

L'APOLLO BUONGUSTAIO

ALMANACCO GASTRONOMICO

PER L'ANNO 1981

A CURA DI MARIO DELL'ARCO

LA MULTICARTA
AUGURA UN SERENO 1981

DISEGNI DI ANNA MARIA POLIDORI

L'APOLLO BUONGUSTAIO

ALMANACCO GASTRONOMICO

PER L'ANNO 1981

A CURA DI MARIO DELL'ARCO

LA PANZANELLA

Dai penetranti del tempo
evocata
più buona che bella
ecco apparire squillando
la panzanella.

Pane raffermo acqua novella,
sale olio peperinella,
pomo dorato,
la panzanella.

Industre la mano d'Ernesta
approntava la festa.
Ed era condita
dallo stupore d'allora,
dall'attesa squisita
sul limitare intatto
della vita.

Or la fiaba è già detta.
Ci rimane
esile e scura
l'ultima fetta.

FABIO AQUILANTI

CICULATA DE NATAAL

Papà, ta preghi, damm la tua ricèta
per fà la ciculata. Da tròpp ann
mì prövi, prövi... ma, senza i campann
del Nataal de quand séri una tusèta,

ga rièsi minga. Epüür dòpri i 'ngredieent
che ta dupràvat tì: *cacao* — quèll 'maar —
zücur, fécula... ma, senza l' "altaar"
(ul camin pizz), ù mai cumbinaa nieent.

Prövi anmò: in la còguma 'l frülìn
a 'l ména, a 'l ména; la ven minga spèssa,
la ciculata. Végn chì tì, vislìn,

papà; e inségnum. Quand che sarù a Mèssa
mes'ciaruu: ciculata, 'l tò suriis,
i uraziùn. Pòdèch minütt de Paradiis.

GISELLA AZZI

CIOCCOLATA DI NATALE (dialetto comasco). Papà, ti prego, dammi la tua ricetta per fare la cioccolata. Da troppi anni io provo, provo... ma, senza le campane del Natale di quando ero una bimba, non ci riesco mica. Eppure adopero gli ingredienti che adoperavi tu: cacao — quello amaro — zucchero, fecola... ma senza l' "altare" (il camino acceso), non ho mai combinato niente. Provo ancora: nella cuccuma il frullino, rimesta, rimesta; non riesce mica densa, la cioccolata. Vieni qui tu, vicino, papà; e insegnami. Quando sarò a Messa mescolerò: cioccolata, il tuo sorriso, le preghiere. Pochi minuti di Paradiso.

LA RIVINCITA DELLA MEZZALUNA

No, non allarmatevi. Non accenno a un ipotizzato riscatto della flotta turca, dopo la sconfitta di Lepanto: parlo della mezzaluna con l'emme minuscola, umile arnese domestico.

Un pomeriggio estivo, soffocante, certo non ideale per la preparazione di una piccola cena con amici di un certo riguardo. Lo schieramento delle "forze" era completo sul tavolo di cucina: elettrodomestici piccoli e grandetti pronti a sconfiggere il caldo e la stanchezza di una cuoca — io — non del tutto inesperta ma svogliata e preoccupata.

D'un tratto, l' "Ananche", il fato. Un fragore secco e maligno e un fulmine piombò non lontano dalla casa. La voce della radio tacque; si spense la luce del piccolo acquario; immobile il frullatore in cui uova e olio stavano apprestando la maionese per il vitello tonnato; restò a mezz'aria la piccola terrina dei capperi che dovevo aggiungere alla morbida emulsione gialla per renderla più piccante. Tacque anche il frigorifero.

Rimasi interdetta. Come avrei portato a buon fine il mio ghiotto programma? Triturato finemente carne, sedano, carota e cipolla per un buon sugo ristretto? Grattugiato il parmigiano? Montata la panna fresca per le scintillanti coppe alla "belle Hélène"? Macinato il caffè delle Antille?

Ma ecco avanzare, lento, deciso, il piccolo esercito delle vecchie cose dimenticate, candida sussistenza della cucina "d'antan". Uscì da un cassetto la vecchia mezzaluna, memore d'innomerevoli battuti di pancetta, prezzemolo e poco aglio per il minestrone; i due pomelli neri, lucidi per l'uso, sembravano ancora tiepidi delle mani della mamma. La

frusta di metallo leggero (rassodatevi, uova, fino a diventare quasi bianche! Gónfiati, neve leggerissima della panna!) avanzò offrendomi il manico a rotellina da girare e girare, presto; si fece avanti la grattugia dai dentini consunti, tronfia delle lunghe battaglie sotto le mani del vecchio servo Martino, nella cucina di Fratta, e della gloria letteraria a lei riservata dalla penna di Ippolito Nievo. Il macinino del caffè aprì al sorriso la sua bocca di metallo, esalando smorenti aromi. L'unico che non si mosse dalla sua grotta oscura fu il paiolo, incrostato da mille polente.

Piombata stancamente su una sedia, mentre i lampi incendiavano ancora i vetri della finestra, osservavo il piccolo esercito generoso, venuto in soccorso di una cuoca tornata ai tempi della giovinezza. Sul l'uscio, in una pallida luminescenza il *mio* Volta e T.A. Edison mi guardavano con un enigmatico sorriso.

MARIA AZZI GRIMALDI

I FINOCCHI DELLE MONACHE

Il suono della campanella riuniva, noi collegiali, alla tavola del grande refettorio dalle volte immense. « Non di solo pane vive l'uomo » era scritto a caratteri neri su una parete. I nostri piatti erano semplici: minestra o pastasciutta, carne e patatine fritte, fagioli. Tutto dosato e le castagne contate: così calde che in quelle serate d'inverno conciliavano i nostri sonni.

Ma quello che ci attraeva di più erano i finocchi dell'orto.

A tempo giusto, non so bene se d'inverno o di primavera, correavamo sui germogli freschi che spuntavano dalla terra fertile.

Dopo una sommaria sciacquatina nella vasca piena di moscerini, diventavano il nostro cibo preferito. Bianchi, teneri e così croccanti.

Che ghiottoneria per noi ragazzette, in due o tre a fare scappatelle: ma anche quanti microbi (sprovvedute) mangiavamo!

Di quei finocchi, però, posso assicurare bontà e gusto che in séguito non ho più trovato.

Anche se oggi, accuratamente lavati, i finocchi appaiono sulla tavola apparecchiata, conditi con olio, sale e un tantino di pepe.

MARIA BLASI

BRANDY ITALIANO CINQUE INCONTRI

Il brandy italiano entra a forza di gomiti nella mia giornata. Sempre a portata di mano la bottiglia dalla marca prestigiosa (Branca, Buton, Camel e via via, in ordine alfabetico, gli altri creatori, fino, a Stock).

Non tacciatemi di beone. Mi limito a una dose giusta (così la ritengo io) e mi godo la luce d'ambra del napoléon lasciando scaturire dal cristallo, con il calore della mano, il recondito aroma.

Il primo incontro, a digiuno. Serve a liberare gli occhi dall'ultima frangia di cimmerica nebbia.

Il secondo incontro, post prandium. Il brandy italiano favorisce l'avvio alla pennichella e facilita la digestione del buongustaio vorace.

Il terzo incontro, alle cinque del pomeriggio. Il brandy italiano sostituisce la tazza di scialbo tè e allevia la stanchezza del fannullone inveterato.

Il quarto incontro conclude la cena, aiuta a ignorare la squallida Tv, spinge alla lettura del "livre de chevet".

Il quinto e ultimo incontro (la bottiglia domina il comodino) sigilla la giornata. Incoraggia il sonno, sollecita il sogno. « La vita è sogno » ha detto Calderon in sua favella. Conosceva soltanto il vino, altrimenti avrebbe aggiunto: « grazie al brandy italiano ».

CARLO BRINA

LA SBRONZA DEI QUATTRO MORI

Svaniti. Quella mattina i Quattro Mori non c'erano. Dunque la leggenda era vera. Ogni cento anni, di notte — narrano i vecchi del mio paese — i Quattro Mori si sciolgono dalla colonna e scendono dalla fontana. Si sgranchiano, fanno quattro chiacchiere e mangiano un boccone che qualcuno gli fa recapitare.

Di animo buono l'autore (Pompeo Castiglia scultore barocco): chissà quale marchingegno avrà studiato, legando i Mori alla fontana, per consentire il ripetersi nei secoli d'una simile diavoleria. I Mori, a loro volta, restano fedeli all'impegno: un'oretta di libertà e risalgono sulla fontana per altri cento anni. Eppure quella mattina non c'erano. Le loro compagne (oggi eliminate) piangevano intorno alla fontana. Gira-rigira, fruga di qua-fruga di là, alla fine furono scovati in un grottino fuori mano, ubriachi fradici. Chi a cavallo alla botte di malvasia di Candia (vino di casa, perdinci!), chi arrotoato per terra, chi appisolato sul tavolo. Da un lato i resti di una montagna di porchetta (accidenti ai sacrileghi!) quasi per intero consumata.

Alla vista dei Marinesi, di quei figuretti temibili che a Lepanto li avevano soggiogati, si scossero, si drizzarono e tornarono in piazza, muti. Un balzo e di nuovo legati alla fontana. Sbronzi com'erano — così vuole la leggenda — un paio cambiarono di posto, addirittura. Da allora i paesani misero affetto ai Quattro Mori e inventarono il "miracolo" della fontana che — una volta l'anno, d'ottobre — butta vino.

FRANCO CAMPEGIANI

UN AUTENTICO NOCILLO

Trattandosi d'una ricetta che viene da Napoli, con tutto il rispetto dovuto al classico Artusi, vi raccomando di non dire "nocino", ma "nocillo". Valore incommensurabile della parola. Qui da noi "nocino" parrebbe non aver sapore; deve essere "nocillo", non si discute.

Il nocillo è un ottimo liquore, e lo troverete in tutte le pasticcerie, in tutti i bar: ma quello autentico si fa in casa, in una determinata stagione, ch  prima o poi non si potrebbe.

Ecco: verso la fine di giugno, quando le noci sono ancora acerbe, prendetene trenta, tagliatele a spicchi e mettetele in fusione in un litro di spirito. Dopo trenta giorni mettete, in un quarto di spirito, dopo averli pestati fino a ridurli in polvere, ventidue grammi di china, cinque di cannella, una noce moscata e quindici chiodi di garofano. Aggiungete tre quarti di litro d'acqua, ove siano disciolti tre quarti di chilo di zucchero. Unire il tutto e lasciare riposare per dieci giorni; nel decimo, filtrare con un panno di tela.

Come vedete, la cosa   semplice, ma perch  tutto riesca bene bisogna che le trenta noci siano tagliate e messe nello spirito il giorno di San Giovanni, e il filtro nel panno di tela avvenga il giorno di San Domenico. Una autentica donna di casa vi dir  che il nocillo si fa da San Giovanni a San Domenico.

Non penso che San Domenico n  tanto meno San Giovanni abbiano conosciuto il nocillo. Forse, uomini sulla terra prima che santi in cielo, avrebbero potuto apprezzarlo anche loro.

LIBERA CARELLI



"MARI E MONTI"

OVVERO

GLI INVITATI DELL' "ULTIMO MOMENTO"

caro Mario dell'Arco,

questa ricetta si chiama "mari e monti" perché i suoi ingredienti vengono dal monte (cioè, dalla terra): funghi secchi, olive nere e capperi, pomodori pelati, olio, aglio, prezzemolo e peperoncino; oltre gli ingredienti che appartengono al mare: calamari, polipetti, gamberetti, seppioline, cozze e vongole.

Si mette, in un tegame capace, olio e aglio sul fuoco: quando è imbiondito, vi si gettano i pomodori pelati, freschi o di scatola. Quando la salsa è fatta, si comincia a cuocervi dentro i pesci, dai più duri (calamari, polipi) ai più leggeri (vongole cozze). A cottura quasi completa, si aggiungono i funghi e, quando anch'essi sono cotti, le olive, i capperi, una buona manciata di prezzemolo e peperoncino a piacere (si intende che i funghi, se sono freschi, vanno cotti prima a parte; se sono secchi, vanno prima ammollati). Si cuociono, poi, i maccheroni (lingue o vermicelli) e su questi, scolati "al dente", si versa tutto il contenuto del tegame.

Immagino ora il tuo meravigliato commento: « Mi prometti "mari e monti" e non mi offri altro che un piatto di maccheroni con salsa di pesce ». Hai torto: questo è un piatto di pesce con maccheroni. Perché tutti gli ingredienti suddetti, pesci e condimenti, devono essere in grande abbondanza, senza risparmio e senza avarizia, particolarmente di olio. Strettamente commisurati al numero dei convitati devono essere solo i maccheroni che sono gli invitati dell' "ultimo momento".

MATILDE CASALBORE

Ricotta al brandy. Mescolare e lavorare la ricotta con paprica, senape, pasta d'acciughe. Unire all'impasto un paio di bicchierini di brandy e qualche capperi. Ottima questa ricotta su fettine di pane nero.

I CONCHIGLIONI DELLA CONTESSA

Non è indispensabile chiamarli "conchiglioni della Contessa": possono essere lumaconi, maruzzoni, coccioloni, purché siano sempre *-oni* in quanto nella capace concavità della loro struttura devono ricevere il condimento. Neanche la contessa è indispensabile, li chiamo così perché i famosi conchiglioni li gustai in una colazione col cameriere in guanti bianchi. Eccoli qua: si lessano i conchiglioni al limite di cottura, cioè se scagliati contro un muro non devono spaccarlo ma nemmeno spiaccicarglisi addosso. Se ne ferma la cottura sotto l'acqua corrente, si pongono bene sgrondati in una zuppiera, si condiscono subito con olio perché non si attacchino fra loro, con sale e pepe bianco, con tonno sbriciolato, con capperi e tanta tantissima maionese. Si rimesta con alacrità, affinché la maionese specialmente, e anche l'altro condimento, si adagi e prosperi dolcemente nel cavo della pasta come l'embrione nel grembo materno. Si lascia in frigo la zuppiera ben protetta da carta metallizzata affinché la pasta non ingiallisca né indurisca, e al momento di servirla, il cameriere disporrà in ogni fondina una gran foglia di freschissima lattuga, vi distribuirà con rigida giustizia i conchiglioni, vi porrà al centro una grande *aigrette* di basilico altrettanto fresco, si metterà i guanti bianchi e porterà in tavola quella squisitezza sopra il carrello di portata. Pensate al trionfo dei colori pastello in un piatto solo: il pallido verde lattuga, l'avorio dei conchiglioni, il giallo pulcino della maionese, il rosa del tonno, lo squillante verde del basilico colto là per là... Un impressionista, un pittore di Posillipo si mangerebbero le mani dall'invidia.

SETTIMIA CICINNATI

LE FICORE

Nn'arrive a sceglie: dentre a sta panere
l'uorte me cià mannate le chiù belle
ficore sè, de tutte le manere:
rozze, gentile, tònne, a fiasconcelle.

Ce stanne le prisciotte e chele nere,
quasce viole; ma chele nche la pelle
d'ore, crepate e chela ucciulelle
de zuccre ngileppate, è nu piacere
a sentirtele struie e colà mmocche.
Però la pacentrane piccoline,
brune, toste, amaròteche, n' se tocche.

N' te struie gli uocchie: acchiappe ca nduvine!
Manche allu re de Spagne gli retocche
tutte stu miele, stu gran zuccre fine.

VITTORIO CLEMENTE

I FICHI (dialetto abruzzese). Non arrivo a scegliere: dentro a questa paniera l'orto mi ha mandato i più bei fichi suoi, di tutte le maniere: rozzi, gentili, tondi, a fiaschette. Ci stanno i "prisciotti" e quelli neri, quasi viola; ma quelli con la pelle d'oro, crepati e quella gocciolina di zucchero giulebbato, sono un piacere a sentirteli struggere e colare in bocca. Però il "pacentrano" piccolino, bruno, tosto, amaro-gnolo, non si tocca. Non ti struggere gli occhi: acchiappa e indovini! Nemmanco al re di Spagna gli tocca tutto questo miele, questo gran zucchero fino.

LE "TERRONATE" DELL'ANTONIA

Da quando l'Antonia ha assunto il maneggio delle caccavelle di famiglia, un soffio d'aria del sud è entrato nella nostra casa e si è adagiato sui piatti, sotto forma di *pane tuoste e pommarola*, *peperoni arrostiti*, *pizza chiena* (piena), *pizza roce* (dolce), *pizza ca 'a pommarola*, *spaghetti co' le zenzole* (pomodori con buccia e semi), *maccaroni*, *fusilli* (si arrotola la pasta su una bacchetta di ferro. I primi fusilli mi sono costati un ombrello nuovo fiammante: unico sistema per avere una bacchetta di ferro), *pizza co 'u grano* (la famosa pastiera), *'a cicciata*, che al paese dell'Antonia (Sant'Antuono, Salerno) si mangia il primo maggio e si ottiene cuocendo nell'acqua salata fagioli bolliti, fagioli bianchi di Spagna, fagioli piccoli, grano, granoturco, piselli, fave, lenticchie, ceci, con l'aggiunta di olio crudo.

Per l'esattezza, la *cicciata* non è mai apparsa sulla nostra tavola. Dopo un sapiente digiuno di un paio di settimane lo sarà presto.

Il genio creativo dell'Antonia è inesauribile, specie se si tratta di "tòrte", come dice lei con la "o" aperta come il buco di una ciambella. E non mancano i dolci tradizionali, quali *i taralli*, che ogni volta danno motivo all'Antonia di sfoggiare il vecchio proverbio: « Tutto finisce a tarallucci e vino ».

Ma ciò che ha rivoluzionato la nostra cucina è la *pommarola*. Da quando l'Antonia ha in mano lo scettro, sono sparite le scatolette di salsa di pomodoro. Verso la metà d'agosto ha luogo l'operazione *pommarola*, che ha inizio con l'acquisto di decine di cassette di pomodori baciati dal sole di San Marzano. Se non sono baciati dal sole di San Marzano, niente da fare, l'Antonia non si sporca le mani.

Volete sapere come si ottiene la *pommarola*? Ecco: Si lavano i pomodori e si passano nell'apposita macchinetta (meglio elettrica) e si eliminano così le bucce e i semi. Rimane soltanto la polpa, rossa, lucente, succosa, che si mette in pentola e si fa bollire lentamente, il tempo necessario per far scomparire la schiuma grigiastra che si forma in superficie (una mezz'ora o poco più).

Ancora calda, la polpa si introduce mediante un imbuto in bottigliette (ottime quelle della birra) e si chiudono ermeticamente con tappi metallici, usando un'apposita macchinetta. Precedentemente, nelle bottigliette si avrà avuto l'accortezza d'infilare un rametto di basilico. Poi si avvolgono le bottigliette in coperte di lana e si racchiudono in scatoloni. Dopo ventiquattro ore si tolgono dalle coperte.

Quest'ultima operazione consente alla polpa di raffreddarsi lentamente, e sembra che giovi alla conservazione.

Ricordo che mio padre, tritava a mano i pomodori e introduceva tutto in fiaschi, con una piccola percentuale di acido salicilico; vi versava l'olio, che rimaneva a galla, poi avvolgeva una carta attorno al collo del fiasco. Il risultato non era tanto soddisfacente: troppo presto apparivano tracce di muffa.

Ricordo che mia madre cuoceva la pasta fino all'inverosimile. "Pasta al dente" voleva dire "pasta cruda", e quindi dura da digerire. Nel sugo metteva pochissima salsa — soltanto quanto bastava a dare un po' di colore — perché la salsa *la brüsa ul stumich*, diceva. Anche se si trattava di pomodoro fresco.

Ebbene, due guerre mondiali non sono bastate a farci fare amicizia con un vero piatto di spaghetti. C'è voluta l'Antonia.

PIERO COLLINA

COSTIPAZIONI E IMBROGLI

Il maresciallo diceva: serve per le costipazioni, che dovevano essere una sorta di necessità corporali connesse con il mobile bar e la digestione; e le teneva a portata di mano. Non così la signora Leonardelli che teneva a pensione tre o quattro studenti pronti a fare lega con i figli; la signora, le bottiglie, le teneva sotto chiave. Forse la differenza fra i due trattamenti dipendeva dal fatto che i figli del maresciallo erano piccoli mentre gli studenti erano già grandi e sapevano distinguere tra una medicina, sia pure casalinga, e un'acquavite di contrabbando. Il mercato era ufficialmente clandestino e le mercantesse che trasportavano le bottiglie erano tutte quante belle tonde e dal passo lento e affaticato.

La spiegazione era facile: sotto al vestito portavano una gonna di tela ben pesante, piena di tasche nelle quali trovavano posto le bottiglie. Al ritorno, il passo si allungava del pari con la figura, passata attraverso una improvvisa cura dietetica. Qualche volta i finanzieri fermavano queste intraprendenti donne ed una volta ne arrestarono un paio prima ancora della dieta e, quindi, con il corpo del reato addosso.

Accadde un imprevisto: le due donne si misero a litigare e, con una abilità incredibile, riuscirono a rompere tutte le bottiglie, e alla fine, odore a parte, scomparso il corpo del reato se ne tornarono libere. Ma queste sono divagazioni che vogliono portarmi a una strana notte. Figli e studenti della signora Leonardelli erano rincasati tardi, da un ballo. Il giorno prima avevano visto passare la mercantessa e la signora chiudere a chiave le nuove bottiglie in un mobile massiccio.

Le intenzioni erano buone, ma i risultati piuttosto

calamitosi: la serratura saltò, con facilità saltò un tappo ed una bottiglia si ebbe il contenuto quasi per metà ridotto. Che fare? Tra i fumi d'una mezza sbornia, qualcuno lanciò la proposta di ricorrere all'acqua; tutt'e due incolori, nessuno avrebbe fatto caso all'imbroglio e invece, Dio sa per quali ragioni, acqua e acquavite formarono una emulsione che, il giorno dopo, appariva quasi bianca e la signora gridò prima allo scandalo e poi quasi al miracolo finché non degustò il contenuto. Per qualche settimana i colpevoli non si ebbero neppure il buongiorno. Questo accadeva perché l'acquavite non era invecchiata, altrimenti si sarebbe chiamata brandy e il trucco dell'acqua sarebbe servito a poco.

PAOLO DE FRANCESCHI

MAZZETTO DE BAXEICÒ

Piccin, fasciou in ta fèuggia do garbujo,
ciù profumòu che un mazzo de viovetta,
mazzetto verde-ceo de baxeicò,
ti ê o beniamin de l'orto de Rivea.

O têu oudò o l'é quello da Liguria
e o ne rescioá comme a tramontanetta.

Cangiate in "pesto", mazzetto, o l'é un delitto
che pure tutti i giorni o se commette,
mazzetto cao, pé un piatto de trenette.

ROSITA DEL BUONO BOERO

MAZZETTO DI BASILICO (dialetto ligure di Savona).
Piccolo, fasciato nella foglia del cavolo, più profumato di
un mazzo di violette, mazzetto verde-chiaro di basilico, sei
il beniamino dell'orto di Riviera. Il tuo profumo è quello
della Liguria e ci risolveva come una tramontanina. Cam-
biarti in "pesto", mazzetto, è un delitto che pure tutti i
giorni si commette, mazzetto caro, per un piatto di trenette.

LE FRITTELLE DI NONNA ERMINIA

La mia nonna materna le preparava così: tirava una
pasta sfoglia alla buona, lavorando circa trecentocin-
quanta grammi di farina con due tazzine di acqua
ben calda e una di olio, con un pizzico di sale. La
lasciava riposare, dopo averne formato due morbidi
panetti. A parte preparava il ripieno: tre etti di ri-
cotta, lavorata con centocinquanta grammi di zucche-
ro, aggiungeva la buccia grattugiata di tre limoni,
ammorbidiva il tutto con tre chiare d'uovo, battu-
te, ma non a neve, versava nell'impasto una mezza
bustina di cannella e una di zucchero vanigliato e,
infine, una manciata di piccoli pezzi di arancia e
cedro canditi.

Tirata la sfoglia sottile, vi poneva col cucchiaino tan-
ti mucchietti di ripieno, richiudeva come una bustina
premendo perché i lati combaciassero bene senza far
uscire la ricotta, tagliando a semicerchio con un bic-
chiere. Poi friggeva questa specie di "panzarotti dol-
ci" in molto olio, prima meno caldo, poi bollente.
Sgrullati su carta assorbente, li passava nello zuc-
chero a velo ancora caldi.

Così biondi e fragranti, così bianchi nel ripieno dolce
e morbido, con quel loro aroma sottile, mi riporta-
vano alla mente spighe di grano flessuose nella ca-
rezza del vento, farfalle candide, giunchiglie delicate
nei campi.

Ancora oggi, che il fegato non consente se non mol-
to di rado il lusso di un fritto, le frittelle di "nonna
Mina", come noi la chiamavamo, si colorano della
sua gentilezza, del suo candore, della sua bontà, nella
visione dorata della fanciullezza, che diletta fra i ri-
cordi, "perdutamente bella".

LISA DEL GIUDICE

UN INVITO A CENA

cara Anna Maria,
forse sei pentita di avermi invitato a cena. Non è facile, pensi, intuire i gusti raffinati (?) di un gastronomo della mia taglia.

« Non sono una brava cuoca » hai detto. Magari, in questo momento sei assorta a sfogliare un ricettario (Artusi? Ada Boni? Carnacina?). No, noo: niente "talismani" di culinaria felicità.

Il menù te lo suggerisco io, adeguato alle mie deficienze di stomaco e di fegato.

Antipasto: una listerella di gruyere, grossi i buchi per renderla più leggera.

Primo piatto: riso lessato al dente e trasferito alla scodella: sotto, una sfoglia di emmenthal; sopra, una pioggerellina di parmigiano.

Secondo piatto: fettina di vitellone cotta nel vino. Contorno: un pomodoro verde screziato di rosso: le due metà onorate da olio d'oliva, prezzemolo, sale.

Frutta: pere (un'ampia scelta: angelica, bergamotta, bugiarda, burrona, coscia, diaciuola, garofana, moscatella, rubina, ruggine, vernina. Grasso che cola se il tuo fruttivendolo è fornito di banali "spadone").

Il dolce no. Sopperisce, la dolcezza del tuo sguardo: sopperisce, la dolcezza d'eloquio di Mauro, tuo marito (e ha la facciatosta di chiamarlo "romanesco"). Mi raccomando, Anna Maria. Nessuno venga a sapere del suddetto menù. Altrimenti la mia fama di gastronomo agguerrito va a farsi "friggere".

Attenzione! È un menù da tenere a mente nel caso che una sera o l'altra, per essere amicamente da lontano insieme a me, accusiate un "immaginario" mal di stomaco o di fegato.

MARIO DELL'ARCO

MI PIACI...

Mi piaci 'a pasta si è bedda cunzata,
mi piaciunu 'i bracioli 'i pisci spata,
'a carni a cutuletti è bona tantu:
frijennu pari ca si senti un cantu;
c'è 'na spicialità: 'a parmiciiana,
c' 'a muzzarella, 'u sucu e 'a mulinciana;
gustusi 'i persichi e li freschi nuci,
doppu veni 'a marsala forti e duci.

Iu manciu, vivu e ancora voli 'a menti
e mi sazzia lu cori veramenti.

'U mari, 'u mari a mia mi piaci assai:
iu lu talù e nun mi stancu mai.

DELMA

MI PIACE... (dialetto siciliano). Mi piace la pasta se è bella condita, mi piacciono gli involtini di pesce spada, la carne a cotolette è buona tanto: friggendo sembra che si sente un canto; c'è una specialità: la parmigiana, con la mozzarella. il sugo e la melanzana; gustose le pesche e le fresche noci, dopo viene il marsala forte e dolce. Io mangio, bevo e ancora vuole la mente e mi sazia il cuore veramente. Il mare, il mare a me piace assai: io lo guardo e non mi stanco mai.

UN VITTO "DA CONVENTO"

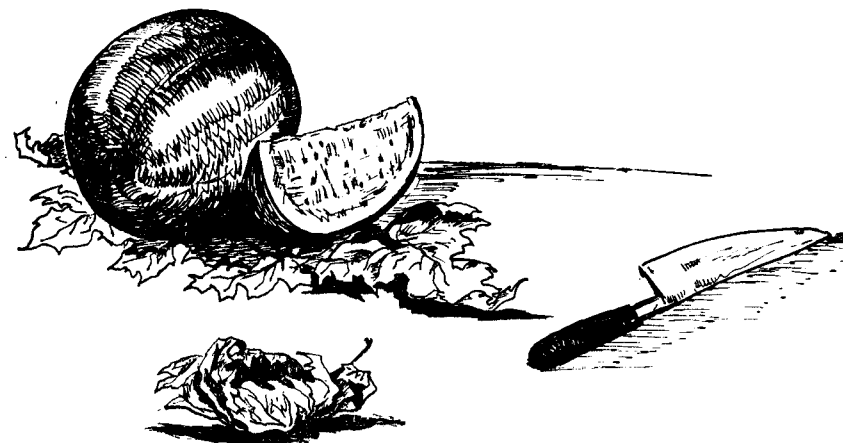
« Oggi dovreste proprio accontentarvi di "quello che passa il convento" », disse zia Delfina quando ci vide arrivare in cinque a un'ora, a dire il vero, un po' insolita per una visita e aprì le braccia in un gesto sconsolato ma del tutto eloquente. « Se solo mi aveste avvisata in tempo... », aggiunse subito dopo, ma concluse la frase con un promettente sorriso che avrebbe rassicurato anche le migliori forchette. Ne eravamo sicuri. Il disturbo, le scuse, i complimenti, furono superflui. Per noi andava benissimo un vitto "da convento". Nemmeno a farlo apposta il "convento" passava, quel giorno, la minestra "di San Vito", una purea di fave e cicoria.

Le fave, cotte per ore in un tegame di coccio, assumevano l'aspetto di una densa purea: aggiunta a una cicoria lessata e tritata grossolanamente, condita con olio — quello "speciale" — sale e pepe, lasciava sprigionare nella cucina un profumo invitante.

La tavola fu apparecchiata in un attimo: i posti un po' stretti, d'accordo, ma forse proprio per questo più carichi di intimità e calore familiare. Ci sedemmo. Dalla cucina giunse zia Delfina in grembiale, con una zuppiera fumante. La minestra di "fave e cicoria" scivolò nei nostri piatti, un mestolo alla volta. Per un attimo ci sembrò di scorgere sul volto, sempre sereno, di zia Delfina una leggera smorfia di tensione, ma non fu che un momento e all'ultimo piatto il sorriso tornò a farsi largo sul suo volto.

Iniziammo a mangiare. Tutto "in regola", come al solito. Anche questa volta il "convento" di zia Delfina era riuscito a superare la prova dell'arrivo imprevisto di altri cinque poveri frati.

CRISTINA DE NIGRIS



Faldini '80

UNA MERAVIGLIA GASTRONOMICA

La moda d'oltremare ha introdotto il consumo di bevande che oltre al gusto, discutibile, hanno poco o niente di congeniale per il nostro palato.

E che dire delle bevande alcoliche? Quasi nulla è rimasto di quella produzione domestica che confezionata nella stagione estiva veniva consumata nelle serate d'inverno, magari dopo un lungo periodo d'invecchiamento naturale, davanti alla gradevole fiamma d'un fuoco di legna.

Noi tuttavia non disperiamo e riproponiamo una di queste meraviglie gastronomiche perché qualcuno, giustamente pentito, possa tornare alle antiche tradizioni.

Per la notte di San Giovanni, detta anche delle streghe, prepara trenta noci appena raccolte dall'albero. Un taglio a croce e dividile con tutto il mallo in quattro parti; poi mettile in un recipiente di vetro da chiudere ermeticamente. A parte prepara 750 grammi di zucchero da sciogliere sul fuoco in 400 grammi d'acqua. Aggiungi alle noci 3 chiodi di garofano, 2 punte di coltello di cannella, la scorza tagliata a pezzi di un limone e un litro e mezzo di alcool puro. Infine versa sù tutto lo sciroppo raffreddato: chiudi il recipiente e agita per qualche minuto.

Esponi al sole per il tempo di tre lune, ma se l'insolazione non fosse continua prolunga di alcuni giorni. Indi passa al setaccio e filtra due volte.

Non assaggiare ma imprigiona il liquore in bottiglie di vetro scuro riponendole in luogo buio e fresco per almeno tre anni. Allora soltanto potrai sapere quale nettare è nato da questa semplice ricetta.

LUIGI DEVOTI

Risotto alla milanese. Far soffriggere 50 grammi di burro, una cipolla tagliata fine, 50 grammi di pancetta a striscio-line, qualche fungo secco rinvenuto in acqua bollente e tagliato a pezzetti, due tartufi a fettine sottili. Buttate il tutto nel riso e mescolate senza fermarvi bagnando con brodo. A metà cottura aggiungere il brandy, un pizzico di zafferano, una raschiatura di noce moscata. Condire col parmigiano.

OGNI ANNO UN VINO ROSSO

Ogni anno un vino rosso — dice —
a ritroso ritorna nelle vigne
attraverso cirrosi e allegrie
cantine canti osterie e bar.

È così che cambiano i grappoli
prendono toni grigi bianco pecora
qualche verde di troppo un paglierino
che assomiglia all'urina dei cavalli.

GIOVANNI DUCA

LA BISTECCA DEL CURATO

A Orvieto, nella via Maitani che fronteggia il Duomo, ecco l'«Antica cantina e trattoria del Rocchio». Il proprietario, Umberto Tiberi, è soprannominato "il Rocchio" come già suo padre, per la passione mangereccia di salsicce di carne di maiale.

Sembra staccato di getto da una figura etrusca. E non a caso: "il Rocchio" vive tra vasi etruschi. È restauratore di incredibile bravura e risistema con perizia i cocci, creando capolavori.

Il vino — orvieto bianco — zampilla dalle anfore decorate. I cibi sono genuini. Non vuole diavolerie moderne, "il Rocchio". In cucina, un fornello a gas, una vecchia stufa, pentole e tegami all'antica.

Qui viene offerta agli ospiti la "bistecca del Curato". Il nome si rifà alla "cura" con la quale i religiosi onorano le proprie mense.

Ingredienti: una bistecca di manzo, con o senza osso, cotta ai ferri e arricchita da una deliziosa "salsina" preparata a parte. Ecco di che cosa è fatta: prezzemolo, maggiorana, basilico, salsa di pomodoro, aglio, un po' di mostarda, pasta d'acciughe, limone, sale, pepe. Il tutto mischiato, passato, messo sott'olio.

Mentre la bistecca cuoce, ci si mette sopra la "salsina". Chi mangia ha l'impressione di gustare un pezzo di carne con incredibili sapori di bosco e di mare. Alla fine "il Rocchio" offre un bicchiere di malvasia e sorride soddisfatto. Si scivola — tra carne, orvieto bianco e malvasia — fino in fondo al leggendario "pozzo di san Patrizio", in compagnia di fauni, guerrieri e artigiani dalle dita prodigiose, come quelle di Umberto Tiberi.

FEDERICO FORMIGNANI

FORMENT GNÛF

Formet gnûf
ch'al palombe
e al nudrîs
papavars e lûs...
Dret tal soreli
forment
ch'al promet
bon odôr di pan
dopo la colme
di papavars e lûs.

MARIA FORTE

FRUMENTO NUOVO (koiné friulana). Frumento nuovo che si fa biondo e nutre papaveri e luce... Dritto nel sole frumento che promette buon odore di pane dopo la colma di papaveri e luce.

"MÒSA" A MALGA DE L'ALBI

Mòsa a malga de l'Albi
come quand'ero bocia.

Farina zalda a cascada
metà paròl de acqua
(de quela che ven zo
drita dala vedreta)
e metà lat de vaca
che à magnà erbe e fiori.
De sal grossa en pugnat.

Me sento come rinat.
Missio che no la taca
che no la ciapa da fum
del foc de legna al lum.
Po lasso che la se sòra
che la faga la tela.
Zalda come la luna
bela come na stela.
Ghe buto sora alora
buro rostì.

Adès che tut è finì
la magno cola musica
dei campanazi che sona
raspando anca le groste dal parol.
Magnar pu ben no se pol.
Slargo i brazi. Ah che bona!

RENZO FRANCESCOTTI

"MOSA" ALLA MALGA DELL'ALBI (dialetto trentino). "Mòsa" alla malga dell'Albi come quand'ero ragazzo. Farina gialla a cascata metà paiolo d'acqua (di quella che viene giù

dal nevaio) e metà latte di mucca che ha mangiato erbe e fiori. Di sale grosso un pugnello. Mi sento come rinato. Mescolo che non attacchi che non prenda sapore di fumo al lume del fuoco di legna. Poi lascio che si raffreddi che faccia la "tela". Gialla come la luna, bella come una stella le butto sopra allora burro arrostito. Adesso che tutto è finito la mangio con la musica dei campanacci che suonano raspando anche le croste del paiolo. Mangiare meglio non si può. Al largo le braccia. Ah che buona!

IL BASILICO

È primavera limpida: il balcone
comincia con i fiori a ritentare
l'aria di giugno e dolce ripropone
una piantina, pronta a profumare
i cibi della tepida stagione
che s'inoltra nel sole. Appena appare
trionfa sulle tavole in unione
col rosso pomodoro e le sue chiare
fogliuzze a cuore inebrian le farine
le salse, nelle teglie si distendono.
Generoso il basilico: quel fine
suo aroma verde le vivande prendono.
Propizie le piantine e, nel confine
dell'estate vivendo, a noi risplendono.

EMMA GIANTURCO

LI CCIAMMARICHE

Cché belli cciammariche
hòu addutte nenunne.
Addórene de spiche
de tume e d'ate frunne.

Nda l'acque mbacce a sòle
ce mènene ncampisce
a còcchie a còcchie o sòle
p'u lùteme 'ulisce.

I'acque séle e farine
li llàine de nanònne.
Farine jréne fine.
Li rruche ate nen vonne.

Ndu suche ciammariche
e munacedde, all'use,
p'lu saittine. V'u diche?
Nu piatte sfeziùse.

p.s. M'arraccumanne.
A i cciammariche
assenza panne
na cure nen fé méle:
ca nzònne accume i ffiche,
a u cule ntènne u mméle.

FRANCESCO GRANATIERO

LE LUMACHE (dialetto garganico di Mattinata). Che belle lumache ha portato il nonno. Odorano di spighe, di timo e d'altre foglie. Nell'acqua in faccia al sole escono al pascolo a coppie a coppie o sole per l'ultima voglia. Acqua sale e farina, le tagliatelle della nonna. Farina di grano duro. La ruchetta selvatica altro non vuole. Nel sugo lumache e monacelle (più pregiate dei famosissimi escargots, specie se col velo che hanno durante il periodo di letargo) a modo, col peperoncino. Ve lo dico? Un piatto sfizioso. p.s. Mi raccolgo. Alle lumache senza velo una "cura" non fa male: ché non sono come i fichi, al fondo non hanno il miele.

E ROSTÏE

Unn-a vègia in sciö Carmo
arrensennia in te un sciallo,
'na staccà de rostïe, cinquanta citti
o vinti citti. Tì e mì che parlàvimo,
parlávimo e cercavo a tò man
(«dammene unn-a: con questa ciù bruxà
te disegno i mustasci...
Comme t'è brutto!») e riéivimo de ninte,
tutto d'asbrïo, perché o tempo o l'èa poco.

E o l'èa poco davvei,
e tanta puia e tanta raggia
avéivimo chì dentro
pe quello nostro doman, che te vegniva
de abbrancàne due o trae, povee rostïe,
e strenze forte, sentì o scroscí,
destende o parmo, ammià,
e lascià caze tutto.

PLINIO GUIDONI

LE CALDARROSTE (dialetto genovese). Una vecchia presso il Carmine rannicchiata in uno scialle, una tascata di caldarroste, cinquanta centesimi o venti centesimi. Tu e io che parlavamo, parlavamo e cercavo la tua mano («dammene una: con questa più bruciata ti disegno i mustacchi... Come sei brutto!») e ridevamo di niente, tutto col cuore in gola, perché il tempo era poco. Ed era poco davvero, e tanta paura e tanta rabbia avevamo qui dentro per quel nostro domani, che ti veniva di abbrancarne due o tre, povere caldarroste, e stringere forte, sentire lo scricchiolio, stendere il palmo, guardare e lasciare cadere tutto.

LE FRAGOLE

Tra maggio e giugno quest'anno la Piazza delle Erbe è stata inondata dalle fragole. Grosse come noci, vermiglie, lucide, facevano pompa di sé sui banchi. Di dove venissero non so; non certo dai nostri boschi alpini o prealpini, ancora intirizziti da un inverno che non finiva mai; forse erano maturate nelle serre della Riviera o giungevano da Israele. Infatti si davano aria di frutti esotici, destinati a unirsi con altri in macedonie, asperse di maraschino.

Certo non avevano che un'assai vaga affinità con quelle che d'estate si trovano tra le felci e i ciclamini, sotto i pini del Cadore e del Comelico: piccine, il capo d'un rosso-granata chino tra le foglie, rivelate solo da un profumo così intenso da rendermi plausibile l'etimologia: "fragola" de "fragrante".

Solo a nominarle rivedo le fresche ombre di Valgrande, tanti anni fa, la pensioncina tranquilla dove le mucche pascolavano poco lontano dalle poltrone ed era così bello merigiare. Scodelle intere ne raccoglievamo, a cui bastava una spolveratina di zucchero per rivelarne tutta la segreta ambrosia.

Per rinnovare quella magia ne piantai nel mio povero orto cittadino e i primi anni ne raccolsi qualche manciatina. Ma un bel giorno, tra le piante montanine, altre ne spuntarono, venute da chissà dove, e i frutti s'affacciavano gonfi e baldanzosi, d'un rosso-fiamma sopra un collaretto di sepali verdi, che sembrava la gorgiera di don Rodrigo nelle illustrazioni del Gonin. Bellissime; ma non sapevano assolutamente di niente. Le nuove venute, lanciate all'arrembaggio, invasero tutta l'aiola e le fragole buone scomparvero.

CESARINA LORENZONI

UOVA CON LE VESCE

Non è una ricetta, è un consiglio che vi voglio dare. Se amate la montagna da camminatore e non da arrampicatore, da uomo di prato e bosco e non di cengia e parete, ricordate: se marciando nell'erba già un poco giallastra dei mille e più metri vedrete affiorare una piccola mezza sfera bianca leggermente appiattita e spugnosa non datele un calcio con la punta della scarpa. È una vescia, un fungo saporoso e commestibile. Saporoso purché sia sodo al tatto — al tocco, direi meglio — e commestibile purché venga cucinato e consumato appena colto. Non state dunque a riporlo per portarlo a casa o all'albergo dove siete alloggiati.

Avete messo nel sacco il fornellino ad alcool solido, la scatoletta di alluminio con una razione di burro e di formaggio e due portuova di plastica? No, non l'avete fatto? Non fa nulla. Una capanna la troverete sul vostro cammino, penso una "hütte" se siete in tedescheria, una casera se turisteggiate per le nostre Alpi o Prealpi. Entrate, non vi riserberanno il viso dell'armi. La montagna non ha fin qui insegnato ai suoi abitanti la maleducazione, la strafottenza, la villania. Vi concederanno di buona grazia il rapido uso di un angolo del focolare o della cucina a liquigas e vi presteranno anche un tegamino, magari di ferro e non di quell'acciaio inossidabile che si ossida solo a guardarlo.

Ripulite bene dalla terra la vostra vescia, anzi le vostre vesce (dove ce n'è una ce ne sono inevitabilmente delle altre) affettatele col coltellino che non mancherà nel vostro piccolo armamentario, sciogliete poco burro al fuoco, buttatevi le uova, rompetele e strapazzatele a dovere, aggiungete le vesce che su-

bito son cotte e mangiate. Assaporerete un piatto quanto mai gustoso. Il profumo del *Lycoperdon caelatum* (tale è il nome della vescia) varrà quanto quello dei porcini che sono reperibili dove crescono e ancor meno "trattabili" nei negozi cittadini.

Se poi avrete dattorno un paesaggio segantiniano, un'atmosfera quasi squillante di sole e — ma sì — una pastora con le chiome corvine e la dannunziana verga d'avellano, tanto meglio.

CESARE MAINARDI



Bistecche alla piròmane. Friggere e dorare le bistecche da ambo i lati, salare, pepare, versarvi il brandy e dare fuoco. Disporre le bistecche in un piatto caldo, aggiungere aromi e mettere su ogni bistecca una noce di burro.

LO STUFATO DELLA PAULUCCIA

Per la vendemmia si andava tutti col carrozzino tirato da Cocò alle "Tagghiàte". Era tutto come un sogno: sotto il sole dolce del Salento, nella vigna lucida di tralci, i grappoli passavano dalle mani alle ceste di giunchi; noi ragazzi, succhiando golosamente i chicchi appassiti, dolcissimi, vedevamo alzarsi sulle spalle dei contadini le ceste ricolme.

Ma il momento culminante della giornata non era ancora arrivato: a mezzogiorno, tutti accaldati, stanchi, eccitati, si andava in casa di Pauluccia, la moglie del mezzadro. Nelle stanze bianche, odorose di foglie di tabacco appese al soffitto a seccare, sedevamo a mense candide di bucato e quindi Pauluccia iniziava il rito: versava nei piatti il famoso stufato. Che era poi una minestra semplice, ma, nella memoria di quella giornata, ha acquistato un gusto particolare e indimenticabile. Una minestra di ortaggi pittoreschi e quasi magici nella varietà di colori, di forme, di sapori: melanzane brune e lucide, patate bianche, peperoni di un giallo squillante, pomodori di corallo, cipolle trasparenti: il tutto tagliato a tocchetti o listerelle, condito con olio d'oliva salentina, sale, prezzemolo e sedano tritati e, a cottura quasi ultimata, perché l'aroma rimanesse intatto e fragrante, foglie di basilico appena staccate dalla pianta.

Nella pentola di creta, al fuoco di bragia dei tronchi, ogni ortaggio si macerava e spremeva colore e sapore e assorbiva colore e sapore degli altri, sciogliendosi tutti poi in un sugo rosato e denso.

Lo stufato, giunto a giusta cottura, col suo profumo composito fumava nelle rustiche scodelle, le mani spezzavano il pane, il vino splendeva nei bicchieri.

IRENE MARIA MALECORE

SAPORE D'AMORE

Roma città d'amore
e de gastronomia.

Ciumaca mia, sapore,
odore de cucina:
capelli d'oro,
bocca corallina;
bocca de pommidoro,
capelli fittuccine.

Gusto de bacio a scrocchio
saporito d'abbacchio:
abbacchio a scottadito
s'intreccia co li baci.

Ne lo sfonno, Cupido:
macché arco, che freccia!
Stretto in mano, lo spido.

MAURO MARÈ

LE FRITTELLE DI NONNA GUENDALINA

Per acquietare noi, petulanti nipoti, nonna Guendalina non avendo la pazienza di narrare favole e storie, ci raccoglieva intorno alla "spianatora" e preparando le frittelle recitava questo sonetto:

Se fa cusì: se pija la farina,
presempio mezza libbra 'gni persona:
se mette dentro in d'una cunculina
e se maneggia una mezz'ora bona.

Er lèvito se compra la matina,
ché a fallo a casa è robba un po' birbona:
se n'agguanta una bella manciatona,
se mischia a la pastella e se smucina.

Daje e daje, si vedi come cresce!
Fa tutte bocce, fila com'er cacio
e più la sbatti e mejo t'ariesce.

Doppo se pija a tocchi e giù in padella:
ma prima de mettelli, adacio adacio
ce se fa un bucio come a una ciammella.

Di recente e per caso ho scoperto l'autore del sonetto, Augusto Lupi: ma non ho avuto l'animo di accusare nonna Guendalina di plagio. Anzi, quell'ingenuo ammannire frittelle e sonetto mi ha intenerito. Sia pure in modo discutibile intendeva certamente lasciare qualcosa che andasse oltre il labile ricordo della sua immagine. Una intenzione soddisfatta in pieno. Noialtri nipoti reputiamo oggi quei versi un medium capace di evocare lo spirito di nonna Guendalina più della saporosa ghiottoneria romanesca.

Consigliamo il nostro lettore di eseguire la ricetta per la delizia del palato e declamare insieme il sonetto per completare il "figurone". Attenzione, però, alle paternità illegittime. Il gioco è ormai troppo scoperto.

GIORGIO MORI

MANGIARE ALL'APERTO

Nella buona stagione s'era avvezzi a far merenda nell'orto. Per tavola, una vecchia macina da mulino; per tovaglia, un largo graticcio ancora fragrante di pomodori seccati al sole; per seggiole, le fascine, disposte giro giro. Le donne apparecchiavano in un batter d'occhio: qua il fiasco del vino, qui l'ampolla, lì la saliera. Al primo tocco della campana si recitava l'Angelus. Subito dopo si cominciava a mangiare. Siccome non si sguazzava negli agi, chi aveva le incombenze della cucina badava a fare economie, ricorrendo più spesso ai frutti del podere che non alla mercanzia del bottegaio. Difatti una pentolata di fagioli lessati sopra la cenere calda del forno o una insalatina di raperonzoli con mescolanza di porri e di radicchio erano, suppergiù, il companatico consueto, anche se un tocco di cacio marzolino, un pezzetto di conigliolo in umido o un tagliolo di baccalà arrostito non mancavano mai, seppure in dose così scarsa da far supporre che il contorno fosse la pietanza e la pietanza il contorno. Però il pane era copioso, il vino frizzante e l'olio, limpido e saporito. «Mangiare all'aperto» sentenziava il nonno «fa pro» e serrando i pugni e gonfiando i muscoli annusava l'aria con gusto; l'aria che sapeva di strame e di saggina. I primi pipistrelli e le ultime rondini ci facevano compagnia.

Che è che non è, uno di noi, che bazzicava la città per via degli studi, s'accorse d'un tratto che nell'orto c'era, invece, puzza di concio e di selvatico e scoprì, perfino, che l'albero di sambuco era un via vai di formiche e che i polli, mentre si mangiava, raspavano il terriccio in cerca di lombrichi. Quanto continuava da generazioni, finì all'improvviso. E non

fu tutto. Morti i vecchi, vendemmo i campi e la casa e, abbandonato il paese, ci si disperse come loppa al vento.

Nell'orto della mia fanciullezza ci ritorno ogni sera nell'ora della cena: spilluzzico i grissini e mi par di mordere l'orliccio delle schiacciate croccanti; sposto la scodella e rivedo i porosi tegami di creta; socchiudo gli occhi e i puntolini luminosi della televisione si mutano in lucciole; guardo il vaso dei fiori e quello si trasforma in orcio: l'orcio dove sbocciano le bocche-di-leone.

Intanto ho poco appetito e digerisco male. Il medico dice che la colpa è del fegato. Ma secondo me il dottore si sbaglia. Il fegato non c'entra. Di malato ci ho soltanto il cuore.

GLAUCO RINO NESI

FARFALLE D' INVERNO

Stendi una sfoglia delicata e gialla
e lasciala un pochino riposare:
poi, prendendo a modello una farfalla,
taglia la pasta e il tutto puoi lessare.

In un tegame, intanto, i funghi a galla
nel burro fuso lascia consumare
bagnandoli col brandy che ne avalla
il successo al momento di pranzare.

Prendi una teglia unta e poi, via via,
metti a strati la pasta e il parmigiano
coi funghi, la scamorza ed il prosciutto;
versa la besciamella e copri il tutto,
inforna e lascia cuocere pian piano...
E mangia intanto con la fantasia.

ADRIANA NOBILE CIVIRANI

APOLOGIA DELLA "SCARPETTA"

Dopo aver mangiato gli spaghetti, o uno stufatino, o una scaloppina, o altre pietanze "sugose", perché abbandonare sul fondo del recipiente quanto di semiliquido è impossibile afferrare con la sola forchetta? Non è "la parte del gatto", quella!

Il lasciarla è come tradire un amico: è come rimuovere l'assedio di una fortezza senza la soddisfazione della vittoria: è un sottomettersi a un atto insincero voluto da una consuetudine che non tien conto della bontà delle vivande a vantaggio dell'etichetta. Quando una stoviglia che ancora può offrire alla bocca alcuni piaceri sta per essere allontanata senza alcuna speranza dalla tavola, allora nel vero buongustaio interviene un sentimento di rabbia e nello stesso tempo un senso di importanza per l'impossibilità di sfidare la consuetudine e di fare la "scarpetta".

In quel momento egli vorrebbe essere nella propria casa, in una rustica cucina, ed afferrare un boccone di pane per compiere l'operazione sognata. Pensa al pane che, trattenuto nella stretta delle due dita, aderisce al piatto e, formando la figura della "scarpetta", dopo un agile movimento rotatorio della mano, diventa, intriso di umori, pietanza completa... Pensa, pensa soltanto. In più, c'è nell'atto anche qualcosa di ancestrale che ci riporta ai tempi in cui nulla veniva sprecato, in cui pure (e direi soprattutto) l'ultimo grato sapore che restava in bocca poteva essere ricordato a lungo con nostalgia.

Non facciamoci quindi prendere dalla vergogna e difendiamo la nostra dignità di buongustai esclamando a tutta voce: « Viva la "scarpetta", l'ultimo concentrato del sapore di una vivanda! ».

GIAN VINCENZO OMODEI ZORINI

UNA MENSA IDEALE

Questo pasto non sarà meno vero, se affidato alla fantasia; la mensa che lo imbandisce è ideale e si chiama storia, in una accezione minore che consente arbitri e licenze gastronomiche; il sito è a Roma, in quel tratto del Corso passato alla toponomastica col nome di "isola del Faccino"; il gestore è un soggetto impersonale, collettivo, con un nome lungo che senza cesure suona così: "bancoroma".

Quest'anno esso compie cent'anni.

Il tufo, i sampietrini, l'asfalto lievitano da secoli dal manto stradale del Corso: ma sotto le sue pieghe, sopravvivono anfratti e cunicoli, entro i quali un'immota preistoria ha fissato per sempre un paesaggio palustre; lungo le fenditure di queste gole sotterranee scorrono rigagnoli interrati, ancora capaci di dare ricetto e vita ad anguille saporitissime che il nostro centenario oste ci presenta come piatto forte.

Anche la batteria di cucina — noblesse oblige! — è di annata: Vulcano, che nell'affresco d'uno dei tanti saloni di questa eccezionale osteria, ha smesso di forgiare armi ubbidendo alle perentorie indicazioni della dea Venere il cui indice puntato è fin troppo eloquente, potrà ben sospendere la sua produzione ordinaria per fondere e modellare un braciere su cui le anguille guizzeranno nei loro ultimi spasmi.

Quanto alle libagioni, non c'è che da scegliere: ma se l'ebbrezza del vino introduce nel tempo dei piaceri, l'ospite attingerà alla tela di Sebastiano Conca, al centro della quale un personaggio terrestre, il cui rozzo torso risalta fra le pallide personificazioni delle allegorie (le virtù nelle vesti di Minerva, l'amor profano nelle nude grazie di Venere...), innalza un

calice a cui volentieri il visitatore accosterà le labbra.

Gli stucchi profusi qua e là tradiscono intrecci di pampini: sicché la vendemmia sarà generosa e il vino potrà stagionare, qui dove ci si misura baldanzosamente coi secoli.

Se in luogo del cannellino, l'ospite preferisce l'acqua di fonte, sappia che qui gorgoglia allegramente la fontana del Faccino: il trasloco dal gran Corso alla minore via Lata non ha offeso l'acqua virginale che da Trevi mantiene intatta la sua antica freschezza. Cornucopie barocche e festoni floreali rovesciano frutta d'ogni tipo: in gara tra loro putti degni del Serpotta vi offriranno primizie di tutte le stagioni, grazie ai favori delle divinità qui convenute la cui intercessione garantisce alla mensa delizie esotiche e nostrane.

Al termine del festino, non resta all'ospite che per correre a passo "di lumaca" la cordonata che con vortici elicoidali il romano Alessandro Specchi ha lanciato verso la sommità dell'edificio: alla fine lo attende, sospesa in quel limbo dei ricordi che con la tenacia delle cose sparite prevalgono tuttora nella memoria del visitatore, una turrata altana, che dialoga con il vicino pinnacolo dell'osservatorio dei gesuiti.

Lassù, fra cielo e terra, sulle grazie manierate degli zefiri il cui alito color pastello aveva assicurato — nel tempo dedicato al pasto — il trionfo della luce sull'oscurità e della primavera sull'inverno, prevarranno gli effluvi densi e carnali del ponentino romano cui l'ospite potrà finalmente abbandonarsi.

FRANCO ONORATI

GLI AMARETTI SONO BUONI

Le vivande, come i fiori, non solo esalano profumi, ma inviano messaggi poetici, sull'ombra di umano calore proveniente da chi ha preparato il pasto.

Per me, vedere e mangiare gli "amaretti" (un dolcetto consigliabile pure a chi accusa malattie gastriche o epatiche), significa "sentire" il calicante: un fiore che ha, rappresa nel calice, una goccia di sangue.

Gli amaretti non sono fatti per chiamare la grande "abbuffata", né per chi mastica e ingoia "acriticamente" quanto trova nel piatto. Il loro gusto è da ricercare nell'equilibrio e delicatezza dell'impasto, e nel rispetto dei problemi di linea assillanti i cultori di diete più o meno di moda.

Inoltre, in tempi di crisi, di inflazione, di svalutazione della lira, risalta l'economicità della ricetta. Nessun sacrificio della gola, dunque, e neanche della borsa. Meglio di così?

Occorrono centoventi grammi di mandorle pelate e tritate, cento grammi di zucchero, un bianco d'uovo e ciliegine candite. Si monta a neve il bianco d'uovo e vi si incorporano zucchero e mandorle. Con l'impasto si fanno delle palline e ognuna si guarnisce con una ciliegina. Le palline si mettono in una teglia imburdata, si infornano e si sfornano non appena dorate. Attenzione: non aprire il forno durante la cottura.

GAETANO PAGANO

LA MINESTRA GIALLA

Il ricordo è sbiadito nel tempo e in verità non posso garantire che la storia sia assolutamente autentica così come la racconto. Ma è certo che, da allora, non sono mai più riuscito a digerire, neppure a sopportare, la minestra gialla.

Il giovedì era dedicato ai misfatti dei cuochi, guidati dal Rosso, alto e allampanato, il quale, ad avviso comune, aspettava proprio quel giorno per fare il bucato, quanto meno per lavare nei pentoloni della minestra il cappello suo e quello di tutti gli addetti alla cucina. Questa era la diceria perché nella minestra, a parte quattro spaghetti naviganti tra due pezzacci di patate lesse, altro non c'era e nessuno riusciva a spiegare convenientemente quel colore strano, giallo, che emanava per giunta riflessi inqualificabili, naturalmente senza sapore. Se ben ricordo, e per risparmiare si intende, in quella stessa giornata si cenava con due fette di mortadella. Il bello è che quando giunsi in collegio, non soffrivo il brodo, né la pasta asciutta, deliziando con quest'ultima mio fratello che, per l'occasione, mangiava due volte. La questione durò poco, perché altrimenti avrei corso il rischio di morire di fame. Tra brodo, pasta asciutta e brodaglia rinunciai solo a quest'ultima. In verità ancora oggi non riesco a comprendere come fosse possibile far da mangiare così male.

Dei quattro anni passati in collegio questo è quanto mi torna alla mente in fatto di cucina; a parte l'istitutore che rosicchiava enormi pezzi di ossa nei giorni di brodo, e a parte i formaggini, nella merenda del pomeriggio; pane e mortadella, pane e marmellata, pane e formaggio. Deve essere stato proprio allora che mi venne la raccoltomania. La marca cam-

biava spesso e quei triangolini colorati che contras-
segnavano i singoli pezzi dei formaggini erano vera-
mente belli.

Oggi ce ne sono persino di rettangolari e di roton-
di, ma un tempo erano — almeno in collegio — so-
lo triangolari. Chissà perché! E con la fame della
gioventù erano tutti buoni.

Poi ho buttato via tutto e oggi neppure li mangio,
i formaggini. Tornerei a mangiarli soltanto in alter-
nativa alla minestra gialla.

LUIGI PAPO



AGENDINA D'UN GOLOSO IN LIGURIA

A Capodanno fricasea di pollo,
Epifania con scorzonera frita,
cardi cotti nel latte a scapicollo
ogni Martedì Grasso, una marmitta
di verde pesto in Prima di Quaresima
(festa di Pentolaccia). A San Giuseppe
frittelle con zibibbo. Presso Vésima,
sul mare, il dì di Pasqua, certe sleppe
di salame nostrale che non dico.
E il lunedì dell'Angelo, sui prati
la torta pasqualina stile antico.
All'Ascensione scampi rosolati.
La sera del Battista, sotto il fico,
le lasagne ripiene dei Crociati.

CARLO P. PESSINO

Pesce spada al brandy. Ungere d'olio il pesce e metterlo sulla griglia. Quando è cotto passarlo in un piatto di portata sul quale sia preparato un fondo di erbe aromatiche, irrorarlo col brandy e dargli fuoco.

A NESPÖA DO MANENTE

A nespöa do manente
a l'ha nespöe gïano sô e rosso òu
che dïxan mangïme,
ma i figgieu van co-i zeughi in sciù e in zù
sensa arröbâne.

Mì sò i perché de questi tradimenti:
e corbe de nespöe cheuggeite chissà dove
che a besagninn-a a mostrâva, zà là d'arvî.

Allunghî 'na man,
assazzâne unna
(i paisen ancheu no ghe fan ciù a caccia)
l'è imparâ quarcosa.

O vin o ven solo a-a staggion de l'uga.

VITO ELIO PETRUCCI

IL NESPOLO DEL CONTADINO (dialetto genovese). Il nespolo del contadino ha nespole giallo sole e rosso oro che dicono mangiami, ma i ragazzi con i loro giochi vanno su e giù senza rubarne. Io so il perché di questi tradimenti: le ceste di nespole raccolte chissà dove che la fruttivendola mostrava, già da aprile. Allungare una mano, assaggiarne una (i contadini oggi non danno più la caccia) è imparare qualcosa. Il vino viene solo alla stagione dell'uva.

IL "GÂTEAU"

*per la signora Ranieri
dirimpettaia di pianerottolo*

Gentilissima,

alle maliose lusinghe del suo "gâteau" non ho resistito neppure un attimo. Ne sono rimasta stregata. Allorquando lei, tra le viridescenti piantine di primole da poco acquistate per la fioriera del salone me ne ha offerta, tagliandola con prodigale fasto, una lunga e corposa fetta, un triangolo isoscele che racchiudeva nell'elegante geometria piena di slancio gotico la gaudiosa bellezza di un'alta opera d'arte gustatoria, ho presagito che mi sarei arresa alla tentazione, appena rientrata nei miei privati appartamenti, senza sofferti e combattuti indugi.

Il capriccio prestigioso di cinque ciliegie morbide, il languidite e sfatte in chi sa quale sortilega macerazione, sulla coltre di crema, ha folgorato e messo del tutto in disarmo le mie salvaguardie inibitorie.

Nel piatto di porcellana pinto da raffinato artefice, quel bianco raggio, materializzatosi sulla pasta friabile, ammiccava con luccichii opalescenti, nella congiura delle grazie scoperte e recondite, ma al primo assaggio si è rivelato ancora più desiderabile di quanto con visibili vezzi non manifestasse. Così infuso di dolcezze e di umori, così pieno di blandizie.

Signora, non trovo parole confacenti alla sublimità del suo capolavoro, vero portento di pastafrolla.

Leccandomi i baffi, plaudo e laudo a tanta eccelsa valentia. Accolga ancora un grazie dall'affezionata dirimpettaia di pianerottolo

ELSA RAIMONDI

ERUZIONE DELL' ORIGANO

Chi scrive si è trovato al limite della villania nel dire a una graziosa fanciulla che gli chiedeva con voce melodiosa cosa gradisse: « Quello che c'è di pronto; perché ho fretta ».

« Vorrei proporLe una nostra specialità » riprese Rita (così si chiama la ragazza), senza modificare affatto tono e leggerezza di voce, quasi non avesse avvertito la brutalità della mia indifferenza: « gli spaghetti alla scarp... ». « Benissimo, pur che faccia presto ».

Quando Rita portò quegli spaghetti al sugo (un sugo sostenuto da ventresca, pecorino e non so cos'altro), cominciò la metamorfosi mia e del paesaggio. Colpo di un profumo di origano così delizioso e intenso, che a poco a poco assunse una signoria assoluta e dal piatto passò al palato, per poi impadronirsi dell'ambiente — la grande sala del *Panoramic* di Montepagano — fino a raggiungere la finestra sulla vallata. E mi sembrò che questo profumo di origano, che stava ormai per saturarmi, si spandesse scendendo lungo la collina fino al mare, insensibile a eventuali resistenze di altri profumi. Doveva aver raggiunto e superato la nuova e bella casa del mio amico Angelo Palmieri: sulla sinistra aveva incontrato la bella villa di don Antonio Scialletti, dove aveva però trovato la triplice cinta di difesa fatta dai suoi vini: il montepulciano d'Abruzzo, il san marco bianco e il san marco rosso. Ma sulla destra il porto di Giulianova non poté fare affidamento sul pesce. Alternavo una forchettata a un'occhiata dalla finestra. Quando fui all'ultima mi accorsi che ormai l'origano era padrone di tutto il paesaggio. La fretta dell'inizio si stava trasformando in letargo.

Ebbi tuttavia la forza di chiedere quale fosse il nome di quel piatto fortunato. « Spaghetti alla scarp... ». Scarpara, scarpara, scarpara... E la mente ormai un po' confusa non seppe distinguere tra il famoso *Ciabattino* di Pasquale Celommi e Carla Fracci nello *Schiaccianoci* di Ciaikowsky. Ma ormai una distinzione era del tutto superflua. Chi volesse maggiori chiarimenti potrà chiederli direttamente al *Panoramic* di Montepagano (Teramo) e sicuramente la signorina Rita glieli darà.

DINO SATOLLI

IL CAVIALE DEI POVERI

A vederla nella vetrina dei salumieri (a Cefalù e in altri pochi paesi della Sicilia) sembra un filetto di manzo essiccato, pietrificato. È la soppresa di uovo di tonno.

Era, nei paesi di mare dove c'erano le tonnare, prima che anche la pesca diventasse d'alto mare, il caviale dei poveri: ora costa seimila lire il chilo.

Si affetta sottilmente (d'estate, quando è troppo secca, sfarina), si condisce con olio.

Tutto qui. Per meglio gustarla, un pane appena sfornato, non bianco, cotto nel forno a legna.

LEONARDO SCIASCIA

RISOTTO CON LA FOLAGA

A sentire Artemidoro di Daldi, sembra che le folaghe non meritino molto credito. Al paragrafo XVII del libro secondo del suo trattato *Dell'interpretazione dei sogni* (Rizzoli, Milano 1976), nella traduzione cinquecentesca dal greco di P. L. Modonese, l'opinione su questi uccelli suona così:

« Le foliche, i merghi, et tutti simili uccelli di mare guidano i naviganti a stremo pericolo, ma non gli sommergeno, che simili uccelli sott'acqua si ficano e non anniegano. A gli altri huomini meretrice significano, o vero huomini ingannatori, robatori e infideli, che di acqua o per acqua s'acquistano il cibo. Et tutto ciò che si perde, per tal sogno, non più si trova, perché ciò che questi uccelli pigliano, lo tranguggiano ».

Ma in otto secoli — tanto è il lasso di tempo che ci separa da Artemidoro — la specie delle folaghe potrebbe essersi evoluta in senso positivo. È stato comunque assodato che questi uccelli, se possono essere menagrami in sogno, si riscattano in pentola con un'indiscussa bontà.

Dunque, se avete sottomano una folaga, mettete da parte ogni esitazione e disponetevi a cucinarla. Bisogna anzitutto scamiciarla, cioè toglierle la pelle come si fa con i conigli, quindi la si scotta in acqua bollente. Fatela poi soffriggere in una pentola con olio, burro, cipolla, salvia, alloro e rosmarino. Togliete quindi gli odori e aggiungete un bicchiere di vino bianco secco. Quando è cotta, disossate la folaga, aggiungete nella pentola acqua calda e riso, fate cuocere mescolando e completate il risotto con formaggio parmigiano prima di servire.

DELMINA SIVIERI

I GALLI DEL BARONE

Il barone Corbò ce l'aveva coi galli che non lo facevan dormire. « Basta con questi maledetti strilloni! Bisogna reprimerli tutti » gridava.

« Non occorre, basterà somministrare il papavero » consigliava Renda che a notte, di nascosto, si levava a imbeccarglieli col pepe. E via che strillavano.

« Presto, ubriacatemi un gallo! » gridava ogni sera il barone (un gallo ubriacato col vino, il giorno dopo è più frollo).

Finalmente con l'estrogeno, a poco a poco, più educati più placidi, una calma, una pace. « La scienza! » diceva Rondò. « Ecco la nuova religione. Tutti uguali, belli, invertiti ».

Ogni tanto, è vero, qualcuno non bene converso, cantava da contralto, prediva il tempo, seppure un poco in ritardo, provava ad alzare la cresta. E le donne di casa agguantatolo per il collo, gli facevan girare la testa e lo mettevano a covare da chioccia. Frusaglia quell'autunno poté finalmente dormire pacifica. Il sole che dal mare si levava a spiarla fra le nebbie la trovava sopita, sognante. Al mattino tra i cavoli era tutto un correre di polli a prender d'assalto lo zolfo delle foglie e carpirne il sole; le belle code azzurre, le pellegrine d'oro. Avevan voglia le pollastrelle a sbeccotarli fin nei barbigli; loro sempre più pigri e più frolli, frugavan le immondizie e badavan a ingrassare. Rondò che già coi primi freddi aveva cominciato a gustarli: in brodo, in galantine, in gaggiotto, « la bontà » diceva, « una volta la bontà era virtù di pochi, abbacchi, suini; oggi, grazie alla scienza, è attributo comune non solo agli eunuchi, ma alle pollanche, alle faraone, alle dinde ».

FABIO TOMBARI

IL CUCINIERE DI TALENTO

Macché brandy italiano "nella storia, nell'arte, nella letteratura"! Il brandy italiano ha il suo momento di grazia in cucina. La bottiglia (una dozzina e passa di marche, tutte eccellenti) s'è intrufolata, forte degli arabeschi dell'etichetta, tra lardo e prosciutto, olio e aceto, cipolle e aglio, spezie varie. E domina il campo.

Il brandy italiano inguazza, insapora, nobilita qualunque ricetta. I teorici dell'intervento sono tutti di alto rango, di ingegno aguzzo, di mano sapiente. C'è di più. Noi uomini possiamo eseguire con la massima disinvoltura la serie inesauribile di ricette, tranquilli di uscirne con tutti gli onori.

A conforto dell'amabile lettore, trascriviamo tre ricette:

Antipasto. "Olive dal cuore forte". Otto fette di prosciutto da soffriggere a fuoco basso. Alzare la fiamma, versare due bicchierini di brandy italiano e mettere il prosciutto sgocciolato in un piatto di portata. Aggiungere al fondo di cottura mezzo bicchiere di vino (vino e brandy vanno d'accordo) e quattrocento grammi di pelati spezzettati. Pronto il sugo, spolverizzarlo di pepe e versarlo sulle fette di prosciutto.

Primo piatto. "Maccheroni saltati con regaglie di pollo". Rosolare le regaglie tagliate a fettoline in olio, cipolla, salvia, alloro. A metà cottura togliere salvia e alloro, versare un bicchierino di brandy italiano e alzare la fiamma. Affiochita la fiamma, aggiungere quattrocento grammi di pelati spezzettati. Unire la salsa ai maccheroni lessati al dente e irrorarli di parmigiano o pecorino.

Secondo piatto. "Filetti di trota al brandy italiano".

Infarinarli e farli rosolare in olio misto a burro e salvia. Fiammeggiare con due bicchieri di brandy italiano, lasciare evaporare, cuocere per venti minuti. Aggiungere sugo di carne qualora la salsa fosse troppo densa. A cottura quasi ultimata, ammorbidire i filetti con quaranta grammi di burro.

Gli ingredienti risultano dalla ricetta. Libero il "cuciniero" di variarli a suo talento. Il maggior gusto a tavola, osservare la faccia attonita di moglie e prole (adusi a vedervi maneggiare codici, o bisturi, o squadre e compassi), sorpresi di vedervi uscire vittoriosi dall'accozzaglia di pentole, casseruole, leccarde.

TARCISIO TURCO

L' IDEALE DER GATTO

Più che jotto, so' pigro
e vivo appennicato tutto er giorno.

Er bigné nun m'ispira
propio gnente: la crema nun m'attira;
rifiuto er diplomatico,
la meringa, er babà.

In sogno m'aritrovo
fermo, a sbatte la lingua su un budino
de cioccolata ar latte.

Una leccata ar baffo
e me svejo affamato più de prima.

CESARE VESCHI

CERCATE L'UOMO (O LA DONNA)

Mi vien da sorridere nello scorgere la fiducia che la gente ripone nelle "ricette". Tutti ne vanno in cerca, tutti le offrono; e quanti sono quelli che si angustiano, e magari, leticano, per stabilire quale sia la "vera". È certamente lodevole voler arricchire di qualche piatto nuovo la nostra mensa; ma non bisogna sbagliare strada.

Ne ho fatto cenno nella prefazione all'*Antiartusi*, il libro che ho pubblicato con Secondino Freda, edito da Pan, quando parlo degli *idola coquinae*. Come si preparano gli spaghetti all'amatriciana? Ci vuole o no il pomodoro? Occorre pancetta o guanciale? E, se pancetta, affumicata o no? Tutte questioni di lana caprina. Prima, perché ogni piatto nasce da un mondo storico determinato, assai più preciso che non il luogo di cui porta il nome, tanto che si inserisce addirittura nella nostra tradizione familiare; secondo, perché a conti fatti, quando si vanno a veder bene le cose, ci si accorge che l'artefice, protagonista del nostro pranzo, non è la ricetta, ma, ancora una volta, l'uomo (o la donna) che l'ha preparata.

Non paia irriverente ricordare a tal proposito le parole di papa Wojtyła in una sua celebre omelia di Natale, quando ricordò che l'uomo non ha nulla a che fare con il censimento (quanti sono?), perché è individualità irripetibile.

Anche in cucina accade questo. La sorte della vivanda sta nella capacità che colui (o colei) che la prepara ha di personalizzarla. Chi frequenta mense dove, nella confezione dei piatti, si succedono personaggi diversi, riconosce subito se a preparare quella che gli hanno servita, è stato uno oppure un altro.

"L'Accademia Italiana della Cucina" è così tirchia nel concedere i suoi diplomi proprio per questo. Lo stesso locale, che fino a ieri risultava mirabile, basta che cambi il cuoco, e può cadere nello squallore di un refettorio. In casa, c'è un bel divario se ha cucinato mamma o la colf! E sì, che si tratta di un po' di pastasciutta, e di quattro broccoletti strapazzati. Altra cura, però, altra attenzione, altra tempestività. Diciamo pure: altra intelligenza.

LUIGI VOLPICELLI

- 5 Fabio Aquilanti, *La panzanella*
- 6 Gisella Azzi, *Ciculatede Nataal*
- 7 Maria Azzi Grimaldi, *La rivincita della mezzaluna*
- 9 Maria Blasi, *I finocchi delle monache*
- 10 Carlo Brina, *Brandy italiano, cinque incontri*
- 11 Franco Campegiani, *La sbronza dei Quattro Mori*
- 12 Libera Carelli, *Un autentico nocino*

Disegno

Una ricetta al brandy

- 15 Matilde Casàlbore, *"Mari e monti" ovvero gli invitati dell' "ultimo momento"*
- 16 Settimia Cicinnati, *I conchiglioni della contessa*
- 17 Vittorio Clemente, *Le ficore*
- 18 Piero Collina, *Le "terronate" dell'Antonia*
- 20 Paolo De Franceschi, *Costipazioni e imbrogli*
- 22 Rosita Del Buono Boero, *Mazzetto de baxeicò*
- 23 Lisa Del Giudice, *Le frittelle di nonna Erminia*
- 24 Mario dell'Arco, *Un invito a cena*
- 25 Delma, *Mi piaci...*
- 26 Cristina De Nigris, *Un vitto "da convento"*

Disegno

Una ricetta al brandy

- 29 Luigi Devoti, *Una meraviglia gastronomica*
- 30 Giovanni Duca, *Ogni anno un vino rosso*
- 31 Federico Formignani, *La bistecca del Curato*
- 32 Maria Forte, *Forment gnùf*
- 33 Renzo Francescotti, *"Mòsa" a malga de l'Albi*
- 35 Emma Gianturco, *Il basilico*
- 36 Francesco Granatiero, *Li cciammariche*
- 37 Plinio Guidoni, *E rostie*
- 38 Cesarina Lorenzoni, *Le fragole*
- 39 Cesare Mainardi, *Uova con le vesce*

Disegno

Una ricetta al brandy

- 43 Irene Maria Malecore, *Lo stufato della Pauluccia*
- 44 Mauro Marè, *Sapore d'amore*
- 45 Giorgio Mori, *Le frittelle di nonna Guendalina*
- 46 Glauco Rino Nesi, *Mangiare all'aperto*
- 48 Adriana Nobile Civirani, *Farfalle d'inverno*
- 49 Gian Vincenzo Omodei Zorini, *Apologia della "scarpetta"*
- 50 Franco Onorati, *Una mensa ideale*
- 52 Gaetano Pagano, *Gli amaretti sono buoni*
- 53 Luigi Papo, *La minestra gialla*

Disegno

Una ricetta al brandy

- 57 Carlo P. Pessino, *Agendina d'un goloso in Liguria*
- 58 Vito Elio Petrucci, *A nespöa do manente*
- 59 Elsa Raimondi, *Il "gâteau"*
- 60 Dino Satolli, *Eruzione dell'origano*
- 62 Leonardo Sciascia, *Il caviale dei poveri*
- 63 Delmina Sivieri, *Risotto con la folaga*
- 64 Fabio Tombari, *I galli del barone*
- 65 Tarcisio Turco, *Il cuciniere di talento*
- 67 Cesare Veschi, *L'ideale der gatto*
- 68 Luigi Volpicelli, *Cercate l'uomo (o la donna)*