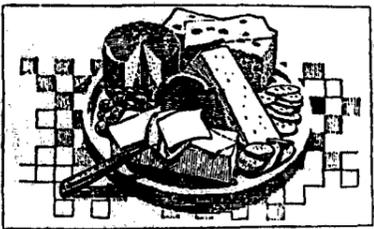


PINEROLO/FORMAGGI FERMIERI

I caprini d'Oc valgono la gita



Perché gli italiani non amano i formaggi di capra? Il dato è certo, anche se piuttosto anomalo per almeno due ordini di motivi. Innanzitutto perché in questo ci differenziamo da quasi tutti i popoli mediterranei ai quali invece ci appartengono parecchie abitudini alimentari. Greci, turchi, francesi ed in misura minore anche gli spagnoli sono forti consumatori dei derivati del latte caprino. Gli italiani no. Proprio quegli italiani, ed è la seconda anomalia, che sono famelici, frenetici importatori di capra da ogni dove. Alcuni suggeriscono come spiegazione la repulsione che il forte odore selvatico del formaggio caprino suscita, soprattutto nelle donne. Tecnicamente tale pungente profumo si spiega con il più alto contenuto di acidi grassi a catena corta del latte ovino e caprino rispetto a quello vaccino: ma la sua influenza evidentemente va al di là della razionalità. Probabilmente parla alla parte più profonda di noi, ai vicissimi «robusti sensi e vigorosissimi fantasmi» di tempi primitivi. Evoca forse nelle donne l'immagine inquietante del «Dip caprone», la vibrante antiche ferilità rimosse di riti panici e selvaggi? Ma se così anche fosse, perché solo nelle donne italiane? L'argomento è evidentemente peregrino. La famiglia Buda-una sua idea ben precisa ce l'ha: il formaggio caprino non è amato in Italia perché non se ne è mai prodotto di buono ed anche quel poco che s'importa è di scarsissima qualità. Se invece si assaggiasse quello detto «fermiere», prodotto cioè direttamente nelle aziende agricole con latte crudo, in piccole quantità ed amorevolmente stagionato, probabilmente il giudizio sarebbe diverso. E così, guidati da laterana, pe-

Toma, dal buio dei tempi, un antico cereale: il farro. Già alimento principale delle antiche popolazioni del bacino del Mediterraneo (gli egiziani con la farina di farro inventarono il pane, impastandolo coi piedi e cuocendolo, in focacce, su pietre roventi), fu molto usato, in particolare, da etruschi e romani, poi soppiantato dal grano di più facile coltivazione e di maggiore resa.

La sopravvivenza del farro (Triticum dicoccum), oltre che alla persistenza di tradizioni gastronomiche locali, è dovuta soprattutto al fatto che è un cereale molto rustico: cioè alligna bene anche in terre povere, meno fertili, aride, di montagna. Non a caso la zona dove viene ancora maggiormente coltivata è la Garfagnana, nell'alta valle del Serchio, in provincia di Lucca. Per questo la Lucchesia è anche la «capitale gastronomica» del farro: tutti i negozi di alimentari lo tengono, nelle famiglie si è sempre consumato, i ristoranti lo propongono quotidianamente. Sia pure meno copiosamente, il farro viene coltivato anche in altre zone a somiglianza pedoclimatica della Garfagnana: in Umbria (nello spoletino), nelle Marche (nel pesarese), nel Molise (nel comune di Trivento) e in qualche zona delle Murge pugliesi.

Fra l'altro il farro (e ciò ne aumenta l'economicità) non deve essere concimato, questo è la prassi di coltivazione per evitare che cresca troppo (può raggiungere i 2 metri) e data anche la fragilità dello stelo, corra il pericolo di essere dannosamente atterrito dalle intemperie.

Dal punto di vista dietetico alimentare il farro è consigliabile per la sua facile digeribilità e per la sua ricchezza di vitamine, inoltre è gradevole al gusto e di semplice preparazione culinaria. Si può addirittura consumare crudo, ammorbidito in un ammollo di acqua salata per un paio d'ore e poi condito con olio extravergine d'oliva di frantoio. I carbonari che dovevano stare lontani da casa, una volta, lo facevano così. Oggi, nel contatto lucchese, se ne fa spesso un piatto unico assieme ai fagioli. Si ammollano separatamente il farro ed i fagioli (questi con aglio e salsiccia, che devono restare nella cottura). Poi si cuociono i fagioli; a cottura quasi ultimata si aggiunge il farro (per questo basta poco più di un quarto d'ora), si



L'antico sapore del farro

DOMENICO ACCONCI

mescola un po' di sugo di pomodoro, si sala, si pepa, ed il piatto è pronto. Si condisce con olio extra-vergine di oliva e formaggio grattugiato (pecorino o parmigiano, o tutti e due).

Nei ristoranti, però, ne fanno una minestra in brodo di fagioli («Giulio in Pelleria» usa anche le lenticchie). Sono rinomate le preparazioni della «Buca di Sant'Antonio», della «Locanda dell'Angelo», di «Vapore» a Pieve Santo Stefano, di «Forino» a Capannori; «La Mora» di Sesto di Moriano lo ha come piatto del «Buon Ricordo».

Dato il favore dei buongustai, l'uso del farro (prevalente in Lucchesia), si è esteso anche ad altre province toscane e fuori di Toscana. È diven-

tato anche una specialità del ristorante pisano «Da Sergio» (il cui titolare, peraltro, è di origine veronese). Lo serve il Tansio Raccagni, nel suo «Giù giù», nella romagnola Brisighella, dove è stato fatto conoscere dal professor Gastone Venturini, garfagnino, docente di etnologia all'Università di Urbino. Tansio Raccagni si rifornisce, oltre che in Garfagnana, nel pesarese, a Cartoceto, presso Lucio Pompili (titolare del ristorante «Symposium»), che lo coltiva direttamente, oltre che, naturalmente, proprio nel proprio locale.

Essendo un cereale molto antico, il farro si presta - per così dire - ad operazioni di archeologia gastronomica. Se gli antichi egiziani e romani

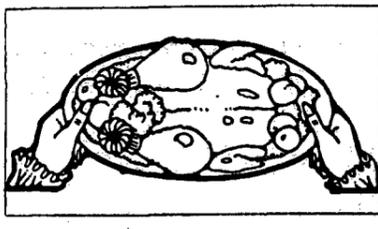
ne facevano pane e focacce, perché non far ciò anche oggi? E quanto hanno messo in atto i coniugi Carlo Alberto Bindi e Luciana Calandra nella loro fattoria-ristorante (con camera) «La Romita» a Montisi di San Giovanni d'Asso (Siena), che, appunto, servono pane e piccole focacce di farro di sapido gusto. E perché non usare la farina di farro per fare pasta? Questo lo hanno realizzato i coniugi Marco e Paola Mercati nel loro ristorante-locanda «L'Oroscopo» a Sansepolcro (Arezzo), che, non trovando sul mercato la farina già pronta, macinano pazientemente il farro nel macinino da caffè. Ne fanno (con una certa percentuale di farina di grano) delle squisite «tagliatelle al pomodoro».

Insomma il farro è tornato in gran voga; e - fra minestre, zuppe, torte (ben pepate ed inciaciate) - siamo già al suo uso innovativo. Pier Angelo Barontini e sua moglie Roxana (ristorante «Pier Angelo» di Montecatini) lo usano come «coccione» per l'agnello o per il pesce (soprattutto il rombo). Lo cuociono in un intingolo di carne o in un «fumetto» di pesce e, originariamente (altri, in questi casi, usano il riso «selvaggio»), lo stendono sotto il preparato al momento di servirlo.

Il farro - tanto versatile in cucina - è anche poco costoso. Dai contadini della Garfagnana si può acquistare per un litro al chilo, che diventano cinque o sei comprato sfuso in bottega, ed anche di più se confezionato. Sempre conveniente, tenuto conto che, oltre che gradevole al palato, il farro è anche dotato di un alto potere nutritivo.

FERRARA/INSACCATI E PANPAPATO

Duchi, papi e salamine



Cinquecento anni non sono pochi, soprattutto per un cibo che, inevitabilmente, nel corso del tempo e dei passaggi generazionali rischia di modificarsi, di subire alterazioni nella sua fattura. Ma la «salamina» (o salamina) da sugo ferrarese troneggia, pressoché immutata, sulle mense invernali di quella Padania che va a frastagliarsi nel delta di Goro e di Comacchio.

Eruditi e poeti locali la celebrano con ditrambi, «porcheidi» e «salamedei», famiglie patriarcali la confezionano con cura in quella serrabanda di voci, colori e odori che si sprigionava nelle casine durante la «macellazione» del maiale. L'impatto della salamina è arricchito da aromi naturali e da una generosa dose di vino rosso: è questo che, impregnando di sapori nel periodo della stagionatura, si stempera durante la cottura e forma il «sugo» all'interno del budello stesso. Ma la manipolazione deve essere accorta (una notte di immersione in acqua fredda), la bollitura lentissima e prolungata (minimo quattro ore) per ottenere una polpa profumata, umida di sugo, che irrorerà un bel puré di patate.

Costi speciali è la salamina, che un consorzio la tutela, silenziosamente una classifica di produttori. Rivolgetevi a questi, oppure cercatela in qualche buona gastronomia: «Ma Natale» a Ferrara vuol dire anche panpapato. Gli Estensi curavano moltissimo la pasticceria affidandosi a confettieri di provata bravura. Anche la dominazione pontificia non fu meno ed in quel periodo si incrementò il costume di confezionare nei monasteri ricchi dolci da offrire ai dignitari ecclesiastici. E ricchissimo è il panpapato, di mele, canditi, uva sultanina, noccioline, mandorle, pinoli, cioccolato, conf-

in più, quel vivace tocco speziato conferito da cannella, garofano, coriandolo. Consumatelo anche a distanza, prima che passi l'inverno: è un dolce che conserva intatta la sua fragranza per più tempo.

Salata è invece la torta chiamata «pasticcio ferrarese»: venduta anche a fette, si può accompagnare con un buon bicchiere di vino. A proposito: proprio a Ferrara si trova - a fianco del Duomo - l'«enoteca più antica d'Italia», punto di incontro di generazioni dal Rinascimento ai nostri giorni. Nel 400 si chiamava «Asteria del Cucchiolino», oggi è l'«Enoteca» di Brindisi, gestita da Federico Pellegrini (via Adelaide 11, tel. 0532/37015). I vini vengono serviti con vari stuzzichini e anche con la celebre salamina da sugo.

Per acquistare questo tipico insaccato potete rivolgervi, a Ferrara, ai due produttori primari classificati nella graduatoria stilata dal Consorzio di tutela della salamina da sugo e dei salumi tradizionali del posto: Valerio Rocarati, via Fabbri 76, tel. 0532/763917; Gianfranco Bonfatti, via Boito 30, tel. 0532/96740-904157 oppure ad un bel negozio di gastronomia: Goloseria, via Garibaldi 29, tel. 0532/206636.

Altri indirizzi raccomandabili si trovano in provincia: a Bodeno, Salumeria Grandi, piazza A. Costa 24, tel. 0532/893273; a Tamara, Galardino Tichelli, via Ralliondi 17, tel. 0532/866156. Per il panpapato, a Ferrara un ottimo forno: Perdonati, via San Romano 108, tel. 0532/761319. Una buona versione della medesima specialità si può gustare nella Pasticceria Caffè Europa, corso Giovecca 51, tel. 0532/207408, mentre uno squisito «pasticcio ferrarese» vende la Pasticceria Bar Continental, via Saraceno 2, tel. 0532/207794.

CHIAVENNA/GARNE SECCA E BISCOTTI

Se non c'è neve c'è la brisaola

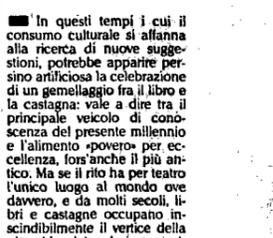


Un week-end invernale nelle valli di Sondrio? Perché no. A caccia di neve, oppure se la stagione, come pare, non accompagna, a godersi il paesaggio, l'ospitalità della gente, l'aria un po' svizzera, le specialità gastronomiche. In val Chiavenna, ad esempio. La pista da discesa non mancano, vi si può fare sci di fondo e sci alpino: ma guardiamo anche ad altri piaceri. Quello di girare per il piccolo ma delizioso nucleo storico di Chiavenna, piacevolmente montana ma anche signorile; o di godere il colpo d'occhio sui «rotti» scavati nelle rocce circostanti, immaginando le scene conviviali che vi si svolgevano e le brisaole che, accanto ai formaggi, vi stagionavano. Brisaola appunto, precisano i chiavennaschi, rivendicando la paternità di questa meravigliosa «carne secca» che ormai tutte le tavole d'alta conoscono. Perché la brisaola nasce, come in tutte le culture rurali, dalla necessità di conservare i tagli di carne più pregiati. La bontà del pro-

LUNIGIANA/MONDINE, BORGHI E BALETTE

Alla ventura con libri e castagne

PIERLUIGI ONIGGINI



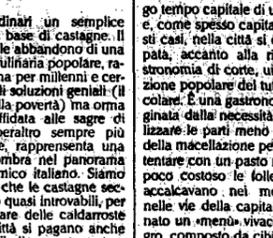
In questi tempi in cui il consumo culturale si affianca alla ricerca di nuove suggestioni, potrebbe apparire persino artificiosa la celebrazione di un gemellaggio fra il libro e la castagna: vale a dire tra il principale veicolo di conoscenza del presente millennio e l'alimento «povero» per eccellenza, fors'anche il più antico. Ma se il rito ha per teatro l'unico luogo al mondo dove, davvero, e da molti secoli, libri e castagne occupano indiscissibilmente il vertice della piramide dei valori generalmente accettati, ecco che allora il connubio assume significati autentici e profondi.



Il luogo in questione è Montetreggio, borgo situato in una conca boscosa della Lunigiana, nei territori malaspini (o danteschi) di Mulazzo. Da Montetreggio, che oggi ha strade e piazzette intitolate ai più celebri editori, partirono intere stirpi di venditori ambulanti di libri che, giusto sul finire della stagione delle castagne, si disperdevano per l'Appennino e la Padania con la gherla carica di poemi epici, romanzi, storie di santi ma anche di testi bollati dalla censura oscurantista, che a più d'una costò il bando e la galera. Capitava pure che non sapessero leggere, quei venditori, ma in compenso recitavano a memoria l'Orlando Furioso e la Gerusalemme Liberata: e comunque, colti o analfabeti che fossero, contribuirono poco all'istruzione dei ceti popolari rurali e urbani sino



a costituire nel corso dell'Ottocento, un fenomeno rilevante nel panorama sociale italiano. Emigranti stagionali che vendevano non le loro braccia bensì il pane dello spirito, quegli uomini montetreggini dovevano la loro sorte semplicemente al fatto che l'economia della castagna - pressoché unica ricchezza per la gente di quei monti - da sola non bastava a soddisfare la lunga fame invernale. E d'altra parte un bel mucchietto di castagne secche, ben stipato nella tasca a tracolla, costituiva per i nostri «cumprant literari» l'unico conforto calorico possibile nel corso delle dure traversate, almeno sino a quando i loro piedi non avevano guadagnato la più agevole (e ricca) pianura.



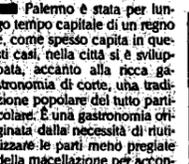
Nelle case invece le donne riempivano con gesti precisi e tramandati intere «mestre» di farina dolce, che di rigore veniva macinata con luna vecchia, altrimenti si sarebbe camolata. La farina così pressata e proiettata da foglie di noce o da stracci imbevuti di vino bianco formava una dura crosta superficiale che le donne dovevano incidere con uno speciale chiodo quando ne prelevavano una certa quantità per il labbrostagno quotidiano. Così fritte, pattono, polente e persino tagliatelle di castagne lumvegano, durante l'interminabile stagione fredda. E da primo, secondo e dessert, per i veglianti come per i più piccoli. E tutti a sperare che la farina durasse sino a Pasqua, o almeno sino a quando l'uomo di casa non fosse ritornato con i frutti della vendita dei libri.



Diffusa in tutto l'arco appenninico, l'economia della castagna è rimasta viva in Lunigiana forse più che altrove, almeno come periodica rivisitazione della memoria. È rara però l'occasione di un convi-

PALERMO/MACELLERIA DA PASSEGGIO

I panini di milza che amò Garibaldi



Palermo è stata per lungo tempo capitale di un regno e, come spesso capita in questi casi, nella città si è sviluppata, accanto alla ricca gastronomia di corte, una tradizione popolare del tutto particolare. È una gastronomia originata dalla necessità di rituffare le parti meno pregiate della macellazione per accentrare con un pasto rapido e poco costoso le folle che si accalcavano nei mercati e nelle vie della capitale. Ne è nato un «menu» vivace e allegro, composto da cibi semplici ma caratteristici da consumarsi per strada, in una sorta di «Slow Food» mediterraneo, passeggiando lentamente. Principale protagonista di questa linea è il «Pane cà meusa» un panino ripieno di milza calda e saporita, segue il «Quarum», nervetti e carlagini sbollentati con limone e sale tenuti in caldo in grandi canestri ricoperti. Ma non c'è solo solo le frattaglie; per gli schizzinosi troviamo le «pannelle», mattonelle di farina di cocchi, fritte, i cazzilli, delicatissimi fritti di patate, le arancine di riso ripiene di sugo «alla bolognese» oppure al burro con prosciutto e mozzarella. Difficile dare degli indirizzi perché sono centinaia i chioschi e i chioschetti dove si possono consumare queste specialità, val la pena però segnalare alcuni particolarmente apprezzati dai palermitani: Chioschetto «U pan ca



meusa» in Corso dei Milite; uscendo dalla Stazione sulla destra; il Chiosco di via Orto ang. via Buonriposo; il Chiosco di Piazza Generale Turba ed infine, se siete proprio mattinieri, il Chiosco «Pane cà meusa» alla Cala dove all'alba i pescatori fanno colazione. Per i sedentari una visita alla Pasticceria S. Francesco in via Fococceria 58. Entrando sembra di tornare indietro di cent'anni: il locale è di un «liberty» essenziale e autentico, i camerieri ed il cuoco che rimasta pensosamente in una enorme pentolone di milza fumante paiono ritagliati da una foto degli «Ainari». La tradizione vuole che in questo locale abbiano mangiato anche Garibaldi e Pirandello e guardandolo non è difficile credere. Voi potrete consumare oltre al «pane cà meusa» lo sfincione e la mattonella, una specie di pizza con in mezzo prosciutto e mozzarella. Fococceria S. Francesco V. Paternostro 58 Tel. 091/320264