

IL GUSTO DELLA VALLE

VIAGGI NELL'ALIMENTAZIONE

IL PROGETTO

Cibo è condivisione, famiglia, salute. Cibo è terra tra le dita, fantasia, speranza. Cibo è colori, fuoco, tradizione. Cibo è cultura.

Dai primi strumenti agricoli alle combinazioni di gusto, dalle forme vascolari ai trattati di medicina, dal thermopolium a Masterchef la storia dell'uomo tesse i nodi del suo sviluppo su una tela che profuma di aromi.

Cercare tra i frutti della terra i colori che danno vita alla nostra realtà significa guardarsi allo specchio. Significa allacciare ieri con oggi e volgere lo sguardo a domani. Significa percorrere radici che spesso rimangono nel buio della memoria, ma ancorano lo spirito al suolo-madre.

Significa ri-conoscere il gesto. E recuperarlo. E recuperarci.

La Struttura patrimonio archeologico attraverso il MAR – Museo Archeologico Regionale e in collaborazione con il MIBACT – Ministero per i Beni e le Attività Culturali propone un gustoso ciclo di incontri per “assaporare” il territorio valdostano, ovvero comprendere le peculiarità alimentari di una ricca tradizione trasmessa nel corso del tempo, con l'osservazione e l'approfondimento di alcuni prodotti alimentari scelti.

Il percorso si scioglierà in un insieme di appuntamenti la cui tessitura sarà frutto di una interessante collaborazione. L'Associazione Culturale *Maieusis*, restitutrice dei riferimenti con il mondo antico, terrà il *fil rouge* dell'iniziativa, insieme all'*Institut Agricole*, curatore degli aspetti tecnici, e agli esperti del settore, produttori ed esercenti, che porteranno la propria conoscenza e offriranno ai partecipanti la possibilità di “fare esperienza” attraverso degustazioni.

Il progetto coordinato dal MAR si articola in **dieci incontri**, ognuno dei quali tratta un alimento tipico della cultura gastronomica valdostana. Al fine di strutturare più efficacemente il ciclo si è pensato di suddividere gli appuntamenti in quattro grosse aree tematiche, individuate in base alla provenienza o alla modalità di preparazione:

- Dalla FERMENTAZIONE;
- Dall'ANIMALE;
- Dalla PIANTA;
- Dalla TERRA.

Dalla fermentazione

- **11 febbraio 2016**
Dalla pianta al distillato –
A.C. Maieusis – Cinzia Payn
Maison des Anciens Remèdes – Annie Vout, Fabienne Rosaire
- **25 febbraio 2016**
Tutti i colori della birra
A.C. Maieusis – Katia Gianotti
Birrificio B6
- **17 marzo 2016**
Il vino. Umore e luce
A.C. Maieusis – Cinzia Payn
IAR – Daniele Domeneghetti
Azienda vinicola La Crotta di Tanteun e Marietta

Dall'animale

- **31 marzo 2016**
Un assaggio di formaggio
A.C. Maieusis – Katia Gianotti
IAR – Michel Oreiller
Erbavoglio
Azienda agricola La Chèvre Heureuse
Azienda agricola Quendoz
- **14 aprile 2016**
La carne. Il boccone del prete
A.C. Maieusis – Katia Gianotti
AREV – Diego Bovard
Macelleria Péaquin

Dalla pianta

- **28 aprile 2016**
Noci e castagne. Naturae deliciae
A.C. Maieusis – Katia Gianotti
IAR – Antonella Sado
Cooperativa Il Riccio
Valentino Georgy
- **12 maggio 2016**
La mela e la trasformazione della frutta
A.C. Maieusis – Katia Gianotti
IAR – Sabina Valentini
Azienda agricola Les Fruits de Tchien
Azienda agricola La Sauvagette
Marmelli

Dalla terra

- **26 maggio 2016**
Le piante officinali. Benessere naturale
A.C. Maieusis – Cinzia Payn
Maison des Anciens Remèdes – Annie Vout, Fabienne Rosaire
Dottor Nicola
Les Relieurs Scs
- **9 giugno 2016**
I cereali. L'oro della terra
A.C. Maieusis – Cinzia Payn
IAR – Mauro Bassignana
Società agricola la Biopanetteria
- **23 giugno 2016**
Orto e ortoterapia
A.C. Maieusis – Cinzia Payn
Associazione Agricoltura Biologica e Biodinamica Valle d'Aosta – Attilio Perrone
Les Relieurs Scs
Veronica Bossi

DOVE E QUANDO

Gli incontri si svolgeranno presso le sale del MAR-Museo Archeologico Regionale, per poi talvolta concludersi presso alcune strutture recettive aperte alla visita e alla degustazione.

Il giorno scelto per gli incontri sarà il giovedì, con una cadenza indicativamente quindicinale. L'orario sarà dalle 17.00 alle 18.30, tranne che in due occasioni, in cui l'incontro si terrà a partire dalle ore 16.30.

L'evento è aperto a chiunque abbia il piacere di scoprire nuove realtà presenti sul territorio, a chiunque sia interessato a recuperare qualche frammento di passato, a ricomporre parti sé. A chiunque desideri conoscere meglio il proprio territorio e i prodotti della sua terra. A chiunque gradisca assaporare in modo più consapevole quanto è presente sulla propria tavola.

Gli incontri saranno liberi e su prenotazione.



Ministero
dei beni e delle
attività culturali
e del turismo





Katia Gianotti - Associazione Culturale Maieusis

Il Paleolitico (Età della caccia e della raccolta)

In Europa e in Asia, Paleolitico Superiore (circa 40,000-14,000 anni fa) cacce ricche ad elefanti, rinoceronti, renne e cavalli

- affumicamento
- arrostitimento (in fosse colma di braci)
- bollitura (contenitori di corteccia, sacche di tessuto animale, primi contenitori ceramici)

Per economizzare la carne i cacciatori paleo-mesolitici, quando sostavano nelle postazioni di caccia, solevano nutrirsi succhiando il midollo osseo delle prede abbattute. Questa pratica è argomentabile per i numerosi ritrovamenti d'ossa fratturate intenzionalmente.



grotte Lascaux-Francia

Il Mesolitico

In Europa occidentale, circa 13,000 anni fa, il clima diventò sempre più caldo e umido.

- caccia di mammiferi di media e piccola taglia (daini, cervi, stambecchi, caprioli e cinghiali)
- raccolta sistematica di piccoli animali di ogni genere (roditori, uccelli), molluschi terrestri, d'acqua dolce e marini.

Il ruolo dei cacciatori maschi fu sminuito, ma aumentò il senso di solidarietà di gruppo, in quanto in queste mutate condizioni donne, bambini, anziani e persino individui portatori di handicap potevano dare un contributo utile al sostentamento della tribù.



Associazione Culturale Maieusis

Il Neolitico (L'età della domesticazione delle piante e degli animali)

La grande rivoluzione prese piede dapprima nelle regioni del Levante, ove vi fu per prima la domesticazione del maiale, poi quella della capra, della pecora e dei bovini.



Ötzi



Epoca romana

Allevamento:

maiali, capretti e agnello, montoni, capre, polli, oche, anatra, ghiri, lumache.

Esotici:

fenicotteri, cicogne, grù
pavone, fagiano

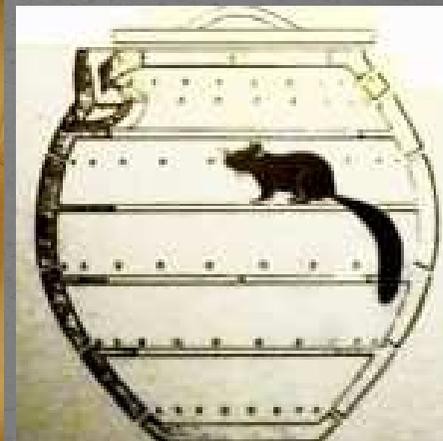
Selvaggina e volatili:

lepri, cinghiali, pernici, cervi, caprioli,
asino selvatico, anatra, oca selvatica,
tordi, beccafichi, piccioni, colombacci

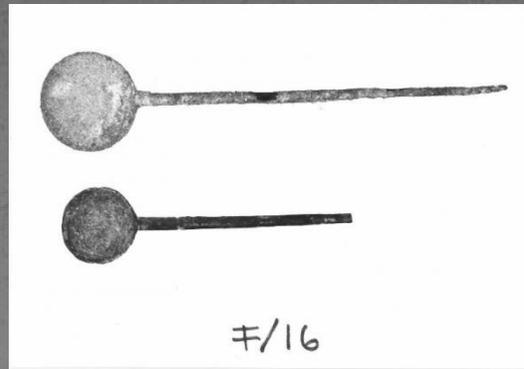


Allevamento:

Columella (6,22,1; 7,6,8) consiglia esplicitamente al conduttore dell'azienda agricola di destinare alla macellazione – le mucche spossate e invecchiate, diventate inutili per la riproduzione, e soprattutto sterili[...]
]a meno che non vengano addestrate per il traino di carri.



Associazione Culturale Maieusis



"cochlear" romano di età imperiale, verosimilmente risalente al II° secolo d.C.

Columella (8,2,5) afferma di preferire alla gallina importata, una specie indigena.



Secondo Plinio (10, 139 sg.) l'uso di ingrassare il pollame era stato introdotto dai Greci, dall'isola di Delo, dove si era diffusa la passione rovinosa di mangiare volatili ingrassati e cotti nel loro stesso grasso.

Nel 161 a.C. il console Gaio Fannio proibì ai contadini di mettere le galline all'ingrasso per risparmiare le razioni di grano e cereali.

I Romani aggirarono questa legge mettendo all'ingrasso i galli la cui carne veniva resa più delicata inumidendo il pastone con latte e allevando capponi.



Esotici:

Importati dalle varie regioni dell'impero e tra le classi sociali più alte era invalso l'uso di allevarli con grandi ritorni economici.

Plinio (Plinio, X, 23). ci riporta come Marco Aufidio Lurcone, al tempo dell'ultima guerra contro pirati, si mise per primo ad ingrassare i pavoni ricavando rendite annue di 60.000 sesterzi

L'oratore Ortensio, a Roma, per primo fece uccidere un pavone per cibarsene durante il banchetto inaugurale del suo sacerdozio.



Selvaggina e volatili:



Plinio il Vecchio asseriva:
“qualsiasi donna sterile mangi
carne di lepre diventa feconda”.

Plinio (Plinio, 16, 77) :
la caccia ai volatili avveniva
soprattutto tra i mesi
di dicembre e marzo,
quando il manto vegetale
offriva meno protezione;
talvolta i contadini piantavano
mirtilli di palude nei terreni
di caccia, proprio per attrarre e
incrementare la selvaggina

Pernice Grigia: Plinio - nel 69 d.C. ,
dopo la battaglia combattuta
a Bedriacum tra i seguaci di Ottone e Vitellio,
venne introdotto in Italia,
a nord del Po un nuovo uccello,
dal nome indefinito, di aspetto simile al tordo e
un po' meno grosso del piccione

Tordi: autori come Orazio o Marziale ne erano ghiotti.

La più utilizzata: suino

Plinio affermava che le sue carni offrivano quasi cinquanta differenti sapori a differenza del sapore unico di ogni altro animale.



Nel trattato “Gli animali da mensa” di Giovenale riferisce che ogni anno ne venivano spediti dall’Etruria a Roma non meno di 20.000 per trasformarli in prosciutti che erano la base dell’alimentazione di facchini, gladiatori e dei soldati delle legioni.

Nel trattato di cucina “De Re Coquinaria” di Apicio, le ricette a base di carne di maiale sono prevalenti rispetto a quelle di altri animali. L’autore suggerisce “... per conservare le cotenne di maiale o di bue e gli zampetti cotti, immergerli fino a coprirli, nella senape fatta con aceto, sale e miele e quando vorrai li potrai usare: rimarrai meravigliato ed estasiato dalla raffinata bontà!”

Petronio, nei racconti delle cene a casa di Trimalcione, ci riporta che i romani impazzivano per il piatto prelibato di “PORCUS TROJANUS”, che consisteva in un maialetto ripieno di uccelletti, verdure, salse varie e formaggio fuso: una bomba di gustosità, grassezza e calorie

Columella, Catone e Varrone, descrivono sia le corrette attività da tenere per un ottimale allevamento, le modalità per ottenere e conservare perfettamente le varie tipologie di carni che si hanno dal maiale.

Varrone è il primo autore che descrive correttamente l'impasto di un salume, precisamente della salsiccia prodotta in Lucania, appunto la "lucanica", elencando tutti i termini utilizzati per descrivere il suino:

assum - arrosto;
botularius - salsicciaio;
caro, carnis, totulacum - salame,
delici - maialini;
farcimuna - insaccato;
farticulum - salsicciotto;
fartura - insaccamento;
fondus - salsiccia insaccata in intestino cieco;
insecta - carne tagliuzzata;
insicia - salsiccia;
nefrendes - animali alquanto magri;
offula - bocconcino o piccolo pezzo di polpa di maiale;
perna o petasio - prosciutto;
porcinarius - salumiere;
porculatio - lattonzoli;
porculatores - allevatore dei porci;
prosicium - frattaglia;
suarius - allevatore e commerciante di suini;
succina - carne di maiale salata;
sueiris - braciola;
suila - carne di maiale;
ventresca falisca - salsiccia fatta dalle popolazioni dei Fallisci.



Medioevo

Allevamento: oche, anatre, polo, montone, agnello, maiali, vitelli e bovini.

Selvaggina, volatili, esotici: lepri, cervi, scoiattoli, cinghiali, fagiani, pernici, quaglie, cigni, pavoni, pernici, cicogne, gru, allodole, oca selvatica.



Associazione Culturale Maieusis

Allevamento:

Il pollo molto popolare, in pratica equivalente pennuto del maiale.



Associazione Culturale Maieusis

I bovini erano meno diffusi.

Maiale: richiede meno cure e si nutre di alimenti più economici.

Il ruolo delle carni suine era essenzialmente economico:

- ricche di nutrienti
- molto grasse (non condimenti come le spezie)
- adatta alla trasformazione
- non si butta via niente
- grasso (lardo, strutto, ...) serviva per cucinare e per friggere.

Il maiale era conservato mediante salatura.

Gli insaccati richiedevano sapienti miscele di carne, sale, pepe, spezie, quindi costo elevato destinati alle classi alte.

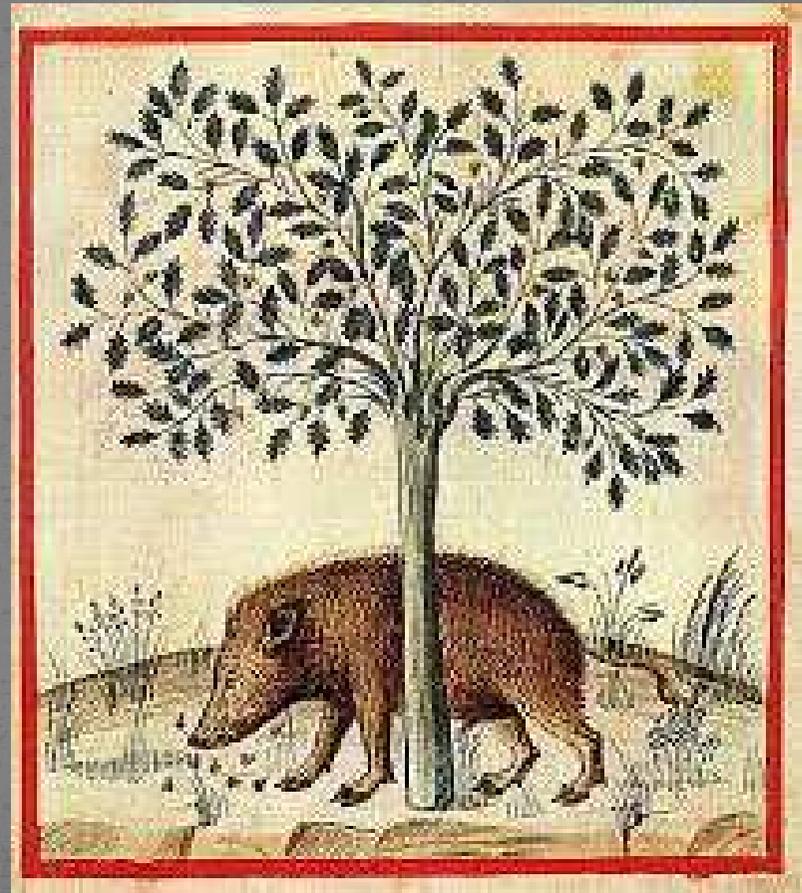


Associazione Culturale Maieusis

Selvaggina, volatili, esotici:

La selvaggina proveniva dalle riserve di caccia dei nobili o frutto illegale delle battute di frodo per i più poveri.

Cinghiale era denominato "Porcus singularis", cioè il porco che se ne sta da solo. Da singularis a singhiale e poi cinghiale.



Banchetto spettacolo

La presentazione dei piatti e alle cerimonie viene riservata una particolare cura più che alla preparazione.

Le carni si selvaggina, elemento nobile per eccellenza, sono ricoperte, una volta arrostate allo spiedo, da una sottile foglia d'oro; esibite ai convitati normalmente interi enormi piatti d'argento.



Associazione Culturale Maieusis

IL BOCCONE DEL PRETE

L'espressione *boccone del prete* ha più significati. Con questo termine si denomina la parte più prelibata del pollo, ovvero il "sottocoda".
Il clero e l'aristocrazia potevano concedersi certe pietanze che, quasi sempre, venivano ricevute in dono dai contadini obbligati a dare ai Signori i migliori capi di bestiame.



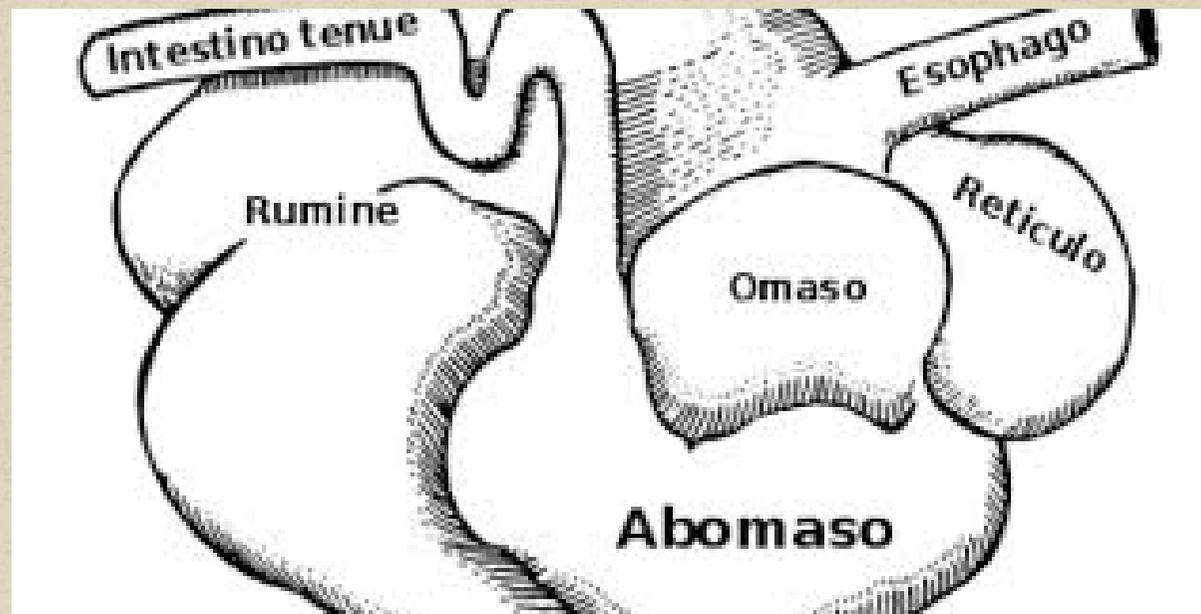
Associazione Culturale Maieusis

UN ASSAGGIO DI FORMAGGIO



Associazione Culturale Maieusis

La grande scoperta, risalente al neolitico, fu la cagliatura artificiale, ottenuta con l'aggiunta del caglio animale al latte dei mammiferi stessi. Scopri la possibilità della produzione artificiale del coagulo (*cagliatura*) del latte dei ruminanti domestici, mediante l'uso del quarto intestino dei ruminanti lattanti stessi, chiamato abomaso. L'abomaso dei ruminanti poteva essere conservato in casa e, ogni volta che si doveva produrre il formaggio, se ne poteva usare un frammento per cagliare la quantità di latte necessaria.



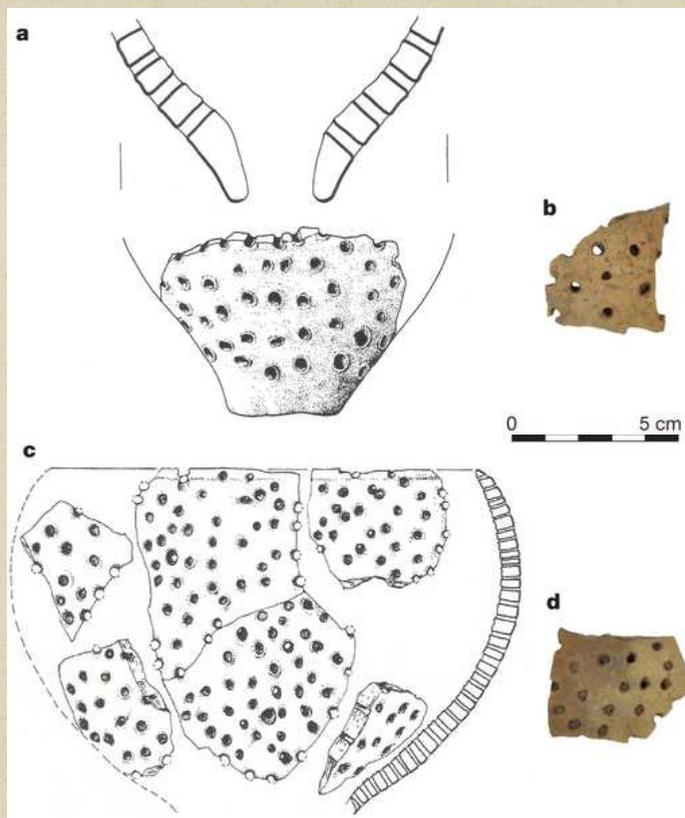
La trasformazione del latte in formaggio era utilissima:

- consentiva al latte di diventare più facilmente trasportabile
- di essere conservato
- compensava la riduzione del consumo di carni.
- il latte ,alimento calorico ricco di proteine, è disponibile in maniera relativamente costante.
- di assorbire i principi nutritivi del latte eliminando gli effetti collaterali del lattosio.

Anche all'epoca molti uomini erano intolleranti al lattosio : il più celebre Oetzi, vissuto oltre 5 000 anni fa .



Siti neolitici della Polonia hanno restituito frammenti di vasi con fori per la separazione del latte dal caglio come confermato dall'analisi chimica.



Polonia, siti neolitici del VI millennio a.C (7000-7500 anni fa), frammenti di setacci caseari

Libia, villaggio neolitico di Takarkori, rinvenuti strumenti usati per la conservazione del latte lavorato con residui organici al loro interno.



Incisioni rupestri ritraenti l'operazione di mungitura degli animali



Momperone
Mestolo, ciotola e colino d'impasto. Circa 1500 a.C.,
Alessandria. Museo di Antichità, Torino.



Colatoio Bronzo finale



Breolungi di Mondovì
Scodella-colatoio. Circa 2000 a.C
Museo di Antichità, Torino.

Nel 2014 è stato rinvenuto il formaggio più antico del mondo sul petto e sul collo di una mummia ritrovata nella parte nordoccidentale della Cina (nel deserto Taklamakan) risalente al 1615 a.C.

L'analisi dei reperti ha rivelato che si trattava di un formaggio a coagulazione lattica.



EPOCA ROMANA

La civiltà romana perfezionò ulteriormente le tecniche casearie e le diffuse in tutto il suo Impero. Columella ha tramandato la produzione del formaggio (*caseus*) in epoca romana.

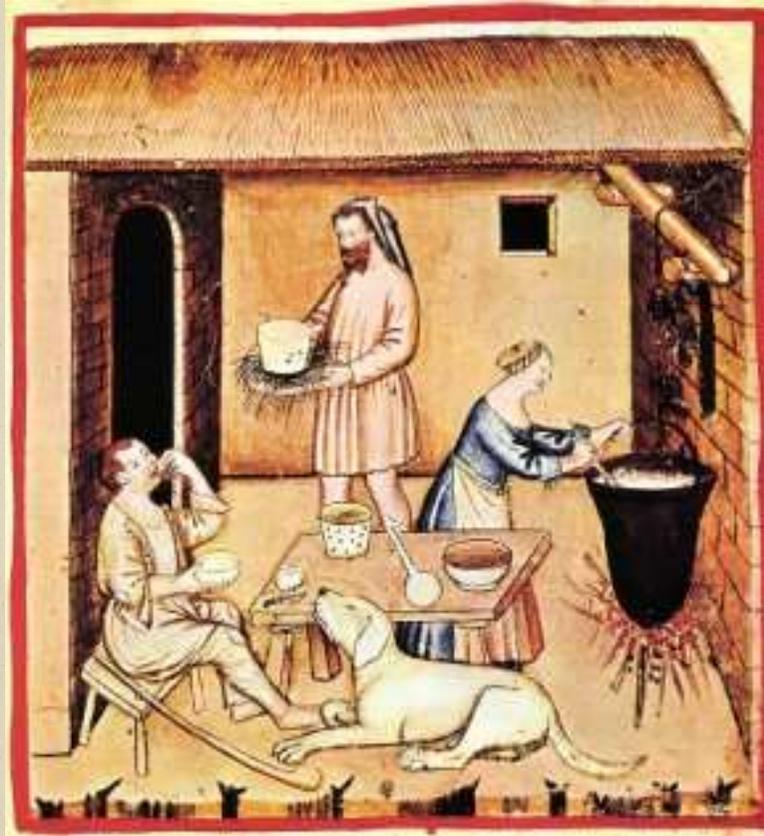


Associazione Culturale Maieusis

- Marco Terenzio Varrone descrive i principali tipi di formaggi che venivano consumati nel I secolo a.C. (vaccini, caprini e ovini sia freschi che stagionati) e documenta come la preferenza dell'epoca venisse accordata a quelli ottenuti tramite il caglio di lepre o di capretto, anziché di agnello.
- Columella, nei suoi trattati di economia agricola, risalenti al I secolo d.C., soffermandosi sull'uso di coagulanti vegetali come il fiore di cardo e il succo di fico, attribuisce la preferenza al caglio di agnello poco apprezzato al tempo di Varrone.
- Columella distingue: il formaggio «serve a nutrire i contadini» (agrestis saturat) e «a ornare le mense eleganti» .
- Virgilio riporta che la razione giornaliera di "pecorino" dei legionari romani era di 27 grammi.
- Plinio il Vecchio (XI 42) vanta la qualità del pecorino di Ceva e del "lunensis" (di Luni), forse precursore del Grana e del Parmigiano Reggiano
- Marziale raccomanda per una colazione rapida e frugale, il formaggio del paese dei Vestini e quello di Trebula, che si mangiava abbrustolito o leggermente inumidito.

Medioevo

Inizialmente, la cultura medievale nutriva forti perplessità nei confronti del formaggio: i misteriosi meccanismi della coagulazione e della fermentazione erano visti con qualche sospetto dalla scienza medica, e i trattati di dietetica invariabilmente mostravano diffidenza verso il formaggio, sconsigliandone il consumo o ponendovi dei forti limiti, qualitativi e quantitativi.



I monasteri erano produttori di formaggi ma spesso riscuotevano quote di formaggio dagli affittuari delle fattorie che possedevano:

- l' inventario redatto sul finire del IX secolo del monastero di Santa Giulia di Brescia annota che riscuote cospicui canoni in formaggio dai contadini dislocati in vaste corti della Lombardia e dell'Emilia. Le richieste sono espresse talvolta in peso, con l'indicazione delle libbre di caseum da corrispondere, talvolta in numero di forme .

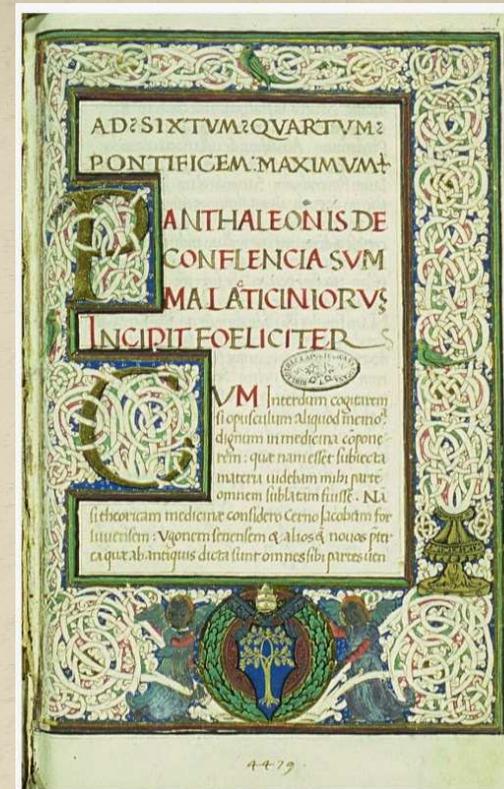
- inventario monastico del IX secolo, dell'abbazia di San Colombano di Bobbio, sull'Appennino emiliano .



- «è pesante da digerire, nutre mediocrementemente, non fa bene allo stomaco e all'intestino, genera bile, fa venire la gotta, dolore ai reni, renella e calcoli». Il fresco invece «nutre molto e in maniera efficace, calma l'infiammazione dello stomaco, giova agli ammalati di tisi».
- «perché sigilla la bocca dello stomaco e toglie la nausea provocata dai cibi grassi». Tale virtù 'sigillatoria' del formaggio è certamente all'origine di usi alimentari conservatisi fino ai giorni nostri nonché di proverbi, ovunque diffusi, che non ritengono concluso il pasto «finché la bocca non sa di formaggio»
- «Il latte ha le stesse proprietà dell'animale da cui viene munto:
si reputa ottimo quello di capra perché aiuta lo stomaco,
elimina le occlusioni del fegato, lubrifica l'intestino;
per secondo viene quello di pecora, per terzo quello di mucca .
Resta comunque inteso che «l'uso eccessivo del latte non è consigliabile».
- «i cuochi adoperano il formaggio per la preparazione di molte vivande»
- scrive che due sono le varietà di formaggio che si contendono il primato:
il marzolino, come lo chiamano i Toscani, che si fa in Toscana
nel mese di marzo; e il Parmigiano delle regioni cisalpine,
che si può chiamare anche maggengo dal mese di maggio .



Pantaleone di Confienza. "Summa Lacticiniorum",
rappresenta la più antica trattazione sul latte e derivati,
come già Platinia, individua come migliori formaggi
italiani «marzolino» e il «parmigiano» .
Il primo è fatto col latte di pecora ,
il secondo col latte di vacca .

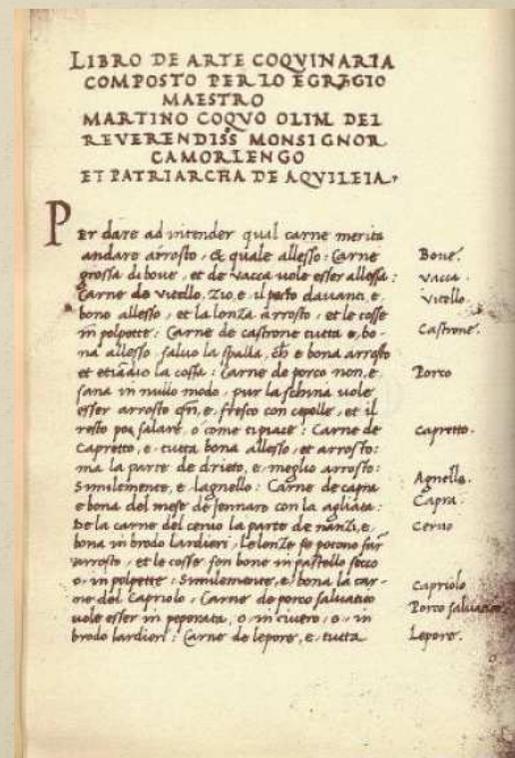


esemplare del Summa Lacticinorum
stampato nel 1477 dal tipografo Jean Favre
Biblioteca Nazionale di Torino.

Boccaccio si sofferma a descrivere come una delle attrattive principali dell'utopico Paese di Bengodi,
«montagna tutta di formaggio Parmigiano grattugiato, sopra la quale stavan genti che niuna
altra cosa facevan,
che fare maccheroni e raviuoli e cuocergli in brodo di capponi» .

L'uso del formaggio è ampiamente testimoniato nei ricettari dell'epoca:

- **Il ricettario "Anonimo toscano"**, prevede l'impiego del «cascio fresco» per la farcitura dei «crispelli di carne, o vero tortelli e ravioli», come pure per il ripieno della spalla di pecora, che dovrà comprendere «cascio fresco, bene pesto con ova, in bona quantità»; assieme a «carne battuta» esso entrerà nel «pastello romano», mentre la «torta parmesana» comprenderà, oltre al fresco, «alquanto di cascio grattato»; quest'ultimo entrerà anche nelle «ova piene» e, naturalmente, nelle «lasagne». In altri casi il formaggio è protagonista primario della vivanda e la qualifica anche nel nome: la «casciata» è fatta di «cascio fresco lavato e bene premuto, e spezzato minuto colle mani nel catino», mescolato poi con uova, erbe, lardo, pepe e sale e messo a cuocere in crosta; seguono il «coppo di latte caprino, o pecorino», la «ioncada», la «paniccia col latte».
- **Il ricettario di Maestro Martino** indica come il formaggio fresco veniva pestato mentre il secco si grattugiava:
Torta di farro: «pigliarai una libra di cascio fresco, et meza libra di bon cascio vecchio, facendo pistare l'uno, et l'altro grattare como s'accostuma di fare».
Maestro Martino lo vuole sui ravioli, sui «maccaroni siciliani», sui vermicelli, sulle lasagne, e anche su minestre liquide come i manfrigoli.



Tutti i colori della birra



Katia Gianotti - Associazione Culturale Maieusis

La definizione legale di birra in Italia è data dal “Decreto Del Presidente Della Repubblica 30 giugno 1998, n. 272”, il quale all’articolo 1 così dice:

La denominazione "birra" e' riservata al prodotto ottenuto dalla fermentazione alcolica con ceppi di *saccharomyces carlsbergensis* o di *saccharomyces cerevisiae* di un mosto preparato con malto, anche torrefatto, di orzo o di frumento o di loro miscele ed acqua, amaricato con luppolo o suoi derivati o con entrambi.



La parola italiana birra deriva dal tedesco Bier, un prestito del XVI secolo.

L'origine parola germanica è incerta: si pensa che derivi dal latino volgare biber "bibita, bevanda", dal verbo latino bibere, oppure derivi direttamente dal protogermanico *beuwoz-, da *beuwo- "orzo".

Neolitico

Scoperta della fermentazione: la pappa semiliquida di pane o cereali macinati e cotti di vario tipo e consistenza che non venivano consumate in un paio di giorni, diventava leggermente effervescente e piacevolmente inebriante dato che l'azione di lieviti selvatici presenti nell'aria facevano fermentare gli zuccheri della pappa trasformandoli in alcool.



Sumeri

Test chimici condotti su brocche antiche in ceramica hanno rivelato che la birra è stata prodotta per la prima volta circa 7.000 anni fa sul territorio dell'attuale Iran

Presso i Sumeri, la birra fu chiamata *se-ber-bi-sang* cioè “l'acqua che fa vedere chiaro”. Pare che il 40 % del raccolto di cereali a Sumer fosse utilizzato per la produzione della birra.

I produttori della Mesopotamia riuscivano a controllare il sapore e il colore delle diverse birre con l'aggiunta di *bappir*, o pane di birra con farina di orzo grezzo e farro venivano impastate in una piccola massa, come una pagnotta, e cotto due volte fino ad ottenere un pane non lievitato, che si poteva mantenere per anni prima di essere sbriciolato nel tino di fermentazione.

Il *bappir* veniva conservato in magazzini statali.

-

Ninkasi.

Divinità sumera, matrona della birra.

Dea creata per "soddisfare il desiderio" e "appagare il cuore" ma anche dea dell'alcol e della birra.

L'Inno a Ninkasi (circa 4000 a.C.) contiene la più antica ricetta per la produzione della birra a partire dall'orzo.





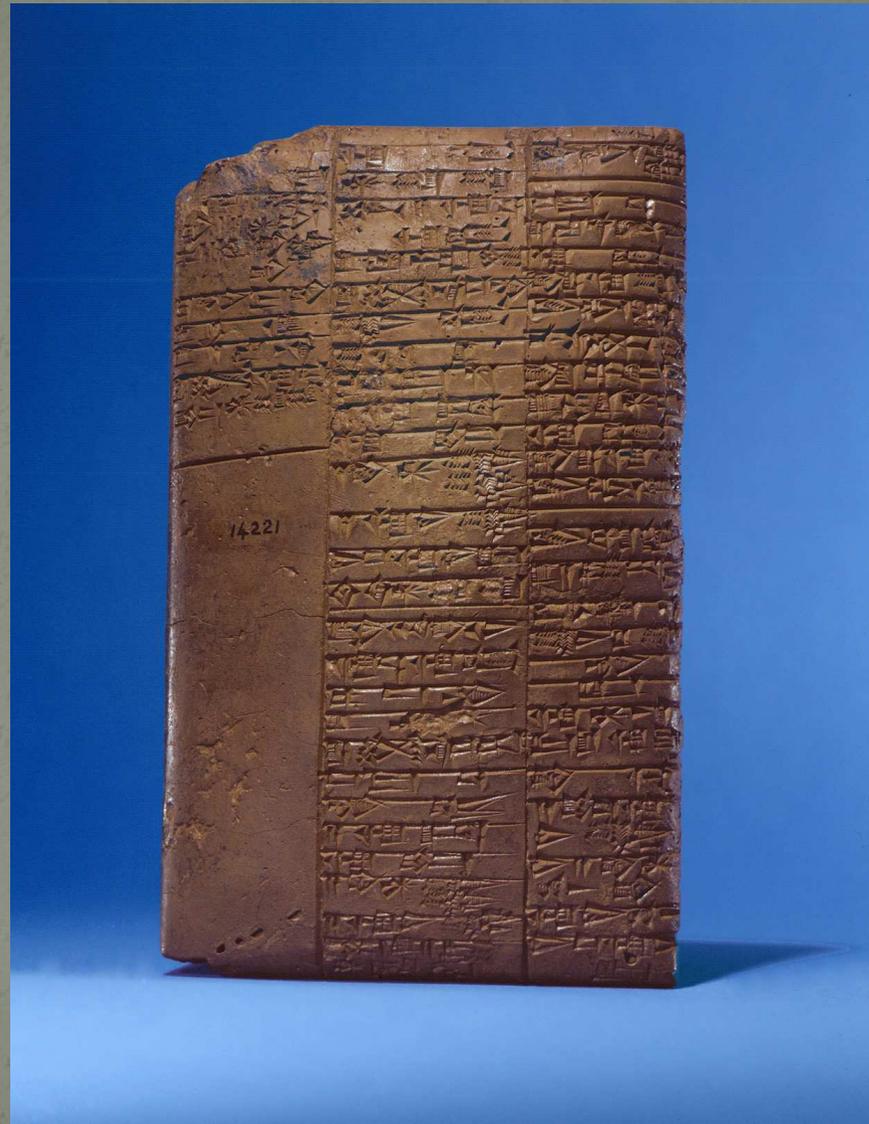
“Monumento Blau”.

Tavoletta di argilla (circa 4.000 a.C.)

Conservata al British Museum di Londra, descrive i doni propiziatori offerti alla dea Nin-Harra (dea della fertilità): capretti, miele e birra.

“Manuale di medicina”

Tavoletta argilla
III millennio a.C.
Pervenuta a Nippur,
oggi conservata al
Museo di Archeologia
e Antropologia
dell'Università della
Pennsylvania.
Scrittura cuneiforme,
lingua sumero antico



Epopèa di Gilgamesh

Primo grande poema epico di tutta la letteratura del mondo composto nel 3000 a.C. circa.



Gilgamesh re sumero di Uruk, regnò intorno al 2700 a.C .
Nelle tavolette si narra delle sue avventure, di storie d' amore, dei suoi impensabili incontri, di strane creature e delle sue epiche imprese di guerriero. I racconti che narrano di Gilgamesh ed Enkidu attestano come il popolo mesopotamico considerava il consumo di pane e birra come una delle cose che lo distingueva dai selvaggi e che li rendeva uomini completi.



Assiro –Babilonesi

Codice di Hammurabi

Stele in diorite nera, alta due metri, oggi conservato al Louvre. Stilato durante il regno del re babilonese Hammurabi che regnò dal 1792 al 1750 a.C.

Codice di leggi tra cui la più antica legge per la regolamentazione della produzione e commercio della birra.

Egitto

Da una ricerca sulla letteratura egiziana è emerso che la birra, in egiziano *henqet*, viene citata più spesso di qualsiasi altro genere alimentare.

Vengono indicati vari tipi:

- "zythum", birra chiara.
- "curmy" più scura.
- "sà", birra ad alta concentrazione.
- "haq", la birra più comune
- "sciadeh" ottenuta aggiungendo miele



Papiro Ebers

Testo medico egiziano del 1550 a.C. circa nel quale vengono trattati rimedi e cure

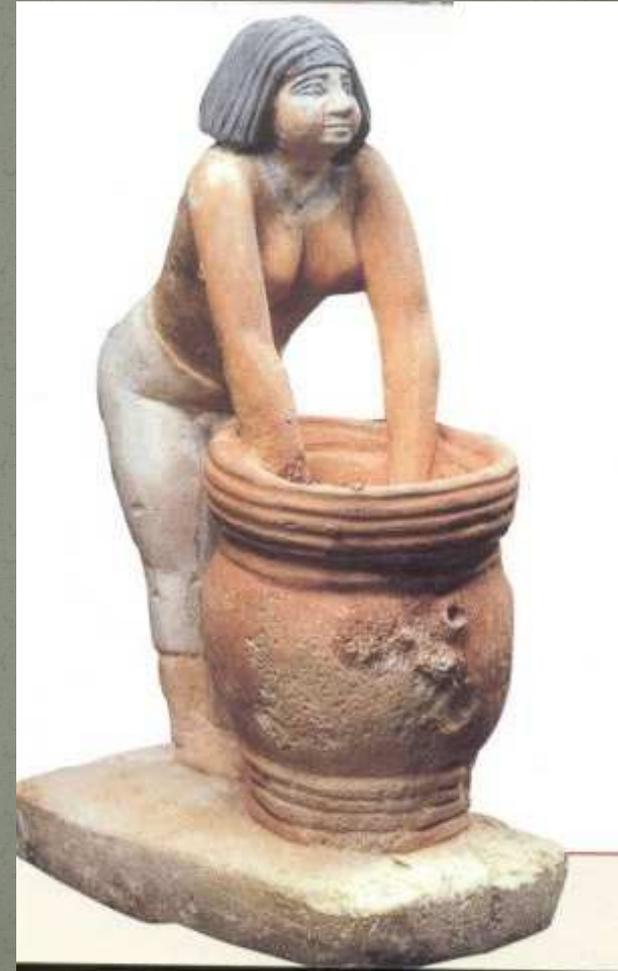


A conferma dell'importanza di questi alimenti , venivano deposti nelle tombe dei modelli di servitori, caratteristici dell'Antico Regno, che raffigurano donne in atto di macinare cereali o di preparare la birra per l'anima del defunto insieme a orci di birra e attrezzature per la loro fabbricazione.



L' uso della birra accompagnava gli antichi Egizi dalla nascita alla morte:

- le donne incinte ne bevevano per aumentare il latte
- ai neonati si dava birra a bassa gradazione o diluita con acqua e miele durante lo svezzamento qualora le madri non avessero avuto latte
- i bambini venivano da subito abituati ad un moderato consumo della birra



Gli scavi archeologici che hanno riportato alla luce materiale e indicazioni interessanti per la ricostruzione della nascita della birra in ambito Europeo prima dell'età del ferro sono:

- Skara Brae, isole Orcadi, Gran Bretagna

Abitato del Neolitico Finale Nordico (intorno al 3000 a.C.)



- Genó, Basso Segre, Spagna.

Insediamiento dell'età del Bronzo Finale (XI sec. a.C.)





Bicchiere a campana Cultura di Golasecca
650 a.C. circa

•

Katia Gianotti – Associazione Culturale Maieusis

Necropoli (Baù) a
cremazione a Pombia,
Novara.



Tomba a pozzetto
databile intorno alla metà
del VI secolo a.C.,
Cultura di Golasecca
Bicchiere d'impasto
databile intorno al 560
a.C.



Etruschi bevevano una bevanda chiamata “pevakh” inizialmente di segale e farro, poi con frumento e miele.

L' imperatore Giuliano l' Apostata (332-363) asseriva in una sua satira che “il vino profuma di nettare, la birra invece puzza di caprone”.

C. Plinio Secondo, enciclopedia “Naturalis Historia“:
Nel XXXVII libro ci fa sapere che la birra a Roma era conosciuta ma poco consumata, era per lo più impiegata nella cosmesi femminile per la pulizia del viso e quale nutrimento per la pelle.

Nell' XVIII libro, Plinio descrive minuziosamente la alica o arinca, una tra le prime birre diffuse in Italia settentrionale.

Lo storico Tacito, nel libro «De vita et moribus Julii Agricola», racconta che Giulio Agricola (40-93 d.C.), governatore della Britannia tornato a Roma nell'83 d.C. condusse con sé tre mastri birrai da Glevum (Gloucester) e che aprirono il primo birrificio a Roma.



Trasporto di birra e vino. Particolare. Stele funeraria romana, I sec.d.C. Caraglio, Cuneo. Museo di Antichità, Torino.

Medioevo

Alto medioevo prodotta principalmente nei monasteri .

All'interno dei monasteri si conservavano le pratiche antiche e regolamentate di produzione della birra.

Nei monasteri si cominciò a sperimentare l'uso di miscele di erbe aromatiche e di spezie.

Gruit: miscela probabilmente di artemisia, erica, millefoglio, zenzero, cumino, ginepro, la noce moscata e il cinnamomo
Probabilmente l'introduzione del luppolo sostituì *gruit*.



Luppolo, pianta endemica in Europa in boscaglie, siepi, e nelle radure ai margini dei boschi tra circa 45° e 60° lat. N

Limitandosi alle fonti scritte, il luppolo viene menzionato da:

- Plinio il Vecchio come pianta comunemente ricercata per i suoi scopi alimentari in Cisalpina
- nel *Polyptichus* d'Erminone, utilizzato come erba medica e aromatica almeno fin dal IX sec.,
- nelle opere di Alberto Magno
- nelle opere della badessa Idelgarda.



La Birra di Aosta .

Fondata nel 1837 da Anton Zimmermann, nato il 7 Aprile 1803 a Gressoney St. Jean.

E' la seconda storica birreria italiana.

Fu la prima fabbrica di birra dell'allora Regno di Sardegna.

L'azienda prospera e produce ad Aosta in via Xavier De Maistre sua sede storica.

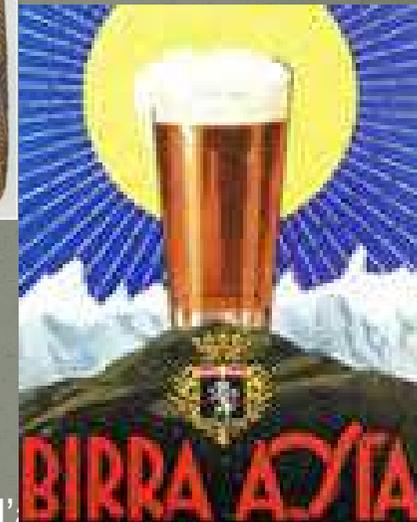
Alla morte del fondatore, il 3 Maggio 1873 la responsabilità dell'azienda passò al nipote Antonio Thedy.

Il 5 Settembre 1918 cambiò ragione sociale e divenne la società in accomandita semplice "Birra Aosta" di Matilde Vincent & C..

Nel 1925 la direzione dell'azienda passò da Antonio Thedy al cognato Corrado Vincent.

In questo periodo storico irrompe la guerra che comunque non frena la produttività.

Nel 1973, per ragioni di mercato, subentra la Henninger di Francoforte, l'azienda è spostata da Aosta a Pollen.





Il vino: umore e luce

Il gusto della Valle

Giovedì 17 marzo 2016

Cinzia Payn – Associazione Culturale *Maieusis*

Alle origini



Uplistsikhe

- Godachrili Goa (5.800 a.C.) – tartrato di calcio
- Aruchlo, Shulaveris Goa, Chramishevi (4.000 a.C.) – vestigia d'uva)

Georgia e Caucaso:
la culla del vino



In viaggio...

A spasso per l'Iran

Godin Tepe
3.500 – 3.100 a.C.



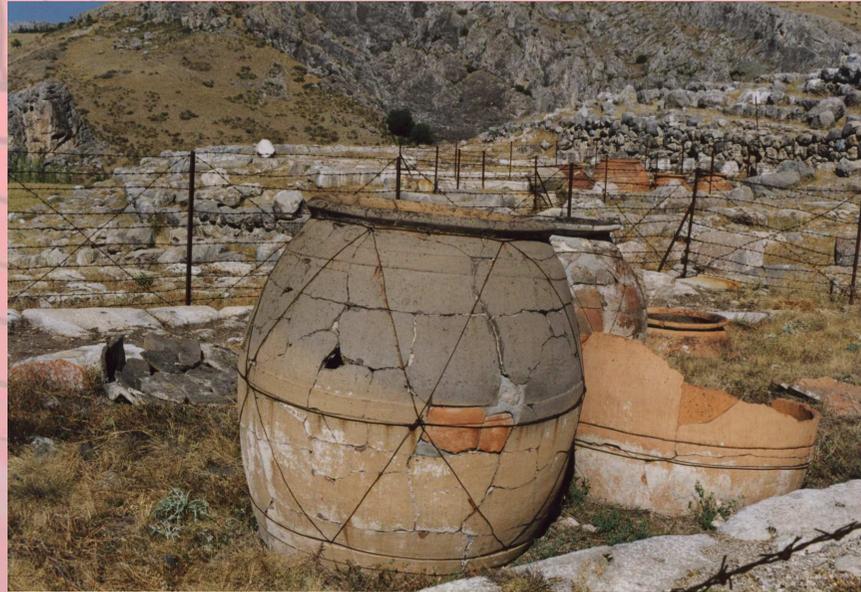
Hajji Firuz Tepe
5.400 – 5.000 a.C.





La cultura del banchetto

Tempio I di Hattusha
XIV – XIII secolo a.C.
Pithoi per la
conservazione di
alimenti e vino



Keratepe (Turchia)
VIII secolo a.C.
Scena di banchetto

Accenni di letteratura...

- Da testi ritrovati ad Alalah e Mari:

“beviamo un calice di vino, nella coppa d’oro il sangue della vite”



- Dalla Bibbia

“ora Noè, coltivatore della terra, cominciò a piantare una vigna; avendo bevuto il vino, si ubriacò e giacque scoperto all’interno della sua tende”

Genesi, 9

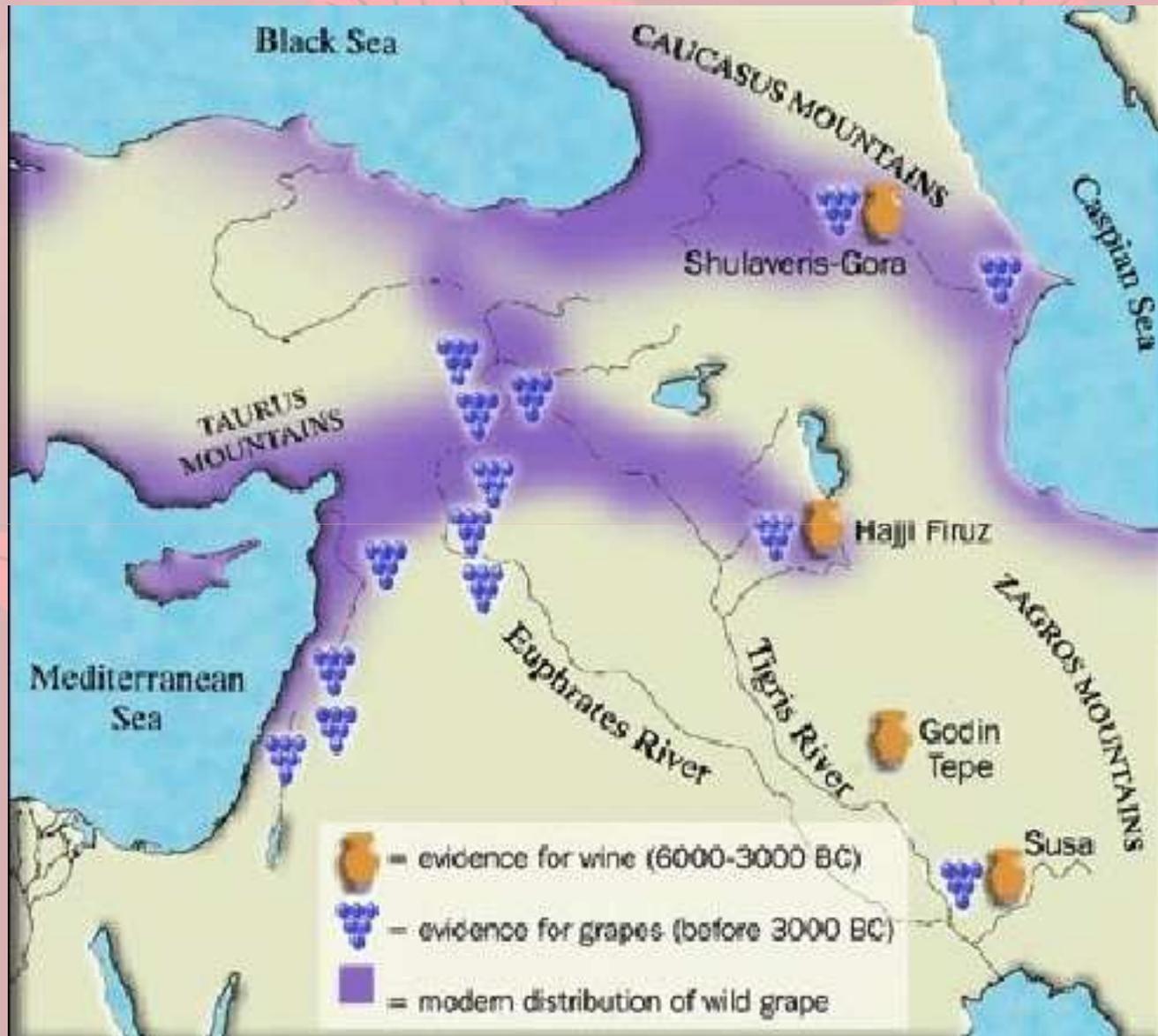
“...più inebriante del vino è il tuo amore... [...] il tuo seno è una coppa rotonda / dove non manca mai vino aromatico...”

Cantico dei Cantici

...e di etimologia

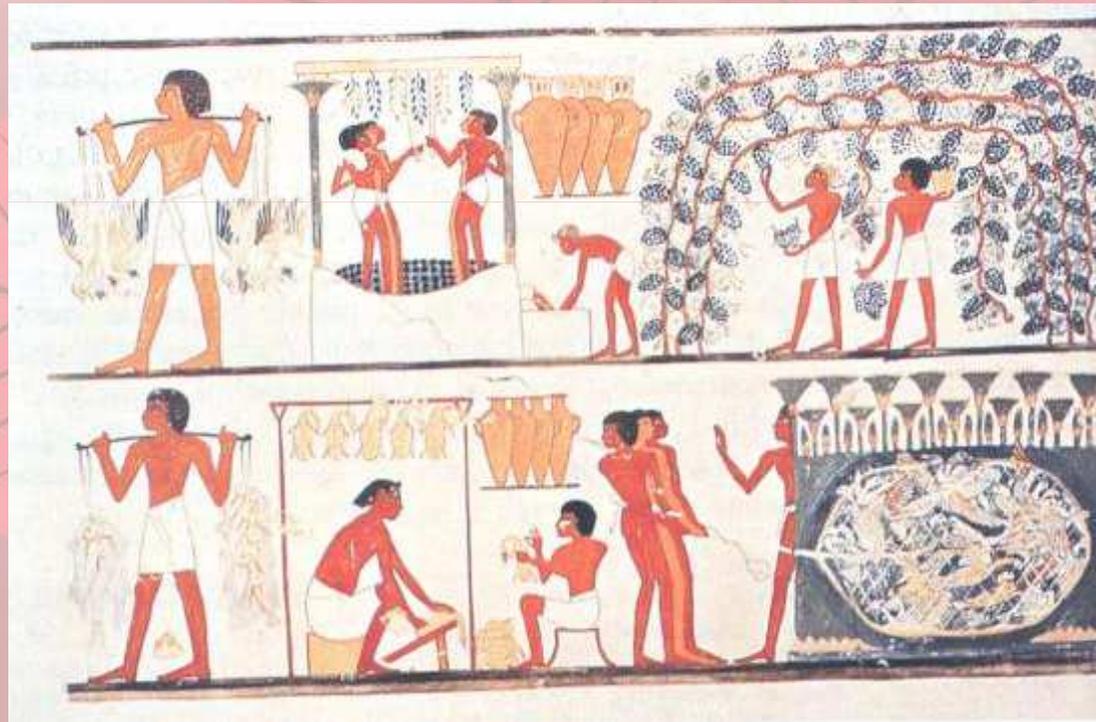
- *vena* – sanscrito, significa *amare*
- *iin* – antico ebraico
- *wiyan(a)* – sostantivo ittita
- *wyn* – proto semitico
- *wayn* – arabo antico
- *gwino* – georgiano
- *Foīvoç* – greco eolico
- *wnš* – egizio
- *vinum* - latino

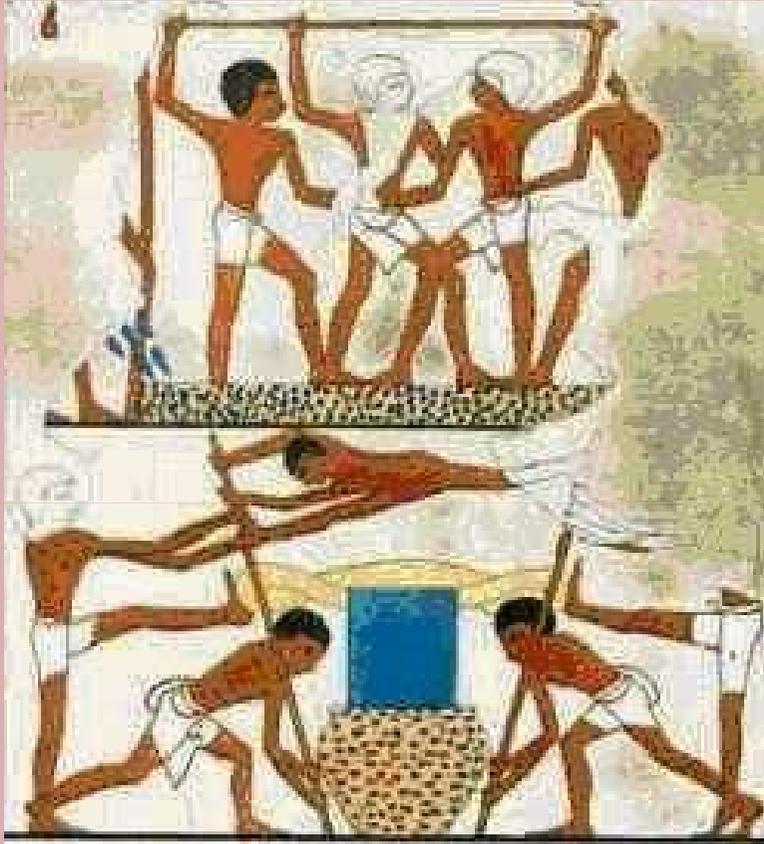




Reperto più antico risale alla 1° dinastia (2.900 a.C. circa)
> sigillo che presenta un geroglifico interpretato come torchio;

Già nel II millennio era diffuso un sistema di coltivazione a pergola;





Pressa al sacco

Dopo la pressatura il vino veniva versato in anfore, lasciato fermentare, poi sigillato e in ultimo veniva apposta una etichetta che indicava:

Anno – qualità – dolcezza
– tipo di prodotto – origine geografica della zona di produzione – tenuta – nome e titolo del vignaiolo
- gusto

*“...Ti ho fatto dei vigneti da vino nelle oasi del sud e del nord,
senza contare altri nella parte meridionale, in gran numero.
Si sono moltiplicati nel Delta a centinaia di migliaia.
Li ho provvisti di giardinieri presi tra i prigionieri dei paesi stranieri...”*

Papiro Harris (1.153 – 1.147 a.C.)
Ramesse IV



G r e c i a

Coordinate spazio-temporali

A partire dal II millennio a.C. presso Creta



Vini greci molto famosi nel mondo antico.

Per la conservazione e l'aromatizzazione si aggiungeva *acqua di mare, resina di pino, mandorle amare, zafferano, trifoglio, succo di mirtillo, pece, argilla.*

Per chiarificare si polverizzavano *gusci di lumache e conchiglie, cristalli di sale, ghiande, noccioli di oliva.*

Vino come civiltà

*“... “Dammene ancora, da bravo, e dimmi il tuo nome,
ora subito, che ti do un dono speciale di cui rallegrarti.*

*Certo la terra che dona le biade produce ai Ciclopi
vino di ottimi grappoli, e la pioggia di Zeus glielo fa crescere.*

Ma questo è una goccia di ambrosia e di nettare!”

Disse così, e io di nuovo gli porsi il vino scuro.

Gliene diedi tre volte, tre volte lo tracannò stoltamente.

[...]

*“Per ultimo io mangerò Nessuno, dopo i compagni,
gli altri prima: per te sarà questo il dono ospitale”.*

*Disse, e arrovesciatosi cadde supino, e poi
giacque piegando il grosso collo; dalla strizza gli uscì fuori il vino
e pezzi di carne umana; ruttava ubriaco.”*

Omero, *Odissea*

Vino come aggregazione

Dal greco *syn* – *pinein* = bere insieme

➤ **Consumo del vino con valenza rituale sotto il segno di Dioniso**

“Museo e il figlio suo [...] preparano il banchetto dei pii e da allora per sempre li fanno vivere inghirlandati ed ebbri, ritenendo un’ebbrezza eterna il più bel premio di virtù”

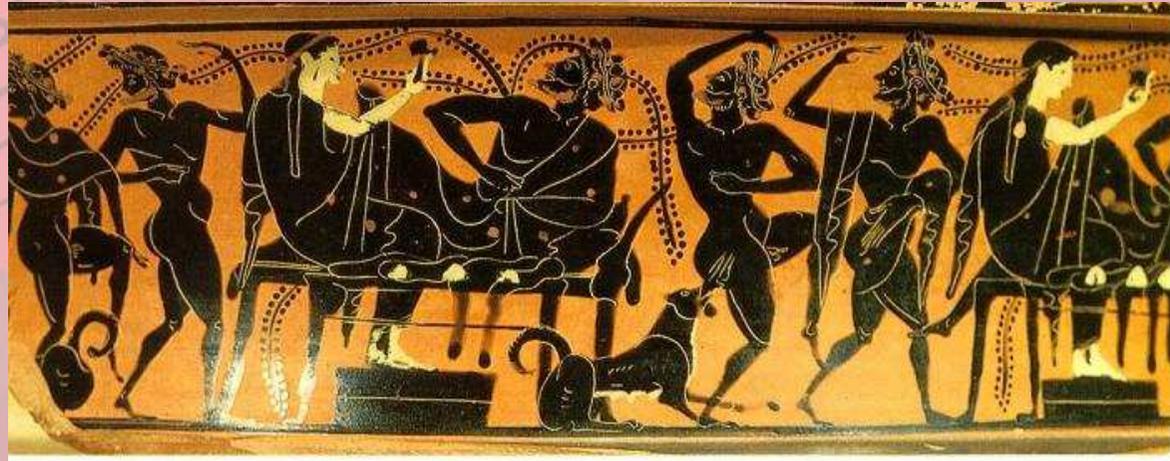
Platone, la Repubblica

S - M P O - S O

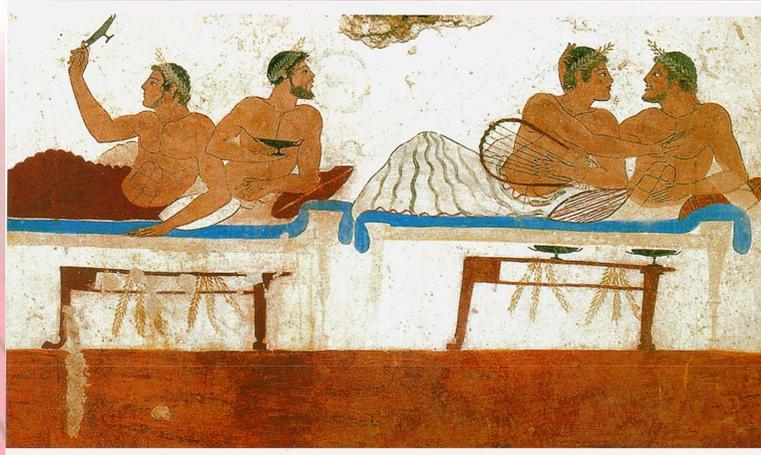
- **Festa privata per soli uomini, espressione della coesione alla base della polis**

*“Parlate dunque allegri presso il grande cratere
Senza nessun litigio fra voi,
In un vociò concorde che investa ognuno e tutti:
Ché la bellezza del simposio è qui.”*

Teognide



➤ **Kottabos ed erotismo**



*“Io voglio che si inviti
quell’amore di bimbo,
Menone,
se un gusto ci
dev’essere
nel convito, per me”*

*“Ecco, ho bevuto abbastanza: ormai l’equilibrio si rompe
sia dei pensieri sia della favella.
....e non rivolgo oramai solamente al coppiere i miei slanci:
all’acquaiolo faccio l’occhiolino.”*

S - M P O S - O

➤ **Ubbriachezza e komos**

“Se il dio le bagna [le piante] con troppa abbondanza, non riescono a stare erette, né a dispiegarsi quand’è il momento; se invece bevono solo quando a loro piace, crescono belle diritte e giungono in piena fioritura alla stagione dei frutti. Lo stesso anche per noi: se buttiamo dentro troppo vino, in breve tempo il corpo e la mente vacilleranno, e non saranno capaci neppure di tirare il fiato, tanto meno di dir parola; se invece i servi [...] ci verseranno solo una pioggerella, poche gocce in piccoli calici, non saranno trascinati a viva forza dal vino in uno stato di ubbriachezza, ma per effetto di gentile persuasione arriveranno a una maggiore allegria.”

Socrate



R
o
m
a



117 AD

Roma caput vini

Associazione Culturale Maieusis

20

L'anno della svolta

171 a.C. Primo gradino del lungo percorso che trasformerà il *vinum* in *Vinum*.

Da nutrimento, a piacere di massa, a strumento politico e militare, a mito, icona di una civiltà.



“...Da dove potremmo cominciare se non dalla vite, rispetto alla quale l'Italia ha una supremazia così incontestata, da dar l'impressione di aver superato, con questa sola risorsa, le ricchezze di ogni altro paese, persino di quelli che producono profumo? Del resto, non c'è al mondo delizia maggiore del profumo della vite in fiore.”

Plinio il Vecchio – I sec. d. C.

A partire dal II secolo a.C. iniziano a emergere i vini di origine italiana, prima sempre considerati inferiori rispetto ai celebri prodotti greci.

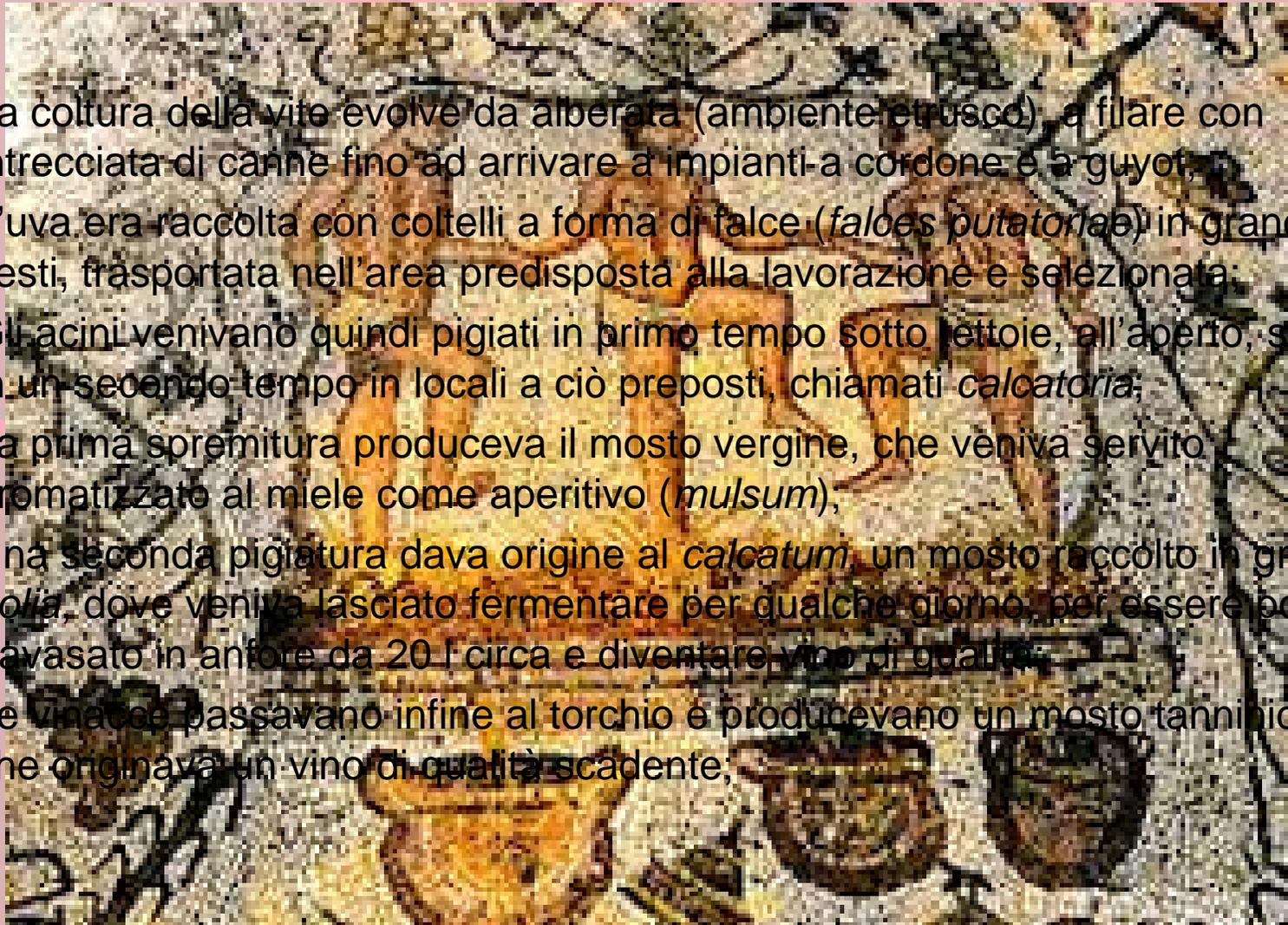
Tra i più importanti ricordiamo:

- Il *Falernum*
- Il *Caecubum*
- L'*Albanum*
- Il *Gauranum*
- Il *Trebellicum*
- Il *Trebulanum*



Nella vigna di Columella

- La coltura della vite evolve da alberata (ambiente etrusco), a filare con intrecciata di canne fino ad arrivare a impianti a cordone e a guyot.
- L'uva era raccolta con coltelli a forma di falce (*falces putatoriae*) in grandi cesti, trasportata nell'area predisposta alla lavorazione e selezionata.
- Gli acini venivano quindi pigiati in primo tempo sotto tettoie, all'aperto, solo in un secondo tempo in locali a ciò preposti, chiamati *calcatoria*.
- La prima spremitura produceva il mosto vergine, che veniva servito aromatizzato al miele come aperitivo (*mulsum*).
- Una seconda pigiatura dava origine al *calcatum*, un mosto raccolto in grandi *dolia*, dove veniva lasciato fermentare per qualche giorno, per essere poi travasato in anfore da 20 l circa e diventare vino di qualità.
- Le vinacce passavano infine al torchio e producevano un mosto tannico, che originava un vino di qualità scadente.





Ricostruzione di torchio romano

Associazione Culturale Maieusis

Vir et Vinum

“La forza sconvolgente del vino penetra l’uomo e nelle vene sparge e distribuisce l’ardore”

Lucrezio

“Non possono piacere a lungo né vivere i versi scritti dai bevitori d’acqua”

Orazio

“Ogni tanto è bene arrivare fino all’ebbrezza, non perché questa ci sommerga, ma perché allenti la tensione che è in noi. L’ebbrezza scioglie le preoccupazioni, rimescola l’animo dal più profondo e, come guarisce da certe malattie, così guarisce anche dalla tristezza.”

Seneca

Dall'osculum....



Alle origini di Roma è da imputare la regola della sobrietà etilica alla donna, verificabile con lo *ius osculi*.

“Rivoli di vino sui marmi, fetore di Falerno nei bacili d’oro: come una lunga biscia caduta in fondo a un tino, lei beve e vomita. E il marito? Ha la nausea e stringe gli occhi per soffocar la bile.”
Giovenale

... al vomitorium

Hic manebimus optime



“Ubi solitudinem faciunt, pacem appellant”



“Nessun albero prima della sacra vite tu pianterai, o Varo.”

Orazio

Made in SPQR

Un percorso da mito

- ❑ **Domiziano**, ovvero il protezionismo
92 d.C. editto che proibisce l'impianto di nuove viti in Italia e ne ordina l'espianto in tutti i paesi sottoposti all'impero.
- ❑ **Probo**, ovvero l'imperialismo vitivinicolo
281 d.C. editto che cancella il precedente e promuove nuovamente l'impianto delle viti in tutto l'impero.

La vite diventa il simbolo del ripopolamento dei territori spopolati dalle incursioni barbariche, dell'unione tra legioni realtà agricole occupate, della stabilità romana, della volontà imperiale di durare in eterno.

Heunisch – l'Unno



Ossia una paternità lunga 2000 anni

*Altro il vino non è se non la luce del sole
mescolata con l'umido della vite.*

Galilei





DALLA PIANTA AL DISTILLATO

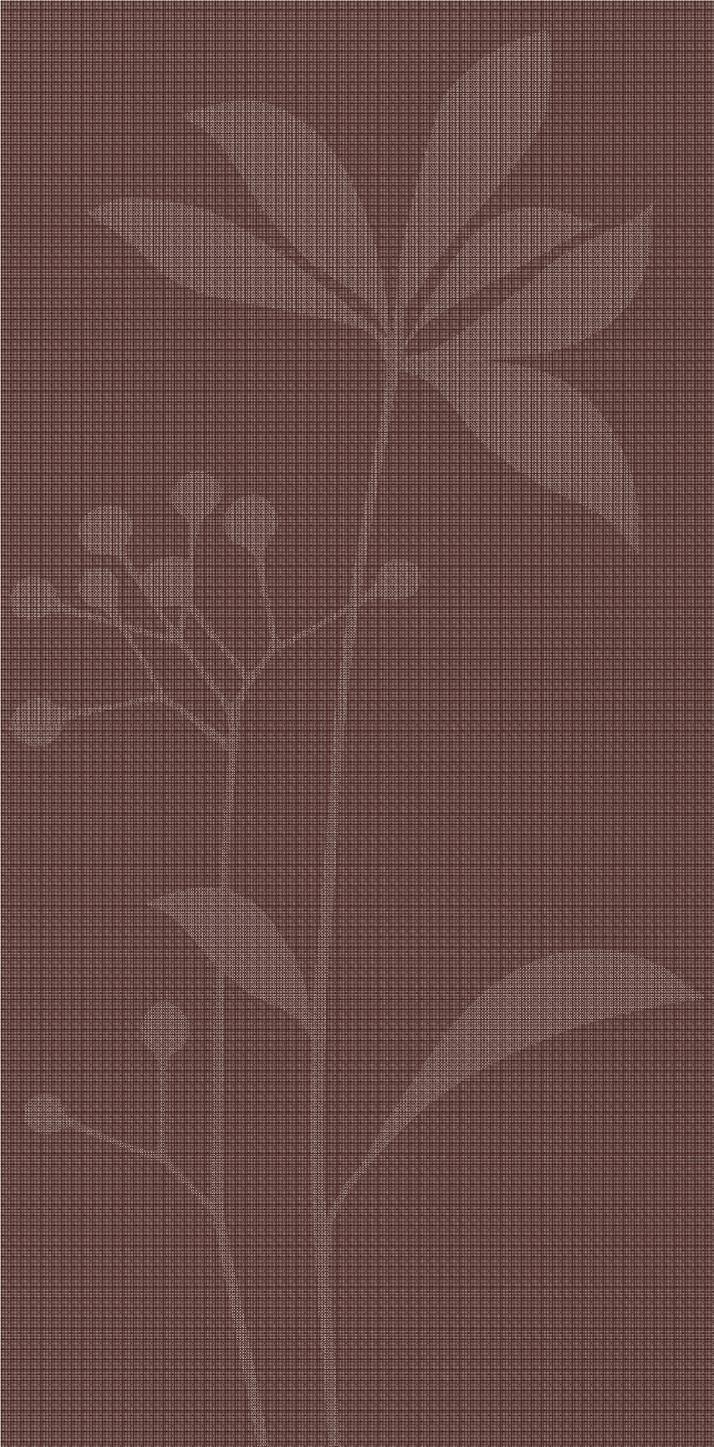
Associazione Culturale **Maieusis**

MAR – Museo Archeologico
Regionale

11.02.2016

Il mito





IL DATO ARCHEOLOGICO

Associazione Culturale Maieusis

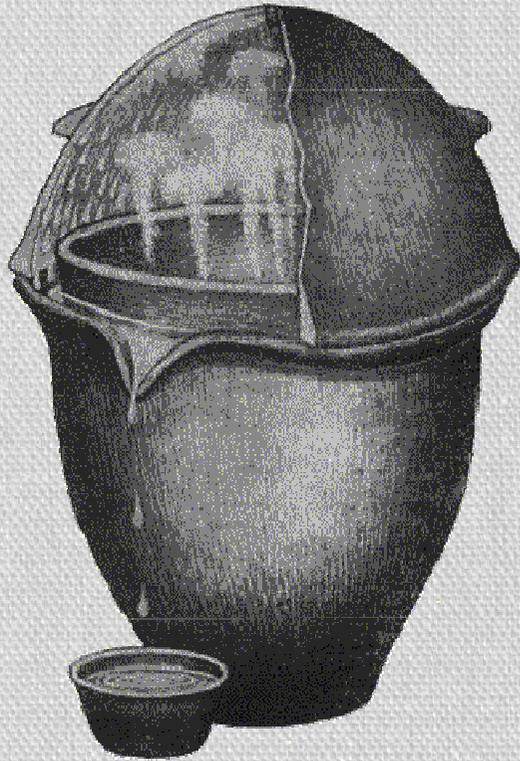
- Pyrgos (Cipro) – la fabbrica dei profumi
Il millennio a.C.



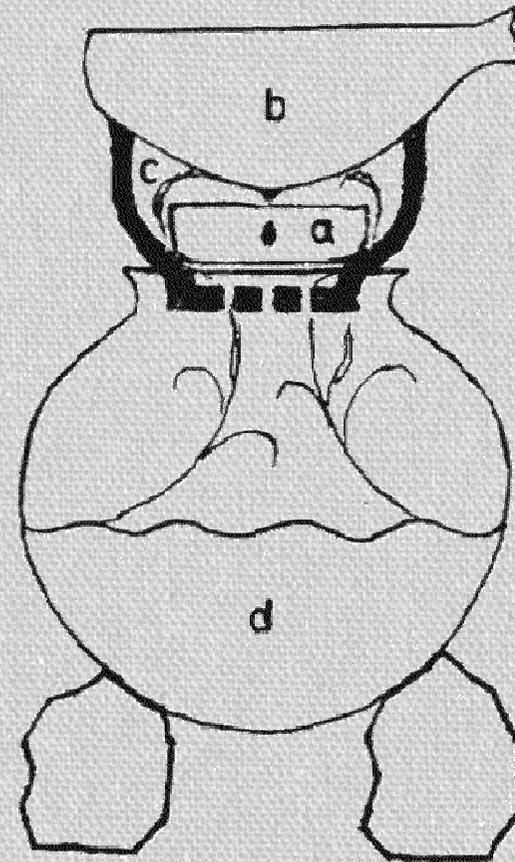
- Tepe Gawra (Mesopotamia) –
resti di rudimentali alambicchi
3500 a.C.



- Taxila (Pakistan) – distillatore
150 a.C.



- Spissky Stvrtok (Slovacchia) –
distillatore ad anello con
sgocciolatoio
1500 a.C.



- Perù – rudimentale alambicco
rinvenuto dagli Spagnoli al momento
della conquista



- Ceylon – antico apparato per la
distillazione dell'arrack, dalla
fermentazione della linfa di una
palma



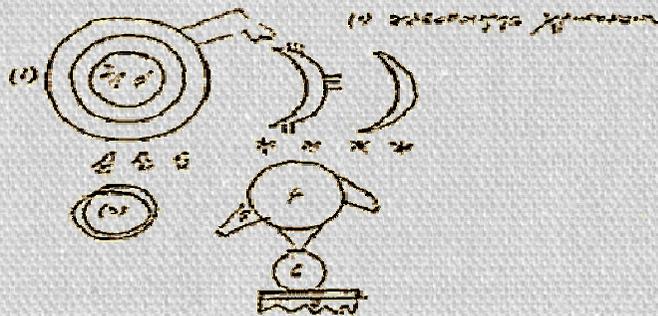
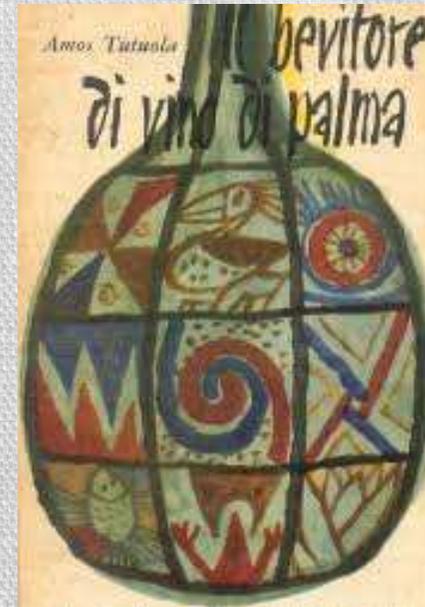


L'antico Egitto

LE FONTI ANTICHE

Associazione Culturale Maieusis

- Distillazione dell'alcol da un fermentato di datteri (vino di palma)



- 1) Titolo: 'Kleopatres Chrysopoia: Fattura dell'oro di Cleopatra.
- 2) Nei tre cerchi:
 - 1° anello: 'en to pan kai di aytoy to pan kai eis auto to pan kai ei me echoi to pan oyden esti to pan'. Uno il tutto e per lui il tutto e in lui il tutto e se non contiene il tutto il tutto è nulla.
 - 2° anello: 'eis estin o ophis o echon ton ion meta duo synthemata'. Il serpente è uno, colui che ha il veleno con le due composizioni.
- 3) Nel centro dell'Uroboros: 'en to pan', Uno il tutto.
- 4) Sull'alambicco: 'phiale', Fiata.
- 5) Sul tubo sinistro: 'anticheiros solen', Tubo di pollice.
- 6) Sul recipiente: 'lopas', Matraccio.
- 7) Sul forno: 'phota', Fiamma.

- Crisopea di Cleopatra –



Il mondo greco

LE FONTI ANTICHE

Associazione Culturale Maieusis

Aristotele

384-322 a.C.

“L’acqua del mare può essere resa potabile distillandole il vino e altri liquidi possono essere sottoposti al medesimo processo, e dopo essere stati convertiti in vapori umidi, ritornano allo stato liquido”

“L’ubriaco di vino cade bocconi, mentre l’ubriaco di liquori cade supino”

Dioscoride

I secolo d.C.

Medico, botanico, farmacista greco.

Distillazione della pece e creazione dell'ambix

Ipazia e Sinesio di Cirene

IV-V secolo d.C.

Matematica greca, col suo discepolo Sinesio custode del sapere della Biblioteca di Alessandria. Perfezionarono un'apparecchiatura per la distillazione

Aezio di Amida

VI secolo d.C.

Fisico bizantino, parla della “distillatio per descensum”



Il mondo romano

LE FONTI ANTICHE

Associazione Culturale Maieusis

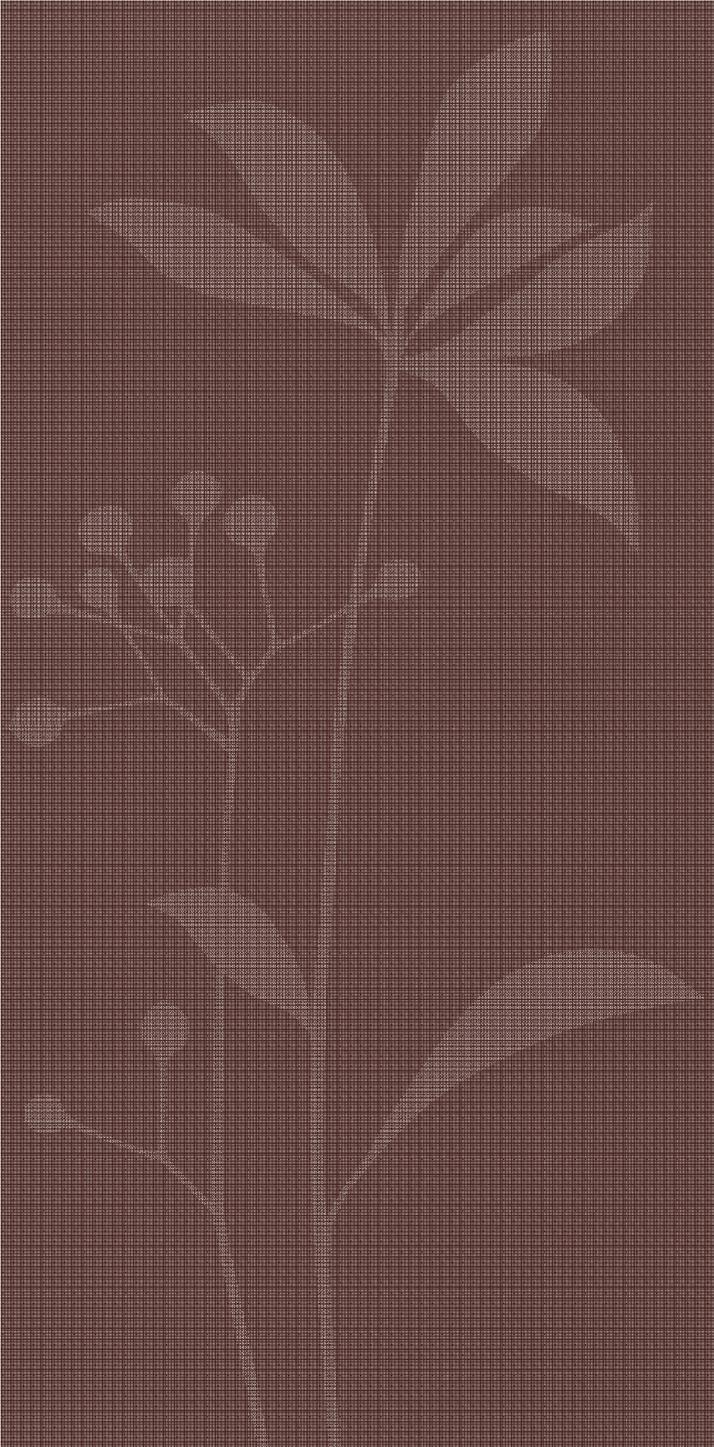
Galeno

Il sec. d.C.

Importante medico romano.

Parla della distillazione prevalentemente in termini di estrazione del principio colorante delle piante tramite evaporazione.





Il mondo arabo

LE FONTI ANTICHE

Associazione Culturale Maieusis

Un po' di etimologia..

- **ALAMBICCO**: dal greco ambix (vaso, tazza) – la parola araba è di derivazione greca, con l'aggiunta dell'articolo AL – Imbiq = vaso per distillare
- **ALCOOL**: deriva dall'arabo Al – Koél che designa la polvere impalpabile del solfuro di piombo o antimonio che, mescolata con acqua, era utilizzata dalle donne mediorientali per tingersi di nero sopracciglia, ciglia e orlo delle palpebre

La nascita dell'Al Kimiya

Movimento filosofico che raccoglieva l'eredità del sapere alessandrino e cercava la purezza assoluta

Processo di purificazione venne applicato al materiale roccioso perché potesse trasformarsi in oro; quando si realizzò l'impossibilità si adoperò l'arte finemente raggiunta per la distillazione di essenze e profumi (per esempio, l'acqua di rose)

Personaggi di rilievo

Jabir Ibn Hayyan (Geber)

VIII – IX secolo

Il più grande alchimista musulmano, scrisse moltissime opere e introdusse la distillazione per la purificazione dell'acqua, identificando molti alcali, acidi e sali

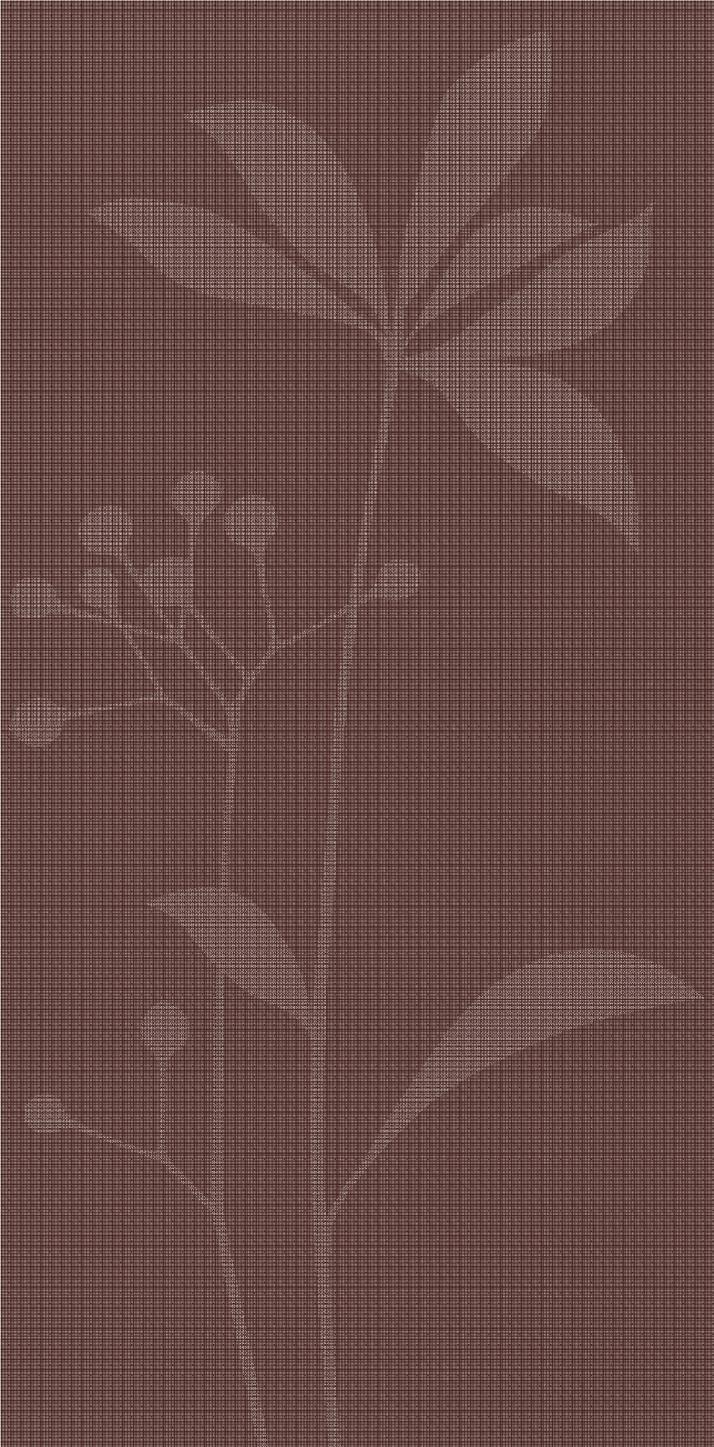


Avicenna e Rhazes

X secolo

Farmacisti, esperti conoscitori dei trattati medici antichi e perfezionatori dei processi di distillazione, ad esclusivo uso farmacologico





L'ARRIVO IN EUROPA

Associazione Culturale Maieusis

Come arrivò l'arte della distillazione in Europa?

- Frati benedettini, dopo la conquista di Gerusalemme (1099) a seguito della Prima Crociata;
- El Cid (XI secolo), dopo la liberazione della Spagna dagli invasori Arabi;
- San Patrizio, in Irlanda, già nel V secolo, dopo il pellegrinaggio in Terra Santa.;

Gli alambicchi arrivarono infine tramite navi alla rinomata **Scuola Medica di Salerno**, che raccolse l'eredità e la conoscenza raccolta dagli Arabi e diede l'input per nuovi studi





IL MEDIOEVO

Associazione Culturale Maieusis

Taddeo Alderotti

1215 – 1302

Fu il primo a ideare un alambicco con refrigerante (una botte di acqua fredda); da qui i distillati iniziarono a essere apprezzati anche da un punto di vista organolettico

Arnaldo da Villanova

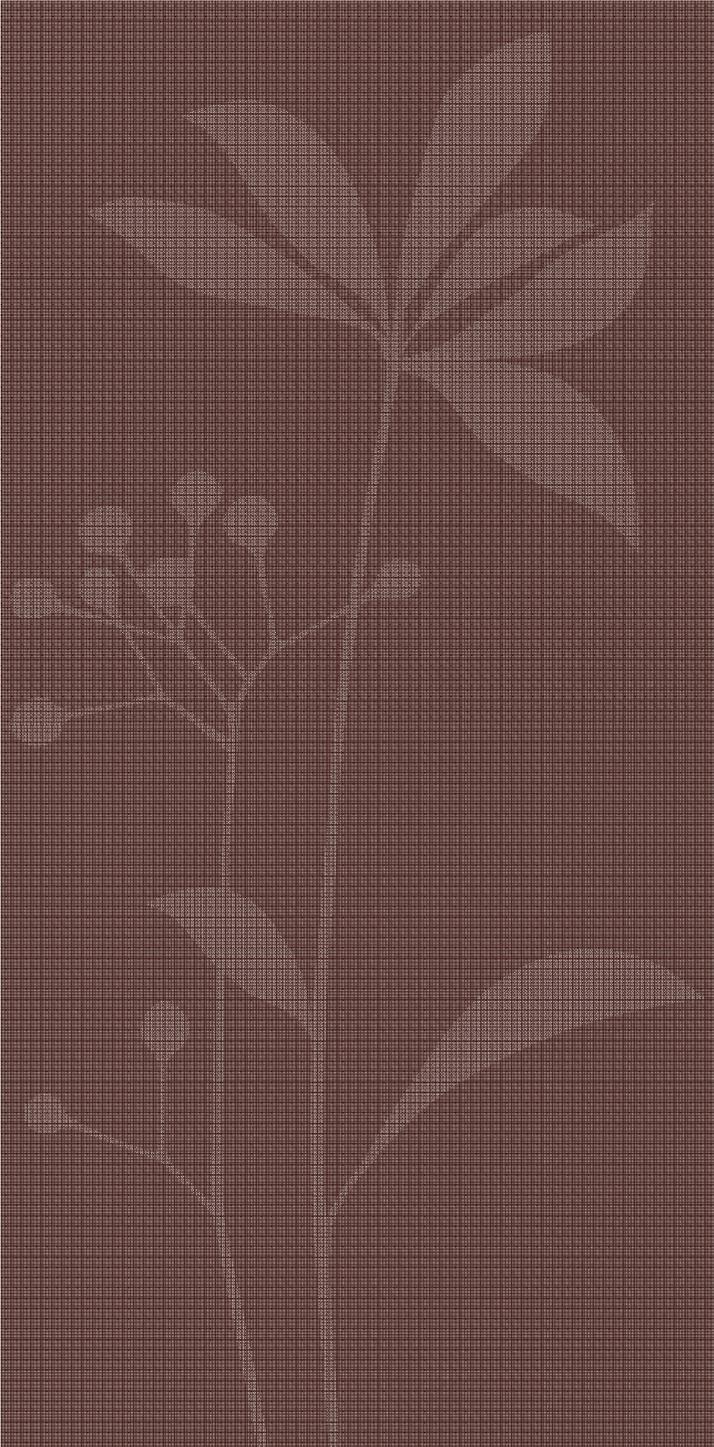
1238 – 1314

Imparò dagli Arabi e distillò il vino, che chiamo “eau de vie” – “aqua vitae”: era nato il **brandy**

Michele Savonarola

1384 – 1462

Scrisse il primo trattato sulla preparazione dell’aqua vitae, “De Conficienda Aqua Vitae”



L'ETÀ MODERNA

Associazione Culturale Maieusis

Paracelso

1493 – 1541

Fu l'anello di congiunzione tra l'alchimia medievale e la chimica medica rinascimentale, e il primo a utilizzare il termine alcool per indicare finezza eccellente

Caterina de' Medici

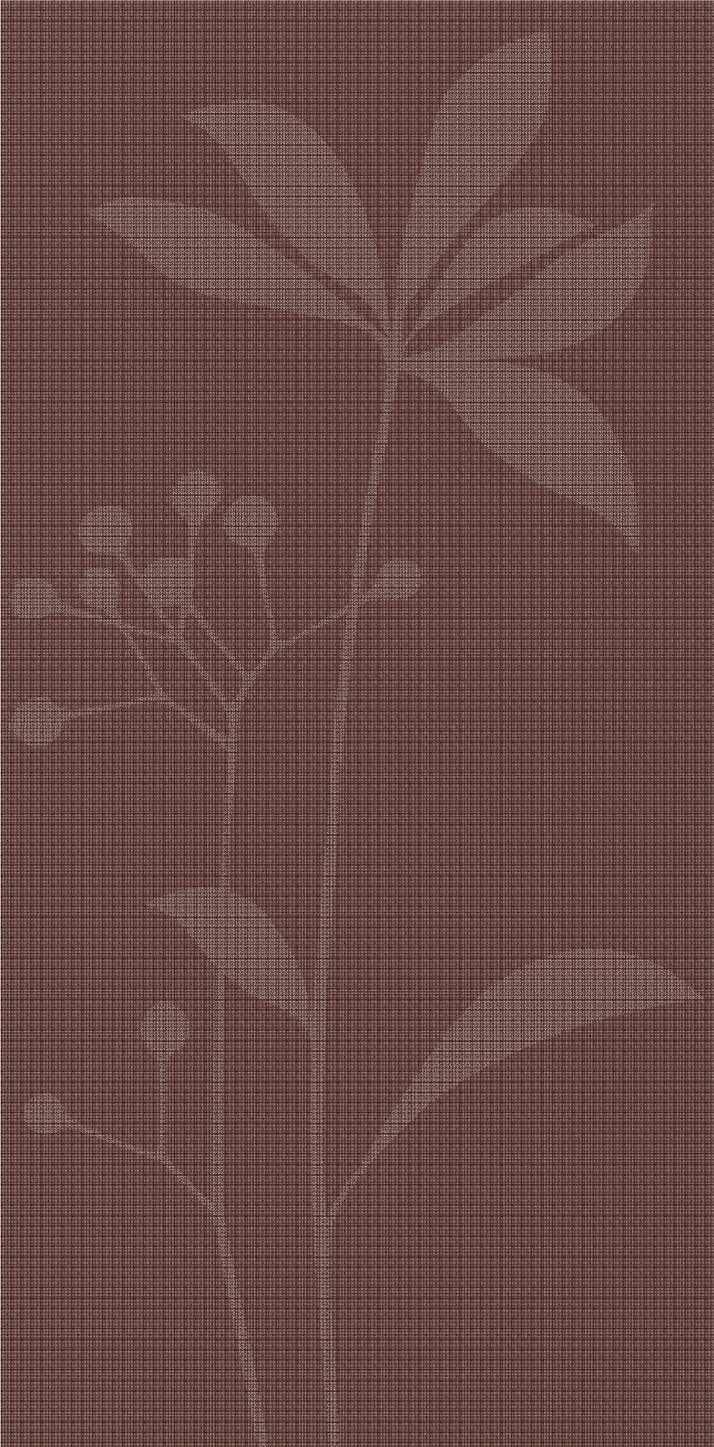
1519 – 1589

Incoraggiò la produzione di liquori per la consumazione; portò con sé quest'arte a Parigi e diede l'input per la produzione della **Chartreuse**, da parte dei frati Certosini

Antoine-Laurent de Lavoisier

1743– 1794

Indenticò con precisione le sostanze prodotte dalla fermentazione degli zuccheri, e pose le basi per nuove ricerche



L'OTTOCENTO

Associazione Culturale Maieusis

Louis Pasteur

1822 – 1895

Definì la reale natura dei lieviti e la loro importanza nel processo di fermentazione.

Enrico Comboni

1850 – 1900

Fondatore e primo direttore del Laboratorio di Chimica dell'Istituto Enologico di Conegliano; perfezionò in modo esemplare la tecnica della distillazione a vapore della vinaccia. Oggi più del 90% della grappa prodotta è distillata con questo procedimento.

Principali distillati e zone di origine

- **Grappa** – ottenuta dalla distillazione diretta delle vinacce di uva (Italia)
- **Cognac, Brandy e Armagnac** – ottenuti dalla distillazione del vino (rispettivamente Francia, Italia e Francia)
- **Calvados** – ottenuto dalla distillazione delle mele (Francia del Nord)
- **Whisky** – ottenuto dalla distillazione dell'orzo (Scozia, Irlanda, Stati Uniti, Canada)
- **Gin** – ottenuto dalla distillazione di cereali, bacche di ginepro, cannella, mandorle amare, semi di finocchio e scorza d'arancia (Olanda)
- **Vodka** – ottenuta dalla distillazione della patata (Europa orientale)
- **Assenzio** – ottenuto dalla distillazione dell'artemisia (Svizzera e Francia)

- **Sliwovitz** – ottenuto dalla distillazione delle prugne (penisola balcanica)
- **Kirsh** – ottenuto dalla distillazione delle ciliegie (Nord Europa e Svizzera)
- **Tequila e Metzcal** – ottenuti dalla distillazione dell’agave (America del Sud)
- **Rhum e Cachaça** – ottenuti dalla distillazione della canna da zucchero (rispettivamente Caraibi e Brasile)
- **Samsu, Arrak e Ruang-Koa** – ottenuti dalla distillazione del riso (rispettivamente Cina, estremo Oriente, Thailandia)

Noci e castagne: naturae deliciae



Katia Gianotti - Associazione Culturale Maieusis

LA NOCE

Nome scientifico è *Juglans regia*. Anticamente il noce era sacro anche a Giove : “*nux iunglans*” è la contrazione di “*Iovis glans*” ossia ghianda di Giove, a testimonianza della sacralità e del legame con la divinità.

Preistoria- Protostoria

Durante tutto il neolitico proseguì la raccolta dei frutti spontanei. Il noce selvatico produceva ancora frutti con spesso mallo, in rapporto a piccoli gusci e utilizzate per esempio come nutriente e lucidante per capelli.

Nella Cipalpina occidentale, la nocciola risultava più redditizia, anche come apporto oleico.

Durante l'età del Ferro si ebbe l'introduzione di noci con grandi gherigli, “noci di sorrento”.



Epoca romana

Erano molto utilizzate sia come companatico, sia a fine pasto con uva e fichi

Nei banchetti dell'antichità la frutta secca faceva parte delle *secundae mensae*: prima di servirla i romani cambiavano la tovaglia.

Le noci sono ritrovamenti comuni tra i materiali archeobotanici.



I materiali rinvenuti sui paleo fondali dell'antico porto di Neapolis sono costituiti da gusci spaccati molto probabilmente testimoniano come la frutta secca avesse un ruolo assai rilevante nell'alimentazione di bordo dell'epoca.

Associazione Culturale Maieusis

Nella città Etrusca di Pontecagnano, dai dati pollinici risulta sia stata coltivata in maniera massiccia il noce già a partire dal III secolo a.C. quindi assai in anticipo rispetto al picco registrato in età imperiale .

A Pollentia (Pollenzo , comune di Bra, prov. Cuneo) scavo di una necropoli di età romana .Le analisi sui residui del rogo funebre di una sepoltura ad incinerazione entro anfora segata databile tra la seconda metà e la fine del II secolo d.C., hanno restituito un consistente numero (128) di resti carpologici carbonizzati, in gran parte pertinenti a frutti. Si tratta di fichi, noci e uva, la cui associazione è rara, risulta documentato finora nella vicina necropoli di Albingaunum .

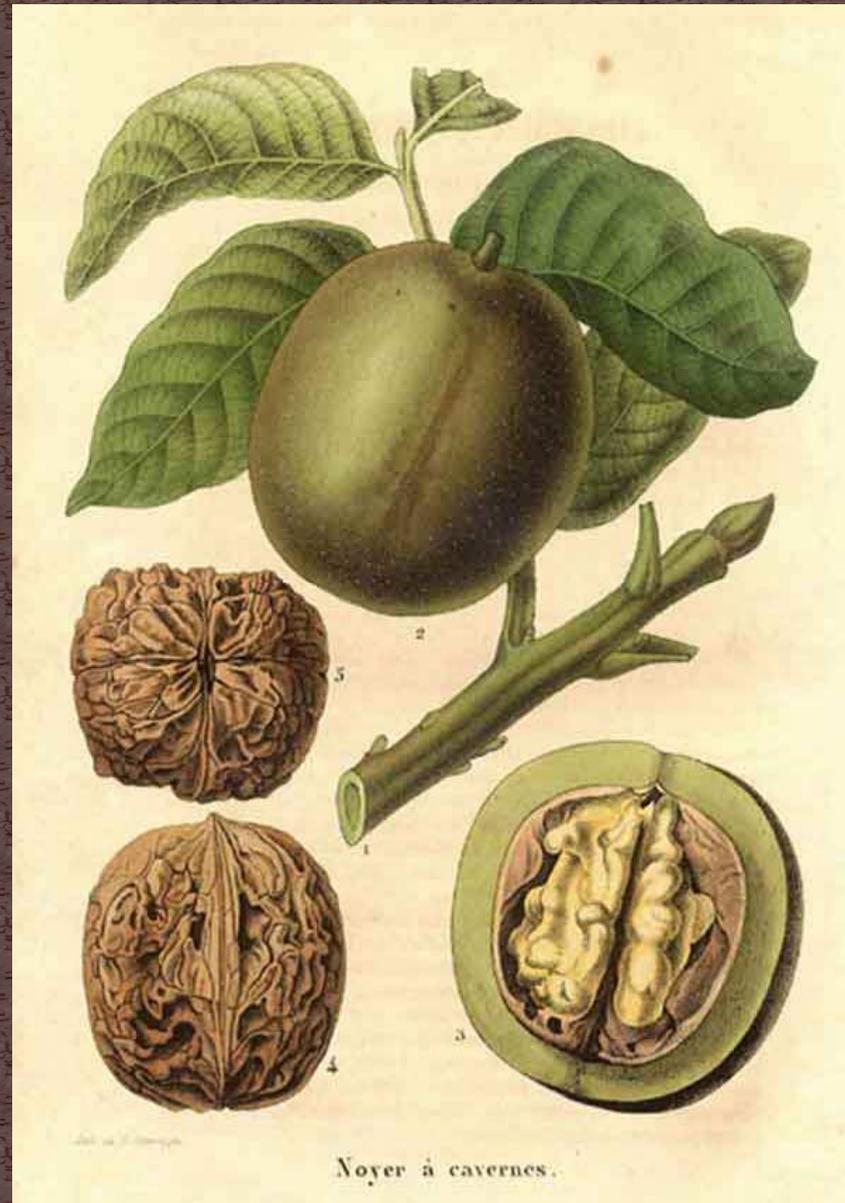


A Libarna (comune di Serravalle Scrivia, prov. AL), lo scavo del quartiere cosiddetto dell'anfiteatro, ha restituito in particolare gusci di pesche, noci e nocciole recuperati nel riempimento di un pozzo (lotto B, isolato I) databile tra la seconda metà del I e il II secolo d.C.

Plinio nella sua *Naturalis historia* , attribuendo a questa bellissima pianta un'energia soprannaturale, divina, magica, prodigiosa, consigliava di non sdraiarsi all'ombra di un albero di noce perché ciò avrebbe potuto essere pericoloso.

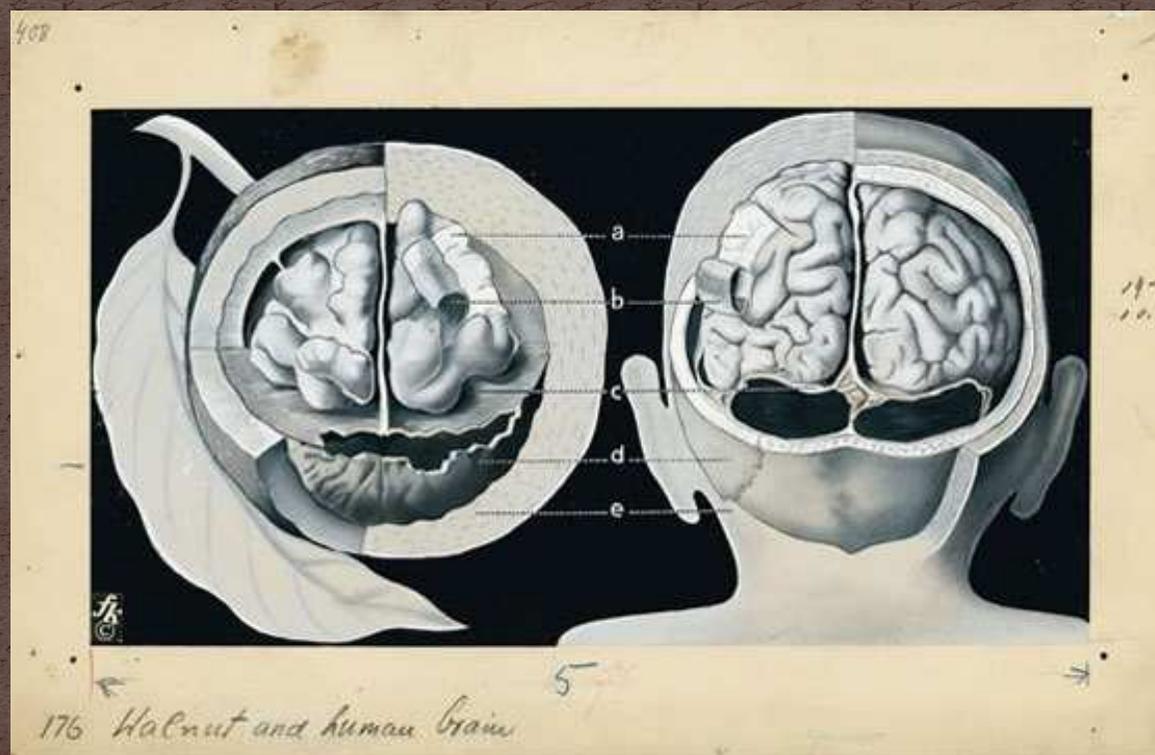
Virgilio: "... Taglia le nuove fiaccole, o Mospo, ti si conduce la sposa; spargi le noci, o sposo. Per te Vespero lascia l'Età." (Virgilio, *Écloca VIII*, 29-30)

Associazione Culturale Maieusis



Medioevo

La noce ha rappresentato un elemento importante nella teoria medievale della signatura, fondata sulla similitudine di forme tra pianta o frutto e organo da curare. La somiglianza tra la noce e testa



Giovan Battista Della Porta (1535–1615), medico e alchimista della Scuola Salernitana: "Il mallo, guscio esterno carnoso, verde, corrisponde ai tegumenti del cranio, il guscio al cranio, l'endocarpo alle meningi, e il gheriglio ai due emisferi cerebrali".

Associazione Culturale Maieusis

Olio noci

L'uso di olio di noci in cucina ha una lunga storia. In Svizzera una delle più antiche tracce scritte sull'uso in cucina dell'olio di noci risale al sedicesimo secolo ed è conservata negli archivi della città di Neuchâtel.

I documenti d'archivio svizzeri descrivono due tipologie:

una piccola produzione di olio estratto a freddo destinato ai nobili e una estratto a caldo usato dalle altre classi sociali e per la farmacopea.



LA CASTAGNA

La coltivazione della castagna ha conosciuto, in Italia in particolar modo, due grandi fasi di espansione:

- epoca romana. I Romani, apprezzavano moltissimo sia il frutto sia il legno (tra cui quello, appreso dagli Etruschi, di farne pali per le vigne), la esportarono un po' dovunque, impiantando castagneti anche là dove non esistevano, sia nel bacino del Mediterraneo sia in territori dal clima apparentemente meno adatto, come le regioni d'Europa a nord delle Alpi.
- nel Medioevo. Dovuta a di Matilde di Canossa (1046-1115) che, convinta dell'importanza essenziale che le castagne rivestivano per l'alimentazione delle popolazioni rurali, ne moltiplicò, con l'ausilio dei monaci benedettini, la diffusione, ideando il "sesto d'impianto matildico", dove le piante di castagno, allevate in forma libera, sono disposte ai vertici di triangoli sfalsati ad una distanza di circa 10 metri.

La decadenza dei boschi di castagne si ebbe nel nostro paese nel secondo dopoguerra a causa sia dell'abbandono delle campagne e delle zone montuose, sia del miglioramento delle condizioni di vita e della conseguente perdita d'interesse del prodotto come fonte di sostentamento, sia a due malattie: mal dell'inchiostro e cancro corticale, che indeboliscono la pianta fino a ucciderla.

Castagno dei Cento Cavalli
Sicilia nel territorio comunale di Sant'Alfio
(3-4000 anni).

La leggenda vuole che, in epoca medievale, una regina di nome Giovanna, vi abbia trovato rifugio da un temporale con i cento cavalieri della sua scorta e le rispettive cavalcature.



Preistoria

Gli uomini preistorici imparano presto a conoscere il castagno: mangiano le castagne, che conservano pure nelle caverne, ed utilizzano il legname, molto resistente all'acqua, per costruire le palafitte e per modellare piroghe.

Dopo la scoperta del fuoco e della cottura dei cibi, le castagne vengono mangiate anche arrostate e bollite.

Gli uomini primitivi, diventati pastori, fanno pascolare sotto i castagni i loro animali che si nutrono sia dei frutti che del fogliame verde.



Epoca Romana

Virgilio afferma nella I e nella VII Egloga delle *Bucoliche* che il castagno era presente intorno al 38 a.C. e descrive la pianta come albero da frutto comune e ben coltivato; con le foglie si facevano materassi e il frutto, *castanea*, era comune e pregiato.

Palladio (12,7,22) ci informa che similmente ai legumi, per l'elevato potere calorico le castagne erano di largo consumo nell'alimentazione degli strati più umili della popolazione, bollite o arrostiti, oppure preparate in puree e castagnacci. Venivano anche conservate per l'inverno, protette sotto la sabbia oppure messe sopra a graticci o dentro vasi

Galeno riferisce che “... sono le principali fra tutte le specie di ghiande: esse sole, tra tutte le specie di frutti selvatici, danno al corpo un nutrimento degno di memoria”.

Marco Terenzio Varrone (I sec. a.C.) nel suo manuale *De re rustica* menziona un frutto, *castanea*, venduto nei mercati frutticoli della Via Sacra a Roma e che, come l'uva, veniva offerto in dono dai giovani innamorati alle donne amate ma disprezza anche la castagna indicandolo come alimento farinaceo da plebei.

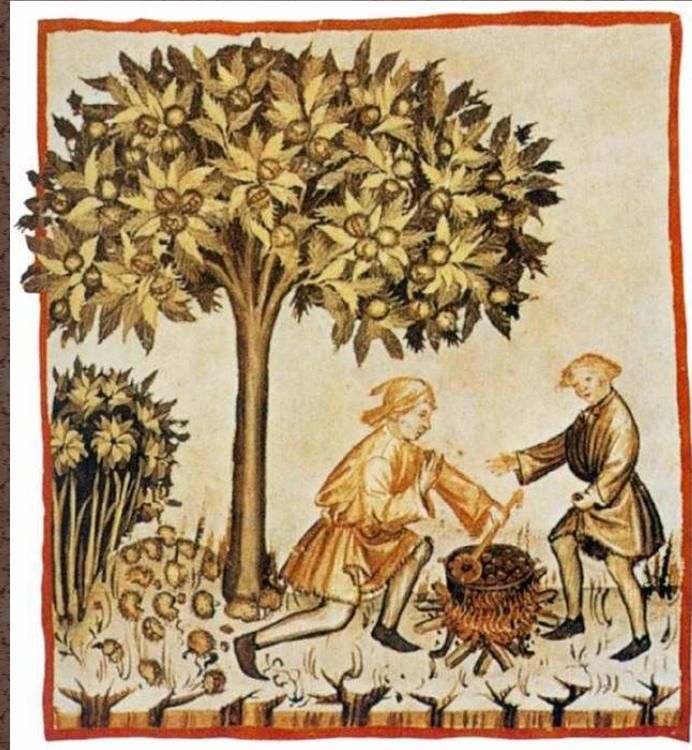
Plinio il Vecchio (23-79 d.C.) attribuisce l'origine della coltura all'Asia Minore e conferma la diffusione del frutto in Italia; considera le castagne affini alle ghiande e si chiede perché la natura abbia nascosto con tanta premura in una «cupola irta di spine» un frutto di «scarso valore» inoltre indica come fossero note ben sette varietà coltivate (15, 93/94). Si sofferma anche sull'utilizzo del frutto in ambito culinario: «...Sono più buone da mangiare se tostate; vengono anche macinate e costituiscono una sorta di surrogato del pane durante il digiuno delle donne»¹(Plinio fa riferimento ai culti femminili in onore di Cerere, in cui era proibito l'uso di cereali, sostituiti con pane di castagne). Poi distingue sei varietà pregiate di diverse zone, indicandone le qualità:

«Le tarantine sono facili da masticare e leggere da digerire e hanno forma piatta. Più tondeggiante è la cosiddetta balanitide facilissima da mondare, si stacca spontaneamente dalla buccia senza residui. Piatta è anche la salariana, mentre la tarantina è meno flessibile, la corelliana è più pregiata e così anche la tereiana, una varietà che da essa deriva con un procedimento di cui parleremo a proposito degli innesti, la cui scorsa rossastra la fa preferire alle varietà triangolari ed alle nere comuni, dette da cottura. Terra d'origine delle qualità più pregiate sono Taranto e in Campania, Napoli. Tutte le altre specie sono fatte crescere per servire da cibo ai maiali, poiché la buccia si riproduce con scrupolo anche all'interno dei frutti»

Galeno e gli altri medici dell'epoca avvertivano però che le castagne, anche se cibo di gran nutrimento, generavano ventosità, gonfiore di ventre e mal di testa.

Medioevo

Durante il Medioevo la castagna acquista maggiore importanza: la legge dei Longobardi (Editto di Rotari, 643) prescrive: “*... se qualcuno taglia un castagno, un noce, un pero o un melo, paghi 1 soldo di multa*”.



Bonvesin da la Riva, siamo nel 1288, scrive circa gli usi alimentari dei contadini lombardi “molte volte [le castagne] si masticano senza pane, o anzi, al posto del pane” e sostiene che castagne, fagioli e panico, sostituiscono il pane di frumento nella dieta di molti contadini. Così pure in uno statuto toscano del XV° sec. si legge che “... le castagne sono il pane della povera gente”.

Il medico sabauda **Pantaleone da Cofienza** (*Summa Lacticinorum*), elogia la dieta montanara costituita prevalentemente da castagne, latte e latticini, affermando che essa è in grado di offrire una nutrizione completa

Associazione Culturale Maieusis

Secondo **Pier de' Crescenzi**, il più importante agronomo italiano del medioevo, riprende opinioni espresse nei trattati di medicina e di dietetica, la castagna "... è di buono nutrimento" e "proxima granegli del pane".

Il governo lucchese nel 1483 aveva istituito dei "provisores castanearum": tre deputati dovevano controllare che le selve non fossero tagliate senza la dovuta licenza e non venisse dato loro fuoco, pena gravissime condanne e soprattutto l'obbligo di provvedere alla coltura e moltiplicazione dei castagni. Nel 1489 questo Statuto fu riformato, la Magistratura si chiamò "Offizio Sopra le Selve" e si preoccupò di impedire il disboscamento, il taglio e la distruzione dei castagneti.

Durante il Medioevo le **qualità migliori** dal punto di vista di conservazione sono: la "rosaria o rossera", la "francia", la "bonaria", la "blena", la "luyne" (qualità precoce), la "lupina", la "brevera"





Nell'edizione di Parigi del 1486, il *Cris de Paris*, espressioni di vendita d'asta volte da parte di venditori ambulanti di Parigi, vengono attribuite alle castagne provenienti dalla Lombardia il pregio di essere le migliori disponibili sui mercati della capitale francese, fatto che testimonia l'ormai affermata commercializzazione delle produzioni sovrabbondanti.

Talvolta il commercio era in mano a specialisti ad esempio ci viene riportato come a Treviso, la fruttivendola Diana, a metà del '300 stipulava contratti con i contadini dei dintorni per assicurarsi in anticipo la produzione dei loro castagneti, parte dei frutti li vendeva in città parte li dirigeva a Venezia. In periodo di carestia poteva essere vietata l'esportazione.

Bartolomeo Platina include nel suo trattato “sul piacere onesto e la buona salute” derivato per la parte gastronomica dal ricettario di Maestro Martino una *Torta ex castaneis* così concepita:” fa lessare le castagne e pestale in un mortaio, passale per lo straccio con un po’ di latte e poi aggiungi gli ingredienti indicati per la torta di farro – formaggio fresco e stagionato, pancetta di maiale o mammella di vitello cotta e pestata, spezie e zucchero e uova- Se vuoi dare un po’ di colore aggiungi zafferano”.





**La mela e
la trasformazione
della frutta.**

Katia Gianotti - Associazione Culturale Maieusis

La mela



Valori simbolici e culturali:

- **peccato originale:**

fa cadere in tentazione **Adamo ed Eva** dando origine al peccato originale.

Spesso raffigurata insieme alla Madonna con il bambino. La mela è inserita tra le mani del Bambin Gesù come se dovesse mangiarla. Infatti Gesù, mangiando quella mela, assumerà su di sé la colpa del peccato originale e si sacrificherà per salvare l'umanità secondo quanto raccontano le Sacre Scritture.

- **frutto dell'immortalità :**

Dea Idun (Iðunn) dea della mitologia nordica, possedeva mele che regalavano l'eterna salute e giovinezza agli dei dopo averle morse.

- **“pomo della discordia” :**

nel mito di Paride, che ebbe l'incarico di giudicare quale delle tre bellissime dee, Era, Atena e Afrodite fosse la più bella e che scatenò la guerra di Troia e in generale nella mitologia greca simbolo della bellezza femminile, dell'amore e della sensualità.

Ma anche:

- **Guglielmo Tell** , eroe leggendario svizzero , vissuto nel medioevo, condannato a morte, poteva aver salva la vita fosse stato in grado di centrare una mela posta sulla testa del figlioletto . Riuscì nell'impresa.
- **Isaac Newton** intuì la legge di gravitazione universale grazie ad una mela che gli cadde sulla testa mentre era sdraiato sotto un albero.
- **Biancaneve** dei fratelli Grimm
- La "**Grande Mela**" è l'appellativo con cui New York è conosciuta in tutto il mondo
- **Apple Corps**, la casa discografica fondata dai Beatles
- **Apple**, notoria azienda informatica statunitense.



Preistoria

- A sud dell'attuale Egitto: reperti fossili della specie vegetale del melo, circa 1,7 milioni di anni fa.
- Svizzera, resti fossili di *frutti di mela*, 1,6 milioni di anni fa .
- Il genere *Malus* nasce in Africa centrale (zona est, Rift Valley, a circa 800 metri di altitudine), intorno a 7 milioni di anni fa.
- Scavi di Gerico, valle del Giordano in Asia Minore , resti di albero di melo, 6500 a.C.
- Regione di Basara, coppiera tomba della regina iraniana Pu-Abi , pezzi di mela disidratata , 2500 a.C.
- In Europa meridionale (Svizzera, Italia, Austria e Svezia), si consumavano mele selvatiche sin dal Neolitico. Windmill Hill, Inghilterra, Neolitico finale, impressioni (calchi) di semi di melo su vasellame di terracotta.
- Le particolari condizioni ambientali dei depositi lacustri hanno restituito derrate alimentari tra cui mele .
Abitati palafitticoli
Neolitico: Bodman, Germania, diametro massimo delle mele carbonizzate selvatiche non eccedeva i 3 cm, Bornholm, Danimarca, dimensione compresa tra i 15 e i 21 mm. Ehrenstein, Germania, cultura palafitticola Michelsberg , semi NON carbonizzati
Età del Bronzo: Fiaavè, Trentino; Vallengio sul Mincio, Verona; Robenbausen, Lago di Pfafikkon , Svizzera ;



Epoca romana

Celebrata per la ricercatezza e prelibatezza



Ercolano, "Casa dei Cervi", "Coniglio, uva, mela, colombo"

- **Petronio** , *Satiricon*, racconto della cena di Trimalchione: l'offerta di una mela per ogni invitato era sintomatico dell'alto livello sociale del padrone di casa.
- **Ippocrate** (460 a.C.-377 a.C.) e **Galeno** (129 d.C.- 216 d.C.), raccomandarono l'assunzione di mele dolci durante i pasti per aiutare la digestione e di mele poco mature in caso di svenimenti .
- **Marco Terenzio Varrone** (I° secolo a. C.): “A proposito dei pomi che si conservano: le mele strutee (*mala struthea*), le cotogne (*cotonea*) ... credono che si conservano ottimamente poste in un luogo asciutto e fresco sulla paglia”



- **Catone** (III°-II° secolo a. C.) è il primo redattore di un elenco di varietà di meli tra i quali alcuni saranno classificati da autori successivi come varietà di meli cotogni: “Meli strutei (*mala struthea*), cotogni (*mala cotonea*), allo stesso modo altri che si piantano, meli mustei (*mustea*)”.
- **Plinio** (I° secolo d. C.): “Sono vicine a queste (le pigne, di cui ha parlato immediatamente prima) in grandezza le mele che noi chiamiamo cotogne (*cotonea*) e i Greci cidonie (*cydonia*), portate dall’isola di Creta. Esse (per il peso) fanno curvare i rami e impediscono all’albero madre di crescere. Molte sono le loro varietà: le crisomele (*chrysomele*), caratterizzate da solchi, col colore che tende all’oro; quelle che sono più bianche sono dette nostrali, di profumo eccellente; anche le napoletane (*Neapolitanae*) hanno la loro considerazione; le più piccole della medesima varietà, le strutee (*struthea*), emanano un profumo più intenso e sono tardive, le mustee (*musteae*), invece, sono precoci. Il melo cotogno poi innestato sullo struteo trasforma la sua varietà in mulviano (*mulvianum*), i cui frutti soltanto sono mangiati crudi. Tutte si tengono ora nelle stanze delle udienze e sono poste sulle statue consapevoli delle notti. Ci sono ancora delle strutee piccole selvatiche, odorosissime, che nascono nelle siepi “.



Columella (I° secolo d. C.): “...le mele cotogne (*cydònia*) che sono di tre varietà: le stutee (*strùthia*), le crisomeline (*chrysomelina*¹²) e le mustee (*mùstea*); tutte non solo sono gradevoli al gusto ma fanno bene anche alla salute”; “Molti, come fanno con le melagrane, conservano le mele cotogne (*cydonia*) in fosse o in giare. Parecchi le avvolgono in foglie di fico poi impastano creta da vasai con morchia e ne spalmano le melagrane; quando la creta è seccata le collocano su un tavolato in un luogo fresco ed asciutto. Molti le mettono in piatti nuovi e le ricoprono con gesso secco in modo che non si tocchino. Noi non abbiamo sperimentato altro metodo più sicuro di questo: si raccolgono le mele cotogne molto mature, sane, senza alcun difetto quando il cielo è sereno e la luna calante, dopo averle pulite della lanugine che c'è sul frutto si dispongono in un fiasco dall'imboccatura molto larga delicatamente e senza esercitare pressione in modo che non possano urtare fra loro. Poi quando si è raggiunto l'orlo del contenitore si bloccano mettendo di traverso ramoscelli di vimini in modo che le comprimano moderatamente e che esse non possano sollevarsi quando verrà aggiunto il liquido. A quel punto si riempie il contenitore fino alla sommità di miele quanto più possibile di qualità e liquido fino a che i frutti sono totalmente sommersi. Questa procedura non solo le conserva ma conferisce al liquido un sapore di vino cotto che senza alcuna controindicazione può essere somministrato ai febbricitanti e che si chiama miele di frutta (*melomeli*). Bisogna guardarsi dal conservare col miele mele cotogne non mature, poiché induriscono a tal punto che sono inutilizzabili. È assolutamente inutile, poi, come molti fanno ritenendo che il frutto si guasti, spaccarle con un coltello di osso e togliere i semi; anzi, la procedura che poco prima ho illustrato è sicura a tal punto che, anche se c'è il verme, cessano di guastarsi quando si versa il liquido di cui ho parlato; infatti il miele ha la proprietà di frenare la corruzione e di non consentire che essa si propaghi; non a caso conserva intatto anche un cadavere per moltissimi anni”.



La riproduzione fittile di mele e mele cotogne sono connessi alla sfera sacra di Afrodite (Venere) dea dell'amore, bellezza, fertilità come simboli della prosperità, rimandavano all'unione coniugale e alle facoltà riproduttive, aveva una destinazione funeraria e solo talvolta votiva.



Medioevo

Nella scuola medica Salernitana si insegnarono le qualità terapeutiche della mela, soprattutto riguardo la cura dei polmoni, dell'intestino e del sistema nervoso.

“Le mele silvestri sono utili per i sofferenti di indigestione e di imbarazzo di stomaco. Avvolte nella farina, incartate ed essiccate sotto la cenere giovano a chi soffre di nausea e a chi sputa sangue dai polmoni. Si danno non a digiuno, ma dopo il pasto.”
Dal codice “Historia Plantarum”, fine XIV secolo

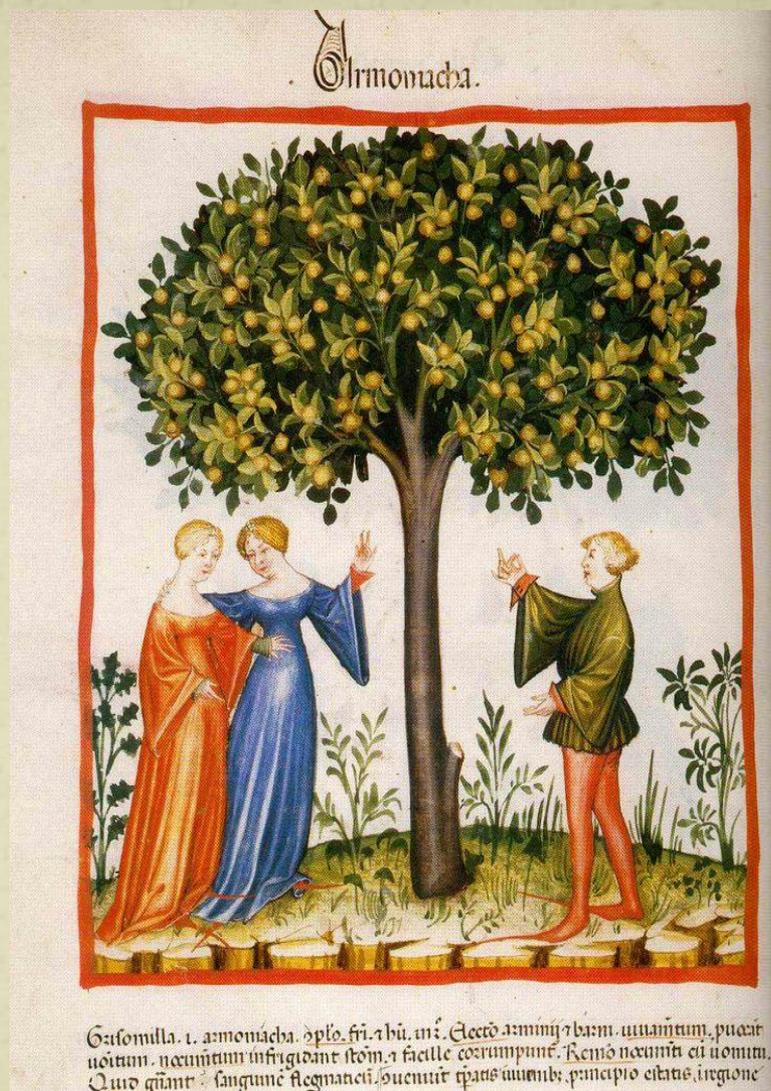


La mela cotogna

Non venivano mangiate crude, ma servivano solo per fare preparati cotti.

La cotogna era usata anche come salsa per accompagnare la carne ed apprezzata per le sue presunte qualità salutistiche: lo stomaco, appetito, cataratta. Era in uso dire, a proposito della partoriente che mangiava mele cotogne, che avrebbe dato figli di segnato ingegno.

Palladio Rutilio Tauro Emiliano (IV° secolo d. C.) sulla scia di Columella: “A febbraio si innestano i meli cotogni, meglio nel tronco che sulla corteccia ... le mele cotogne vanno raccolte mature e conservate così: o poste tra due tegole se sono spalmate da ogni parte di fango o cotte nel mosto o nel vino passito. Altri conservano le più grosse avvolte in foglie di fico. Altri le mettono semplicemente in un luogo asciutto al riparo dal vento. Altri, dopo averle divise in quattro parti ed eliminato con una canna o con un attrezzo d’avorio la parte centrale, le mettono in un vaso di creta e le coprono di miele. Altri le mettono intere nel miele e per questa conservazione conviene sceglierle sufficientemente mature. Altri le coprono di miglio o le conservano separate da paglia. Altri le mettono in piccoli vasi pieni di ottimo vino oppure per conservarle preparano una mistura di vino o di mosto cotto. Altri le chiudono nei contenitori pieni di mosto, il che rende profumato anche il vino. Altri le chiudono in una padella di creta separate l’una dall’altra e la sigillano con gesso secco”.



TRASFORMAZIONE FRUTTA



Epoca romana

Frutti a guscio duro: noci, nocciole e mandorle, venivano stipati prevalentemente nei granai o in grossi doli interrati.

L'essiccazione veniva utilizzata per conservare i frutti di più facile deperimento: mele, pere, e, soprattutto, uva, fichi e olive.

Columella (XII, 47) conservare le mele non perfettamente mature in segatura di pioppo o di abete, quelle mature in cassette di legno di faggio o di tiglio rivestite di carta (così nel testo, n. d. r.), poi sigillate e riposte al freddo e al buio

Columella (XII, 14) :In questo stesso tempo, o anche nella prime metà del mese di agosto, si scelgono le pere e le mele di sapore più dolce, mediocrement mature, si dividono in due o tre parti con una canna o con un coltello d'osso e si mettono al sole a seccare. Se c'è una grande quantità di pere e mele, durante l'inverno servono in non piccola parte per il sostentamento degli schiavi; possono stare, infatti, al posto della pietanza, come i fichi, che quando sono stati messi via secchi, aiutano la tavola dei contadini durante l'inverno

Columella(XII, 15): i fichi si devono cogliere nè troppo acerbi né passati e stendere in una posizione che riceva sole tutto il giorno. Si infiggono in terra dei pali alla distanza di quattro piedi uno dall'altro e vi si sovrappongono delle pertiche a modo di giogo. Sopra questi gioghi si mettono dei graticci di canna fatti appositamente, che distino almeno due piedi da terra, perché non debbano assorbire l'umidità che, in genere, durante la notte esala; poi vi si distendono i fichi. Da una parte e dall'altra si dispongono orizzontalmente i terra dei graticci da pastore, intrecciati di paglia o di carici o di felci, in modo che, quando il sole tramonta, si possono drizzare e, appoggiati l'uno all'altro, possono difendere i fichi dalla rugiada e qualche volta dalla pioggia (l'una e l'altra li rovinano), formando una specie di tetto a testuggine come quello delle capanne. Quando i fichi sono secchi, bisognerà riporli in vasi ben spalmati di pece, durante un pomeriggio, quando sono caldi; in questi vasi i fichi vanno pigiati con cura, ma sul fondo si prepari prima uno strato di finocchio secco in cima, quando il vaso è pieno; poi i vasi si debbono chiudere con coperchio, sigillare e riporre nel granaio, perché i fichi si conservino meglio.

Altri ancora scelgono dei fichi verdi bel grossi e polputi, li tagliano in due con una canna o con le mani, li aprono e li lasciano appassire al sole; poi, quando sono ben asciutti, durante un pomeriggio, quando per il calore del sole sono un po' rammolliti, li raccolgono e, secondo l'uso degli Africani e degli Spagnoli, li avvicinano gli uni agli altri e li comprimono per far loro assumere la figura di stelle o di fioretti, oppure li confezionano a forma di pane; poi li mettono di nuovo a seccare al sole e finalmente li ripongono in vasi.



Apicio. (I, XII, 4) scegliere accuratamente i frutti con il proprio picciolo e immergerli nel miele, facendo in modo che non si tocchino.

Molte volte il miele era sostituito dalla sapa (mosto cotto, meno oneroso)

La conservazione della frutta richiedeva anche altri accorgimenti particolari come l'utilizzo di vasi di vetro o vasi in terracotta impermeabilizzati con la pece e il successivo immagazzinamento in luoghi adatti.

I contenitori in vetro, prodotti a stampo in grandissimo numero, non conservavano gli odori, una volta lavati si potevano riutilizzare e i cocci potevano essere riciclati. I più diffusi avevano una capacità di circa un litro.



Columella : Vasi e i recipienti, poi, devono essere di terracotta o di vetro, numerosi piuttosto che grandi, e fra questi alcuni devono essere ben impeciati, altri invece solo ben puliti, secondo quello che esige il modo di conservazione dei vari prodotti. Questi vasi vanno fatti apposta con l'imboccatura ampia e della stessa larghezza fino in fondo, non con la forma delle botticelle: così, quando se ne tolgono i cibi conservati per adoperarli, quello che rimane sarà trascinato al fondo per il suo peso. Perché i cibi si conservino senza alterarsi, è condizione necessaria che non galleggino sul liquido, ma sempre ne rimangano coperti: nel ventre di una botticella questo non si può ottenere che a gran fatica per l'irregolarità della forma.

Apicio nel suo famoso ricettario, suggerisce per l'uva: cogliere dalla vite l'uva intatta; far bollire acqua piovana, finché si riduca ad un terzo; versarla in un vaso, mettervi l'uva. Far bene impeciare il vaso ed ingessarne il coperchio; collocarlo quindi in un posto fresco dove non penetri il sole. Quando si voglia prendere l'uva, la si troverà sempre fresca, e l'acqua stessa servirà come bevanda ai malati invece dell'idromele. Anche involgendoli nella farina d'orzo, i grappoli si conservano intatti.

Apicio (XII, 6): spremere dalle more il succo mescolarlo con mosto cotto e versarlo in un vaso di vetro assieme alle more. Dureranno a lungo.



Medioevo

Documenti medievali attestano il consumo di confetture, marmellate, composte e canditi da parte delle famiglie dei ceti aristocratici e dei ricchi mercanti che potevano permettersi un ingrediente costoso come lo zucchero (prima miele).



La cotognata veniva commercializzata in diversi formati: dai pezzi tagliati a cubo o a losanga e conservati dentro vasi di vetro, alle ben note scatole di legno circolari, in cui la cotognata, versata ancora calda, si rapprendeva conservando le forme decorative degli intagli praticati sul fondo.

L'Anonimo Veneziano, nel suo Libro per cuoco, prescrive, per fare una buona cotognata, di passare al setaccio le cotogne prima lessate in acqua e di esporre il passato all'aria per tre giorni. Dopo tale operazione consiglia di aggiungere tre libbre di miele per ogni libbra di passato e di mettere a cuocere il composto mescolando continuamente. Alla cotognata vanno aggiunte anche delle spezie, dice, ma queste devono essere ridotte o tolte completamente e sostituite con lo zucchero se la cotognata è destinata ad un ammalato.

Anonimo Padovano chiamava codogni confetti. Questa si preparava con gli spicchi di mele cotogne non sbucciate, privi soltanto del torsolo e delle parti legnose. Per ogni 12 libbre di passato egli consigliava di aggiungere dalle 8 alle 12 libbre di miele e di mettere il tutto sul fuoco a cuocere in una pentola stagnata. Per provare quando la cotognata è cotta consiglia di prenderne un po' sulla punta di un coltello e di lasciarla raffreddare: se, raffreddandosi, si compatterà staccandosi facilmente dal coltello, allora sarà cotta. Con questo genere di cotognata il nostro autore confeziona ravioli di cotognato vestiti, farcendo la pasta con la confettura fatta disciogliere in precedenza sul fuoco e insaporita nuovamente con spezie come la cannella, i chiodi di garofano e la melegueta.



Anonimo Lucano fatta con mele cotogne intere cotte nel forno, poi sbucciate, mondate e passate alla stamigna e infine rimesse a bollire con una uguale quantità di zucchero, un po' di acqua di rose e un grano di muschio. La tecnica della canditura conferisce al prodotto un alto grado di conservabilità, mantiene inalterato il colore, l'aroma e la forma della frutta. Sono il risultato dell'operazione di canditura della frutta, consistente nella sua prolungata e ripetuta immersione in una soluzione di zucchero resa via via sempre più satura con il riscaldamento.

I canditi, che rievocano il candore dello zucchero, deriverebbero il loro nome dall'arabo "qandi" usato per indicare il succo di canna da zucchero. Di certo la tecnica della canditura è legata alla diffusione della canna da zucchero nel bacino del Mediterraneo ad opera degli arabi.

I canditi venivano chiamati "confetti" (in Francia si usava il termine 'èpices de chambre", cioè spezie da camera) e venivano offerti all'inizio e alla fine del pasto.

Durante il Medioevo, alla pari del vino sin dall'antichità si preparavano succhi con diversi frutti e bacche, : il vino di melograno e di more e il sidro di pere e di mele.

Sidro

Fu tra i contadini che iniziò l'abitudine di far fermentare la frutta, in particolare le mele ancora verdi, oppure pere selvatiche, per ricavarne una sorta di vino aspro ma a buon mercato, da bere allungato con l'acqua.

Sidro di mele :“pomaticum”

Sidro di pere :“piratum”

Nel Medioevo si ha la più ricca fioritura di leggende sui poteri curativi del sidro. In Inghilterra la bevanda comincia a essere prescritta dai medici contro molte malattie tra cui la calvizie e la peste ma pare che molte donne la usassero per rallentare l'invecchiamento.

Associazione Culturale Maieusis

