasca; si produce sul Carso sia Triestino che Isontino. Infine, vi è il "miele di melata", prodotto che si ottiene quando le api sfruttano l'attività di alcuni insetti che, dopo essersi nutriti di linfa elaborata sulle piante (foglie, germogli, ecc.) emettono un liquido ricco di zuccheri ("la melata"). La presenza di melata è evidenziata dalla produzione di un miele scuro, di sapore non troppo dolce, ricco di sali minerali.

Tra i mieli tipici dell'elenco regionale troviamo così il Miele di melata di bosco del Carso, prodotto nelle province di Gorizia e di Trieste, quando le api raccolgono la melata emessa da diversi insetti su piante come il tiglio, il sommaco (*Cotinus ogygria*), la quercia e l'acero; questo miele ha consistenza viscosa e cristallizza in un tempo relativamente breve.

Il Miele friulano di ailanto si produce in varie aree della Pianura friulana, ma anche nel Goriziano e nel triestino, ove sono diffusi i popolamenti naturali più fitti di ailanto o albero del paradiso (*Ailanthus altissima*), si presenta allo stato liquido, ma con il tempo, alcuni mesi dopo la raccolta, tende a cristallizzare. Il colore è ambra quando è liquido, ambra chiaro quando cristallizza. L'aroma, di media intensità, ricorda i funghi secchi, mentre il sapore, relativamente marcato, talora persistente, ricorda l'uva moscata e il the alla pesca.

Il Miele friulano di rododendro, prodotto nelle aree montane vocate delle province di Pordenone e Udine ove, nella fascia subalpina, sono diffusi vasti arbusteti a rododendro o rodore-

ti (*Rhododendron* spp.), si presenta di colore giallo chiaro o incolore allo stato liquido, mentre allo stato cristallizzato il colore varia dal bianco al beige chiaro. La cristallizzazione avviene spontaneamente in modo più o meno rapido, in quanto il nettare è ricco di saccarosio. Il sapore è normalmente dolce, fine, poco persistente. Talora l'aroma e il sapore sono più intensi e ricchi per la presenza di altre componenti, quale il nettare di lampone che conferisce toni decisamente floreali e fruttati.

Il Miele millefiori della Laguna friulana deriva dal nettare di numerose piante erbacee, arbustive e arboree, spesso alofile o psammofile, che vegetano nelle aree lagunari e perilagunari friulane. Il colore è diverso a seconda del periodo di raccolta del nettare da parte delle api e delle aree di raccolta; di norma è di colore ambrato intenso, talora con riflessi rossastri. La cristallizzazione è in genere assente, anche se talora il miele assume consistenza viscosa o cristallizza nel caso derivi per buona parte dal nettare di *Cakile maritima*. L'aroma è di media intensità, leggermente speziato e fruttato, mentre il sapore è deciso, con note amare e minerali.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

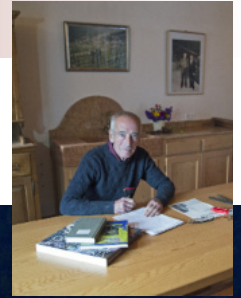
Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.

Il Miele friulano di melata di abete deriva principalmente dalla melata prodotta da insetti fitomizi che si nutrono su abete rosso (*Picea abies*) e/o su abete bianco (*Abies alba*) e si produce nelle aree vocate delle Alpi e Prealpi Carniche e Giulie ove sono diffusi i popolamenti naturali e d'impianto di queste essenze arboree. L'aroma, piuttosto deciso, è balsamico, resinoso, di affumicato, di camino spento, con toni di caramello e di dolce cotto. Il sapore è piuttosto resinoso, di malto, talora leggermente amaro. In bocca il miele è poco dolce.



Articolo realizzato da Prof. Francesco Spagnoli per gentile concessione della Confraternita della Vite e del Vino di Trento

Già dirigente del Centro Istruzione Formazione di IASMA (Istituto Agrario San Michele all'Adige) - F. MACH.



Appunti e aneddoti sulla storia della vitienologia trentina (e non solo)

Le definizioni che fornisce il conciso Treccani sui due termini usati nel titolo sono rispettivamente per il primo “nota sommaria scritta per aiutare la memoria”, mentre per il secondo “notizia storica marginale poco nota ma, caratteristica”. Premessa importante per interpretare i concetti di seguito quanto sviluppati. Proprio negli anni in cui nasceva S. Michele (1874), in Trentino si stava sviluppando un particolare interesse per la viticoltura: ma questa che, oltre alla bachicoltura, consentiva una certa commercializzazione del prodotto finito o più spesso semilavorato (il ben noto “graspato”), permettendo così, alle tutt’altro che economicamente floride aziende agricole, una qualche entrata di denaro (corone e/o fiorini), mentre quasi tutto il resto era praticamente destinato all’autoconsumo. Non a caso, attraverso una capillare attività di censimenti catastali vennero individuati i così detti “vitigni predominanti” sia nelle aree ritenute “più vocate”, sia in quelle più distanti dal capoluogo, spesso elevate in quota altimetrica ed anche per questo definite “marginali”.

È ben vero, tuttavia che sulle caratteristiche “varietali” della vitienologia trentina, abbiamo documentazioni alquanto più antiche: Michelangelo Mariani, il ben noto “cronista” del Concilio di Trento (1545-1653), ma i cui scritti vennero pubblicati più di un

secolo dopo, a Venezia nel 1673 (“Trento con il sacro Concilio et altri notabili”), parla esplicitamente di vini “Teroldeghi così detti dall’uva omonima, che se non hanno del piccante... son vini muti che fan parlare”.

Sempre sul parallelismo vitigno - vino, lo stesso autore cita anche il Marzemino, poi assunto alle cronache come “eccellente” per la celebre citazione nel “don Giovanni” di Mozart (in realtà attribuibile al librettista dell’opera, il trevigiano A. DaPonte).

La vite, come succede in non molte altre specie appartenenti alla classe delle dicotiledoni, può riprodursi per via sessuata, quindi attraverso il meccanismo fisiologico fiore - seme, ma anche per via agamica, considerata la relativa facilità di radicazione dei tralci una volta lignificati ed in parte interrati (talea, propaggine, ecc.).

La convivenza di queste due modalità di propagazione è stata fondamentale nella plurimillennaria storia della vitienologia: da una parte ha consentito una enorme diffusione della pianta con tempi relativamente brevi di entrata in produzione (tre - quattro anni) e dall’altra (con i vinaccioli) ha permesso la costituzione di numerosissime varietà (qualcuno parla addirittura di oltre 20.000) principalmente da vino, ma anche da tavola e/o appassimento.

Le prime descrizioni delle singole varietà di vite, per lo più legate ad appellativi poetici, o con toponimi (nomi correlati a quello che era riferito come “luogo di origine”), risalgono all'era romana compresa tra la tarda repubblica e il primo secolo “imperiale”, dove gli autori “gorgici” (che descrivevano la vita nei campi ed i modi per coltivarli) incominciano ad intravedere le prime distinzioni tra i vari vitigni e così pure il ruolo fondamentale del “sito” di provenienza del vino (Falerno, Retico, ecc.). Quando Linneo nel suo *Sistema naturae* (1735) classificò le due specie di vite allora conosciute in Europa, la *Vitis vinifera* e la *Vitis labrusca* (d'importazione nordamericana) introducendo la nomenclatura binomia, si limitò ad una breve descrizione (in latino) delle caratteristiche morfologiche di entrambe.

La vera e propria “ampelografia”, cioè la descrizione delle viti secondo precisi criteri morfologici sia specifici, sia varietali prende avvio e si sviluppa nell'Ottocento anche a seguito dei progressi fatti dalla genetica (con le scoperte di Mendel nel 1866), dando vita all'allestimento di numerose collezioni varietali pubbliche (scuole e centri di ricerca) o private (cultori e collezionisti vari).

Vale la pena ricordare in proposito che ancora nel corso dei suoi primi anni di direzione a S. Michele (1874-1899) Edmund Mach riuscì a costruire un'importante collezione ampelografica con ben 540 varietà di *V. vinifera* ed almeno una ventina di ibridi, per lo più “americo-americani” da utilizzare come portainnesti dal momento in cui si sapeva benissimo che la fillossera, dopo aver invaso mezza Europa, stava sistematicamente bussando alle “porte del Tirolo.

“Lo studio delle singole varietà, come del resto l'individuazione e la relativa selezione dei cloni, hanno prioritariamente obiettivi strettamente legati alla produzione: una volta individuato l'obiettivo enologico cioè la tipologia di prodotto che si intende ottenere, occorre studiare il più “equilibrato degli ecosistemi” per massimizzare il risultato ottenibile”.

Nel corso dei suoi ormai due secoli di vita, l'ampelografia (moderna) ha subito profonde evoluzioni anche perché le iniziali osservazioni morfologiche (germoglio, foglia, grappolo, acino, tralcio, ecc.) e fisiologiche (epoche di schiusura gemme, fioritura, invaiatura, maturazione) sono state integrate da analisi biochimiche basate sullo studio di metaboliti secondari (polifenoli), sulle dotazioni enzimatiche, e, più moderatamente, sullo studio del DNA (depositario delle informazioni genetiche).

E' stato proprio sulla base di quest'ultimo filone di ricerca che si è arrivati a costruire un vero e proprio “albero genealogico” di molti vitigni attualmente coltivati risalendo ai relativi “parentali”. É stato possibile capire che il “nostro” Rebo non ha come “padre” il Marzemino come scritto da Rigotti bensì del Teroldego. Sempre con le stesse metodologie di indagine, si è scoperto che il Müller – Thurgau non ha come “impollinatore” il Sylvaner verde, bensì il

Madeleine Royal. Mai come in questo caso avevano proprio ragione i nostri antenati latini: *mater certa*, mentre in quanto al padre...



Articolo a cura della Confraternita Dogale della Marca



Cos'è la Barena

Le barene (dal vocabolo veneto baro che indica un cespuglio o un ciuffo d'erba) sono terreni di forma tabulare tipici delle lagune, periodicamente sommersi dalle maree. In Italia possiamo trovare barene sia in lagune adriatiche come nella Laguna di Marano, nella Laguna di Grado, nella Laguna di Venezia o nelle Valli di Comacchio sia in zone soggette a minore escursione di marea come nell'Area naturale marina protetta Tavolara.

Essendo le barene una formazione della zona intertidale se ne possono formare in tutte le lagune del mondo differenziandosi per la tipologia del terreno che coinvolgono, per esempio di sabbia come quelle di Cap-Ferret in Francia.

Pur essendo senza evidenti rilievi, possono presentare leggere depressioni centrali a catino e dei bordi debolmente rialzati. Sono attraversate da canali naturali detti *Chebi*.

Le barene sono importantissime dal punto di vista ecologico: contribuiscono a favorire il ricambio idri-

co, limitano l'impatto delle maree sul livello dell'acqua funzionando da vaso di espansione, moderano l'azione del moto ondoso, ospitano, come già detto, una caratteristica vegetazione e una ricca avifauna. Le piante che crescono in queste severissime condizioni hanno adottato differenti strategie per sopravvivere, cresce così una vegetazione diversa da quella che possiamo trovare in un prato o in un bosco e che, per la sua caratteristica di vivere in suoli salati, è detta alofila o alofita.

Piante cosiddette "di barena" sono la Salicornia, lo Sparto delle barene, varie specie di Limonium e la formazione vegetale detta Mangrovia.

Nella Laguna di Venezia ricoprono una notevole superficie (oltre 90 km²) soprattutto nelle zone di nord-est e di sud-ovest e i canali vengono chiamati *ghebi* in dialetto veneziano.



In base alla formazione e all'evoluzione che hanno subito, le barene della laguna di Venezia possono distinguersi in:

Barene di bordo lagunare. Alcune barene sono quello che rimane della parte emergente della pianura costiera, e sono talmente permeate di acqua salmastra da poter ospitare solamente le piante adattate a tale inospitale ambiente, comprese nella vegetazione alofila. Le barene di questo tipo si trovano nel bordo lagunare verso la terraferma, come per esempio nella fascia che va da Campalto alla zona di Dese. Queste barene manifestano la loro origine tramite la presenza di indicatori di ambiente continentale, sia sulla superficie che a pochi centimetri di profondità. Inizialmente tali barene erano direttamente influenzate dalla terraferma, e questo comportava anche un continuo apporto di sedimenti e materiale vegetale. L'interruzione di questo rapporto, con la contaminazione lagunare, ha causato la mancanza di apporto di sedimenti che ha innescato un processo di demolizione.

Barene delle aree interne. Le barene che invece si trovano nelle aree interne della Laguna hanno avuto una storia più complessa: inizialmente erano occupate da acque salate, poi, a causa del sopravvento degli apporti dei fiumi che sfociavano in Laguna, hanno cominciato ad ospitare paludi di acqua dolce e torbiere, e infine, dopo la deviazione dei corsi d'acqua verso il mare (vedi: estromissione degli affluenti dalla laguna), sono ritornate a fare parte della Laguna con delle caratteristiche prevalentemente lagunari. Si trovano principalmente nella Laguna Sud tra Marghera e Chioggia, e il mancato apporto dei sedimenti dovuto alla deviazione dei fiumi ha causato un graduale abbassamento delle barene, aggravato dall'erosione dovuta al moto ondoso e al fenomeno della subsidenza. Nei sedimenti del sottosuolo di questo tipo di barene è scritto tutto il loro passato: la stratigrafia, infatti, mette in evidenza la successione di indicatori lagunari – indicatori di ambiente dulcicolo – indicatori di barena – indicatori di ambiente lagunare.

Barene ai lati dell'antica immissione dei fiumi in laguna. Un altro tipo di barena si trova ai lati dell'antica immissione dei corsi d'acqua nella Laguna, e sono formate da antichi depositi alluvionali. Nelle cartine della Laguna sono indicate spesso con il to-

ponimo “punte dei lovi”, dove “lovo” deriva probabilmente da “alluvium”, nome che rivela la loro origine. Essendo facilmente accessibili dalla terraferma sono state spesso trasformate per uso agricolo.

Barene ai bordi dei canali lagunari. Diversa è invece l'origine delle barene localizzate ai bordi dei canali lagunari: sono state infatti formate da sedimenti trasportati dalle correnti marine che hanno perso velocità all'ingresso di tali canali, lasciando quindi cadere il materiale in sospensione. Una parte meno rilevante di tali sedimenti è frutto dell'azione erosiva della corrente marina sui fondali dei canali stessi. Possono essere considerate degli ecotipi originari, dato che sono state modificate in misura minore dall'intervento umano, e di conseguenza la composizione floristica e faunistica, nonché la struttura sedimentologica e i dinamismi, sono rimasti pressoché inalterati e simili a quelli originari. Questo tipo di barena si riscontra soprattutto nella Laguna Nord (barene di S. Erasmo e dei canali di S. Felice, di S. Lorenzo e di Burano), dato che dalla bocca di porto del Lido fanno il loro ingresso in laguna molti sedimenti, che vengono depositati in questa zona a causa della perdita di velocità della corrente. Il bordo di queste barene risulta rialzato dalla parte del canale che le alimenta, mentre degrada verso il lato lontano dal canale, fino a diventare velma. Anche in questo caso i sedimenti del sottosuolo sono in grado di raccontarci la storia evolutiva dell'ambiente: all'inizio della serie stratigrafica si trovano molti indicatori lagunari, la cui abbondanza va scemando per lasciare alla fine il posto agli indicatori di barena. Questa tipologia di barena non si riscontra alle altre bocche di porto di Malamocco e Chioggia perché le acque che qui entrano non trasportano una quantità sufficiente di sedimenti tale da poter formare delle “barene di canale lagunare”. Il problema principale che interessa tali barene è l'erosione da moto ondoso che si ha nei canali con intenso traffico acqueo.

Paleobarene. Nella Laguna di Venezia inoltre sono presenti delle “paleobarene” la cui emersione in tempi passati è testimoniata dalla presenza di tracce di ossidazione e di resti vegetali in crescita. Il loro affioramento non è stato causato da una deposizione di sedimenti, ma da un abbassamento del





livello del mare. (da Cavazzoni S., "La laguna: origine ed evoluzione" in "La laguna di Venezia", CIERRE Edizioni, Verona, 1995 e da Favero V., Serandrei Barbero R., "Origine ed evoluzione della laguna di Venezia. Bacino meridionale", in "Lavori", vol. 5, Società Veneziana di Scienze Naturali, Venezia, 1980). La vegetazione delle barene è stabile, caratterizzata da tre associazioni di piante perenni (Spartineto, Limonieto, Puccinellieto) che riescono a sfruttare al meglio le risorse dell'ambiente e non tendono a trasformarsi in altre associazioni più complesse. La mancata evoluzione verso un climax è dovuta alla eccessiva salinità, che blocca la serie naturale della vegetazione (da Pignatti S., "La vegetazione alofila della laguna veneta").

Inoltre, all'interno della barena si possono distinguere in base all'elevazione due fasce, ognuna con caratteristiche pedologiche e botaniche proprie:

Barena bassa: è un leggero declivio che mette in collegamento la velma adiacente alla barena vera e propria. Ospita lo Spartinetum strictae, un'associazione vegetale costituita essenzialmente dalla spartina delle barene (*Spartina maritima*), e in misura minore da *Salicornia fruticosa* (*Sarcocornia fruticosa*), *Salicornia erbacea* (*Salicornia europea*), limonio comune (*Limonium narbonense*), graminone marittimo (*Puccinellia palustris*).

Barena media: l'associazione caratteristica è il Limonietum venetum. Secondo gli studi di Pignatti (1966) circa il 90% della superficie delle barene è ricoperta da questa associazione vegetale. È formata da Limonio comune, *Salicornia fruticosa*, Gramignone marittimo (*Puccinellia palustris*), Sueda marittima (*Suaeda maritima*), Astro marino (*Aster tripolium*), Giunco marittimo (*Juncus maritimus*). Questa biodiversità è molto importante per la difesa delle barene, in quanto le differenti specie sono in grado di utilizzare in modo diverso le risorse dell'ambiente, assicurando una presenza vegetale consolidante con qualsiasi condizione. Il Limonietum si sviluppa principalmente su suolo argilloso, molto umido o addirittura fradicio, poco areato, ad elevata salinità, periodicamente sommerso durante le alte maree.

Barena alta: è dominata dal Puccinellieto, un'associazione caratterizzata dalla presenza della Pucci-

nellia, una pianta perenne e cespugliosa che una volta veniva sfalciata per essere utilizzata come foraggio per gli animali domestici. Questa parte della barena viene inondata solamente durante l'alta marea. La concentrazione salina in questa zona della barena è più alta rispetto a quella che si ritrova nella barena bassa, nonostante quest'ultima sia periodicamente sommersa. Tale fatto può essere dovuto a due diverse cause: l'acqua salsa arriva sopra la barena durante l'alta marea, vi si accumula ed evapora, concentrandosi; l'acqua salsa risale dalla falda freatica attraverso i pori del terreno e raggiunge la superficie evaporando progressivamente durante la risalita, arrivando così in superficie con una salinità maggiore rispetto all'acqua di mare. Più il tragitto di risalita è lungo, maggiore è l'evaporazione e quindi la concentrazione salina. Tale ipotesi è la più probabile (da Pignatti S., "La vegetazione alofila della laguna veneta").

Le barene presentano un suolo pesante, asfittico, scarsamente permeabile di composizione limo-argillosa, definito "suolo salso" per l'elevata concentrazione di cloruri. Oggi, tuttavia, tendono lentamente a scomparire perché erose dall'azione delle acque, accelerata da modificazioni antropiche quali lo scavo di canali profondi, il moto ondoso causato da imbarcazioni a motore, ecc. Se però dovessero venir meno, verrebbe messo a serio rischio tutto l'ecosistema lagunare e presto Venezia e tutte le isole circostanti sarebbero in balia delle correnti. Attualmente è in corso un'opera di recupero delle barene, molte delle quali, scomparse da anni, stanno ritornando alla luce grazie all'immissione di fanghi bonificati e depurati, provenienti dall'escavo dei canali.

Alle barene si contrappongono le velme che, viceversa, sono zone prive di vegetazione perché emergono solo in particolari condizioni di bassa marea; mentre invece le parti più elevate, sommerse solo in particolari condizioni di alta marea, si chiamano motte (es.: Motta di San Lorenzo). Una tipica pianta di questo habitat è il *Limonium vulgare*, e il miele che si ottiene da questa specie viene detto miele di barena. La produzione monoflorale è scarsissima per la limitata estensione di queste aree, anche se è una pianta mellifera.

Redatto da Annalisa Andreini
Scrittrice e Blogger



Il profumo della Torta Bertolina

La Bertolina è una torta che profuma di tradizione, di gesti tramandati nel tempo, curiose ipotesi e moderne interpretazioni. Un dolce decisamente profumato che da tempo immemorabile, a Crema, fa innamorare diverse generazioni. In dialetto si chiama "Turta Bertulina".

È una torta tipica dell'autunno (ma negli ultimi anni anche di fine estate) che rappresenta la cucina povera del territorio cremasco e di una parte di quello della bassa bergamasca. È prettamente stagionale, preparata con ciò che era facilmente reperibile nell'orto di casa o in cortile. Da sempre un dolce semplice ma molto amato, preparato da mani esperte, frutto di una consolidata bravura culinaria delle mamme e delle nonne. Ne esistono due modalità di preparazione: una più antica e molto basilare e una rielaborata in tempi più recenti da panettieri o pasticceri o reinterpretata dalla fantasia. La prima versione è quella che si suole definire "Bertolina di pane", composta solo di pasta di pane lievitata a cui le massaie univano una

profumata uva americana o uva fragola sgranata e ben asciugata, strutto di maiale o burro, sempre presente nelle cascine di campagna, un po' di farina bianca e una manciata di farina di mais fioretto (la farina della polenta che non mancava mai) e, infine, una spolverata di zucchero. Quest'ultimo poco perché era considerato un bene di lusso e quasi un dono. L'impasto della Bertolina veniva poi riposto in una teglia unta, su cui si versavano in abbondanza i succosi acini talvolta spolverati di zucchero, capace poi di sciogliersi durante la lenta cottura, così da poter attenuare l'asprigno sapore dell'uva. Si ricopriva poi tutto con altra pasta di pane e si completava cospargendola con una manciata di altro zucchero al fine di rendere, a fine cottura, il

dolce guarnito di una succulenta crosticina croccante. La tortiera, con il suo prezioso contenuto e ricoperta da un telo, veniva posta a riposare un paio d'ore in un luogo caldo per aumentare la massa lievitante. Una volta terminata la preparazione del dolce, i ragazzi di casa che avevano assistito impazienti a tutte le fasi di realizzazione, si rendevano disponibili a recarsi al forno del paese, che veniva condiviso, o presso il fornaio che avrebbe provveduto ad una adeguata cottura.

La teglia, contenente la gustosa leccornia, veniva avvolta in un ampio e robusto telo legato ai quattro angoli e affidato dalle mamme ai loro figli con le raccomandazioni di rito perché venisse consegnata al forno con

tempestività. Così, nei giorni pre-stabiliti, prima di mezzogiorno, si potevano vedere gruppi di ragazzi recarsi al forno per un modesto compenso. Al forno del paese il dolce veniva messo a dimora dopo la cottura dell'ultima sfornata di pane e veniva trattenuto fino al completo raffreddamento. L'aspettativa era lunga un intero pomeriggio e, solo dopo le sedici ore, la torta veniva riconsegnata a quei ragazzi fortunati che tornavano nelle loro case pronti ad addentare, ancora tiepida, l'attesa e agognata delizia. La cottura aveva quindi la sua parte di rilievo nella buona riuscita del dolce. Il risultato doveva essere una torta intensa di sapore, dalla superficie non uniforme a causa della irregolare disposizione dell'uva, che poteva emergere con il suo prezioso sughetto. Il tutto ricoperto da una leggera crosticina di zucchero, a tratti anche caramellato, intriso del sapore procurato dalla cottura dell'uva. La particolarità di questa torta è caratterizzata proprio dall'essere ricchissima di uva e di sugo d'uva, che spesso strabordava dagli strati di pasta colorandoli con quell'inconfondibile colore marrone-viola dorato. Alcune massaie facevano sobbollire l'uva con lo zucchero e poi versavano sopra la torta questo mosto profumatissimo. Il pasticcere cremasco Franco Cremonesi, della storica pasticceria "Dossena" di Crema raccomanda che la percentuale di uva nell'impasto sia più del doppio della farina. Questa tradizionale preparazione è stata gradualmente modificata nel tempo in un impasto di "torta dolce" per diversi motivi: sia per aver cambiato la metodologia di preparazione nei tempi più moderni, sia per l'alternativa tipologica di cottura (il forno domestico) sia per i nuovi e più elaborati ingredienti facilmente reperibili. Chi aggiunge l'olio o il burro nell'impasto, chi il latte, chi il succo di limone, chi il Mistrà o altri liquori, chi le uova e così via. Cambiano anche il numero degli strati (a volte due, a volte tre) e le forme. E cambia anche la reperibilità dell'uva che un tempo era di esclusiva appartenenza o di alcune famiglie della cerchia muraria di Crema o di alcuni

orti di campagna. Oggi invece è disponibile in tempi e quantità abbondanti. E, negli ultimi anni, l'uva fragola matura molto prima rispetto al passato e già a metà agosto è disponibile.

La Bertolina ormai sta assumendo sempre di più le caratteristiche di una torta morbida e soffice, lontana dall'origine povera che la presentava come una sorta di focaccia di pane. Qualche pasticcere e ristoratore la propone anche in versione frolla come una crostata ripiena oppure nella moderna versione di graziosi muffin o tortini monoporzioni da servire a fine pasto. Lo chef cremasco Stefano Fagioli propone, per esempio, una Bertolina di sabbiosa con salsa d'uva fragola. Col tempo si sono moltiplicate molte varianti della ricetta originale a seconda della famiglia e del paese di provenienza.

La protagonista assoluta rimane sempre lei, l'uva Clinton, nata da inneschi su vitigni autoctoni, falciati dalla distruzione dei vigneti procurati dalla fillossera e da una serie di malattie della vite che hanno minacciato la vite europea. Questa antica pianta, giunta in Europa dall' America all'inizio del ventesimo secolo (intorno al 1820), seppe far riprendere la coltivazione dell'uva nel nostro territorio e in alcuni distretti vinicoli veneti e friulani e ci regala ancora tutte le emozioni legate ai viaggi, ai territori lontani e agli incontri di innesti, in cui la natura sa dimostrare tutta la sua resilienza. Non era invece molto amata per la preparazione del vino, il "Cremaschi", che in terra cremasca non ha mai riscosso

molto successo e anzi veniva denigrato dagli enologi. Era un vino dal colore intenso che macchiava e lasciava una traccia molto intensa nei bicchieri. Le signore di una volta usavano solo questo tipo di uva per le loro bertoline, un'uva dal sapore fruttato che veniva coltivata dentro le mura di Crema (le cerchie murarie) per evitare i dazi e ancora oggi esiste un quartiere a Crema, il "Pergoletto", caratterizzato proprio dalle pergole di uva clinton, chiamata "uva cremaschina" in ricordo degli antichi filari.

Questa torta, che si può considerare casalinga nella sua ideazione, ha riscosso così tanto successo nel tempo da diventare l'oggetto di una festa a lei dedicata in piazza Duomo a Crema nel mese di settembre dal 1980. Sulla sua origine circolano diverse storie curiose: alcuni, come racconta una leggenda medievale, collegano il nome della torta a due contadini un po' rozzi ma astuti (Bertoldo, Bortolo o Bertoldino). Altri invece propendono per la storia di due donne di Trescore Cremasco (un paesino vicino Crema) proprietarie di un panificio che l'avrebbero creata, tra focacce e pan di mistura. Studiosi locali parlano di una "focaccia con farina gialla o bianca con ripieno d'uva e frutta cotta" e voci popolari raccontano come "sò da pasta e sò d'öa generosamente combinati con zucchero e olio" fossero capaci di allietare le tavole famigliari. Per chi non l'ha mai assaggiata questa torta sarà una scoperta curiosa, un concentrato infinito di profumi e gesti lenti.



RICETTA DELLA BERTOLINA CREMASCA

Prima proposta di Antonio Bonetti

(Chef e rappresentante de "Le tavole Cremasche")

Ingredienti

Farina 00 q.b.
350 gr di farina di mais fioretto
150 gr di uva fragola o uva clinton
500 gr di olio extravergine d'oliva
4 cucchiaini di zucchero semolato
80 gr di sale
Una presa di lievito di birra (12 gr circa)
Acqua q.b. (300-350 cl)
Zucchero per la superficie

lucido e distribuire sopra il resto facendolo affondare bene nella pasta con le dita. Completare con lo zucchero. Mettere in forno a 170/180° per 45 minuti circa fino alla doratura della superficie.

Preparazione

Unire in modo omogeneo le due farine con lo zucchero, aggiungere l'olio extra vergine d'oliva e il lievito sbriciolato e sciolto in poca acqua tiepida.

Impastare unendo lentamente altra acqua fino a quando otterrete un impasto morbido ma non acquoso.

Fare lievitare l'impasto per un'ora sino al raddoppio del suo volume.

A quest'impasto unire metà dell'uva mescolando

Seconda proposta

della vincitrice di un'edizione della Sagra della Bertolina

Ingredienti

1/2 kg di farina 00
7 etti di uva nera per Bertolina già sgranata
Una manciata di farina di mais
2 manciate più 10 cucchiaini di zucchero
2 uova intere
Mezzo etto di burro
1 tazzina da caffè di olio d'oliva
Latte
Lievito per dolci
Un cucchiaino da caffè di sale fino

Coprirlo con metà dell'uva, leggermente infarinata, senza lasciare liberi i bordi, e cospargere con tre cucchiaini di zucchero e un filo d'olio.

Stendere un nuovo strato di pasta, ancora uva, zucchero, olio e infine la pasta di copertura.

Lisciare la superficie con le dita unte e cospargere con tre cucchiaini di zucchero, un filo di olio anche tutto intorno ai bordi.

Mettere in forno preriscaldato, a 200°, per 40/50 minuti.

La superficie deve risultare di un colore dorato tendente al marrone.

Preparazione

Mescolare in una ciotola il burro fuso con le due manciate di zucchero e le uova, unire gradualmente le farine, il sale e il latte sufficiente per ottenere una pastella che si possa stendere con la forchetta, unire quindi l'olio e da ultimo il lievito passato al colino. Amalgamare molto bene.

Ungere la tortiera con il burro, spolverarla con la farina e, aiutandosi con la forchetta, stendere un primo strato di pasta, corrispondente a circa un terzo dell'impasto.



Articolo realizzato da Franco Mioni - Giornalista ASA
con la collaborazione di Franco Elisei - Presidente dell'Ordine
dei Giornalisti della Regione Marche



Abita a Pesaro uno dei miei più cari e longevi amici; ho cominciato così a conoscere questa città alcuni decenni orsono. Accogliente e discreta, con una posizione ed una estensione a misura d'uomo, e caratteristiche particolari che si vanno scoprendo gradualmente.

Tante iniziative culturali, musicali ed espositive, non solo legate a Rossini o a Giò Pomodoro o al cinema, ma ad un territorio poliforme e prestigioso come il Montefeltro (Urbino) o all'epoca romana (Fano).

Tra il mare e le colline è lo scrigno in cui è adagiata la città; qui, nel corso dei vari soggiorni, oltre ai palazzi, alle chiese ed alle fortezze andavo scoprendo piccole/grandi invenzioni dell'uomo e doni preziosi della natura come la "Bicapolitana", un vero métro di superficie dal centro storico a tutta la marina, fino al tramonto sul porto, fenomeno unico a est.

La cucina, il cibo ed i prodotti tipici: nella quasi attigua Fano una flottiglia peschereccia tra le più attive dell'Adriatico (ed il famoso "brodetto" con relativo festival), dai colli vino e olio di notevole qualità e carni ruspanti; il tutto servito in antiche osterie ed in accoglienti ristoranti quasi ovunque con sincera empatia e costi

onesti.

Ecco quindi le persone. Nel corso degli anni ho riscontrato naturale e spontanea gentilezza e disponibilità in tantissime occasioni, e gli amici degli amici sono divenuti spesso nuovi amici.

Non dimentichiamo poi le eccellenze ed i successi sportivi nel basket, nell'atletica e nel motociclismo, con Valentino Rossi famoso nel mondo intero.

Non vorrei infine sembrare troppo celebrativo di questa città in cui si vive molto bene (pensate che esiste un Assessore alla Bellezza...) ma che ritengo da troppo tempo sottovalutata. Così il fatto che sia stata scelta come "Capitale della Cultura per il 2024" mi ha indotto a ricercare quali sono stati i punti salienti dei primi sei mesi dell'anno nonché le previsioni per il periodo di maggiore affluenza turistica da poco iniziato.

Fondamentale è stato il contributo fornito dal prezioso amico Dott. Franco Elisei, Presidente dell'Ordine dei Giornalisti della Regione Marche, fondatore e direttore della rivista **Le Cento Città**, che di seguito riportiamo.



La grafica di Pesaro 2024

Il visual è firmato da Cristina Spanò, illustratrice e fumettista italiana che vive a Barcellona. L'illustrazione parte dall'interpretazione del dossier di candidatura, è modulata sui colori della Capitale e dà forma ad alcuni dei simboli più iconici della città: le mani che si stringono (elemento presente nel logo istituzionale), il violino per la Città Creativa della Musica UNESCO, la rosa di Pesaro (rimando alla celebre produzione locale ceramica del Settecento), le foglie di quercia (omaggio alla signoria dei Della Rovere), il libro per 'Pesaro Città che Legge' (riconoscimento ottenuto dal 2017), la bicicletta per la Bicipolitana, la sirena bicaudata dei Mosaici della Cattedrale.

La cultura protagonista per un anno intero a Pesaro. Centinaia di eventi, più di uno al giorno da gennaio scorso, che continuano a crescere coinvolgendo tutto il territorio provinciale in un grande abbraccio. Una macchina organizzativa che si autoalimenta ogni settimana. Prime nazionali e ospiti internazionali, oltre 150 artisti di fama a esibirsi per diffondere conoscenza, perché "la cultura è conoscenza", come ha sottolineato il presidente Sergio Mattarella nel giorno dell'apertura delle celebrazioni per Pesaro capitale 2024. La cultura come base della libertà e della democrazia. "La natura della cultura" è il mantra che consente di esplorare le relazioni attuali tra natura, arte e tecnologia. Non a caso uno dei simboli di Pesaro capitale è una foglia di ginkgo Biloba, albero della pace e simbolo della natura che resiste.

La cultura come base della libertà, della pace e della democrazia. Una cultura diffusa e inclusiva. Così è stato presentato il progetto e così lo si sta sviluppando.

La cultura, per una volta, anche come attrattiva di migliaia di turisti che stanno affollando piazze, ristoranti e alberghi, con un incremento mai scontato. E il 2024 per Pesaro può considerarsi già un anno straordinario, con i riflettori puntati sulle unicità culturali, ambientali, imprenditoriali, ed enogastronomiche della Provincia Bella.

Altro simbolo di Pesaro 2024 è la "Biosfera", un'installazione scultorea-digitale che coniuga arte e scienza attraverso un'avanzata tecnologia: quattro metri di diametro e milioni di led che illuminano la piazza principale e trasmettono immagini delle eccellenze pesaresi integrando ambiente e arte, cultura e paesaggio, dalle colline al mare, dai borghi alla città.

Il riconoscimento ha coinvolto tutto il territorio che ha deciso di mettersi in gioco in questa sfida in modo corale e dove Pesaro è stata definita "città orchestra" perché ogni organismo, ogni realtà, ogni comunità ha iniziato a suonare un proprio strumento mettendo in luce le rispettive eccellenze. Una sfida iniziata con il sindaco Matteo Ricci, ora eurodeputato e continuata con il nuovo primo cittadino Andrea Biancani con il filo conduttore in mano al vicesindaco e assessore alla Bellezza Daniele

Vimini.

Pesaro, intesa come provincia, può vantare straordinari protagonisti della cultura, artefici di una storia che ha già elevato il capoluogo a "città creativa della musica" e il centro storico di Urbino a patrimonio Unesco. Una storia che può contare una secolare Università, un'Accademia di Belle Arti e ben sedici teatri attivi tra la costa e l'entroterra, una Mostra del Nuovo Cinema e tantissimi intellettuali, poeti, letterati. Interpreti magistrali del Rinascimento e artisti contemporanei che hanno saputo esprimere ed esprimono ancora oggi con le loro opere, la bellezza dell'arte. Da non dimenticare poi il Rossini Opera Festival, evento di caratura internazionale che per l'occasione ha predisposto un programma più ampio con un'opera in più in tabellone e un arco di 17 giorni continuativi di rappresentazioni. Non solo, da luglio spazi culturali aperti tutti i giorni (per alcuni siti previste anche aperture serali): teatro Rossini, Museo della bicicletta, Domus di via dell'Abbondanza, Sinagoga, Chiesa del nome di Dio, Casa Rossini, Museo nazionale Rossini, Conservatorio. e Sonosfera.

Previsti tour guidati nei luoghi significativi della città, che raccontano la natura della cultura del territorio. In più, l'opportunità della navet-





ta gratuita che collega Pesaro a Gabicce, attraverso il Parco San Bartolo. Un'azione su più fronti, che intende soddisfare le richieste culturali di pesaresi, visitatori e cittadini temporanei. La nuova amministrazione Biancani vuole interpretare la cultura come un importante traino di sviluppo del territorio. «Siamo riusciti - ha detto il neosindaco - a rendere tutto quello che abbiamo visitabile, in un anno straordinario come quello della Capitale italiana della cultura. Abbiamo iniziato questo mandato con un segno concreto, che dimostra la volontà di accogliere al meglio chi sceglie Pesaro, per invitare alla scoperta di una città e di un territorio pieni di bellezza dove si vive meglio grazie anche all'offerta culturale».

E il progetto che Pesaro sta portando avanti è collettivo. Abbraccia due grandi sfide epocali: quella ambientale e quella culturale coinvolgendo tutti i 50 Comuni della provincia. Ognuno di loro è capitale per una settimana e si passano il testimone fino alla nomina della nuova città della cultura italiana.

«La cultura e la bellezza come motore di crescita e sviluppo del nostro territorio - ha spiegato l'ex sindaco Ricci che ha dato il via alla serie di eventi - È questa la sfida che abbiamo lanciato dieci anni fa, quando abbiamo proposto ai pesaresi un patto per uscire dalla grave crisi economica che ci aveva colpito, attraverso un modello di sviluppo diverso, incentrato sulla manifattura, ma anche sulla bellezza, sulla cultura e sul turismo. La cultura della pace, contro le guerre che si combattono intorno a noi e a cui non possiamo rassegnarci. La cultura della solidarietà, del volontariato, del lavoro

e del fare, della fatica dell'intraprendenza, del genio dei nostri imprenditori».

«La comunità di Pesaro - ha precisato il vicesindaco Daniele Vimini - sta vivendo un anno da Capitale con un'idea contemporanea e nuova di cultura. Andare alla 'natura della cultura' significa unire sempre il patrimonio artistico e paesaggistico a vera sostenibilità e a vera sapienza tecnica e tecnologica, cercando quello che ancora non c'è».

Perché cultura è civiltà, è consapevolezza dei diritti, è assenza di pregiudizi e custode del rispetto della persona. A Pesaro per un anno intero è la protagonista.





Articolo realizzato da Attilio Barbieri
Tratto dal blog "Il casalingo di Voghera.it"



CARNAROLI PURO

ECCO COME DISTINGUERE IL VERO RE DEI RISOTTI DAL FALSO

Il Carnaroli è un riso straordinario. Se vuoi cucinare un risotto memorabile, di quelli che ti ricordi a distanza di mesi, è la varietà giusta. Tiene la cottura come nessun altro, è del tutto privo di quel retrogusto legnoso, di cellulosa, che rovina molte cultivar di cereali. Ed è dolce. Straordinariamente dolce, al punto da sposarsi perfettamente con qualunque condimento. Anche il più delicato. Esaltandone il sapore. Il Carnaroli è davvero il principe dei risotti. Quello vero, però, che è pochissimo nella massa di risi etichettati con questa denominazione. Già perché la quasi totalità dei pacchi di Carnaroli che si trovano esposti sui banconi dei supermercati e finiscono nel carrello dei consumatori, contengono i cosiddetti similari. Lontani parenti del Carnaroli puro. Molto lontani. Caravaggio, Carnaval, Carnise, Carnise precoce, Caroly, Cartesio, Circe, CI144, Karnak, Keope, Leonidas CI, Mza11, Poseidone, Sibilla, Zar: sono quindici le varietà di cereale bianco vendute sotto falso nome.

Attenti, però. È tutto lecito. Perfettamente in regola con le leggi vigenti. L'inganno legale parte da lontano, precisamente dal 1958, quando venne approvata la legge sul commercio interno del riso, la numero 325 del 18 marzo 1958. Una norma che viene aggiornata annualmente con un decreto legislativo scritto a quattro mani dai ministri dell'Agricoltura e delle Imprese. Giusto per aggiungere qualche varietà di similari. Così, sulla Gazzetta Ufficiale, finisce con puntualità svizzera una tabella suddivisa in due colonne. In una colonna i «risoni», nell'altra i risi raffinati, con le denominazioni che il risone può assumere. Inutile dire che sull'etichetta finisce sempre e soltanto la denominazione della varietà più pregiata. Per chiarire il meccanismo ricorro all'esempio dei sistemi planetari raffigurati nella tabella che illustra questo articolo. Il risultato è ancora più paradossale. In pratica è come se tutti e nove i pianeti del nostro sistema solare – Mercurio, Venere, Terra, Marte, Giove, Saturno, Ura-

no, Nettuno e Plutone – si facessero chiamare Sole.

E l'inganno legale è addirittura a prova di etichetta. Anche per i consumatori più attenti è praticamente impossibile capire se la scatola di riso che trovano sul bancone del supermercato contenga vero Carnaroli oppure un «similare», ad esempio Karnak, Carnise, Poseidone o Caravaggio. Per quanto leggano attentamente l'etichettatura del cereale che si apprestano ad acquistare non troveranno nulla che sveli loro la sua reale identità. L'ho già detto, ma vale la pena di ripeterlo: è tutto legale. In regola con le norme vigenti. E per una volta l'Unione europea non c'entra nulla.

Le varietà simili sono molto diverse rispetto al riso puro. Innanzitutto costano molto meno nella fase di coltivazione, si raccoglie più risone e quindi, a vendere i similari per l'originale, si realizzano guadagni maggiori. Certo, le proprietà del riso ottenuto sono molto diverse. Nel caso del Carnaroli, definito il «principe dei risotti» per le qualità organolettiche e la capacità di non scuocere, la differenza è abissale. Se al supermercato i cloni costano in media 3 euro al chilo, il vero Carnaroli si paga anche 6, ma non mancano i produttori che lo commercializzano direttamente a un prezzo paragonabile a quello che si paga nella grande distribuzione.

Il Carnaroli puro è tornato recentemente d'attualità perché è stato al centro di una importante operazione di recupero avviata dalla Camera di Commercio di Pavia e sostenuta da un progetto di rilancio (Pop al Top, i Chicchi

delle Meraviglie) condotto come capofila dalla Federazione pavese di Coldiretti, assieme ad Ascom di Pavia, Consorzio tutela vini dell'Oltrepò. La varietà al centro del progetto di rilancio è il Carnaroli da Carnaroli Pavese riconoscibile per marchio collettivo depositato dalla Camera di Commercio di Pavia. Una iniziativa importante, soprattutto perché ha testimoniato ai consumatori l'esistenza di un Carnaroli in purezza e insegna loro a distinguere l'originale dai similari.

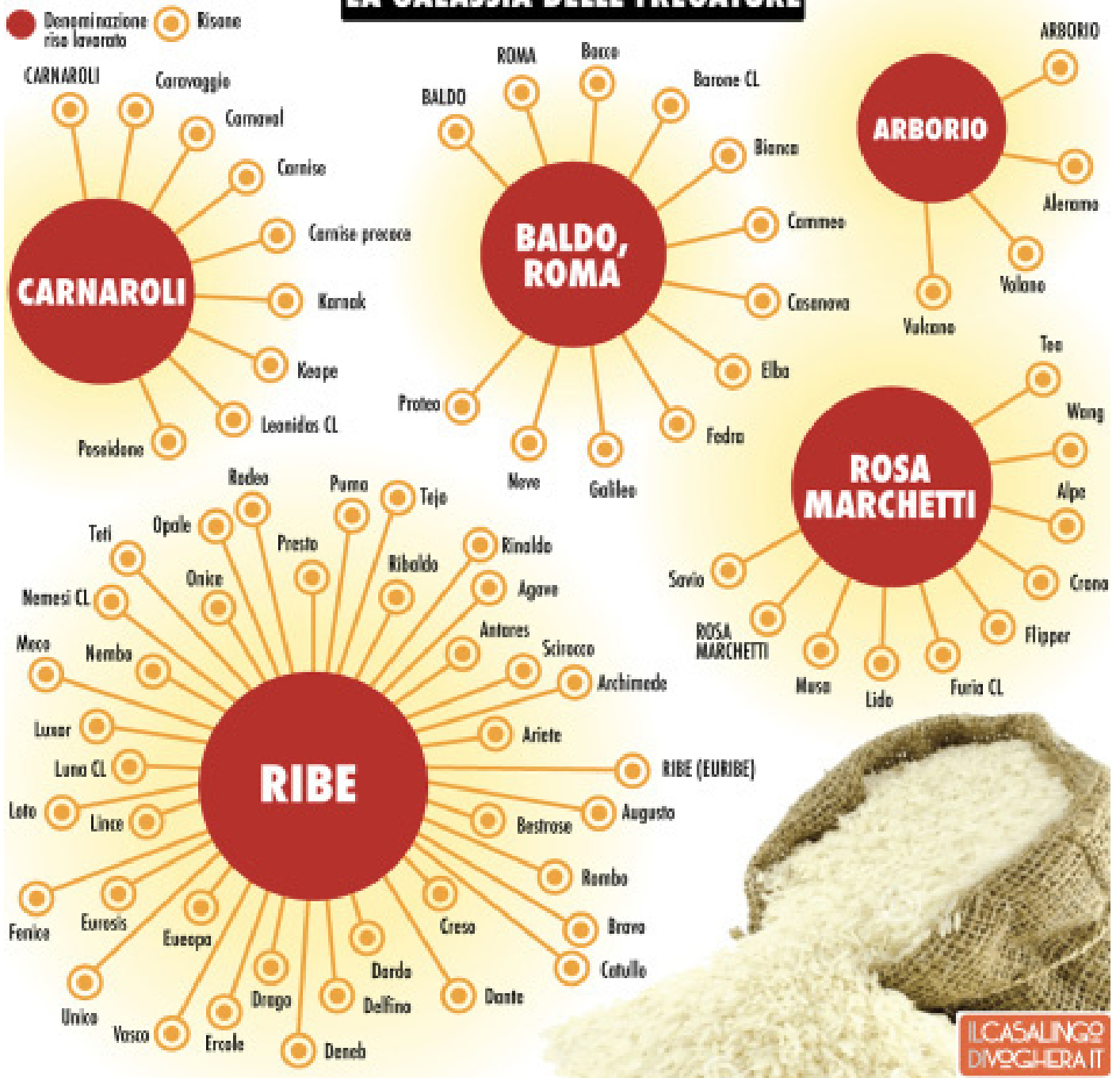
Il Carnaroli da Carnaroli Pavese è acquistabile direttamente dai produttori e si trova in vendita al mercato coperto di Campagna Amica di Pavia. In alcune catene della grande distribuzione si trovano comunque Carnaroli in purezza, come il Carnaroli Dna Certificato del Distretto Riso e Rane e il Carnaroli Delta del Po Igp.

Può dirsi praticamente fallita la riforma del 2018 che ha introdotto la denominazione "Classico" per le varietà di riso in purezza. Se ne trova pochissimo in commercio.



ILCASALINGO DIVOGERA.IT

LA GALASSIA DELLE FREGATURE

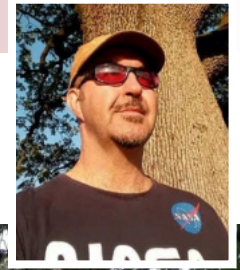


Articolo realizzato da Carlo Mantovani

L'Inviato nel Buon Gusto

Giornalista dendrogastronomico

ideatore del Movimento Paesaggezza



IL TURISMO DENDROGASTRONOMIC COME MODELLO DI VALORIZZAZIONE DELLA MONTAGNA VERONESE

Come ho scritto nel mio progetto di valorizzazione e promozione turistica dell'Appennino Emiliano (intitolato Appenni-Now, cioè "l'Appennino Adesso") occorre che la montagna si affranchi dal salvagente della neve e invece di attendere a dita incrociate precipitazioni peraltro sempre più rare, punti su una proposta ricreativa e ricettiva capace di attrarre i turisti tutti i giorni dell'anno. La soluzione, a mio parere – anche e soprattutto per le spettacolari montagne e colline veronesi - è nel turismo che io propongo dal 2018, cioè gli itinerari dendrogastronomici, tra grandi alberi e grandissimi piatti e prodotti, un sistema in perfetto equilibrio tra natura e cultura: i mo-

numenti arborei e le vecchie piante da frutto, su cui i miei percorsi sono impostati, sono infatti presenti in qualsiasi stagione; e d'altra parte la cucina dendrogastronomica, essendo legata a frutta e verdura, è una cucina stagionale, capace di sorprendere e deliziare i clienti tutti i giorni dell'anno. Una formula turistica che tuttavia, per esprimere il suo grande potenziale, necessita di un'organizzazione adeguata. Per far funzionare il turismo tra grandi alberi e grandissimi piatti e prodotti, occorre infatti realizzare almeno tre condizioni: 1) le piante monumentali protagoniste degli itinerari devono essere tutelate (specialmente i patriarchi da frutto, custodi di biodiversità), segnalate in modo chiaro

(non dimentichiamo che, anche se arborei, si tratta di monumenti) e - ove insistano su terreno privato - essere rese accessibili al pubblico, previo accordo con i proprietari. Non è possibile, ad esempio, che chi vuole visitare gli straordinari faggi della Lessinia veronese debba sempre chiedersi come arrivarci e se il percorso violi la proprietà privata. Infine, quando insigni patriarchi vengono meno – per evitare perdite scandalose, come nel caso della leggendaria Roara di Tregnago- occorre lasciare almeno la ceppaia, affiancandovi un cartello corredato da foto della pianta al suo massimo splendore e da una breve descrizione storico-botanica.

2) I “produttori di gusto” (categoria che comprende ristoranti, agriturismo, gastronomie, panetterie gelaterie e pizzerie) debbono valorizzare frutta e verdure di stagione, compresi i frutti antichi e i piccoli frutti, latori di un potenziale enogastronomico in gran parte inesplorato, capace di impreziosire anche piatti salati. Non è ammissibile, ad esempio, che non venga considerato e sfruttato il potenziale straordinario di frutti tradizionalmente coltivati sul territorio veronese, come accade per i cachi, che in molti casi, invece, non vengono nemmeno raccolti; o che i ristoratori propongano piatti a base di castagne soltanto un mese all’anno, quando basterebbe farle essiccare per averle sempre a disposizione. Sarebbe anche opportuno, poi, che le feste di paese pensate per celebrare i frutti del territorio (pesche, ciliegie, meloni, fragole, mele e pere) coinvolgessero le scuole alberghiere più vicine e proponessero ai diplomandi progetti di valorizzazione gastronomica.

3) Infine: i musei (etnografici, geopaleontologici ed enogastronomici) e le aree verdi (parchi, riserve, oasi e campi catalogo) debbono estendere il loro periodo di apertura il più possibile, per evitare che il turista si trovi davanti ad inopinate chiusure e non possa approfondire la conoscenza del territorio.

Sono sicuro che, in presenza

di adeguata volontà politica, questo inedito sistema turistico – nato per promuovere aree (come la montagna, la collina e la campagna) non attraversate dalle rotte qualunque e oramai usurate del turismo di massa - possa dare molte soddisfazioni: ma questo accadrà soltanto se verranno curate anche informazione e promozione, organizzando progetti di educazione al Paesaggio rivolti alle scuole e alle famiglie: affinché possano riscoprire la ricchezza del territorio veronese, e capire che davvero, seguendo i grandi alberi, si arriva in grandissimi posti, dove assaggiare piatti e prodotti squisiti.



Intervista del Cavalier De Gustibus



RACCOGLIER FUNGHI CHE PASSIONE!

Siamo agli inizi della stagione che ci regala i funghi, i preziosi "frutti del bosco" ed è il periodo nel quale mi rifocillo le stanche membra tra le valli del Trentino. Qui, come ogni anno, ritrovo i vecchi amici, anche loro appassionati della montagna ed assieme formiamo una bella brigata sempre aperta a nuovi componenti. Quest'anno si è aggregato il rag. Pistilli detto "Tony l'Alpino" da tutti riconosciuto come il boss incontrastato dei raccoglitori di funghi. Seduti sulla terrazza di un rifugio, tra un bicchiere di vino ed un grappino, iniziamo a parlare di vari argomenti, ma alla fine il discorso cade sulla sua passione.

Ragioniere, se per tutti sei conosciuto come Tony l'Alpino e considerato il migliore tra i raccoglitori di funghi, un motivo deve esserci?

Certamente, il soprannome me lo sono meritato facendo la leva militare a Dobbiaco, ormai tanti decenni orsono, e per il resto penso che per me, come per molti altri, andar per funghi non sia solo una passione, ma una propria e vera malattia. Ma come tutte le passioni l'importante è coltivarle nella maniera giusta e mai come in questo caso la conoscenza dei funghi e il rispetto per la natura sono essenziali e basilari.

Ma i raccoglitori di funghi non sono rispettosi dell'ambiente?

Spesso si assiste a "distruzioni di massa", quando vari raccoglitori inesperti distruggono tutti i funghi che trovano sul proprio cammino, pensandoli velenosi!! Ma non è distruggendoli che si aumenta la conoscenza. Il più delle volte, funghi rotti o sollevati dal terreno, sono alla fine ottimi commestibili, ed è solo l'ignoranza e la non conoscenza di molti che non permette ad altre persone di usufruire della raccolta di funghi magari altrettanto buoni come i porcini.

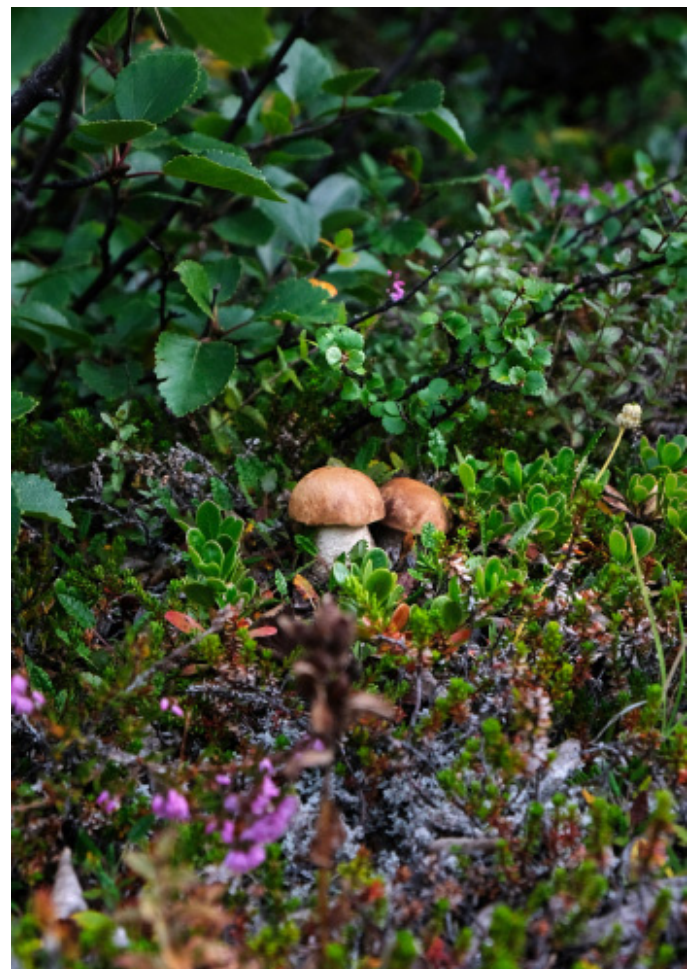
Esistono quindi funghi altrettanto buoni quanto i porcini?

Secondo alcuni è questione di gusti, ma ti garantisco che non esistono solo i porcini in questo periodo, ma ci sono tanti altri funghi che possono regalarci ottime ricette da preparare per noi stessi o i nostri ospiti.

Quali sono i consigli utili per la raccolta?

Le regole fondamentali che un buon raccoglitore di funghi deve rispettare sono poche ma essenziali. Incominciamo da zero: la scelta di un buon bastone in legno è essenziale perché, in seguito, servirà a spostare le foglie che potranno nascondere una gradita sorpresa: il fungo. Ogni raccoglitore di funghi ha, di solito, un bastone a cui è affezionato, ma per una persona che è alle sue prime esperienze raccomando un bastone robusto e lungo almeno da terra fino al proprio bacino, ricavato da un ramo raccolto già secco. Non rompiamo i rami degli alberi per creare il nostro bastone.

La seconda regola fondamentale è quella di munirsi di un cesto in vimini, che permetta però la circolazione dell'aria all'interno e alle spore di cadere, in modo da assicurare un fu-



turo alla specie fungina. Ricordo che per il regolamento non è possibile utilizzare contenitori di plastica per il trasporto, comprese reti e similari traforate. Scegliete il cesto in maniera adeguata, non troppo grande, né troppo piccolo, creando uno strato morbido in gomma-piuma nel manico e un laccio che permetta di portare in spalla il cesto: tutto questo per rendere meno faticose le passeggiate nel bosco. Ricordare sempre di portare con se un coltello munito di spazzolino per pulire sul luogo i funghi e permettere così alle spore ricadere sul terreno.

Ora siamo pronti per partire, cosa dobbiamo fare?

Innanzitutto, informarsi e leggere attentamente il regolamento, inerente la raccolta dei funghi, vigente nella zona nella quale vogliamo andare. Riceperlo e sottostare a quanto previsto, senza cercare di fare "i furbetti".

A questo punto ci inoltriamo nel bosco e ...

Guardare sotto ogni albero, aggirandolo e facendo molta attenzione ad ogni tipo di rigonfiamento sul terreno: aiutandosi col bastone smuovete le foglie con pazienza, guidati sempre dalla speranza di poter trovare il nostro amico gradito; altro importante suggerimento è quello di non aiutatesi mai solo con le mani perché al posto di un amico gradito potrebbe essercene uno sgradito (vipera o altro...). Appena trovato un fungo non toccarlo mai con le mani al primo impatto, ma assicurarsi della non velenosità di esso ed in caso contrario lasciatelo stare (non romperlo, ne calpestarlo perché, anche il più piccolo essere vivente, contribuisce all'equilibrio dell'ecosistema). Nel caso in cui il fungo non sia velenoso, raccoglietelo e aiutandosi con il coltello pulite per bene la base del gambo in modo che la terra, il micelio e le altre sostanze depositate su questo possano cadere, così da non incidere sulla prossima nascita. Porre il fungo appena raccolto, frutto di tante ricerche, all'interno del cesto, dentro il quale, magari, nel fondo, avete depositato uno

strato di felci.

Se non si è certi della commestibilità del fungo raccolto?

Se non si è certi della commestibilità del fungo raccolto non porlo insieme ad altri, ma è bene metterlo in un altro cesto che si potrà poi portare per sicurezza ad un centro di consulenza micologica, così da ampliare la vostra conoscenza con i consigli e i suggerimenti che gli esperti saranno ben lieti di fornire. Questi centri sono numerosi e basta solo un po' di buona volontà per scoprire ove sono ubicati e gli orari di apertura.

Alcune persone parlano di modi empirici e molto semplici per verificare la commestibilità dei funghi.

I modi empirici e molto semplici di queste persone sono la via più rapida per andare al camposanto, ma non come spettatore, altresì come protagonista del funerale. Non bisogna credere assolutamente al cambio di colore della carne, all'annerimento del prezzemolo o delle posate d'argento, alla constatazione che alcuni animali mangiano questi funghi, ai profumi più o meno gradevoli che emanano. Queste sono solo "eresie" di persone altamente ignoranti che meriterebbero di essere denunciate.

Come si può fare per ampliare la nostra conoscenza sulla commestibilità dei funghi?

Nessuna fotografia o descrizione può convincere qualcuno a raccogliere altre specie, a parte quelle che conosce bene; questo da un lato è giusto, ma ciò dovrebbe convincere a frequentare corsi di micologia, dove le basi di conoscenza delle varie specie garantiscono una certa sicurezza.

Nel mentre altri amici ci raggiungono ed il nostro dialogo si interrompe lasciando il posto ad argomentazioni sull'avvistamento dei cervi e la programmazione enogastronomica della serata.



La grappa in cucina



In molte ricette troviamo come ingrediente i distillati variamente dosati , da alcuni cucchiari ad un bicchierino. Riteniamo cosa utile ed interessante proporre alcune con la grappa, nostro distillato principe, riservando loro una pagina sulla nostra Rivista.

Mezze penne all' Aringa marinata e grappa

Ingredienti:

400 gr. Pasta tipo mezze maniche
500 gr. Filetti di aringa marinata
400 dl. Panna da cucina
1 bicchierino di grappa morbida
1 cipolla
4 noci di burro
Uova di lompo rosso o nero q.b.
Erba cipollina q.b.

Preparazione:

Sbucciare la cipolla, tritarla finemente e farla cuocere a fuoco dolce con il burro. Unire i tre quarti della panna e fare scaldare bene il tutto. Lavare i filetti dall'olio e dalla marinatura, tagliarli a dadini ed aggiungerli alla padella proseguendo la cottura. Quando il composto tenta ad asciugarsi aggiungere la grappa e mescolare bene. Quindi versare la rimanente panna sempre mescolando per alcuni minuti. Aggiungere la salsa calda sulle mezze penne, che nel mentre saranno state cotte, mescolare ed impiattare. Guarnire con uova di lompo a piacere e, per dare colore, con erba cipollina.



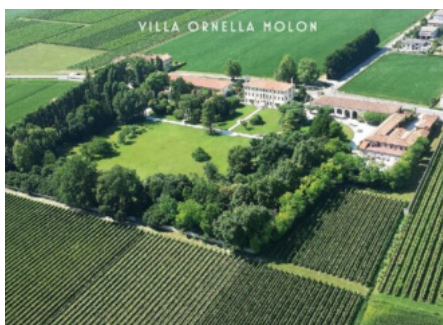


VISITA CANTINA ORNELLA MOLON



Sabato 20 aprile 2024 la Confraternita Dogale della Marca ha organizzato una visita alla cantina Ornella Molon a Campo di Pietra (TV).

In questi territori, dove la storia ha lasciato il segno, dove la terra racconta innumerevoli tradizioni, nasce, nel 1982, la cantina Ornella Molon. Ornella con il marito Giancarlo, hanno trasformato la loro passione in un lavoro dando nuovamente vita e vigore alle storiche cantine che furono residenza di campagna del Doge Giustinian nel 1652. La Cantina Ornella Molon, oggi, è sinonimo di tradizione ed innovazione, espressione perfetta di una cultura centenaria ripresa e raccontata attraverso la produzione sapiente di vini autoctoni e vini dal respiro internazionale. Qualità, eccellenza ed ospitalità sono i valori che, costantemente, guidano ed ispirano la famiglia Ornella Molon nella loro attività.



La campagna trevigiana è stato il luogo privilegiato dove le ricche famiglie veneziane costruivano le proprie dimore per controllare più scrupolosamente le proprietà o per fuggire la vita a volte malsana della città. E proprio a Campo di Pietra di Salgarèda troviamo Villa Giustinian, dove ha sede l'Azienda Agricola Ornella Molon. Oltre all'imponente quanto affascinante Villa, l'azienda agricola conta anche un grande parco con alberi secolari, la cantina, la bottaia, un grazioso museo di tradizioni contadine ed una bottega dove poter regalare o regalarci dei prodotti enogastronomici unici. Una particolare attenzione va inoltre all'osteria ricavata nella Villa, la quale oltre ad essere gestita in collaborazione con la prestigiosa Locanda Cipriani di Torcello, offre la possibilità di assaporare i vini di Ornella Molon con abbinamenti gastronomici legati alla tradizione veneta.



I vini prodotti in questo luogo privilegiato vanno dai bianchi ai rossi, giovani o invecchiati in botti di rovere francese che possono maturare fino a due anni. È la particolarità del suolo stesso la peculiarità di questi vini, siamo infatti sulla pianura del Fiume Piave e non molto distante da qui troviamo il Mar Adriatico, un connubio di fattori che rendono speciale questo prodotto. La storia secolare aleggia nell'aria e nell'atmosfera, ma allo stesso tempo l'innovazione e la volontà di far conoscere le tradizioni al grande pubblico sono alla base dell'attività. Proprio come accade in questa prestigiosa Azienda Agricola che si rende promotrice di eventi culturali ed artistici.



Una solare Ornella, con il prezioso sostegno di tutta la famiglia, vuole ottenere vini intriganti e seducenti, grazie alle attenzioni minuziose e costanti in vigna. Vigne che si estendono lungo il fiume Piave, tra terreni argillosi, limosi e ricchi di caranto, lambiti da venti montani e brezze marine. È questo lo scenario che ospita e produce uve di grande qualità, sia internazionali che ancorate a quel suolo, come l'austero raboso. Notevole l'eleganza raggiunta dal Rosso di Villa 2016, Merlot Riserva, seguito dal Malanotte 2015. Fascinoso il passito Bianco di Ornella 2016.



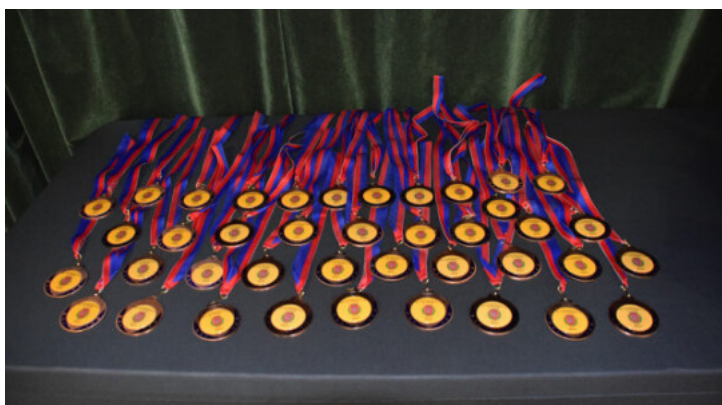


CONFRERIE DES GOURMANDS CHEVALIERS DE L'IMAGE D'EPINAL



Nel 2023 l'amica Maryanne, giovane ed estremamente attiva, ha posto le basi per la rinascita della confraternita che si stava estinguendo. Il Primo Maggio 2024 si è svolto un bellissimo capitolo con un menu di alto livello gastronomico.

E' seguito l'aperitivo offerto dalle autorità locali. Maestosi plateaux di frutti di mare hanno aperto il convivio seguiti da numerose altre prelibatezze tra cui bouffets di formaggi e di dolci, il tutto inaffiato da ottimi vini bordolesi.





FESTA MEDIOEVALE DEL VINO E DEL DOLCE RECIOTO



Soave 19 maggio 2024: vino, folklore, ma anche cultura si mescolano all'affascinante passato del paese.

In una splendida giornata di sole è avvenuto l'incontro per l'aperitivo di benvenuto presso la cantina Coffele, con Confraternite, Autorità, musicisti, sbandieratori e figuranti.

Si è formato il corteo storico giungendo nel cortile del Palazzo del Capitano per la nomina di Castellane e Spadarini.

Dopo il saluto del Sindaco dott. Matteo Pressi e del Presidente del Consorzio del Soave dott. Cristian Ridolfi, al suono delle chiarine sono salite sul palco tre giovani signore per ricevere l'investitura di Castellane:

la giornalista Elisabetta Gallina e le imprenditrici del vino Federica Nardello e Martina Adami. A loro viene offerto un calice di pregiatissimo Recioto di Soave ritenuto "sovrana panacea capace di rendere velutata la pelliagione del viso", unitamente alla consegna della chiave del castello con tracolla damascata, simbolo di potere sulle terre di Suavia.

Successivamente vengono nominati 2 Capitani Spadarini; il Presidente della FICE ing. Marco Porzio ed il Presidente dello SNODAR nonché Vice Presidente FICE Arnaldo Semprebon; a loro quali pregiati rappresentanti dell'amore per le tradizioni della civiltà del convivio, dopo il calice di Recioto, viene donato uno spadino con tracolla damascata simbolo di difesa delle terre di Suavia e delle Castellane.

La festosa giornata si va a concludere gustando un prelibato convivio bagnato dai vini offerti dal Consorzio del Soave e dalla Strada del Vino Soave.

Con la nomina di quest'anno, l'Imperial Castellania di Suavia è onorata di poter annoverare tra i Capitani Spadarini tutti i Presidenti FICE: l'indimenticabile fondatore Francesco Mazzoli, il poliedrico Mario Santagiuliana e il giovane ed entusiasta Marco Porzio.

Arrivederci al 2025





PASSAGGIO DI CONSEGNA E NOMINA NUOVO PRESIDENTE NAZIONALE

Sabato 15 giugno si è svolta a Salsomaggiore Terme (Parma) l'**Assemblea Generale** della nostra **Confederazione** nella quale fra l'altro era posto all'ordine del giorno, in quanto giunto alla sua stabilita scadenza, anche la **nomina dei componenti il Direttivo Nazionale** che dura in carica per un triennio e i cui membri possono ancora ricandidarsi nei successivi, così come previsto dallo statuto. I precedenti consiglieri che si sono riproposti sono stati tutti riconfermati, mentre non ha ripresentato la propria candidatura il Console Nazionale Mauro Marelli di Bordighera socio fondatore che per tanti anni ha scritto il notiziario Gourmet ed in seguito dal 2012 fino all'anno 2018 il nostro periodico "Il Gourmet Risorto". In sostituzione dello stesso è entrato a far parte del direttivo **Aldo De Martin Pinter** di Imperia (ambedue facenti parte del Consolato di Sanremo-Riviera dei Fiori.) L'elezioni si sono svolte in un clima sereno e cosa importante tutte con voto unanime e applausi. Al termine dell'assemblea si subito riunito il nuovo Direttivo Na-

zionale. il quale ha provveduto a distribuire le cariche eleggendo **Pier Ugo Verduri** a **Presidente Nazionale**, **Romano Lambri**, il quale è rimasto alla guida dell'associazione per ben dodici anni, a **Presidente Emerito**, **Aldo De Martin Pinter** a **Console Segretario**, **Giampaolo Marinelli** di Ventimiglia e **Gioachino Furitano** di Palermo a **Vice Presidenti** riconfermando tutti i rimanenti incarichi, anche in questa riunione all'unanimità. In serata i componenti il direttivo nazionale e numerosi soci si sono ritrovati alla panoramica discoteca "Villa Paradiso" sito sulla prima collina della città, per una cena conviviale assaporando i gustosi prodotti del territorio dell'Antico Ducato, per finire poi a ..."Tutti in pista" dapprima con la buona musica anni '70/'80/'90 scatenandosi con le danze. Con un poco di rimpianto il rientro in Hotel dato che all'indomani i Gourmets dovevano essere pronti ad un'altra impegnativa giornata fatta di cultura ed enogastronomia (www.cegourmet.eu).





RENGA E SCOPETÒN, PESCI DI QUARESIMA IN VENETO



Giovedì 21 marzo 2024 la Confraternita Dogale della Marca ha organizzato una serata dedicata a “Renga e scopetòn, pesci di Quaresima in Veneto” presso il ristorante Golf Club Villa Condulmer di via Croce 3 a Zerman di Mogliano Veneto (TV).

La Quaresima resiste ancora nelle tradizioni venete, e sulle tavole, questo è il periodo dell'aringa per eccellenza; o meglio della “renga”, e dello “scopetòn”. Si tratta di una cucina per lo più parca e frugale, fatta con pesci poveri ma molto nutrienti, da cucinare magari alla griglia, se possibile all'aperto o in locale areato, perché lasciano un odore molto intenso e aromatico in cucina. Il mercoledì delle ceneri, che è anche il primo giorno di Quaresima, la tradizione veneta vuole che si mangi la renga... e come tutte le buone tradizioni anche questa viene portata avanti e tenuta viva. Infatti con la cena della renga si saluta il Carnevale e si va verso la Pasqua. L'aringa è un pesce lungo circa 30 cm, che vive in banchi enormi nelle acque fredde dell'Atlantico settentrionale e dell'Oceano Artico. L'aringa partita dai Mari del Nord, passando da Venezia, arrivò nell'entroterra prendendo il nome in dialetto “renga”. Questo pesce semplice si è subito rivelata adatta alle esigenze delle tavole contadine venete, soprattutto in tempo di Quaresima: era un cibo povero ma nutriente e facile da conservare anche senza gli odierni mezzi di refrigerazione. Questo pesce ebbe enorme importanza economica nelle aree dell'Europa settentrionale, nel Medioevo e fino a tutto il '500, perché la sua cattura rappresentava una fonte di cibo proteico quando allevamento, agricoltura e commercio erano insufficienti a nutrire le popolazioni. La conservazione era fatta sotto sale o essiccata. La sua sistemazione nel sale doveva avvenire entro poche ore dalla cattura praticamente in mare. Questa pratica portò lo svilupparsi di un impressionante commercio di sale tra le città della Lega Anseatica e l'Europa centromeridionale che saliva verso nord e della “renga” in barili che scendeva verso sud e che aveva come principale tramite mediterraneo la città di Venezia. L'imperativo dei giorni di Quaresima era mangiare di magro e la lista delle cose da portare in tavola non dava grandi possibilità di scelta: pesce fresco o salato, affumicato e marinato. Vero ‘companasego’ della povera gente, emblema della povertà del periodo, era l'umilissima aringa; arida e secca, ma forte di sapore e di odore, stuzzicante, stringata, economica; una sola bastava per tutta la famiglia e nelle occasioni speciali si usava arricchirla con la polenta un solo pezzettino, infatti, bastava ad insaporirne una grande quantità.

L'usanza di un tempo nelle zone povere del Veneto e del Friuli era quella di sbattere un'aringa affumicata sopra delle fette di pane per profumare il pane. Addirittura, si racconta, che nelle case più povere la tenevano appesa penzoloni ai legni del soffitto o ai bordi del fogolar, ad altezza d'uomo, per sfregarla sopra il pane per l'appunto. L'usanza di mangiare questo pesce era così forte e sentita che i giorni di Quaresima venivano chiamati anche “i giorni della renga”.

La degustazione ha previsto il seguente spartito:

Scopeton con le sue uova in salsa di cavolfiore e polenta e renga della tradizione abbinati ad un Fulvio Beo Rosé metodo Classico (100% Molinara) dell'azienda Cà Rugate (VR);

Bigoli in salsa di aringa con un Colli Euganei Garganega dell'azienda Monte Fasolo (PD);

Aringa in salsa panata con tortino di patate abbinato ad un Limne Lugana DOC dell'azienda Tenuta Rovaglia (BS)

Panna cotta ai capperi con gel di lime e limone con un Moscato dei Colli Euganei dell'azienda Monte Fasolo (PD).

CARNE ALLA BRACE



Viterbo, 17 giugno 2024

Giunti ormai, con il mese di giugno, alla pausa estiva e con il pensiero alle imminenti vacanze non potevamo non pensare alle serate estive all'aperto intorno ad un fuoco.

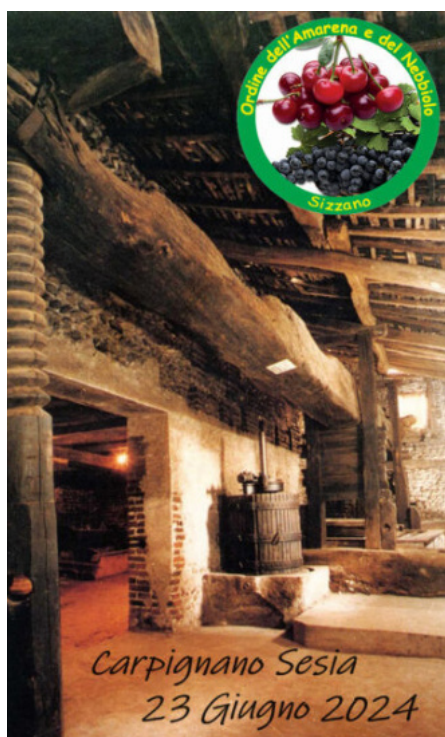
E così sabato 15 giugno, a bordo piscina del ristorante Nando al Pallone, con lo sfondo di un intrigante barbecue abbiamo dedicato la conviviale alla carne alla brace.

Il nostro socio, Pietro Tranquilli, ha parlato dei vari metodi di cottura di questo alimento che ha accompagnato l'Uomo sin dagli albori dell'umanità, dando suggerimenti e consigli per una ottimale cottura assecondo della tipologia della carne e dei tagli.





XVI CAPITOLO



Con la partecipazione di 17 confraternite, si è svolto il nostro XVI Capitolo, come sempre iniziato il sabato per accogliere i sodalizi europei attornati da numerosi altri amici.

La Santa Messa con l'offerta da parte delle confraternite di doni del loro territori ha aperto il capitolo, proseguito con una breve passeggiata per le vie del ricetto per raggiungere la casa museo dei coniugi Bianchi, che hanno raccolto e fatto rivivere attrezzi, mobili e suppellettili della civiltà contadina del luogo. Durante la visita è stato offerto uno squisito aperitivo e la padrona di casa ha donato ai partecipanti un omaggio di tisane da lei preparate. La cena, con la partecipazione del presidente FICE, Marco Porzio, alla Trattoria del Ponte di Proh, con menu tipico novarese, ha concluso la giornata.

Domenica, la colazione dolce e salata, presso la sede della confraternita, ha accolto gli ospiti. E' seguito il trasferimento a Carpignano Sesia per la visita al sito cluniacense di San Pietro, dove si è svolto il capitolo ufficiale con le intronizzazioni, la presentazione delle confraternite e lo scambio dei doni.

Alle confraternite è stata donata la consueta bottiglia ricordo. Il rientro a Sizzano per il pranzo da Paola e Emanuela, nostre consorelle, titolari del Ristorante Impero ha chiuso la giornata.





25 ANNI DI ATTIVITA'



30 giugno 2024. Giornata memorabile per la Confraternita della Sopressa di Bassano del Grappa che ha celebrato il venticinquesimo anniversario di attività, dal 1999 al 2024.

Nata alla fine del 1999 con 12 soci fondatori, appassionati della sopressa, la Confraternita si è molto ingrandita, soprattutto negli ultimi tempi, con l'aumentato numero degli adepti. Oggi conta 32 iscritti fra confratelli effettivi, sostenitori ed onorari.

Siamo a Pieve del Grappa (ex Crespano del Grappa), presso l'agriturismo "Al Covolo", a circa 600 mt slm. Giornata calda ma non è mancato un temporale verso le 14,00 a ricordarci che il tempo in questi giorni fa quello che vuole.

La manifestazione è incominciata al mattino con la colazione giustamente a base di sopressa e speck, pane di campagna e vino generoso. Non mancava la birra della Confraternita di Isola Vicentina.

Più di cento le persone intervenute con la partecipazione di una ventina di confraternite provenienti da varie località. Anche da lontano. La mattinata è proseguita con l'intronizzazione di cinque nuovi confratelli mediante conse-

gna da parte del presidente nazionale F.I.C.E. ing. Marco Porzio (che sentitamente ringraziamo) del collare di appartenenza. Il Presidente ha letto la formula di prammatica invitando i nuovi a continuare l'opera dei più anziani confermando la passione per la sopressa, prodotto che ci viene donato dal territorio, dopo la dovuta lavorazione e che abbiamo il dovere di difendere.

Successivamente è stato nominato Otello Fabris, confratello Onorario della Confraternita della Sopressa per meriti speciali. È un anno di encomi per grande Otello che quest'anno ha ricevuto un'altra importante onorificenza dalla città di Bassano del Grappa (cittadino illustre).

È seguita quindi la presentazione, da parte del presidente Valle, del libro: "l'evoluzione della sopressa veneta", lavoro molto desiderato dal Presidente, scritto con la collaborazione del past president Leonida Bussolaro e del nuovo confratello onorario Otello Fabris.

Il libro riassume un po' le origini della Sopressa de 'na volta, l'allevamento dei maiali, il sacrificio, l'insaccaggio, la conservazione e quindi la degustazione. Parla poi delle origini della Con-



fraternita. Parla degli scopi, anche umanitari, a suo tempo prefissati. Viene riportato inoltre lo statuto e il regolamento cui ci si può attenere per creare un'associazione simile.

Il libro contiene molte foto delle gare: "la miglior soppressa dell'anno" e delle feste organizzate dalla Confraternita in tutti questi anni. Alla fine, dulcis in fundo, contiene un'opera di ricerca approfondita, dell'origine della soppressa e delle confraternite, fatta da Otello Fabris, capitolo veramente interessante. Sul retro del libro, in quarta di copertina, c'è un QR Code che rinvia alla canzone simpatica della confraternita: "a mi me piase el mas-cio"

La mattinata si è conclusa con la celebrazione della Messa celebrata da un padre scalabriniano appositamente intervenuto.

Poi ... Il pranzo.

Come previsto dallo spartito dopo l'antipasto della Confraternita è stato servito il primo piatto: paccheri al ragù della confraternita. Successivamente è seguito lo spiedo di carni miste: pollo, costina, coniglio, faraona. Inoltre, anche la porchetta, specialità dell'agriturismo al Covolo. Il tutto accompagnato da contorni vari e ben annaffiato da vino rosso della casa.

Alla fine, dopo il sorbetto. Ecco il dolce della Confraternita. perfino peccato a tagliarlo in quanto riportava lo stemma della Confraternita a tutto campo.

Verso la fine si è avuto anche il tradizionale scambio dei doni: le confraternite tutte si sono presentate a salutare il Presidente e gli intervenuti. E hanno avuto. In omaggio il libro della Confraternita, appena uscito dalla tipografia e mezza soppressa. Una soppressa è stata consegnata anche alla confraternita più numerosa e a quella venuta da più lontano.

Dopo gli interventi dei rappresentanti delle confraternite il Presidente Valle ha salutato gli intervenuti ringraziando in particolar modo tutti i collaboratori vicini e ringraziando anche la regione Veneto che (a mezzo dell'Avepa) ha contribuito alla realizzazione della festa accordando un contributo.

Ringraziamenti particolari ai titolari dell'agriturismo in particolare alla signora Luisa che è stata omaggiata con un mazzo di fiori.

Alle 17,00 circa gli ospiti si sono pian piano accomiati per ritornare ai luoghi di provenienza. - L.B.





ANCONA A TUTTO... STOCCAFISSO!



Ancona a tutto... stoccafisso, con il Festival svoltosi dal 2 al 12 maggio con 29 ristoranti.

Un grande evento, a cura dell'Accademia dello Stoccafisso all'Anconitana, per omaggiare un'antica tradizione culinaria che caratterizza la cucina anconetana, che è stata degustata in 29 ristoranti (dal capoluogo fino alla Vallesina)

L'iniziativa avviata il 2 maggio dall'**Accademia dello Stoccafisso all'Anconitana** fino a domenica 12 maggio ha riscontrato un grande successo. La manifestazione accattivante, ha consentito di lanciare anche la stagione turistica, ha dichiarato il presidente dell'Accademia Pericle Truja; occorre fare di tutto per attirare i turisti anche stranieri, non solo con le bellezze paesaggistiche e con i beni archeologici e storico artistici, ma anche con la buona cucina.

«Il **festival dello Stoccafisso de San Ceriagio** è una vera e propria novità che è arrivata alla sua **quinta edizione** – ha affermato la vicepresidente dell'Accademia, Cassandra Mengarelli – e visto il successo ottenuto nei primi quattro anni abbiamo deciso di proseguire, anche prolungando il periodo ed allargando il territorio coprendo l'area vasta dell'anconitano fino alla Vallesina. Infatti, quest'anno oltre ad aver confermato il periodo di 10 giorni, adesso lo Stoccafisso De San Ceriagio è stato degustato anche nel fine settimana ed in quasi tutta la provincia».

«In queste iniziative - ha aggiunto Gilberto Gasparoni, tesoriere dell'Accademia dello Stoccafisso - vengono utilizzati ed esaltati tutti i prodotti, ad eccezione del merluzzo, che sono a km zero, valorizzando quindi le produzioni locali, dai sapori, ai pomodori, alle patate all'olio di oliva vergine, al pane ed ai "grandi" vini, a partire dal verdicchio che sono delle vere eccellenze anconitane e marchigiane.

I locali che hanno aderito all'iniziativa

I locali che hanno aderito all'iniziativa

I ristoranti che hanno aderito all'iniziativa sono: Da Giacchetti, Emilia Baia di Portonovo, Il Fortino Napoleonico, l'Arnia del Cuciniere, L'Accademia di Agugliano, La Botte, La Cantinetta del Conero, Il Mago di Morro D'Alba, La Degosteria, La Moretta, La Vecchia Osteria, Le Tredici Cannelle, La Bitta, Manifattura di Mare di Portonovo, Maffy Camera Café, Miscia Vino e Cucina, Osteria Bottega di Pinocchio, Osteria del Pozzo, Pesci Fuor D'Acqua, Ristorante Gino, Ristorante 60126 di Torrette di Ancona, Trattoria Carotti, Trattoria Da Nordio, Trattoria del Piano, Trattoria La Cantinetta, Trattoria Mafalda del Poggio, Wine not? La Grotta del Frate di Staffolo ed il Ristorantino del Circolo cittadino di Jesi.

Al **prezzo concordato di 28 euro** è stato possibile degustare un'**entrée a base di stoccafisso, una porzione di stoccafisso con le patate, un calice di vino, pane acqua e caffè**. Un menù molto apprezzato da cittadini marchigiani e turisti presenti nel territorio.

Un evento questo che è stato anticipato da una ciclo di incontri culturali con il patrocinio del Comune di Ancona sulla qualità del cibo, sul piatto dello stoccafisso, ed in particolare su: "La Storia dello Stoccafisso", "Le Ricette dello Stoccafisso", "Viaggio nelle isole Lofoten", (meraviglioso arcipelago norvegese, luogo di pesca e di essiccazione del merluzzo) ed "I Vini dello Stoccafisso" che hanno visto una grande partecipazione di pubblico.





ASSAGGI D'ITALIA: LA SICILIA



Giovedì 23 novembre 2023 la Confraternita Dogale della Marca ha organizzato una serata di degustazione dal titolo “Assaggi d’Italia: la SICILIA” presso il Bar Nuovo di via Moglianese 96, a Cappella di Scorzè (VE).

Allo scopo di far conoscere ai Soci e simpatizzanti una realtà enogastronomica che riveste oggi un ruolo rilevante nel panorama della viticoltura italiana, con vigneti che ricoprono circa 123 mila ettari, abbiamo organizzato una serata di degustazione con abbinamento di cibi e vini provenienti dalla Sicilia.

La viticoltura in Sicilia ha origini antichissime, risalenti addirittura prima dell'arrivo dei Greci, nel 2000 a.C. Furono i Greci, tuttavia, ad apportare migliorie nella qualità della produzione dei vini locali, sino poi all'arrivo dei Romani, i quali abbandonarono la coltivazione della vite a favore di quella del grano. Con le conquiste successive dell'isola, l'attività vitivinicola riprende vigore, sino alla distruzione causata dalla fillossera e dalla peronospora agli inizi del '900, dopo la quale il panorama viticolo siciliano ne risultò profondamente trasformato.

I vigneti siciliani sono costituiti prevalentemente da vitigni a bacca bianca, che rappresentano il 75% della produzione. I più diffusi sono catarratto, grillo, inzolia detto anche ansonica, grecanico, trebbiano toscano, chardonnay, carricante, damaschino, grecanico, malvasia di Lipari e zibibbo (o moscato d'Alessandria).

Tra i vitigni a bacca rossa, quelli maggiormente coltivati sono Nero d'Avola, nerello mascalese (da cui si produce l'Etna Rosso DOC), nerello cappuccio, sangiovese, merlot, syrah, frappato, cabernet sauvignon, cabernet franc, perricone e greco nero.



A fronte di una sola Denominazione di Origine Controllata e Garantita (DOCG il Cerasuolo di Vittoria), la Sicilia offre ben 23 Denominazioni di Origine Controllata (DOC).

Variegata e articolata, la cucina siciliana è ritenuta la più ricca di specialità e la più scenografica d'Italia. Grazie al suo clima mite, l'isola è ricca di spezie e piante aromatiche: origano, menta, rosmarino, basilico vengono utilizzati largamente. Il terreno fertile produce arance e limoni in grande quantità. Mandorle, ficodindia, pistacchio e olive sono altri simboli culinari nei quali l'isola eccelle. Gran parte della cucina dell'isola si basa sull'uso di ortaggi e verdure fresche come melanzane, peperoni e pomodori, e pesce come tonno, pesce spada, pesce azzurro, polpo, seppie, ricci di mare, orata e branzino. Alcuni dei cibi più noti a livello globale, vere e proprie icone della Sicilia nel mondo, sono il cannolo siciliano, la cassata siciliana, la pasta di mandorle, la frutta Martorana, gli iris, la granita, il gelato e le arancine. Una sua caratteristica è quella di avere un gran numero di pietanze a diffusione esclusivamente locale: nella maggior parte dei casi si tratta di varianti della stessa ricetta regionale, ma in alcuni casi questi cibi, come ad esempio le panelle palermitane, hanno una preparazione e una commercializzazione rilevata esclusivamente nella loro zona di origine.

La degustazione è iniziata con un metodo classico Brut Azienda Agricola G. Milazzo di Campobello di Licata (AG) ottenuto da uve chardonnay e Inzolia abbianato ad arancini di riso.

Abbiamo poi proseguito con un Vignavella Bianco 2022 (uve Catarratto) sempre dell'Azienda Agricola G. Milazzo accompagnato dalla pasta alla norma.

Siamo poi passati ai rossi, degustando un Terre Della Baronia Rosso D.O.P. 2019 (da uve Nero d'Avola e Perricone) dell'Azienda Agricola G. Milazzo abbinato a delle polpette in sugo alla siciliana ed al DOCG della Sicilia, il Cerasuolo di Vittoria abbinato ad un pecorino siciliano stagionato 12 mesi.

Per finire abbiamo degustato il famoso cannolo siciliano accompagnato da un Terre Tardive Bianco I.G.P. dell'Azienda Agricola G. Milazzo, un blend di Inzolia e Chardonnay.

La serata si è conclusa con un ringraziamento a Samuele, titolare del bar Nuovo di Cappella di Scorzè, il quale ha curato personalmente la preparazione dei piatti, dimostrando una rara capacità di interpretare gusti e sapori della meravigliosa Sicilia. Un plauso anche al Olivo Michielan che ha curato gli abbinamenti con i meravigliosi vini.





TORNATA DI PRIMAVERA



Come ormai di consuetudine, la prima domenica di giugno, si è svolta la "Tornata di Primavera" evento del Consiglio Grande della Credenza Vinicola di Caluso e del Canavese, nella splendida cornice del castello Benso di Mercenasco.

Evento principale dell'associazione che da oltre cinquant'anni si prefigge la conoscenza, la sponsorizzazione e divulgazione del vino a bacca bianca Erbaluce nelle sue varie declinazioni: classica, spumante e passito. Il tutto unito alla conoscenza del territorio che lo produce, dei suoi vigneti, del contesto ambientale canavesano che da diversi anni sta dimostrando interesse per un turismo agroalimentare a cui si accompagnano i vini locali tra cui primeggia l'Erbaluce.

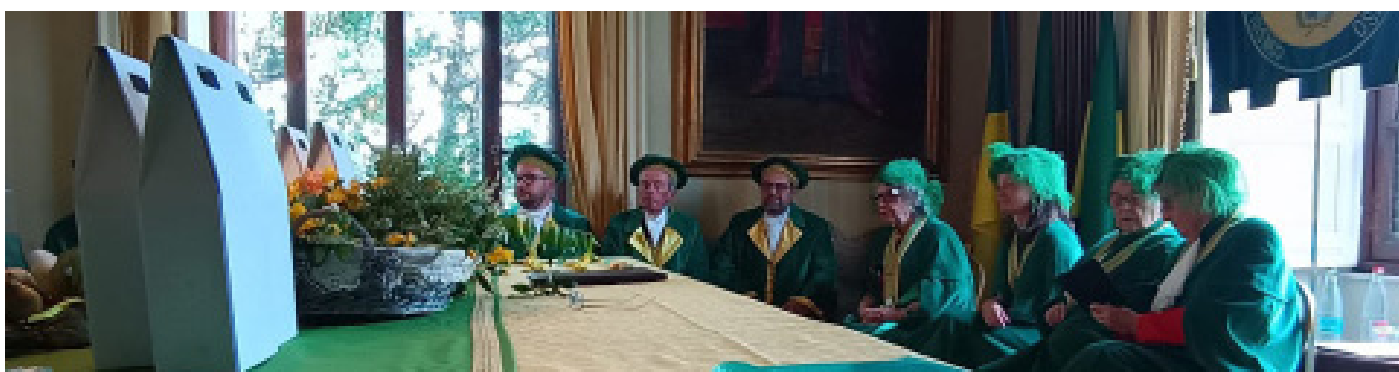
Il Console Enrico Gruner nel suo discorso di apertura dell'evento ha voluto ricordare l'importanza per il nostro territorio di tale vitigno e soprattutto dell'importanza di chi vi opera nella tenuta e coltivazione dei vigneti, con amore e passione, conscio che elementi atmosferici o malattie potrebbero vanificare il lavoro di una intera annata.

A queste persone la Credenza Vinicola di Caluso da anni dedica un premio di riconoscenza per il lavoro eseguito, riconoscimento che da quest'anno vuole estendere non solo ai comuni limitrofi di Caluso ma a tutti i trentasette comuni appartenenti alla D.O.C.G. andando a premiare un Vignolant che particolarmente si è prodigato e distinto in tale attività.

Nel corso della Tornata vi è anche stata la presentazione e lo scambio di doni con le Confraternite presenti quali: la Nocciola Tonda e gentile, della Trippa di Moncalieri, Helicensis Fabula delle lumache, dell'Amarena e del Nebbiolo, del Gorgonzola di Cameri, della Grappa e del Tomino di Chiaverano. A seguire la nomina dei nuovi Credendari e Madame che vanno ad ingrandire gli associati ormai oltre i novanta iscritti.

L'evento si è concluso con il classico aperitivo nel parco del castello seguito dal pranzo sociale nelle belle sale interne arredate con arazzi, quadri e mobili d'epoca.





CAMPIONATO MONDIALE DI PIZZA A PARMA



Vi racconto la mia favolosa esperienza, dal 9/11 aprile sono stata Giudice al Campionato Mondiale di pizza alla Fiera di Parma per il Trofeo Heinz Beck che premia i migliori primi piatti in pizzeria.

Una edizione sempre più internazionale, sono 100 i giudici presenti, con oltre 700 partecipanti provenienti da 55 Nazioni del Mondo, testimonianza del mondo della pizza, che si conferma in costante evoluzione. Oltre all'Italia i paesi partecipanti sono la Francia, U.S.A., Norvegia, Finlandia, Portogallo, Spagna, Ungheria, Brasile, Algeria, Cile, Egitto, Giappone, Guatemala, Kuwait, Messico, Principato di Monaco, Paraguay, Polonia, Portorico, Repubblica Ceca, Martinica Caraibi, ecc. ecc.

Durante i tre giorni di gare, i pizzaioli da tutto il mondo, si sono sfidati in oltre 1000 gare di cottura nelle varie specialità, pizza classica, pizza napoletana STG, pizza senza glutine, pizza in teglia, pizza in pala, pizza a 2 (pizzaiolo più cuoco), gare di abilità come Freestyle, la pizza più larga e il pizzaiolo più veloce.

L'evento iniziato 31 anni fa da Graziano Bertuzzo di Caorle al quale va il plauso di aver ideato il Campionato Mondiale di

Una moriaghese giudice al 31° Campionato Mondiale di Pizza a Parma

Pizza, prima realizzato a Salsomaggiore poi alla Fiera di Parma. A Caorle Graziano ha una prestigiosa scuola per pizzaioli. Dove collaborano i migliori maestri pizzaioli.

Io ho il piacere e l'onore di essere Giudice da 15 anni al Trofeo Heinz Beck presieduto dal famoso pluripremiato e stellato Chef del Ristorante "La Pergola", Hotel Hilton di Roma, che dirige numerosi Ristoranti in tutto il Mondo, lo Chef ha istituito questo premio con grande generosità, per far crescere di livello le pizzerie, che preparano i primi piatti, con prodotti naturali, sostenibili ed eccellenti.

Quest'anno nel settore Trofeo Heinz Beck c'erano concorrenti Dalla Francia, Norvegia, Finlandia, Martinica Caraibi, Giappone e Italia naturalmente, abbiamo notato un livello molto alto di qualità nelle composizioni dei piatti che erano eccezionali. La giuria del Trofeo è composta da me più tre giurati fra i quali lo Chef Walter Canzio inviato direttamente da Heinz Beck, poi uno Chef dell'associazione Cuochi di Udine che rappresenta il Friuli e Valerio Commazzetto originario di Pederobba che ha il rinomato Ristorante "Casa Valerio" a Chamonix in Francia. L'ultimo giorno a scegliere fra i piatti finalisti e a presiedere la giuria lo stesso Heinz Beck in persona.

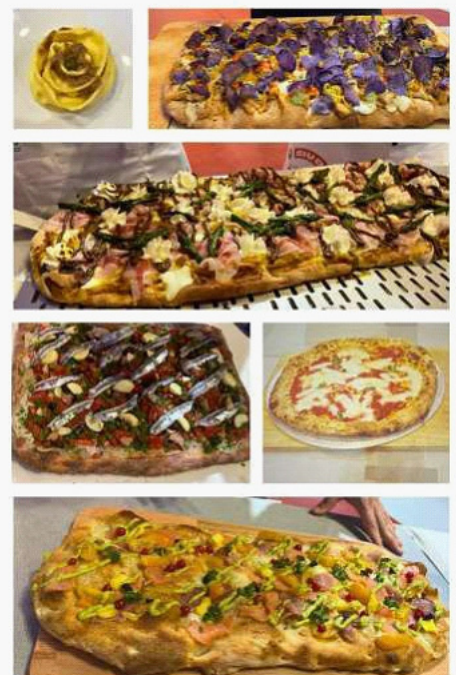
Il piatto vincente presentato da Dedjonaj Ernest era composto da 4 tortellini con la pasta preparata al momento

con gr 300 di farina, 7 tuorli e 1 uovo intero, ripieni di tartare di "fassona" infilzati in uno spiedino e cotti direttamente sulla fiamma, ossa con midollo tagliati per lungo e cotti sulla carbonella ardente, i tortellini vengono serviti posati su di un letto di midollo che "sfri-gola", con l'osso posato in un bouquet di rosmarino fiorito.

Il secondo piatto vincitore presentato da Gobeo Mattia era un risotto ai frutti di mare con cozze, vongole, gamberi, frullato di ostriche e caviale italiano, aglio nero, cotto con brodo di germogli di pino mugo.

Al terzo posto, piatto presentato da Raimond Laurent si sono classificate delle deliziose linguine ai frutti di mare con mini-zucchine, fiori di zuccina e borraggine.

Nella serata finale delle pre-



miazioni è un vero trionfo dei pizzaioli vincitori delle loro categorie che salgono sul podio e vengono premiati con coppe giganti e regali di prodotti utili nelle loro attività, come farine, pelati, ecc. La pubblicità che ne deriva è molto importante poiché sopra l'entrata del locale che gestiscono, viene posto un grande striscione con la scritta "CAMPIONE DEL MONDO."

Classifica vincitori 2024:

- **Pizza Classica:** 1 Vicini Giulia, 2 Ribera Nicolas, 3 Staropoli Nicola;

- **Pizza Napoletana STG:** 1 Carletti Lorenzo, 2 Ortigoza Ezequiel David, 3 Ricciardi Adriano;

- **Pizza in teglia:** 1 La Porta Salvatore, 2 Timoncini Luigi, 3 Militi Antonino;

- **Pizza a due:** 1 Micheli Clara con Giovanni Alberti, 1 Damiano Alessandro con Daniele Conte, 2 Geron Sophie con Pascal Di Lorenzi, 3 Huminski Fiodor con Mirko D'Agata;

- **Pizza senza glutine:** 1 Conte Daniele, 2 Marchini Mario, 3 Alveti Fabio;

- **Pizza più larga:** 1 Pasini Daniele, 2 Suzek Ireneusz, 3 Kaya Hasan.

- **Pizzaiolo più veloce:** 1 Bonazza Luca, 2 Amendola Giuseppe, 3 Iraci Andrea;

- **Freestyle:** 1 Tolu Francis, 2 Saurent Quentin, 3 Tachikawa Takumi.

- **Triathlon:** Faye Arnaud;

- **Trofeo Heinz Beck:** 1 Dedjonaj Ernest, del ristorante "La Cava dei sapori Como", 2 Gotheo Mattia, Ristorante-pizzeria "Zio Mo Legnago", 3 Raimond Laurent ristorante "Chef Ziolo Mentone Francia".

Molto soddisfatto del risultato il Direttore della manifestazione Dottor Massimo Puggina organizzatore della manifestazione Mondiale alla Fiera di Parma.

Mariantonietta Vendramini Favero



XXXI° INCONTRO IN FRANCIACORTA



LA CANTINA MURATORI DI ADRO OSPITA IL XXXI° INCONTRO IN FRANCIACORTA

Domenica 09 giugno il Circolo Enogastronomico Lombardo La Franciacorta ha accolto ben 18 Circoli della F.I.C.E., Associazioni ed appassionati del settore enogastronomico, 100 persone presso la cantina Muratori di Adro per festeggiare il XXXI° Incontro in Franciacorta. Un buonissimo buffet dolce e salato, preparato dai Soci del Circolo, è stato servito agli ospiti accompagnato da un buon caffè e da un Franciacorta.

Roberto Bellotti Presidente del Circolo Enogastronomico Lombardo "La Franciacorta", dopo il saluto di benvenuto ai partecipanti ha dato la parola all'Assessore di Adro Patrizia Galli che si è soffermata sull'aspetto di promozione che i Circoli enogastronomici svolgono dei prodotti dei propri territori, ponendo l'accento sull'educazione alimentare che bisogna dare alle nuove generazioni che spesso consumano cibo apparentemente gratificante ma non altrettanto sano e genuino dal punto di vista nutrizionale.

Michela Muratori che insieme ad altri familiari gestisce l'azienda ha ringraziato il Circolo La Franciacorta per aver scelto la loro cantina per accoglienza dei Circoli enogastronomici presenti. Si è soffermata sulla storia della cantina e della sua famiglia. Marco Porzio, Presidente della F.I.C.E., ha ricordato che dal 10 al 13 ottobre 2024 il Raduno Nazionale della Federazione, curato insieme all'Accademia dei Cjarsons, si svolgerà in Carnia: saranno 4 giornate interessanti alla scoperta della cultura e dell'enogastronomia di questi territori.

Riccardo Lagorio, giornalista ed esperto di enogastronomia, molto conosciuto in tale settore, ha sottolineato come il vino abbia sempre fatto da traino agli altri prodotti del territorio; si è soffermato poi in particolare sulle molte razze di bovini esistenti in Italia con tutte le loro peculiarità. A tale proposito a metà marzo durante Lombardia Carne il Comune di Rovato ha costituito una Associazione, curata da Lagorio, ed ha ospitato vari Comuni del Nord Italia che hanno aderito a questo progetto di promozione della carne dei propri territori. Rovato ha un mercato bovino di oltre 500 anni e questa tradizione ha visto la sua migliore espressione con la DE.CO. del Manzo all'olio di Rovato che è stata formalizzata nel 2018.

Ha fatto poi seguito la chiamata dei Circoli enogastronomici presenti per lo scambio dei doni. Il Circolo Enogastronomico Lombardo La Franciacorta ha omaggiato ai Gran Maestri dei Circoli presenti una copia del libro "Franciacorta, ieri oggi e domani" di Elio Ghisalberti, di contro i Circoli ospiti hanno omaggiato un prodotto, un libro, un vino del loro territorio. Ha fatto poi seguito l'interessante visita alla cantina Muratori con degustazione finale di 2 Franciacorta: un Brut ed un Millesimato.

Conclusa questa parte ufficiale della giornata, i partecipanti si sono trasferiti per il pranzo di Convivio al ristorante Aquarium a Clusane, sulla riva del lago di Iseo. Interessanti i piatti serviti: in particolare è stato apprezzato il Manzo all'olio di Rovato, che il Circolo La Franciacorta promuove da anni, unitamente al Franciacorta: una costante nella degustazione a tutti gli incontri annuali di questo convivio.

Concluso il pranzo ed al momento dei saluti finali a tutti i partecipanti è stata omaggiata una bottiglia di Franciacorta che molte cantine del territorio hanno gentilmente donato per l'evento. Sosteneva Molière "Grande è la fortuna di colui che possiede una buona bottiglia, un buon libro, un buon amico": la giornata proposta ha racchiuso in sintesi tutto questo.



42 ANNI DELLA CONFRATERNITA



I 42 anni della Confraternita celebrati a Bardassano



Domenica 19 maggio, la Confraternita del Sambaion e dij Noasètt Ha celebrato i 42 anni di attività. L'evento si è svolto al castello di Bardassano di proprietà dei conti Giriòdi di Monastero di Panissera che, dopo le aperture in occasione delle giornate Fai, hanno concesso in via straordinaria al sodalizio chivassese la possibilità di entrare nella loro proprietà. La giornata è iniziata con la visita guidata ai due piani del castello, edificato intorno all'anno 1000. Nel chiostro, adeguatamente preparato, si è svolta poi la cerimonia ufficiale, presente il sindaco di Gassino, Paolo Cugini, che per la prima volta ha avuto occasione di conoscere la Confraternita e si è augurato di instaurare altre collaborazioni.

L'Abbà 2024, Marcello Sesia, ha portato i saluti della Bela Tolera, Simona Isnardi, Assente per motivi familiari e si è augurato di fare parte presto della Confraternita, essendo egli nato il 17 gennaio 1982, Giorno in cui il sodalizio chivassese ha dato il via alla sua attività.

Il gran cerimoniere Antonio Actis, prima di avviare il rituale, ha voluto ricordare Piervanni Mortarotti, Confratello dal 1991, è mancato di recente ha definito Piervanni "Signore d'altri tempi", che ha partecipato, oltre che agli incontri del sodalizio chivassese, anche a molti ritrovi di confraternite, portando ovunque la sua giovialità; è stato un vero ambasciatore della specialità dolciaria chivassese, i nocciolini, ovunque.

Quattro nuovi soci si sono aggiunti a quelli che da anni portano in giro le tradizioni gastronomiche Della cittadina affacciata al Po: Valentina Fortunati, medico biologo, Valerio Olivieri, medico urologo dell'ospedale di Ivrea, Giorgio Perini, sommelier e idrosommelier di Moncalieri, Lodovico Piantanida, confratello dei Bruscelli e della Confraternita francese degli Choucroute.

Anche Francesca Marino, già con sorella, è tornata dopo una parentesi di assenza per motivi familiari, a far compagnia al gruppo. Insieme a molti confratelli e consorelle della Confraternita locale, erano presenti rappresentanti di altre come quella della Trippa di Moncalieri, di Vino e Pannisa di Vercelli, dell' Helicensis Fabula di Borgo San Dalmazzo, della Nocciola Tonda e Gentile di Mondovì, di Vino e Amarena di Sizzano, dei Coppieri di Aleramo di Casale. dei Bruscelli di Busto Arsizio, del Ris en Cagnou cun Persic di Varese e il rappresentante della Fice, Federazione italiana circoli enogastronomici.

Terminata la parte ufficiale, l'allegria compagnia si è trasferita a Sciolze, alla villa "Il Palazzo", settecentesca dimora fatta costruire da una famiglia torinese, dove è stato servito il pranzo di gala preparato con grande perizia da professori e alunni dell'Istituto dei Salesiani di San Benigno. (articolo a cura di Franca Sarasso)



RINNOVO CARICHE



Pericle Truja riconfermato Presidente, Cassandra Mengarelli Vicepresidente vicario, Elio Brutti Vicepresidente, Gilberto Gasparoni Tesoriere e Marta Pietroni Segretaria.

L'Assemblea dei soci svolta a giugno ha provveduto agli adempimenti statutari e dopo l'approvazione dei bilanci consuntivo e preventivo, ha rinnovato il proprio direttivo per il quadriennio 2024-2028.

L'Assemblea dei soci ha rinnovato il proprio direttivo per il quadriennio 2024-2028. Nel consiglio direttivo sono stati eletti Mengarelli Cassandra, Pietroni Marta, Maceratesi Manuela, Brutti Elio, Gasparoni Gilberto, Pistoli Andrea, Giannini Sandro, Sartini Giorgio, Tiriduzzi Mauro e Gianluca De Grandis. Per il Collegio

dei Revisori Gioia Andrea nominato Presidente, e componenti Nicolaini Patrizia ed Ulisse Bruno, mentre per il collegio dei Probiviri Galeazzi Annalisa Presidente e Pellegrini Massimo, e Giannoni Ivo componenti. Il Consiglio all'unanimità e l'assemblea hanno nominato Aldo Amleto Roscioni socio onorario quale socio fondatore e per la prestigiosa attività svolta in favore dell'Accademia. Pericle Truja è stato riconfermato Presidente dell'Accademia dello Stoccafisso all'anconitana. Nel primo direttivo sono stati assegnati gli incarichi: Cassandra Mengarelli è stata eletta Vicepresidente Vicario, Elio Brutti Vicepresidente, Gilberto Gasparoni Tesoriere e Marta Pietroni Segretaria.

Nella relazione, il Presidente Truja ha ricordato l'intenso lavoro svolto dall'Accademia nel quadriennio che ha triplicato il numero dei soci e messo in atto iniziative importanti con tanti eventi, dalle conviviali con cadenze mensile nei principali ristoranti, a quella del Festival dello Stoccafisso de S. Ceriago che ha coinvolto ristoranti dell'area vasta di Ancona, con partecipazioni anche dalla media Vallesina e con "Stoccafissando" che coinvolge diverse altre confraternite provenienti dal sud e dal nord Italia. Una attività che ha portato l'Accademia ad essere parte integrante della città di Ancona con i quattro eventi culturali che hanno coinvolto moltissimi cittadini.

Un'Accademia che è sempre più vicina ai cittadini coinvolgendo, non solo i soci, la città intera, ma anche i ristoratori che stanno offrendo lo stoccafisso all'Anconitana tutti i giorni, accompagnato da eccellenti vini marchigiano, promuovendo quindi le specialità locali ai cittadini ma anche ai turisti rendendo Ancona ed il suo hinterland un punto di riferimento per il cibo di qualità. Il nuovo consiglio nella prossima riunione affiderà gli incarichi previsti dallo Statuto sociale ed organizzerà dei gruppi di lavoro per la realizzazione del nutrito programma approvato dall'assemblea dei soci. Dopo l'assemblea, si è svolta la conviviale dei soci a base di stoccafisso e pregiati vini del territorio che ha visto la partecipazione di circa 120 persone.





22° CONVIVIO ANNUALE



Domenica 12 maggio 2024 si è svolta, nell'accogliente Piazza Castello di Galliate, il Convivio della confraternita Vino Riso e Gorgonzola giunto alla sua 22° edizione.

Sono intervenute le confraternite: Vino e Panissa di Vercelli; Cuj dal Lundas di Vercelli; Cotechino Magro di Spessa (PV); Antica Consultaria dal Tapulon di Borgomanero (NO); Ordine dell'Amarena e del Nebbiolo di Sizzano (NO); Sambajon e Noaset di Chivasso (TO); Ordine dei Coppieri di Aleramo di Casale Monferrato (AL); Magistero dei Bruschetti di Busto Arsizio (VA) e la neonata confraternita del Capitanato de Agort proveniente da Agordo in Provincia di Belluno.

Dopo la rituale colazione di benvenuto con i prodotti tipici del territorio si è svolta la visita guidata del Castello Sforzesco di

Galliate e dell'annesso museo dedicato ad Achille Varzi, noto pilota di motociclismo e automobilismo dal 1928 al 1948.

La splendida giornata si è conclusa presso il Ristorante "MANFREDI" di Romentino, dove lo chef Oliviero ci ha deliziati con un ottimo menù che ha visto l'esaltazione dei prodotti tipici del territorio novarese come il riso, il gorgonzola e gli ottimi vini.

Al termine del convitto il Gran Maestro ha ringraziato tutti i partecipanti al raduno ed ha augurato di rivederci ancora tutti l'anno prossimo.





SERATA BUONE VACANZE ESTIVE



Venerdì 7 giugno, la Confraternita Dogale della Marca, ha organizzato per i soci, famigliari ed amici simpatizzanti, una serata all'insegna della scoperta di un particolare territorio della vicina laguna di Venezia.

La splendida serata, non ancora afosa, ha fatto da corollario alla visita della meravigliosa barena veneziana, immersa nella quiete della laguna nord, dove si trova l'azienda agricola "la Barena", custode dal 1928 di questo silenzioso angolo della laguna veneta.



Gianni, Michele e Loredana, coadiuvati ora anche dalla quarta generazione dell'azienda, continuano a mantenere le radici e le tradizioni dell'agriturismo "La barena" di Jesolo, situato in un'area geografica unica, fuori dalle strade trafficate, in un ambiente magico e tranquillo, dove si possono fare escursioni in barca, in bici, o passeggiare. Un agriturismo dove la cucina sfrutta con sapienza i propri prodotti, il più naturalmente possibile, sia nella trasformazione di prodotti freschi locali e stagionali, sia nella loro preparazione, esaltandone i sapori e le qualità nutrizionali.



L'agricoltura occupa da sempre un ruolo importante in quest'azienda agricola, che si caratterizza per produzioni particolari e di qualità; prodotti tipici che hanno uno stretto legame con il territorio come il carciofo, le giuggiole, ciliegie selvatiche e tutte quelle verdure legate alla stagionalità. Anche l'acquacoltura in acqua salata ha un ruolo fondamentale, il pesce viene allevato allo stato naturale senza ricorrere a mangimi, ma solo con i ricambi d'acqua, offrendoci prodotti quali il cefalo, il ghiozzo, l'acquadella, il gamberetto, i granchietti di la-

guna (anche se questi ormai sono preda del famelico granchio blu). Non manca l'allevamento di animali di bassa corte come il germano reale (anatra tipica della nostra laguna) e il gallo, che vengono allevati naturalmente.

La serata è iniziata con la presentazione dell'attività e della peculiarità dell'ambiente di barena, da parte della signora Loredana, a cui è seguito un brindisi di benvenuto con un particolarissimo pinot grigio rifermentato in bottiglia "Basso Fondale" dell'azienda Vigne Salse di Jesolo, il tutto accompagnato da alcune eccellenze della zona, quali le famose "castraure", piccoli carciofi tagliati a spicchi e fritti, la polenta di mais perla con formaggio e la classica soppresa.

A tavola ci è poi stato servito un interessante antipasto con cefaletto in saor, sformatino con volpina e verdure di stagione, bosega mantecata con finocchio in agrodolce.

Un bis di primi con un risotto al pesce bianco di valle ed una pasta condita con bosega ed erba portulaca. Come secondo piatto degli splendidi cefali alla griglia ed una frittura di laguna. E per finire un ottimo dessert con gelato di fragole. Il tutto accompagnato da una ottima selezione di vini di produzione locale.

In conclusione della bella serata, la nostra Confraternita, nel ringraziare tutta la brigata di cucina e sala, ha consegnato un piatto ricordo con una dedica nella quale è stato espresso un vivo apprezzamento per la encomiabile attività svolta per la valorizzazione del territorio e la difesa delle tradizioni lagunari.



Confraternita del Pampascione salentino - Alezio (Lecce)



Cuturusciu caramellato

Ingredienti per 10 cuturusci di 10/12 cm di diametro

- 300 gr di farina 00
- 200 gr di farina di grano duro
- 60 ml di olio evo
- 250 gr di acqua
- 35/40 gr di lievito madre secco per panificazione
- 5 cucchiari rasi di zucchero
- 1 cucchiaino raso di sale fino
- Pepe nero grattugiato q.b.
- 2 arance
- 100 gr di mandorle salate
- Caramello all'acqua (dosi: 350 gr di zucchero 300 gr di acqua)

Procedimento:

In un pentolino in acciaio a fiamma bassa, ponete lo zucchero e versate a filo 150 gr di acqua. Mescolate con un mestolo in acciaio per sciogliere lo zucchero e bollite a fiamma moderata. L'acqua evapora e inizia la caramellizzazione, fino a ottenere un colore biondo dorato.

Aggiungete gli altri 150 gr di acqua e, quando ha finito di schiumare, mescolate con una frusta in acciaio. Sciogliete il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Su una spianatoia mescolate le due farine con aggiunta di una manciata di pepe nero grattugiato e la buccia grattugiata delle due arance; sistemate a fontana, sui bordi aggiungete il sale e al centro un po' di acqua con lievito e zucchero.

Iniziate a impastare e aggiungete pian piano tutta l'acqua. Formate un panetto liscio e compatto e sistematelo in una ciotola leggermente oleata, copritela con pellicola e lasciate lievitare per almeno 8 ore.

Tagliate le mandorle a pezzettini.

Dopo 8 ore mettete il panetto sulla spianatoia leggermente infarinata e fate dei panetti più piccoli; ad ognuno aggiungete le mandorle, impastate e create dei cilindri lunghi, poi annodate per formare il Cuturusciu. Una volta pronti metteteli in una teglia coperta da carta da forno e lasciate riposare. Infornate a 200° per circa 20 minuti, fino a quando non saranno dorati. Servite il Cuturusciu con salsa al caramello e mandorle tritate.



Cappon magro

Ingredienti:

Per il Cappon magro

- 3 patate grandi
- 1 barbabietola rossa
- 1 cavolfiore piccolo
- 8 carote
- 2 ganci di sedano
- 400 g fagiolini grigetti
- 250 g gallette del marinaio
- 1 limone
- qb olio evo, sale, aceto di vino bianco, salsa verde genovese abbondante

Per la salsa verde genovese

- 1 mazzo prezzemolo grande
- 1 mazzetto di basilico
- 1 spicchio d'aglio
- 5 olive verdi denocciolate
- 30 capperi fritti
- 1 mollica di un panino ammollata in acqua e aceto
- 1 manciata di pinoli
- 1 acciuga salata lavata
- 1 tuorlo d'uovo sodo
- qb olio evo, succo di limone, sale grosso, pepe

Per la decorazione

- 2 uova sode
- qb crostacei e molluschi, olive verdi scure

Procedimento:

Per il cappon magro

Un giorno prima di cucinare il capponmagro preparate la salsa verde (tenendola leggermente più liquida del normale), in modo che riposi in frigo 24 ore

Lessate il pesce pulito in acqua bollente salata, scolatelo e spolpatelo, avendo cura di eliminare tutte le spine. Quindi condite con olio, sale e un po' di succo di limone e mettete da parte. Mentre rassodate le uova, preparate le verdure: mondatele, lavatele e lessatele (ciascuna separatamente!) al dente in acqua bollente salata. Scolatele, tagliatele a fettine o a cubetti, come preferite, e conditele (sempre tenendole separate) con olio, sale e poco aceto.

Mettete da parte le verdure condite e cominciate a cuocere i crostacei e i molluschi per la decorazione, ancora separatamente. Scolateli e mettete anche loro da parte. Dovrete procedere creando una sequenza di strati tutti alternati con la salsa verde: la base deve essere di gallette bagnate in acqua e aceto con su adagiato il pesce, ma cercate di scegliere un ordine cromatico per le verdure, di modo che l'effetto finale sia piacevole. Una volta terminati gli strati (ma attenti all'altezza, c'è rischio di crolli!) coprite un'ultima volta di salsa verde e cominciate a decorare secondo il vostro estro, ponendo al centro l'astice o l'aragosta, dopodiché fate riposare in frigo fino al momento di servire (almeno 12 ore).

Suggerimenti: alcuni accorgimenti: Attenti a non lessare troppo le verdure e il pesce, altrimenti perderanno i colori (ne risentirebbe tutto l'effetto scenico) e non saranno abbastanza sodi da "reggere" la costruzione! Sgocciolate tutto con molta cura e non abbondate con il condimento. La tradizione vieta l'uso di maionese o gelatina.

Per la salsa verde genovese

Tritare l'aglio con il sale grosso, i pinoli e le olive nel mortaio (si può usare anche il frullatore), quindi aggiungere il prezzemolo tritato precedentemente con la mezzaluna. Dissalare e risciacquare con cura l'acciuga e tritarla con tutti gli altri ingredienti. Amalgamare molto bene il tutto, aggiungendo l'olio extravergine a filo fino ad ottenere un composto liscio e cremoso. Aggiungere infine il succo di limone e aggiustare di sale e pepe.





APICOLTORI IN ALLARME IN SARDEGNA E NON SOLO...

La situazione dell'apicoltura in Sardegna sta diventando sempre più critica, un fenomeno che rispecchia le difficoltà incontrate dai produttori di miele in tutta Italia.

La vendita di miele estero, i cambiamenti climatici, e l'inquinamento sono fattori che stanno compromettendo la sopravvivenza degli apicoltori sardi, un tema che ha spinto la cooperativa locale, forte dei suoi numerosi soci, a chiedere interventi legislativi urgenti e concreti.

Il miele sardo in crisi: tra competizione ingiusta e sfide ambientali

Davide Colombo, presidente di una cooperativa leader nel Nord Italia, denuncia la grave situazione che stanno vivendo anche gli apicoltori sardi: "Il miele italiano potrebbe coprire più della metà del mercato nazionale, ma rimane invenduto a causa dei costi superiori rispetto al miele importato, spesso di dubbia qualità e sospettato di adulterazione." La competizione con il miele estero, venduto a prezzi inferiori, crea una grave disparità di condizioni, mettendo in pericolo la sopravvivenza delle produzioni locali di alta qualità.

Inoltre, i produttori di miele in Sardegna, come nel resto d'Italia, sono gravemente colpiti dai cambiamenti climatici e dall'alto livello di inquinamento, che aggravano ulteriormente la situazione e minacciano la biodiversità essenziale per la produzione di miele.

La legislazione attuale favorisce l'importazio-

ne di miele estero con requisiti minimi di etichettatura, che si limitano all'indicazione del nome dell'importatore. Questo contrasta nettamente con le rigorose norme di tracciabilità imposte al miele italiano, dalle apiarie fino agli scaffali dei negozi, rendendo il miele nazionale non solo più sicuro ma anche più tracciabile.

"Queste norme inadeguate rendono l'importazione e la vendita di miele estero non solo una pratica sleale nei confronti degli apicoltori italiani ma anche un rischio per i consumatori che potrebbero acquistare prodotti adulterati senza saperlo," aggiunge Colombo. La richiesta è quindi quella di rivedere la normativa per garantire una competizione leale e proteggere sia i consumatori sia gli apicoltori, assicurando che il miele consumato sia di qualità e sicuro. Un appello alla protezione dell'apicoltura sarda

Di fronte a questi gravi problemi, si chiedono misure concrete per sostegno all'apicoltura, un settore fondamentale non solo per la sua produzione di miele ma anche per il suo ruolo cruciale nella pollinizzazione e nella conservazione della biodiversità.

In questo momento critico, gli apicoltori rimangono impegnati nella lotta per la sopravvivenza della produzione di miele locale, sperando che le azioni richieste possano essere implementate rapidamente per salvaguardare un patrimonio naturale e culturale di inestimabile valore.



Cardo gratinato alla ricotta

Il cardo gratinato alla ricotta è un piatto della tradizione sarda che si può servire sia come antipasto che come contorno.

Ingredienti

- Cardo selvatici
- Ricotta di pecora
- Cipolla
- Olio e sale

Preparazione

Per preparare il cardo gratinato alla ricotta bisogna iniziare mondando bene i cardo selvatici (in sardo gureu) e facendoli cuocere in acqua bollente salata. Nel frattempo fate appassire la cipolla e le parti più tenere dei cardo in un tegame, con poco olio, a fuoco bassissimo e con il coperchio. Quando i cardo sono morbidi, scolarli e metterli in forno caldo su una pirofila oliata, con la parte delle coste verso il basso.

Mentre i cardo dorano nel forno. Aggiungete la ricotta al soffritto fatto intiepidire e formate una crema. Togliete i cardo dal forno e ponete sopra ognuno un po' di crema. Spolverate poi tutto con del pane grattugiato e mettete in forno con grill per qualche minuto e poi toglieteli dal forno. Il vostro cardo gratinato alla ricotta è pronto!



Chiusoni galluresi con gamberi rossi e asparagi selvatici

Ingredienti

PER LA PASTA

- 200 ml Acqua tiepida
- 4 gr Sale
- 400 gr Semola di grano duro rimacinata
- 0.8 Cucchiaino di olio extravergine di oliva

PER LA BISQUE

- 400 gr Scarti di teste e carapaci
- 800 ml Acqua
- 0.8 Carota
- 2/5 Cipolla
- 0.8 Costa di sedano

PER IL CONDIMENTO

- 400 gr Asparagi
- 240 gr Gamberi rossi (freschi)
- 400 gr Pasta
- 80 ml Bisque

Preparazione

Mettere la semola in una terrina e iniziare a impastare aggiungendo l'acqua poco alla volta fino ad ottenere un impasto omogeneo ed elastico. Lasciare riposare l'impasto per 30 minuti e iniziare a tagliare a fette di 1 cm, da ogni fetta ricavo dei filoncini del diametro sempre di circa 1 cm e taglio a tocchetti, con una grattugia fine all'incontrario do la forma ai chiusoni (noi usiamo la grattugia, però mia nonna e mia madre usavano il canestro).

Pulire i gamberi ricavando teste e carapaci; preparare un soffritto con sedano, carota, cipolla, soffriggere in casseruola. Aggiungere gli scarti dei gamberi a fiamma vivace per qualche minuto schiacciandoli con l'aiuto di un mestolo di legno. Sfumare con il brandy e lasciare evaporare, coprire con acqua, portare lentamente a bollore, schiumare e cuocere a fuoco lento fino al restringimento di metà acqua o fino all'intensi-

tà desiderata. Frullare al minipimer e passare al setaccio fine.

Pulite sotto l'acqua corrente gli asparagi selvatici e eliminate dal basso tutta la parte legnosa, tagliateli a scalare dal basso verso l'alto facendo attenzione a lasciare intatta la punta di 3/4 cm. Mettete sul fuoco a fiamma viva olio extravergine e uno spicchio d'aglio dopo aggiungere gli asparagi; quando iniziano a schiarire sfumare con brodo vegetale (brodeto di sedano carota e cipolla) o acqua di cottura della pasta (precedentemente salata) e facciamo cucinare gli asparagi per circa 10 minuti a fuoco lento.

Successivamente aggiungiamo un mestolo di bisque di gamberi e i gamberi rossi e faccio cucinare fino alla cottura di essi. Scoliamo la pasta 2 minuti prima e faccio risottare in padella.



Mandorle salate

Ottimo aperitivo le mandorle salate sono una vera bontà
dalla preparazione semplicissima

Ingredienti

- Mandorle
- Olio EVO
- Sale

Preparazione

Per pelare le mandorle occorre gettarle qualche minuto in acqua bollente. Scolatele ed eliminate la buccia. Sistematele in uno stampo foderato di carta da forno e infornatele a 180° per circa 20 minuti. Conditele con un filo d'olio e mescolatele con le mani in modo che le mandorle siano uniformemente condite. Salatele e fatele raffreddare prima di servire.



Tratto da:

VINI&CUCINA
BRESCIANA

Germano Bana
Direttore rivista
Vini & Cucina Bresciana

GIUGGIOLE

Le giuggiole sono il frutto del giuggiolo, arbusto probabilmente originario dell'Africa settentrionale e della Siria, che ha poi trovato un clima adatto anche in Asia. Pare che siano stati gli antichi romani a portarlo nel Bel Paese. Grandi più o meno come olive, le giuggiole sono davvero gustose; se raccolte ancora un po' acerbe, presentano un colore verde-arancio e un sapore molto simile a quello della mela. A maturazione completata, tra settembre e ottobre, diventano rosse-marroni e decisamente più dolci: per questo motivo l'albero è chiamato anche dattero cinese.

Proprietà benefiche

Le giuggiole sono ricche di vitamina C, quindi aiutano a rafforzare il sistema immunitario e prevenire i malanni tipici della stagione invernale. Grazie all'abbondante dose di flavonoidi e glucosidi, inoltre, regolano la pressione sanguigna; a ciò si aggiunge la concentrazione di antrachinoni, che dona a questi frutti discrete proprietà lassative. La medicina tradizionale cinese li consigliava come antinfiammatori e digestivi naturali, più di recente si è scoperto che placano l'ansia e sono utili in caso di pressione alta. Inoltre sono ricche di fosforo e ferro, potere aromatico e ad essere utilizzati, una volta essiccati.

Utilizzo in cucina

Le giuggiole si possono innanzi tutto mangiare crude, sia fresche che essiccate: una tira l'altra, provare per credere. Sono inoltre utilizzate per la preparazione di sciroppi e confetture e c'è chi le mette nel risotto insieme alla scamorza e alle castagne. Denocciolate e tagliate a tocchetti sono protagoniste di diversi dolci da forno, in primis biscotti, tortine e frollini (ottimo l'abbinamento con la farina gialla per polenta e i fiocchi di mais). Passando al salato, ottimi sono il soufflé di farro e giuggiole al Vin Santo e lo strudel di saliscia, uva sultanina e giuggiole. Conservate sotto spirito, le giuggiole si sposano perfettamente con i formaggi stagionati e con i piatti di carne.

IL FAMOSO BRODO DI GIUGGIOLE

Ingredienti

1 kg di giuggiole (peso netto senza il nocciolo ne servono Kg 1,400)

400 gr. di uva fragola

2 mele

1 litro di vino bianco

1/2 litro di vino rosso

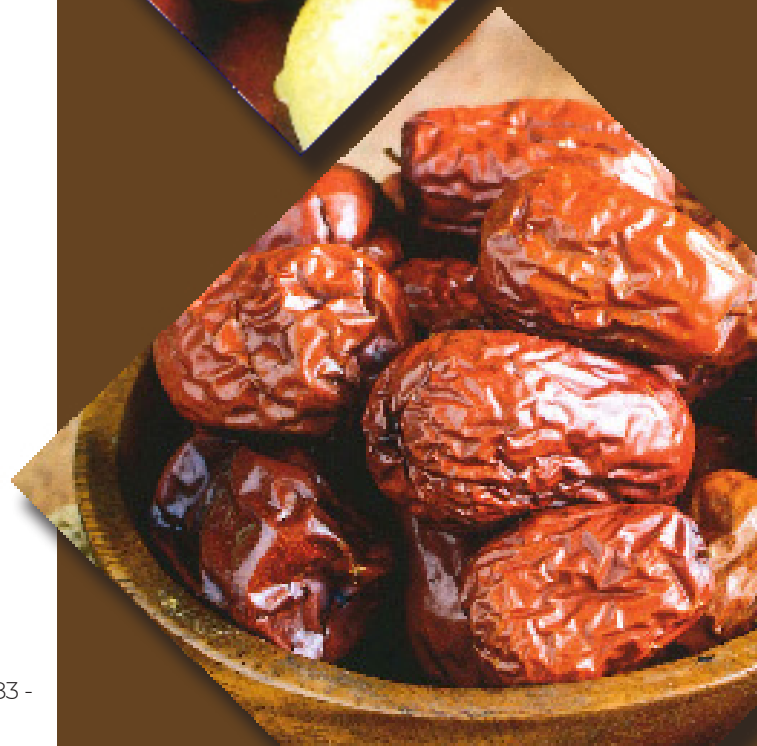
500 gr. di zucchero di canna

La buccia di 1 limone

1 pizzico di cannella

Preparazione

Preparate i vasetti ben lavati e tappi sterili. Preferite vasetti piccoli così da poter finire in poco tempo. Lavate ed asciugare le giuggiole, togliete il nocciolo e tagliate a pezzetti. Sgranate e lavate l'uva. Sbucciate le mele e tagliatele a fettine. In una capace pentola, mettete, le giuggiole, l'uva, le mele, il vino bianco e rosso, la buccia del limone grattugiata e il pizzico di cannella. Fate cuocere a fuoco moderato per circa un'ora finché la frutta non diventa bella morbida. Passate la frutta al passaverdure raccogliendo tutta la purea che si è formata, rimettete di nuovo nella pentola, aggiungete lo zucchero e fate cuocere finché non prende la consistenza come fosse marmellata morbida. Riempite i vasetti con il brodo ancora caldo, fino ad un cm. dall'orlo, chiudete bene e metteteli capovolti, lasciateli per almeno 15/20 minuti, in modo che si crei il sottovuoto. Aspettate che siano freddi e conservateli in un luogo fresco e buio. Quando s'inizia un vasetto e non si termina, in ogni caso andrà riposto in frigorifero.



TORTA MORBIDA CON GIUGGIOLE

Ingredienti per 2 persone

200 gr. di Giuggiole ben mature (snocciolate)
2 Uova
6 cucchiaini di Zucchero Semolato
70 ml di Olio di Semi
100 ml di Latte
1 bustina di Lievito per Dolci
120 gr. di Farina "00"
100 gr. di Fecola di Patate
Noci a piacere

Preparazione

Tagliate le giuggiole a pezzetti (o tritarle finemente). A parte dividete i tuorli dagli albumi e montare quest'ultimi a neve ben ferma poi sbattere i tuorli con lo zucchero. Aggiungete all'impasto anche gli albumi montati incorporandoli dal basso verso l'alto. Aggiungete all'impasto le giuggiole tritate e poi la farina con il lievito e il latte. Aggiungere la fecola di patate, l'olio e mescolare tutto insieme; quando il composto sarà divenuto liscio e omogeneo, versatelo in uno stampo da plumcake (o in una tortiera), imburrate e infarinato, a piacere guarnite con noci. Fate cuocere in forno a 180° per 40-45 minuti.



MARMELLATA DI GIUGGIOLE

Ingredienti

1 kg di giuggiole mature
1 mela renetta
1/2 bicchiere d'acqua
500 gr di zucchero semolato
una scorzetta di limone

Preparazione

Versate in una casseruola le giuggiole precedentemente snocciolate insieme a una mela renetta tagliata a pezzettini e mezzo bicchiere di acqua. Cuocete a fuoco vivo la frutta aggiungendo lo zucchero semolato e la scorzetta di limone. Raggiunta la consistenza desiderata, togliete dal fuoco e versare la marmellata bollente in recipienti di vetro precedentemente fatti bollire in acqua; chiuderli ermeticamente con tappi sterilizzati e capovolgerli per cinque minuti, poi rigirare i vasi e coprirli con panni per completare la procedura di sottovuoto.

LIQUORE ALLE GIUGGIOLE

Ingredienti per 1 litro circa di liquore

Giuggiole 300 g
Alcool 500 ml
Zucchero 300 g
Acqua 400 ml
Scorza di mezzo limone

Preparazione

Lavate le giuggiole in acqua fredda e asciugatele. Eliminate i noccioli. Tagliate a piccoli pezzi parte delle giuggiole e lasciate le altre intere. A questo punto prendete un barattolo di vetro perfettamente sterilizzato a chiusura ermetica. Versate le giuggiole nel barattolo, aggiungete la scorza di limone e coprite il tutto con alcool a 95°. Tappate il barattolo e lasciate macerare per 10 -15 giorni. Ricordatevi di agitare il barattolo almeno una volta al giorno. Trascorso il tempo di macerazione, pigiate le giuggiole con una forchetta o con lo schiacciap patate e filtrate l'alcol. Preparate uno sciroppo con acqua e zucchero e lasciate raffreddare. Unite l'alcol filtrato allo sciroppo di zucchero freddo ed imbottigliare. Lasciate riposare almeno un mese in un luogo scuro e asciutto prima di berlo.



Tratto da:

VINI & CUCINA
BRESCIANA 



Testi di
Giovanni Pavan
Indimenticato Gran Maestro della
Confraternita dei Dogi, Sommelier
e Ricercatore
storico dell'Enogastronomia



I colori nel piatto

L'armonia cromatica

Nell'accostamento dei colori, il rapporto armonico, su una stessa scala di tonalità o legando due timbri diversi con un tono intermedio, rappresenta forse la scelta più prudente e più facilmente gestibile. Tuttavia, questa soluzione comporta il rischio della monotonia. Ad esempio, una portata di carni lesse presenta una dominante cromatica abbastanza spenta; una scelta di arrostiti si arricchisce di toni dorati, ma appare ancora piuttosto omogenea. Infatti, all'interno di una configurazione i colori non vengono letti singolarmente, ma nella tonalità delle loro relazioni: in una preparazione di bolliti, quindi, tendiamo a percepire l'insieme delle tonalità armoniche. A variare tale situazione possono intervenire diversi fattori, come la scelta del supporto, il gioco delle forme, la diversità delle superfici, l'introduzione di un elemento decorativo particolare: piccoli accorgimenti sufficienti a garantire la piacevolezza e l'attrattiva della presentazione finale.

Significati culturali antropologici e psicologici del colore

Tutto ciò che è stato fin qui detto si riferisce agli alimenti cotti, ma già quando acquistiamo gli ingredienti, il nostro primo contatto con il cibo si fonda sul colore: in base ad esso valutiamo il grado di maturazione della frutta e della verdura, il tempo trascorso dalla raccolta e la correttezza della conservazione, la freschezza e, in una certa misura, la genuinità della carne e del pesce. Acquistiamo questi ingredienti prima di tutto perché ci appaiono "belli", cioè intensamente e omogeneamente colorati oltre che della giusta consistenza e fragranti nel profumo.

Il colore, quindi, non è estraneo al nostro rapporto con il cibo. Vale la pena, pertanto, di riflettere brevemente sull'alone di significati culturali, antropologici e psicologici che accompagna la gamma cromatica degli alimenti, meno estesa rispetto alla gamma presente in natura, ma ugualmente molto ricca. Principalmente, i colori presenti nella nostra alimentazione sono, nell'ordine dello spettro cro-

matico, il rosso, l'arancio (con il passaggio al dorato ed al marrone), il giallo e il verde. I valori di bianco e nero in senso assoluto quasi non compaiono, ma sono ben presenti come tendenza al molto chiaro e al molto scuro.

I valori realmente freddi, gli azzurri e i blu, i viola e alcuni verdi, giocano un ruolo molto limitato, quasi inesistente, confinati come sono alle caratteristiche della buccia di qualche vegetale (mirtillo o melanzane crude) o delle squame di alcuni pesci, o infine di alcune erbe aromatiche e di alcune spezie. Per le implicazioni culturali e psicologiche che comporta, ciascun colore richiede un breve cenno.

GIALLO

Richiama il colore del sole, della luce, della vita, dell'oro. Nelle tonalità più ricche e sature, positiva e si associa alla frutta matura e alla gravidanza vitale del tuorlo d'uovo. Nelle tonalità più ambrate richiama le spezie e la consistenza serica del miele. Solo nelle tonalità più aspre allude a valori non del tutto positivi o addirittura negativi, dal sapore agro e per alcuni sgradevole del limone, alla malattia. Fondamentalmente, comunque, il giallo è un colore positivo e familiare, particolarmente in terra veneta dove, da sempre, il grande sole della polenta rovesciata sul tavolo raccoglie intorno a sé i commensali.



ROSSO

Compare in molti alimenti diversi, dalla carne cruda a differenti specie di frutta o di verdura. È un colore fortemente energetico, di grande impatto visivo ed emotivo, capace di magnetizzare l'attenzione, soprattutto nelle tonalità più intense. Questo colore si accompagna a simbologie ancestrali, in quanto si associa al sangue, principio di vita e di morte.

È quindi inevitabilmente un colore rituale e sacrale. Nell'associazione con la carne, sintetizza riti antichi e cruenti come la caccia, addirittura il cannibalismo, la guerra, ma anche la nascita; pertanto è capace di esercitare attrazione come di suscitare repulsione. Alla vitalità energetica della carne, alimento comunque di lusso, si contrappone la penuria dell'antica cultura contadina, peraltro intessuta di metafore e di

immagini che esaltano un'abbondanza iperbolica, sinonimo di salute e benessere. Di fatto, in passato la carne compariva, sulla tavola dei più, solo nelle feste comandate e nelle grandi occasioni, in compenso popolava i sogni di scorpacciate. Il rosso è anche il colore del vino, così vicino al sangue nelle implicazioni rituali e anch'esso presente nelle pratiche religiose legate alla fertilità o alla nascita e alla morte. Molto meno drammatica la simbologia cromatica relativa al pomodoro, bietole, cipolle, peperoni e cocomeri. Nel contesto vegetale, le numerose varietà che brillano per intensità cromatica rappresentano generalmente una connotazione festosa, addirittura sontuosa, perché allusiva di ricchezza e diversità.





VERDE

È un colore difficile, ambivalente, che rappresenta tanto la vita quanto la putrefazione. Nella tradizione popolare, il verde è spesso il colore del veleno, perché si associa ai serpenti, quindi suscita addirittura ribrezzo. È però il colore dell'esuberanza della vegetazione primaverile ed estiva e caratterizza molti vegetali, dalle verdure a foglia larga alle erbe aromatiche, alla frutta. Peraltro, è opportuno precisare che arricchire la tavola con erbe commestibili e vegetali verdi costituisce una moda relativamente recente. Infatti, nell'alimentazione povera del passato, l'abbondanza di germogli e radici scarsi di valori nutritivi, spesso anche di gusto sgradevole, si contrapponeva negativamente alla possibilità, solo per i benestanti, di

consumare regolarmente la carne. La varietà tutta moderna di verdure coltivate gradevoli, profumate e ricche di sali minerali ha sensibilmente modificato le abitudini alimentari e la scala di gradimento. Bisogna però dire che il consumo regolare di verdure è una caratteristica della convivialità femminile e che sono prevalentemente le donne ad associare agli alimenti verdi connotazioni di freschezza, fragranza e salute. Per i maschi il cibo conviviale per eccellenza è sempre la carne; per i bambini l'unico contorno ammissibile sono ancora le patatine fritte. Del resto, le grandi artefici delle insalate miste sono le donne, che vengono da un'antica tradizione stregonesca di conoscenza delle erbe e delle loro virtù curative e organolettiche. Un cenno particolare merita l'olio d'oliva, tanto più sapido quanto più verdognolo, legato al frutto simbolo del mondo mediterraneo, presente nel mito come segno di fertilità.

ARANCIO

È un colore afflitto da una specie, di crisi di identità (spalla del rosso) ma assolutamente caldo, intenso e chiaro, presente nel contesto alimentare esclusivamente nella buccia e/o nella polpa di frutta e verdura. Prevalentemente collegato alla ricchezza e all'abbondanza dell'estate e dell'autunno, evoca tale magnificenza anche in inverno, quando gli agrumi appaiono come miraggi della calura estiva. È un colore prezioso per il riferimento all'oro, perché caratterizza molte spezie di provenienza esotica e perché suggerisce la succulenza e i profumi della frutta matura.

All'arancione si lega strettamente il tono dorato dei cibi croccanti, abbrustoliti e fritti.

Nelle tonalità della terracotta evoca la tradizione domestica delle stoviglie rustiche.

Infine, i toni del marrone richiamano inevitabilmente la terra ed i materiali usuali e rassicuranti come il legno; ma, associati al cioccolato, evocano piacere puro.





Questione di tatto

I recettori sensoriali

In realtà sarebbe più corretto parlare di un sistema somato-sensoriale. Un sistema che raccoglie da tutto il corpo una grande quantità di informazioni sulla pressione di contatto, sulla temperatura, sul dolore, sull'equilibrio, sulla posizione del corpo e le trasmette al cervello. Questi segnali, generati da recettori sensoriali specializzati sparsi sulla pelle ed all'interno del corpo, tramite i neuroni sensoriali, transitano nel midollo spinale, vengono smistati nel talamo e arrivano incrociati (la corteccia sinistra del cervello è connessa alla parte destra del corpo) alla corteccia cerebrale.

I recettori sensoriali si addensano soprattutto nelle parti del corpo più sensibili, come le dita, le labbra, la lingua, le mascelle, ed hanno una loro area di riferimento ben precisa nella corteccia cerebrale somato-sensoriale.

La rappresentazione del 'peso' delle diverse aree del corpo rispetto alla corteccia somato-sensoriale è stata consegnata ormai da più di un secolo alla figura dell'homunculus ma che ancora ben rappresenta quali siano le aree tattili più sensibili del corpo umano.

Si noterà come la raffigurazione grafica ben rappresenta il rapporto tra stimolo tattile e impulso al movimento.

Percezioni tattili in bocca

Le labbra, la lingua, i denti, hanno un peso molto rilevante nell'Homunculus, segno che in quelle aree, deputate all'assunzione di cibo, la sensibilità tattile è molto sviluppata anche rispetto alle altre parti del corpo.

La consistenza, la viscosità di un cibo, la sua resistenza alla masticazione, la sua temperatura, la piccantezza, sono tutti elementi che contribuiscono a formare il sapore di un cibo e che possono essere genericamente indicate come sensazioni tattili in bocca ma che più correttamente come "somestesia" o sensibilità somatica.

Come quando siamo al cinema e gli altoparlanti diffondono la voce degli attori e noi guardiamo i movimenti delle loro labbra e pare quella voce esca dalle loro labbra, così le percezioni tattili che noi sentiamo in bocca sembra che 'catturino' il sapore e noi le percepiamo come fossero la sua fonte.

In realtà si tratta di un processo cerebrale complesso e automatico, ancora per alcuni aspetti imperscrutabile, ma che mostra come il nostro sistema percettivo si sia evoluto per garantire la massima efficienza di risposta agli stimoli dell'ambiente esterno.

Questa premessa per riaffermare che le percezioni tattili che ci arrivano da dentro e fuori del cavo orale, sono di una complessità straordinaria ed influenzano profondamente la nostra percezione del sapore.

E lo sviluppo della sensibilità tattile, come per gli altri sensi, deve essere interpretata come il risultato di un processo evolutivo della nostra specie messo in atto per garantirci un vantaggio competitivo sulle altre specie.

Ecco che allora il rifiuto innato per le consistenze molli è probabilmente il relitto di una sensibilità ancestrale che ci preservava dai cibi in disfacimento; la reazione alla piccantezza il segnale di attenzione al potenziale pericoloso di alcuni alimenti; l'astringenza come segno dello scarso grado di maturazione di un frutto e la viscosità come indicatore del valore nutritivo di un cibo, così come la resistenza meccanica alla masticazione forniva alcune informazioni sulla più o meno facile digeribilità di un cibo.

Tutte informazioni essenziali nella competizione per la vita dei nostri antenati e che abbiamo imparato a comprendere ed interpretare magari in funzione di un piacere raffinato: come quando ci apprestiamo a mangiare un'ostrica, dall'apparenza molle e tutt'altro che invitante, dallo scarso valore nutritivo ma che abbiamo imparato ad apprezzare e ricercare per il pia-

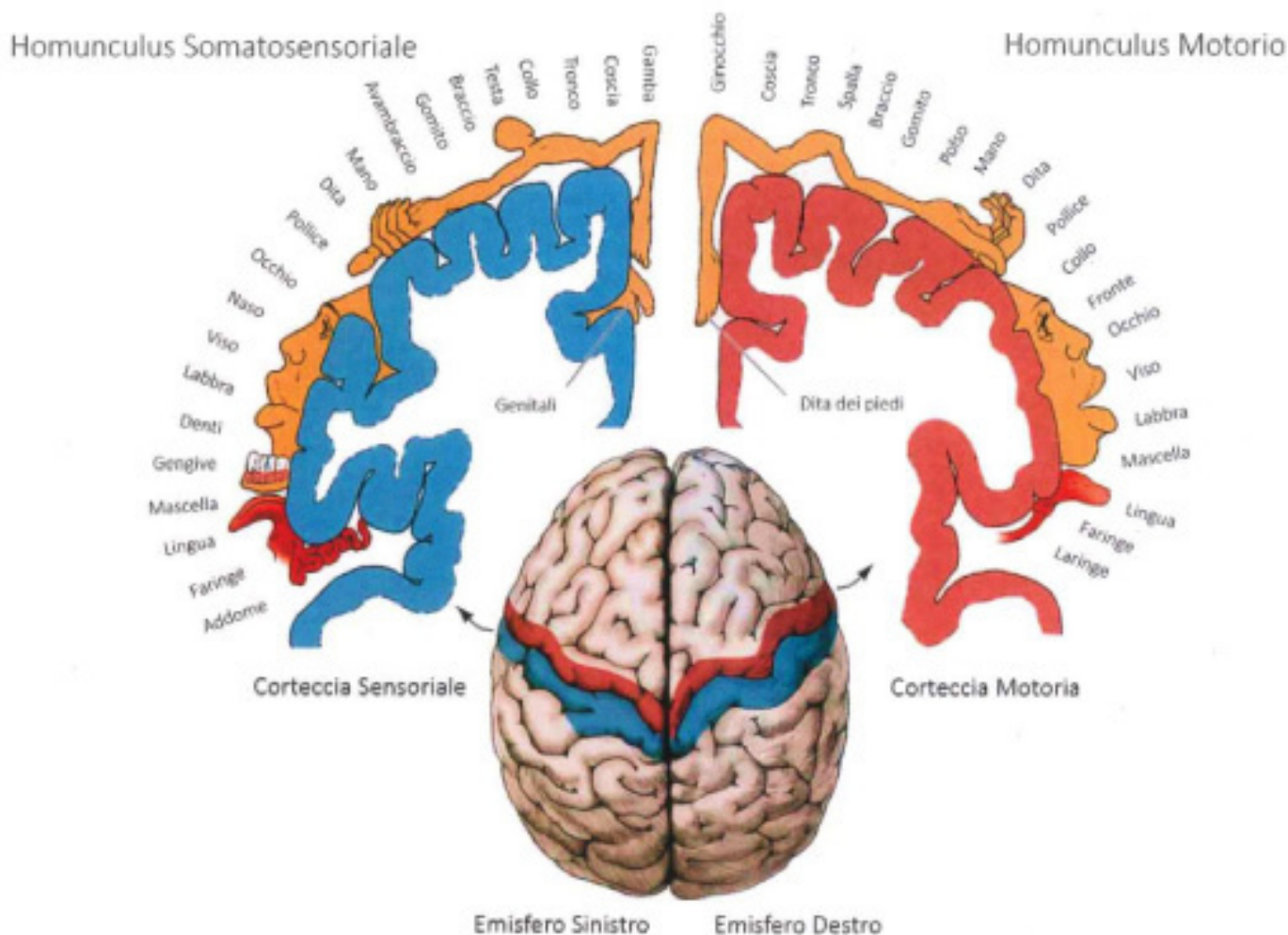
cere gastronomico che ci procura.

Tattilismo

Filippo Tommaso Marinetti, il padre fondatore del futurismo, nel 1921 scrisse il suo manifesto sul "tattilismo" e nel 1930 organizzò i primi banchetti tattili della storia in cui si riprometteva di abbinare pietanze e sensazioni tattili.

Queste intuizioni ebbero scarso seguito anche perché la sua storica vicenda personale e culturale si legò al movimento politico allora dominante in Italia e la guerra si incaricò di azzerare qualsiasi esperimento stravagante sul cibo.

Le intuizioni di Marinetti sono state riprese in questi ultimi anni da chef rinomati che hanno proposto esperienze culinarie polisensoriali nelle quali, per esempio, i commensali assaggiano alcune pietanze e, contemporaneamente, accarezzano piccoli cubi ricoperti con materiali diversi – velcro velluto, seta, carta vetrata – e sono invogliati a trovare corrispondenze tra i cibi e percezioni tattili. (Una fonte ricca di esempi e di esperienze polisensoriali è il testo di Charles Spense, *Gastrosofia, La nuova scienza del mangiare*, Roma, Readrink, 2020, pp. 416).





Il bello di mangiare con le mani

Un aspetto importante del rapporto tra percezione tattile e sapore del cibo è rappresentato dal tema del mangiare il cibo con le mani o con l'ausilio delle posate.

Si è stabilito, per esempio, che l'utilizzo di posate pesanti e di buona qualità si traduca molto spesso in un miglioramento della qualità percepita delle pietanze. Lo stesso vale per i piatti, i bicchieri ed i contenitori di liquidi alimentari le cui caratteristiche di forma e di finitura superficiale possono influenzare (ne sono convintissime le grandi industrie del food) in un modo determinante il valore gastronomico percepito del contenuto.

“In molti dei migliori ristoranti del mondo, oggi, le prime tre, quattro e perfino cinque portate si mangiano con le mani” come cita C. Spence a pag. 133 del testo prima rimarcato.

Nessuno si stupisce se portiamo il pane alla bocca con le mani e se con le mani mangiamo l'hamburger e sono sempre più diffusi gli ambiti gastronomici ed i format nei quali il cibo viene consumato con le mani. Non bastano le norme igieniche o la comodità di consumo a spiegare l'uso delle posate.

Vi è una componente rituale che storicamente si è cristallizzata nelle regole di un'etichetta.

È proprio questa ritualità che in parte si sta scardinando e che fa emergere sempre più chiaramente an-

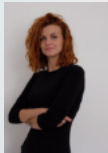
che nella nostra civiltà sovralimentata un bisogno di rapporto intimo e semplificato col cibo, che i giovani hanno perfettamente intuito.

Ma quel che è straordinario è che il cibo mangiato con le mani è quasi generalmente considerato più buono di quel che sarebbe se mangiato utilizzando le posate.

Ecco che allora il tatto, meraviglioso strumento di indagine e di interazione con la superficie del mondo, riacquista una sua nuova centralità, almeno nel rapporto col cibo, quando fuori tutto si fa più complicato. E di questo proseguiremo il discorso.



Tratto da:

VINI&CUCINA
BRESCIANA

Dott.ssa Anna Mariotti

Sapore di Mare

"Sapore di sale, sapore di mare", cantava Gino Paoli nel '63 appassionando l'Italia grazie anche all'arrangiamento di Ennio Morricone. Un mito, un modo di dire, un modo vivere l'estate con quel gusto "un po' amaro di cose perdute". Al culmine del successo della canzone, Gino Paoli si sparerà un colpo al cuore, fortunatamente sbagliando la mira.

Il 'sapore di sale' di stagione, ci fornisce l'occasione per accennare all'importanza dei sali nel corpo umano e qualche consiglio su come regolarsi nel periodo estivo. Due sali forse più di altri ci riportano al mare: il sodio presente nell'acqua di mare come cloruro di sodio e lo iodio di cui ci dicevano da piccoli in spiaggia: "respira bene, che respiri lo iodio".

Il sodio

Il sodio, insieme a zolfo, cloro, magnesio, calcio, fosforo e potassio è un macroelemento di cui l'organismo necessita in quantità cospicue per le proprie funzioni. È uno dei minerali più abbondanti nell'organismo.

È presente nelle ossa e negli altri tessuti e svolge un importante ruolo nel mantenimento dell'equilibrio idrosalino, nella regolazione dei fluidi e dei nutrienti nella cellula e partecipa alla trasmissione dell'impulso nervoso e al trasporto attivo dei metaboliti. L'organismo non accumula sodio se non nelle ossa (e serve per regolare il Ph del sangue) e pertanto deve essere costantemente integrato dall'alimentazione e l'equilibrio nell'organismo viene assicurato dalla sudorazione e dall'espulsioni con le feci.

Per evitare di fare confusione è necessario aver ben presente che quello che si deve tenere sotto controllo è il sodio (Na⁺) e che ogni grammo di sodio corrisponde a circa 2.5g di sale (NaCl),

quindi una differenza molto grande che deve essere controllata nelle etichette dei prodotti confezionati.

La fonte più importante di sodio è il sale da cucina, cioè il Cloruro di Sodio (NaCl) che in soluzione libera Sodio Na⁺, e Cloro Cl e mediamente lo assumiamo in queste quantità:

- 35% sale aggiunto in maniera discrezionale nella cucina casalinga o a tavola
- 50% sale contenuto nei prodotti trasformati e/o conservati, artigianali e industriali, tra cui pane e prodotti da forno.

- 15% sodio contenuto allo stato naturale negli alimenti - frutta, verdura, carne, pesce, latte ecc.

In larga parte, il sale che assumiamo è quello che aggiungiamo in cucina, per esempio quando cuociamo la pasta o condiamo l'insalata o in tavola, quando ne aggiungiamo alle pietanze che spesso già sono state salate in cottura e quello dei prodotti trasformati, artigianali e industriali.'

Sale superfluo, perché e come ridurre

Ma abbiamo bisogno di aggiungere sale nella nostra dieta? In condizioni fisiologiche normali la quantità di sodio che dovremmo reintegrare con la dieta è bassissima: 0.25-1.5 g al giorno di sale, cioè la punta di un cucchiaino. Non abbiamo nessuna necessità di aggiungere sale ai cibi in quanto il sodio, già contenuto in natura negli alimenti, è sufficiente a coprire le necessità dell'organismo. Il resto è superfluo e potenzialmente dannoso. Solo in condizioni di estrema sudorazione oppure in caso di malattie che comportino vomito e/o diarrea prolungata i fabbisogni di sodio possono aumentare per aumento delle perdite.

Per il sodio (e quindi per il sale) è stato stabilito un obiettivo nutrizionale per la prevenzione che, pur garantendo sapidità ai piatti, consenta la riduzione del rischio di malattia. Il consumo di sale per la popolazione adulta deve essere inferiore a 5g al giorno, quantità ben superiore al fabbisogno e che di fatto rappresenta un compromesso tra soddisfazione del gusto e prevenzione dei rischi.

Questa raccomandazione è diretta a tutti gli individui sani, non si applica a coloro che sono affetti da particolari patologie o che assumono farmaci che provocano perdita di sodio, nel qual caso è essenziale il parere e la prescrizione dello specialista.

Negli anziani l'attenzione al consumo di sale è ancora più stringente con quantitativi che non



devono superare i 4g al giorno (1.6g di sodio). Infatti, in questo gruppo di età si deve tenere conto maggiormente del rischio cardiovascolare e ipertensivo per cui è giustificata un'ulteriore limitazione.

Nell'età evolutiva la quantità deve essere ancora inferiore e varia in funzione dell'età: nei lattanti non va aggiunto sale ai cibi, per poi concederne una minima quantità da circa 2g ad un anno di età (0.8g di sodio). Un consumo abbondante di sale favorisce l'instaurarsi dell'ipertensione arteriosa, un fattore di rischio importantissimo per molte malattie del cuore, dei vasi sanguigni e dei reni oltre che per l'ictus cerebrale. Un abituale alto consumo di sale è inoltre associato ad aumentato rischio di cancro dello stomaco, a maggiori perdite urinarie di calcio e quindi, a un maggiore rischio di osteoporosi.

Il sale ha avuto un'importanza determinante per la sopravvivenza e l'evoluzione della razza umana perché ha permesso di conservare gli alimenti in epoche nelle quali l'uomo non aveva ancora imparato a creare il freddo. Oggi possiamo farne a meno, ma la preferenza per il gusto salato continua ad accompagnarci. Eppure, ridurre la quantità di sale che si consuma ogni giorno non è difficile, soprattutto se la riduzione avviene gradualmente. Il gusto per il salato si modifica molto facilmente ed è possibile rieducarlo gradatamente a cibi meno salati in breve tempo (qualche settimana o mese).

Gli odori, le spezie e le erbe aromatiche usati in cucina possono permettere di eliminare il sale o almeno di utilizzarne una quantità decisamente



minore, conferendo uno specifico aroma al cibo e migliorandone le qualità organolettiche.

In commercio si trova il cosiddetto sale dietetico, o iposodico, il quale contiene meno sodio (fino al 70% in meno), in quanto parte del sodio è sostituito da potassio e/o magnesio. È un prodotto che può essere utilizzato nel trattamento dell'ipertensione arteriosa, ma, come ben specificato in etichetta (anche se non tutti leggono) deve essere utilizzato sotto il parere e il controllo dello specialista.

Il sale iodato, perchè è consigliato

È disponibile in commercio il sale iodato (sia "fino" che "grosso"), cioè comune sale da cucina al quale è stato aggiunto iodio sotto forma di ioduro e/o iodato di potassio, in quantità adeguata alla copertura dei fabbisogni di iodio. Il sale iodato non deve essere confuso con il "sale marino" o il "sale integrale" o altri sali poiché il loro contenuto di iodio è trascurabile. Il sale iodato non è un prodotto dietetico destinato a particolari categorie di individui, ma un alimento che deve diventare di uso corrente per tutta la popolazione, raccomandato sia dall'Organizzazione Mondiale della Sanità che dal Ministero della Salute.

Lo iodio nell'organismo umano è un componente essenziale degli ormoni tiroidei; è quindi un elemento indispensabile per le numerose funzioni regolate da questi ormoni, che vanno dallo sviluppo del sistema nervoso centrale e dello scheletro, al controllo della temperatura corporea, fino ad arrivare al metabolismo di zuccheri, grassi e proteine. In particolare, la corretta funzione della ghiandola tiroidea è garantita da un adeguato apporto nutrizionale di iodio.

Una profilassi iodica (che consiste in misure semplici come l'assunzione di sale iodato, cioè sale addizionato con 30 mg di iodio per chilo)

può aiutare nella prevenzione del gozzo endemico e degli altri disordini da carenza iodica.

Tra i cibi più ricchi di iodio figurano il pesce e le alghe. Anche altri alimenti possono essere discrete fonti di questo minerale (latte, uova, carne e cereali), mentre per quanto concerne frutta e verdura le quantità di iodio in esse presenti variano molto dalla presenza di iodio nel terreno di coltivazione.

La dose giornaliera di iodio raccomandata a un adulto è pari a 150 microgrammi. Nelle donne in gravidanza

Sapore di mare e durante l'allattamento può raggiungere i 220-290 microgrammi al giorno.

Il sale iodato ha lo stesso sapore e le stesse caratteristiche del sale comune e può e deve essere utilizzato in tutte le età e in tutte le condizioni fisiologiche in sostituzione del sale normale, fatto salvo tutto quanto detto sulla moderazione e sulla necessità di riduzione del consumo di sale.

Tutti possono far uso di sale arricchito di iodio poiché le quantità di iodio così assunte saranno sempre molto inferiori ai valori che possono determinare effetti negativi. Soltanto nel caso di specifiche patologie della tiroide (ipertiroidismo, forme tumorali, noduli, tiroiditi) è bene chiedere il parere di un medico. Il consiglio salutare è: "meno sale, ma iodato", come il sapore del mare.

I criteri sopra espressi, sono generali e volutamente non si è entrati nel dettaglio di proposte di diete o di prescrizioni particolari. Il documentarsi, il leggere la documentazione scientifica più accreditata, sono indispensabili per farsi una opinione, ma nel momento in cui si intende intervenire significativamente sul proprio regime alimentare è indispensabile riferirsi ad uno specialista, perché i sani principi della nutrizione devono essere interpretati alla luce delle condizioni personali, delle proprie propensioni, degli stili di vita e di lavoro.

I dati e le considerazioni espresse sono largamente in debito al documento "Linee guida per una sana alimentazione", redatto dal CREA — Centro di ricerca alimenti e nutrizione, revisione 2018, pubblicato nel 2019. Ampio documento fondamentale (insieme ai LARN), nel quale la comunità scientifica più autorevole si riconosce, redatto non solo ad uso degli specialisti ma a servizio della popolazione, di libero accesso tramite web, e di cui si consiglia vivamente la lettura.



Prof. Riccardo Raddino
Professore associato
Sezione di Malattie
Cardiovascolari

Surgelati: salute e consigli

La conservazione degli alimenti rappresenta un

processo estremamente delicato ed importante nella catena alimentare. In questo articolo ci occuperemo di un metodo sicuramente antico, ma anche molto attuale: la refrigerazione. Esistono differenze sostanziali tra surgelazione e congelazione, due termini spesso confusi tra di loro. La surgelazione è un procedimento che avviene a livello industriale, perché comporta il raggiungimento di temperature per le quali sono necessari appositi macchinari; la congelazione invece è un procedimento "casalingo", che può essere effettuato nel freezer di qualsiasi cucina. La surgelazione avviene in tempi rapidissimi, può raggiungere in fase iniziale anche temperature inferiori ai -80°C , non supera mai la temperatura di -18°C , ed è regolata da una specifica normativa, poiché riguarda prodotti industriali. Quando si impacchetta del cibo e lo si conserva nel freezer di casa si effettua invece una congelazione. In questo caso non ci sono normative specifiche, ma è indispensabile attenersi a qualche fondamentale norma igienica, sia per salvaguardare la salute, sia per conservare al meglio il sapore e i valori nutrizionali degli alimenti.

Rispetto della catena del freddo

Affinché gli alimenti surgelati non perdano le loro proprietà o peggio ancora possano deteriorarsi è importante rispettare la catena del freddo. Ciò significa che quando si acquistano prodotti già surgelati bisogna riporli nel freezer il prima possibile, evitando che inizi il processo di scongelamento che può portare alla comparsa e diffusione di batteri patogeni. Per lo stesso motivo non bisogna scongelare un alimento e poi ricongelarlo, anche in questo caso, infatti, si rischiano delle intossicazioni batteriche. Diversa la situazione in cui si sconge-

la un alimento, lo si cucina e poi si ricongela. In questo caso il ricongelamento è consentito in quanto la cottura intermedia interrompe lo sviluppo di carica batterica.

Surgelazione e valori nutritivi

Il processo di surgelamento non comporta una significativa perdita di valore nutritivo del prodotto. La fase di scottatura che viene utilizzata per alcuni tipi di frutta e verdura prima del processo, può determinare la perdita fino al 20% di vitamina C, ma si tratta comunque di prodotti freschi, appena raccolti, al massimo del loro valore nutrizionale. Tali condizioni sono certamente migliori rispetto ad alimenti che, seppure venduti freschi, sono stati raccolti giorni e giorni prima di essere offerti al pubblico. Per quanto riguarda pesce e carne, si tratta di alimenti che non vengono in alcun modo danneggiati dalla fase di surgelazione. Durante lo scongelamento sali e vitamine possono andare persi nel liquido, per questo motivo è consigliabile non scongelare sotto acqua calda corrente.

Congelazione

La congelazione avviene in tempi molto meno rapidi della surgelazione, e a temperature più alte. Quando si conserva qualcosa nel freezer, lo si sta congelando, come già detto. Si possono congelare praticamente tutti gli alimenti, compresi pietanze già pronte e cotte, tenendo presente che per ogni tipo di cibo c'è un limite di tempo di conservazione diverso, oltre il quale la congelazione comporta un'eccessiva perdita di sostanze nutritive. L'alimento va pulito, asciugato e confezionato. La fase di confezionamento è fondamentale per proteggere il cibo ed evitare che si deteriori, per cui vanno scelti materiali impermeabili all'acqua, all'aria, al vapore, ai grassi e agli acidi. I materiali migliori attualmente in commercio sono il politene, l'alluminio, i contenitori rigidi di alluminio, plastica o vetro. Quando si congelano

grandi quantità di cibo in pacchetti che non ne consentono il riconoscimento è sempre bene etichettare la confezione, per evitare brutte sorprese. Si tenga sempre presente che un liquido quando si congela si può espandere e pertanto rompere il contenitore in cui è conservato.

Precauzioni per il consumo del pesce crudo

Negli ultimi anni si è diffusa l'abitudine di mangiare alcuni tipi di pesce crudo. Ciò comporta la conoscenza dei possibili rischi di intossicazione alimentare che derivano dalla presenza nel pesce di alcuni parassiti, tra cui il più conosciuto e diffuso è l'anisakis che appartiene alla classe dei vermi. Questi parassiti si trovano inizialmente nei piccoli crostacei di cui si nutrono i pesci (es. pesce sciabola, ricciola, pesce spada, tonno, sardina, aringa, acciuga, nasello, merluzzo, sgombrò ecc.) infestandone le carni che possono essere consumate a crudo sulle nostre tavole. La parassitosi causata dall'ingestione di pesci crudi infestati produce un'infezione del tratto gastro-intestinale con dolore addominale violento, nausea, vomito, reazioni allergiche e comparsa di diarrea e febbre. Nei casi più gravi si possono avere complicanze addominali, sino alla perforazione intestinale. È fondamentale che la diagnosi sia precoce, considerando che le larve del parassita possono essere espulse nelle 48 ore successive all'ingestione, allo scopo di iniziare la terapia farmacologica adeguata prima che insorgano le complicanze che potrebbero richiedere l'intervento del chirurgo. Oltre che con la cottura, l'anisakis può essere eliminata con il processo di abbattimento del pesce a temperature adeguate e per un tempo sufficiente. Tale processo, secondo le normative dell'Unione Europea, deve avvenire già sul peschereccio portando il pesce a -20°C per almeno 24 ore. Inoltre la normativa prevede che anche i ristoratori siano attrezzati con abbattitori di temperatura adeguati e certificati.

NUOVA
ENOFICE