



l'arcigoloso



Supplemento settimanale di informazioni per i buongustai a cura di Arcigola

Via della Mendicita Istruita, 14 - 12042 BRA (CN) - Tel. 0172/426207-421293

NOTIZIE ARCIGOLA



VICENZA

È iniziato il 5 ottobre e si concluderà entro novembre il corso di cucina organizzato dalla condotta vicentina e dal circolo Spazio 83, che per sei giovedì affronterà in modo teorico-pratico i seguenti temi: 1) La cucina dell'uomo solo, i cibi che vengono dal fresco. 2) Gli ospiti improvvisi. 3) L'utilizzo degli avanzi, come gestire il frigorifero. 4) Materie prime e no; i cibi alternativi. 5) Il pesce d'acqua dolce. 6) La funzione del vino in casa, come gestire la cantina in casa.

VAL TIBERINA

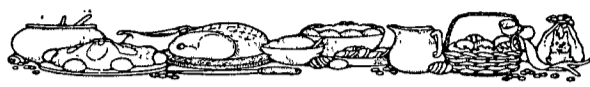
L'attività otobrina della condotta è ripresa con una visita, svoltasi ieri, domenica 22 ottobre, alla cantina della

Azienda Agricola Paolo Bea a Montefalco. L'intera giornata prevedeva anche il pranzo in un ristorante della zona.

ROMA

Nell'ambito della manifestazione regionale sui prodotti biologici «Lazio naturale», organizzata dalla Coop. «Il Canestro» in collaborazione con la «Lega Ambiente», Arcigola propone alcune cene a tema con piatti della tradizione delle province del Lazio realizzate con la consulenza dei ristoranti: «Il fioretino di Latina»; «Ricchelieu» di Monteporzio; «Enoteca la Torre» di Viterbo. Le cene si terranno presso la sede della Coop. «Il Canestro» in via della Robbia 47 (Testaccio), tel. 5742800.

Argomento fondamentale della nostra cultura povera, la pasta è materiale di base non semilavorato. Opera compiuta esprime funzione di supporto nella destinazione ultima: è conduttore di condimento. Ha peculiarità differenti la prima infatti è un manufatto, la seconda è un prodotto. Le mani e la macchina felicemente contrapposte. Esaminando i due procedimenti di costruzione. Nella nostra Padania fresca ha le seguenti modalità: la farina «00» è disposta a fontanella su la spianatoia (asse di legno stagionato perfettamente piana). Le uova al centro, una ogni etogrammo di farina. La sfogliana (il nome imposto dalla tradizione alla donna che accudisce al compito) muove adagio e forma l'impasto con delicatezza. Raggiunto il risultato le mani si muovono con maggiore energia e trasmettono il calore delle palme essenziale all'elasticità. Il contatto fisico avverte l'operazione finita e la donna lascia riposare l'impasto. Lo riprende e lo allarga con l'aiuto della cannella o mattarello. Il movimento di andata e ritorno e la pressione esercitata spiana la sfoglia. Un ulteriore riposo della prima confezione permette di asciugare e mantiene intatto il nerbo. Guai a tagliare di anticipo, scarsa la soddisfazione della fatica. La coltella puntata sul tagliere taglia l'arrotoato con cadenzato rumore. Ecco le tagliatelle, i tagliolini o tagliatelli, le pappardelle ecc... Il rituale ha grande fascino e sviluppa nell'operatore la creatività. La lasagna esclude il taglio arrotoato, piana e quadrata sollecita la possibilità della forma



Pasta Amore e Fantasia

DECIO G. R. CARUGATI

chiusa. Le mani pongono al centro la dose del ripieno, serano i lembi e il gioco è fatto. Tortellini, tortelloni, cappelli, cappellacci, anolini, ravioli, ravolini ecc. ecc... appaiono per incanto uno diverso dall'altro. Raccogliono gli avanzi della tavola e diverranno nei secoli vere e proprie ricette. A Gragnano e a Torre Annunziata semola ed acqua conomano a formare l'impasto. Componenti di primaria importanza soggette a valutazione qualitativa. L'acqua sia alla semola cor; la semola sia all'acqua. L'uomo è l'artefice del congiungimento, la frizione: dosa l'umidificazione. Non partecipa fisicamente. La trafila riduce e semplifica la massa dell'impasto a possibile fruizione. Il formato o i formati quindi sono la conseguenza

dell'idea prima: l'impasto. L'uomo raccoglie il formato prodotto dalla macchina e calibra la percentuale di umidità nei locali predisposti all'essiccazione. A processo ultimato la pasta è pronta in quanto magazzino. Seguirà la cottura e il fine ultimo: l'assunzione. Inizialmente la pasta cotta viene consegnata per le strade, piatta e lunga, all'interno di cartocci. Bollita e a volte coparsa di formaggio grattugiato. La pasta quindi costituisce di per se stessa un alimento. Più tardi la rugosità lasciata dalla trafila la riteneva la lingua supposto e veicolo sostanzioso capace di portare alla bocca il condimento. I formati si specializzano nell'adempiere la funzione e la trafila fuoriesce il tondo, aumenta la sezione, buca e alleggeri-

sce lo spessore. Ecco due differenti culture: la padana e la partenopea. La prima non pensa alla dispensa ma affida alla capacità inventiva della sfogliana la soluzione del vito giornaliero. La seconda formula un prodotto che è accantonamento. Hanno comunque una matrice comune: la povertà. Costituiscono base di nutrizione di gran lunga più abbondante rispetto all'insaporente. Incuriosita dal chiasso delle strade la moglie di Ferdinando Secondo di Borbone incarica la brigata di corte di studiare, nel rispetto della sua alta persona, la possibilità di proporre alla tavola regale il prodotto consumato dal popolo. Nasce il primo condimento. La pasta non è più bianca, tinge il rosso dei pomodori, assorbe il sapore

della carne, profuma di erbe aromatiche. Con meno pretese la rezdora (donna di casa emiliana) batte la minutaglia delle carni avanzate e propone alla famiglia un fragrante piatto di tagliatelle con il ragù. Il condimento e della pasta fresca e della pasta secca avviene mito. Pagine e pagine di buona letteratura descrivono la suggestione della lenta cottura che matura paradisi papillari. La semplicità iniziale si imbarocchisce e perde il fresco messaggio di un tempo. Oggi a mio parere occorre tenere presente soltanto la natura dei due materiali di base. Il primo, generato dalla trafila di bronzo, si presenta rugoso e capace di accattivare all'immediato l'ingotolo. Inoltre se di semola buona ha un suo preciso sapore che non deve essere stravolto. Pertanto il condimento non deve prevaricare ma esaltare le caratteristiche. Il secondo, frutto di manipolazione e di componenti differenti è più simile, anche dal punto di vista nutrizionale, ad un piatto unico. Serviamolo abbondante solo nel caso esso debba risolvere il pasto. E soprattutto nella considerazione delle due paste non affidiamoci a ricettari così detti d'epoca. Rappartiamo al nostro momento la necessità. Favoriamo al massimo la digestione suggerendo condimenti leggeri che partendo dal crudo e amalgamati al semplice calore veloce della pentola non gravino lo stomaco. È interessante osservare come le basi, pasta fresca e pasta secca, si possono utilizzare oggi come ieri e solo la finizione debba essere gustatamente aggiornata al vivere quotidiano.

USI E COSTUMI

Le calorie in etichetta

MARCO RIVA

Quante calorie ho mangiato oggi? La risposta potrebbe essere semplice se ogni prodotto alimentare consumato recasse sull'etichetta il valore nutritivo relativo alla sua porzione comune d'uso. Si tratterebbe di compiere una semplice addizione. Ci sono più grassi in una scatoletta di tonno o in una mozzarella? Niente ricerche su enciclopedie o telefonate agli amici esperti: basta confrontare le etichette. A quando tutto ciò? Forse a presto. L'etichetta dei prodotti alimentari si appresta infatti a diventare più trasparente e veritiera. Se troverà pronta attuazione la proposta di Direttiva del Consiglio della Cee presentata l'11 ottobre 1988, le etichette dei prodotti alimentari destinati al consumo finale dovranno offrire informazioni aggiuntive in merito al contenuto di nutrienti dell'alimento, onde consentire al consumatore di comporre razioni dietetiche equilibrate, adatte ai propri gusti ed alle proprie esigenze.

La proposta europea arriva con un certo ritardo: negli Usa è vigente da un decennio un atto legislativo volontario (Nutritional Labeling) cui si è conformata la maggior parte delle aziende produttrici di alimenti. Anche al di qua dell'oceano l'etichettatura nutrizionale è stata negli ultimi anni una delle principali istanze avanzate dalle organizzazioni dei consumatori, tant'è vero che alcune aziende, subodorando un business per il ritorno positivo di immagine, hanno cominciato a proporre sulle proprie linee di prodotto, con metodologie spesso improprie o con riferimenti frammentari. Proprio per evitare abusi e parzialità nei contenuti informativi e per uniformarli, la direttiva comunitaria propone alcune norme generali. Vediamole sinteticamente.

Innanzitutto, viene proibita ogni forma di etichettatura nutrizionale differente da quella proposta a livello comunitario. L'uso dell'etichettatura nutrizionale è facoltativo, a meno che sul resto dell'etichetta o nei messaggi pubblicitari relativi al prodotto venga comunque richiamata qualche proprietà nutrizionale. L'etichettatura dovrà obbligatoriamente indicare: il valore energetico dell'alimento (espresso in kilojoule o kilocalorie) ed il contenuto di proteine, carboidrati, zuccheri semplici, grassi, fibra alimentare e sodio (espressi in

grammi). Saranno facoltative le indicazioni riguardanti il contenuto in amido, in alcool, in grassi saturi, mono-insaturi e poli-insaturi ed in una serie di vitamine e sali minerali. Il contenuto dichiarato dovrà riferirsi a 100 grammi o millilitri di alimento, oppure al contenuto della confezione se essa contiene un'unica porzione inferiore a cento grammi. Questi dati possono anche essere espressi per razioni o per porzione d'uso, sempre che questa sia quantificata sull'etichetta. Le indicazioni nutrizionali dovranno riferirsi ai valori medi del prodotto al momento della vendita: questi dati potranno essere desunti da analisi dirette dell'alimento, da informazioni bibliografiche o da un calcolo in base ai valori effettivi o medi degli ingredienti (per i prodotti formulati). La direttiva, benché animata da buona volontà, presenta alcuni lati discutibili: viene lasciato ampio margine di manovra alle aziende nella scelta della fonte dei dati e non vengono definiti organi di controllo in merito alla veridicità delle informazioni. L'impiego facoltativo dell'etichettatura nutrizionale, benché ovvio vista l'eterogeneità dei comparti produttivi, dovrebbe a nostro avviso essere limitato ai primi anni di applicazione della normativa, per poi trasformarsi in un atto obbligatorio. I benefici per il consumatore sono subito evidenti. Sarà curioso analizzare le reazioni dei voraci divoratori di patatine fritte preconfezionate di fronte ad un'etichetta che afferma come il valore nutrizionale del prodotto è esclusivamente determinato dal grasso assorbito durante la cottura, oltre che dal «malefico» (se eccessivamente assunto) cloruro di sodio. Oppure fotografare le centinaia di donne un po' grassottelle atterrite di fronte ad un'etichetta che documenta come la porzione di fior di latte che comprano, convinte della sua potenzialità dimagrante, contiene in verità più kilocalorie che un piatto scarso di pastasciutta! Ma anche con l'ottimismo non bisogna esagerare: la qualità nutrizionale non è che una piccola parte della qualità globale di un alimento. L'esperienza americana insegna che, anche se munite di etichetta nutrizionale, le autentiche schizofrenie continueranno a circolare.

CIBI E PERSONAGGI

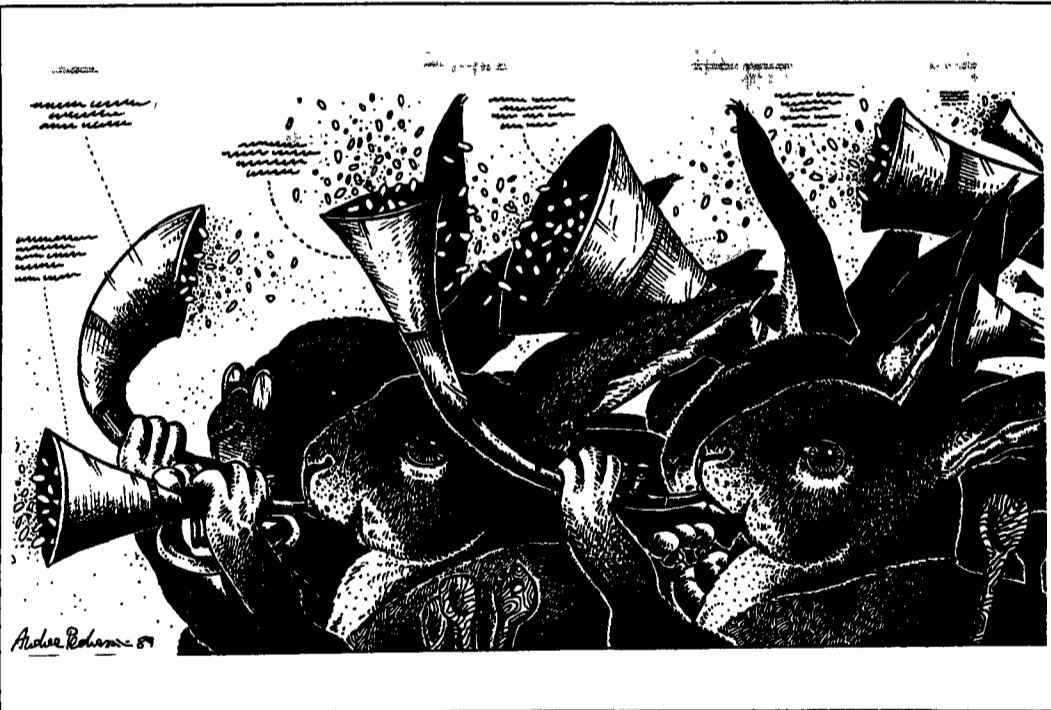
Bar-Macelleria con «Pitina»

GIULIO COLOMBA



Avete presente un oste di un paese di montagna dove la bevanda più consumata è il vino, e neppure della migliore qualità? E avete presente un macellaio di paese che provvede di persona ad uccidere le bestie, sezionarle, lavorarle e, se gli chiedete della selvaggina di un tipo speciale, è sempre in grado di procurarvela? Ebbene, eccovi le indicazioni per trovare un tale personaggio. Da Pordenone o da Udine recatevi a Spilimbergo, da lì prendete per Sequals, paese natale di Primo Carneira, e risalite la selvaggina Val Meduna fino ai 426 metri di Tramonti di Sopra, incassato nel fondovalle prima della forcella di monte Rest. Siete arrivati: il paese ha solo cinquecento abitanti, ma quattro osterie. Una di queste, però, non è solo osteria bensì «bar-macelleria», per cui vi capiterà di sedere davanti ad un «alutù» di vino nel vano tentativo di farvi raccontare i segreti di Mattia e sentire la vecchietta che lo chiamano a servirvi un po' di macinato e due fettine di manzo. Mattia Trivelli è l'uomo che cercavate: barista, macellaio, nocchino, continua la tradizione che fu del nonno prima e del padre poi. Barba perennemente incolta, baffi e basette, cordiale ma attento a non svelare i particolari della produzione, Mattia ha avuto l'intelligente idea di registrare il nome di una specialità che

lui afferma inventata dal nonno e che ha un notevole successo. La pitina. Si tratta di una polpetta a base di carne di montone e di camoscio, sale, pepe, aromi naturali (inutile chieder quali siano), ricoperta da uno strato sottile di farina di mais e affumicata per una settimana bruciando rami di ginepro, ulivo ed erbe di montagna (altro segreto gelosamente custodito). L'impasto è abbastanza morbido ma, disponendo di un coltello ben affilato, si possono ottenere delle fettine a mo' di salame, da mangiare sul pane caldo. Se le fettine sono spesse quanto un dito, possono essere cotte alla griglia o su una piastra e fundero da secondo piatto. Un altro modo per cucinare la pitina consiste nel tagliarla a cubetti, rosolarli bene, aggiungerci panna e noce moscata e farne un condimento per la pastasciutta. Va sempre accompagnata a vini rossi di medio o di buon corpo. Se l'affumicato non vi dispiace, avrete certamente una bella soddisfazione e, già che ci siete, potreste farvi dare da Mattia anche del suo salame «punta di coltello», insaccato con di carne tritata, ma, debitamente preselezionata, tagliuzzata interamente a mano. Non è roba per palati delicati o stomaci deboli o fegati affaticati. Chi può permettersele, degusti e goda.



ERBE E AROMI

Un horto in Lucchesia

DOMENICO ACCONCI

Il panorama fa da splendida cornice. Siamo a Pieve Santo Stefano, su un vasto rialzo, bordato da viti e da ulivi, al centro di un dolce sistema collinare, ad occidente di Lucca che, circa 10 chilometri più sotto, si offre alla vista con la sua selva di torri e campanili, la cerchia delle mura e la campagna circostante punteggiata di paesi. Davanti a questa suavia visuale si ha qui la possibilità di ammirare un orto singolare, un «giardino degli aromi» fra i più completi d'Italia dove ci sono le erbe aromatiche ed officinali più comuni, ma anche le più rare ed esotiche, per di più disposte e presentate secondo un disegno architettonico d'intendimento artistico e con didascalico criterio museale. Ogni pianticella è contrassegnata da un cartellino col nome scientifico e volgare, non solo, ma la sua collocazione è studiata

secondo le varie forme e dimensioni, affinché l'insieme risulti armonico alla vista e funzionale per quanto riguarda le necessità vitali di ogni specie rappresentata. Nella piantagione ci sono tante aiuole variamente rialzate ed ondulante, come tante piccole colline, alcune contornate di pietre dalle belle forme, altre circondate da uno steccato verde: qui allignano le pianticelle. Il «giardino degli aromi» è stato ideato e realizzato da Cesare Casella, proprietario e gestore del ristorante «Vipone», agli usi gastronomici del

quale le pianticelle sono riservate. Per mettere insieme questo campionario ha compiuto ricerche in tutta Europa, tanto che il suo vivaio è ora uno dei più ricchi del genere e quelli dei coltivatori specializzati, ma anche con le raccolte dei giardini botanici meglio attrezzati: nemmeno nel famoso «giardino degli aromi» del castello di Villandry, nella valle della Loira, in Francia, c'è tanta dovizia di essenze. Alcune varietà non ci sono nemmeno nel giardino botanico di Lucca, secondo la

constatazione del suo stesso direttore, il dottor Angelo Lippi, che ha collaborato con Cesare Casella all'impianto dell'aromato. Troppo lungo sarebbe enumerare tutte le varietà qui coltivate. Ma ecco, fra le meno comuni, begli esemplari di aneto, angelica, dragonecello, stellina odorosa, coriandolo, isoppo, dittamo, sedano di monte, levistico, melissa, puleggio, monarda, nasturzio, nepeta cataria, maggiorana, erba di S. Pietro, eccelsella, ruta, santolina, santoreggia, verberna, rabar-

baro, borragine, tanaceto, finocchio nero, lippia, molte specie di menta, salvia, rosmarino, timo, basilico, prezzemolo. Delle più comuni e domestiche ce ne sono vere e proprie siepi, addirittura boschetti: sono quelle che più spesso, tutti i giorni, vanno a finire nelle sapienti preparazioni culinarie che Cesare Casella elabora per i clienti del suo ristorante, oppure in sacchetti e barattoli, seccate, sotto sale, sott'aceto e sott'olio. Fra i numerosi piatti di Cesare, citiamo i più apprezzati: la «pastasciutta delle quattro stagioni» (al sapore di tante erbe che variano di mese in mese), gli «spaghetti mediterranei» (al sapore di macchia marina), i «ravioli verdi» (fuori e dentro), la «tagliata alle erbe», gli sfornati e le torte. Chi li mangia può proprio dire di avere il sapore dell'orto nel piatto, anzi i mille sapori del doviziosissimo aromato.

RISTORANTINFESTA

CONCORSO RISTORANTI FESTE DELL'UNITÀ

Siamo veramente in dirittura di arrivo. Il concorso termina alla fine di ottobre, però la maggior parte delle feste hanno già chiuso i battenti e, a meno di ultime e tardive iscrizioni, la situazione di classifica è abbastanza delineata. Un trio di eccezione si divide equamente la prima posizione (a certi livelli l'eccellenza non ha graduatorie) e ci sono due nuovi e positivi inserimenti in zona medaglia al quarto e quinto posto. Si sta inoltre predisponendo la classifica per i premi regionali che terrà conto di molteplici aspetti legati alla proposta gastronomica, alla simpatia ed aspetti di costume, curiosità, ecc. Nelle prossime settimane pubblicheremo la classifica

completa e ai primi di novembre daremo l'indicazione dei premi regionali così come verranno assegnati dalla giuria centrale. Intanto i primi dieci classificati:

- 1) Ristorante Principe di Modena 465
- 2) Ristorante Festa di Jesolo 465
- 3) Ristorante Posto d'Armare di Crema 465
- 4) Ristorante Il Casaro di Bologna 460
- 5) Ristorante Festa di Venturina (Li) 435
- 6) Ristorante Gastronomia Meditteranea di Bologna 430
- 7) Ristorante l'Enoteca di Bologna 430
- 8) Ristorante Festa di San Bartolomeo al Mare 430
- 9) Ristorante Gastronomia Europee di Bologna 425
- 10) Ristorante Festa di Argenta (Fe) 420