

l'Apollo buongustaio 1984

l'Apollo buongustaio

Almanacco gastronomico per l'anno 1984

a cura di Mario dell'Arco

l'Apollo buongustaio

Almanacco gastronomico per l'anno 1984

a cura di Mario dell'Arco

ALLA FATTORIA DI FERENTO

La gola, che è poi l'ultimo e forse anche il primo dei vizi (i vizi sono il condimento della vivanda a volte scipita della vita), ha subito e subisce varie e non piacevoli per me peripezie. A parte i medici e le loro nere affermazioni ("ne uccide più la gola che la spada") è certo che non posso più come una volta onorare a pieno il suino, bere a catinelle, tuffarmi nell'oblio del liquore. E allora? C'è evidentemente un vuoto da colmare. E mi sembra che ci siano due modi: sostituire la vista del paesaggio alla manducazione, cioè la bellezza alla bontà, e ricorrere a cibi genuini, senza eccedere s'intende.

Mi è stato possibile adottare questa ricetta da corner, da calcio d'angolo, recandomi a desinare presso una trattoria che si chiama suggestivamente "fattoria", nei pressi di Ferento, l'antica città romana e poi medievale (la Ferento etrusca sul colle di San Francesco scomparve in un rogo nel V sec. a.C. o giù di lì).

Il panorama è stupendo: la catena dei Cimini, un orizzonte spaziato, un'aria balsamica, una corona aurea (siamo a giugno) di spighe, la musica di un'acqua che scorre lì presso. E la cucina? La cucina è linda come il pensiero di Cartesio. E tutto sgorga dalle mani laboriose di una massaia industriale. Ci sono fettuccine fatte in casa, agnolotti pure fatti in casa, una carne che è a due passi, in tutti i sensi, da quella toscana. Né difetta un vino che sorte dalle cantine con una sola fascetta, quella della sincerità.

Non entriamo in altri particolari. Limitiamoci a dire che nessun dottore potrebbe sconsigliare queste ricette da "signorina Felicità". Nel contempo rendiamo omaggio al buon gusto degli etruschi che compresero come "vivere senza bellezza è un non vivere".

FABIO AQUILANTI

design, Mario dell'Arco (00045 Genzano di Roma)
stamperia Santa Lucia (00047 Marino, Roma)
autunno del 1983

"MI VU PU IN L'OST"

Quand che navi a mangià a l' ustarìa
disévi «Démm tüttcòds, via che i pulpètt!».

Éri pruva; l'è minga, no, un suspètt:
gh'è dént, mes'ciaa a la carna, purcarìa

de tütt i razz. Un dì ù cagnaa un tuchèll
de "Bulògna": rugnùsa, vègia, düra
che a mangiàla mi gh'éri fin pagüra
de crepà velenaa... e pö un sfragèll

de gnervitt che parévan (sì) biassaa
de mila bucc. Inscì... sun pü cliént.
E iéér, in l'òrt, savii cus'ù mangiàa?

Trii ööf in ciapa (gh'éra nanca vént
sut' a la tòpia umbriùsa, verdesina)
cunt òli, asée, saa (pòca) e insalatina.

GISELLA AZZI

IO NON VADO PIÙ DALL'OSTE (*dialetto comasco. Parla un operaio*).
Quando andavo a mangiare all'osteria dicevo: «Datemi tutto, all'in-
fuori delle polpette». Avevo provato: non è, no, un sospetto: c'è
dentro, mescolata alla carne, porcheria di tutte le razze. Un giorno
ho masticato un pezzetto di "Bologna" [mortadella] rognosa, vec-
chia, dura che a mangiarla avevo perfino paura di crepare avvele-
nato... e poi un'infinità di nervetti che sembravano (sì) biascicati da
mille bocche. Così, non sono più cliente. E ieri, nell'orto, sapete che
ho mangiato? Tre uova sode (non c'era nemmeno vento sotto la per-
gola ombrosa, verdechiara) con olio, aceto, sale (poco) e insalatina.

IGNOTE DELIZIE

Ve l'immaginate la nostra cucina senza il pomodoro? Dove
sareste, ghiotte circonvoluzioni di spaghetti, rigatoni paciosi,
pizze croccanti o morbide, senza questo dono dell'orto? E
poi la patata? Saporita comprimaria di secondi piatti, regale
ermellino vestito da purè, soffice pasta di pizza insaporita
da cubetti di mortadella e di fontina. È triste pensare a
queste "assenze" dai piatti dei Latini, padroni del mondo.
Un plauso al grande Volta, che introdusse in Italia la colti-
vazione del prezioso tubero, riverbero di gloria sul trionfo
della "pila".

Ancora: quando fate scendere dalla scatola o dal sacchetto
la neve dello zucchero, pensate mai al miele, unico ausilio
della massaia antica per addolcire i suoi poveri "dolci" o i
"sorbetti ante litteram" fatti con la neve del Soratte?

Certo: aglio, cipolla, ruta, il regale basilico, il ginepro, l'al-
loro, l'olio, l'aceto e chissà quante bacche e ortaggi insapo-
rivano il rito che anche noi celebriamo quotidianamente,
senza invidiare i prodigi di Apicio e le pietanze del ban-
chetto di Trimalcione; ma per secoli e secoli mancarono ai
nostri progenitori certi ingredienti utili per trasformare la
necessità della alimentazione in un piacere non soltanto del
gusto.

E non dimentichiamo che a quelle lontane mense mancavano
pure "il brun cioccolato" e "la nettarea bevanda ove ab-
bronzato / fuma e arde il legume a te d'Aleppo / giunto da
Moca" (il caffè, per intenderci) di cui si allietava la colazione
mattutina del pariniano "giovin signore". L'umanità ne
avrebbe avuto piacere e slancio, secoli e secoli dopo.

MARIA AZZI GRIMALDI

IL BONITO E LA SARDELLA

Una sola cosa nuova ho visto in questi quattro dì che mi trovo chiuso qui dentro; e questa fu un pesce di venti libbre circa, preso all'amo ieri e mangiato fritto oggi. Qui con nome spagnolo è chiamato "bonito", e il suo sapore non fa a pugnì col suo nome, che suona "mediocrementemente buono". Quell'amo al quale fu preso era poco men grosso che il mio dito mignolo, e lungo un palmo; e l'esca erano alcuni stracci attorcigliati all'amo, con due penne di pollastro acconce in modo da imitare goffamente un certo "pesce volante", di cui il bonito è molto avido. Quel pesce volante s'assomiglia alquanto all'aringa, ed ha i fianchi armati di due pinne così grandi che gli servono d'ali per alzarsi dall'acqua e volare un buon tiro di balestra lontano, per fuggire dal bonito, dalla dorada e da altri pesciacci, che sono molto ghiotti del povero pesce volante, il quale in un subito e dalla lontana par proprio un uccello e non un pesce, quando si saetta fuor dell'acqua.

E così i marinai danno una poca di somiglianza di pesce volante agli ami loro, e prendono i voraci boniti e le dorade, e se le mangiano. Molto più volentieri però mi mangerei io con voi, fratelli, una sardella salata, che non il meglio abitante dell'oceano.

GIUSEPPE BARETTI

POLENTA E "BISATO"

Quel longo bisato, ciapà t'ei canaj
sbrissava fa' bisza, dai déi de la nona
che in cor, rumegava, che anca la vita
come on bel bisato, la scapa de pressa.

Quel longo bisato da l'ocio d'arzeno
pipava pianelo t'el gran fogolaro.
E sora la tola rideva contento
on biondo tocai co' l'ocio suo ciaro.

Parsora le bronse, la tecia 'brassava
quel longo bisato a tochi tajà
co' drento la gloria del verde doraro
e scarso consiero, parché "lu" consà.

Intanto parsora del tondo panaro
la nona voltava polenta de oro,
che suolto sparìa te on batere d'ocio,
darente al bisato negà t'el so pocio.

Darente la tola, col 'legro so goto
el nono disea: «Polenta e bisato,
parsora le bronse o drento el so pocio,
xe piato da siuri, magnare da mato».

ITALIA BORTOLOSO FRACASSO

POLENTA E ANGUILLA (*dialetto veneto*). Quella lunga anguilla, pescata nei canali, scivolava come una biscia dalle dita della nonna che in cuore pensava che anche la vita come un'anguilla fugge di fretta. L'anguilla dall'occhio d'argento sobbolliva pianino nel grande focolare. E sopra la tavola rideva contento un biondo tocai con l'occhio suo chiaro. Sopra le braci la teglia abbracciava quella lunga anguilla a pezzi tagliata con dentro la gloria del verde alloro e poco condimento, perché già ricca per sé. Intanto sopra del rotondo tagliere la nonna voltava polenta d'oro, che subito spariva in un batter d'occhio, vicino all'anguilla nel suo sugo annegata. Vicino la tavola, con l'allegro suo gotto, il nonno diceva: «Polenta e anguilla, sopra le braci o dentro il suo sugo, è piatto da ricchi, mangiare da matti».

COREGONE, BOTTATRICE E CAVIALE BIELLESE

Dai banchi del pescivendolo in piazza sono spariti i mucchi di *strasciasach*, i cobiti, pesciolini delle nostre risaie richiesti per la frittura; sottili, lunghi un dito, con le loro macchiette in fila sembravano *littorine* in miniatura. La *truta vègia*, trota autoctona marmorata senza macchie rosse, è estinta, sopraffatta da quelle allevate ed immesse, al suo confronto insipide: la fario puntinata di rosso, l'iridea (arcobaleno), la *lacustris*. Tuttavia da noi l'amatore del pesce fine d'acqua dolce — sino a che non prevarranno i fetidi motori scorreggianti — ha la risorsa del lago di Viverone, turchese incastonato tra l'oro di ginestra della Serra e lo smeraldo delle colline, tra Biellese e Canavese. Trascuriamo i filetti di persico reale, il luccio, la tinca, il pesce gatto, il fritto di alborelle — tutti troppo noti, e soffermiamoci invece sul coregone e la bottatrice, poco conosciuti altrove. Non c'è speranza di pescarli con la lenza: quello non abbocca, questa è troppo rara. Ma puoi trovarli, con la gamma dei pesci indigeni, da una vestale ittica, ad Anzasco di Piverone, celebrante in un antro annesso ad una cappella, nel boschetto presso la riva; la chiesina è dedicata alla Madonna che appare, sopra il portone, tra i pescatori in un affresco naïf. Lì vive la Carolina, sbarcata da Mont'Isola anni ed anni fa, concessionaria dei diritti di pesca al coregone ed armatrice della barca che vi si dedica: da mane a sera vende e netta la sua merce guizzante ed argentata, credo con l'unica eccezione della mattina dell'8 settembre quando, per la sagra del tempio votivo, sguscia dalla tana ed appare con l'abito buono (nero) sorridente sul sagrato. Da lei, disponibile ad iniziarti ai segreti, ho imparato a non buttare le uova di pesce; ma avevo già conosciuto persino chi metteva nella frittata le *ran-e boèche* (uova di rana!), una sorta di caviale nostrano, buonissime impanate e fritte (ma non quelle del barbo, né del luccio, se in frega).

Il coregone, altrove detto lavarello, ha una carne a grana bianca brillante, e più soda di quella della trota; è ottimo — a filetti, od intero — passato nel latte, infarinato e fritto nell'olio (con o senza burro); io lo preferisco bollito, per meglio assaporarne l'aroma delicato. Avviluppalo in un pezzo di tela, cuòcilo in acqua con sale ed aceto, sedani, cipolle e carote tagliate, qualche grano di pepe bianco ed alcune fettine di scorza di limone; cotto, lo lasci raffreddare nel suo brodo. Condiscilo con solo olio fino (ci vorrebbe quello, rarissimo, di Lessona; o del lago d'Iseo).

La *botariss*, bottatrice, che credo si trovi in Italia soltanto in alcuni laghi del Nord, ha un aspetto mostruoso, con quel tentacolo alla narice ed il barbiglio mentale; ma arrosto è squisita. Sventrata, la riempi di formaggio grattugiato e di un trito d'aglio e prezzemolo, e la cuoci al forno, una mezzoretta, con olio, burro ed un po' di vino bianco secco: perfetto è l'erbaluce, che riflette e l'oro e la vena di smeraldo. Riempine il *goblòt*, e bevi perché trionfi la vela, alla salute dell'*ània salvèja* (germano reale) e della *gilardin-a* (voltolino). E della Carolina.

GUSTAVO BURATTI

UN FILONE DI PANE

A Parigi, due anni or sono. Avevamo notato più volte una strana forma di pane: più che nelle trattorie, fra le mani della gente che usciva a comprarlo verso sera e spesso lo portava in mano così, nemmeno incartato; come dire? Non pagnotta, che suggerisce una particolare forma, piuttosto tozza, in genere tonda o con tendenza all'ovale; si trattava d'una forma simile a quella dei filoncini che a Roma chiamano fruste: un filoncino — nel caso diremo meglio un filone — snello e lungo, assai più lungo delle fruste romane. In una trattoria di Chartres, ammassati in una cesta alta e rotonda paragonabile a un portaombrelli, avevamo visto dei filoni lunghi parecchio più di un metro. Ebbene quel pomeriggio, a Montmartre, vedemmo una di quelle cose da nulla che per molti passano inosservate e per taluni diventano grandi nello spirito come segni e simboli.

Due creature giovani, uomo e donna, camminavano a braccetto, svelti, chiacchierando e ridendo allegri; ognuno dei due, nella mano libera, portava mezzo filone di pane: evidentemente avevano comperato un filone intero e se l'eran diviso fra loro; ognuno impugnava la sua metà e la reggeva con spavalda fierezza, come una bacchetta di comando o come un'asta di bandiera. Parevano padroni del mondo e potevano per cena non aver che quel pane: ma con quel pane la loro giovinezza, la loro letizia, forse — chi sa? — il loro amore; e lei era bianca e lui negro. Ripenso una *Pregghiera per il pane* scritta da uno di quei poeti che talvolta, pure in versi mediocri, dicono una cosa buona. Il poeta chiudeva la sua *Pregghiera* con l'auspicio di un'alba certa:

l'alba certa in cui, Signore,
chiuse le porte della guerra,
gli uomini di tutta la terra
avranno pane e amore.

LIBERA CARELLI

Ave, color vini clari:

ave, sapor sine pari.

Inizio di antico inno goliardico

Ave, colore del limpido vino:

ave, sapore senza uguale.

CECI D'ORO DI NATALE

La mia nonna, la vigilia di Natale, sedeva dinanzi al tagliere e svelta e leggera allungava tante e tante listerelle di pasta frolla che poi tagliava in tocchettini grandi come ceci, attondandoli col palmo della mano. Li tuffava in una padella di olio fumante ritirandoli subito e adagiandoli sulla carta assorbente. Intanto, in un paiolo di rame era pronto, sciolto fino al bollore, il miele vergine in cui si immergevano i ceci di pasta frolla; rigirati continuamente si univano in una massa compatta, che si versava poi in un vassoio, intorno al bordo, dando così al dolce la forma d'un grande anello. Infine si condividevano con un pizzico di cannella e succo di limone.

La "cicerchiata" era pronta, deliziosa a vedersi così dorata e fragrante. La tradizione voleva che si innalzasse verso il cielo nevoso il vassoio dei ceci d'oro formulando un augurio (augurio di un raccolto abbondante di messi? trepida speranza di una vera nuziale? bramosia di aurei marenghi?). Non sempre la neve appariva di Natale e l'anno in cui toccò a me compiere il gesto rituale ero una bimbetta gaia e felice: la bora che tutta la notte aveva soffiato cessò d'un tratto e la neve cominciò a cadere. Allora mi spinsero alla finestra col vassoio dei ceci tra le mani, e innalzandolo verso la danza dei fiocchi non formulai gli auguri che mi suggerivano, ma aprii la bocca in una tenera e festosa risata.

Quando riassaporo i ceci d'oro, mi ritorna vivida l'immagine di quel giorno, di quella neve, dell'atmosfera incantata della mia infanzia. Ma dov'è mai il suono di quella mia spensierata risata?

ANNA CENTORE

IL FUOCO FA IL CUOCO

Eugenio Migliorina, dopo aver lavorato all'estero nei grandi alberghi, aveva comprato coi suoi risparmi il piccolo e decrepito «Ristorante Teatro»; ma l'arte sua non era frutto di quelle scuole accademiche dei Ritz e dei Carlton, dove la cucina è più che altro confezione di bei piatti e prontezza di servizio. Era cuoco di nascita, paesano ma di gusto sottile e di occhio infallibile nello scegliere la carne e il pesce, nell'adeguare i condimenti, nel comporre il pranzo.

Per noi, sette o otto clienti affezionati, riserbava i suoi capolavori: per noi s'attaccava ai fornelli ore e ore fino a consumarsi, come si consumò. Ma tanta dedizione gli fu ricambiata in affetto e stima. Se egli fece di noi un gruppo di raffinati mangiatori per avere un suo pubblico, noi facemmo di lui un artista contento e soddisfatto.

Quando aveva preparato una delle sue cene famose, e noi eravamo ormai di fronte alle bottiglie, compariva sulla soglia con le mani aperte sul grembiule bianco e sorrideva sornione, come il ruffiano che ha fornito la buona femmina. Non aveva bisogno di complimenti: nei piatti vuoti che erano tornati in cucina gli era stato facile leggere il nostro pensiero.

Una sola volta riuscii a togliergli non una ricetta o un consiglio, ma una massima, che credo fondamentale nell'arte culinaria: «il fuoco fa il cuoco», cioè tutto dipende dalla cottura, che deve essere rapida o lenta a seconda dei casi, regolata da un istinto che è di pochi e che «fa» il vero cuoco.

PIERO CHIARA

Apollo "buongustaio"?... Lo dice Mario dell'Arco nel felice titolo del suo almanacco, ma — detto fra noi — il povero Apollo, il povero Giove, la polposa Giunone buongustai proprio non potevano essere, condannati com'erano a nutrirsi di nettare e ambrosia mattina e sera per l'eternità, roba da dare i numeri ed ecco spiegato il motivo delle scappatelle di tutte le divinità dirette come razzi... non ai talami dei mortali, ma piuttosto a taverne e tavernelle del nostro pianeta per rifarsi la bocca.

Venere certamente si precipitava a Lutetia Parisiorum — alias Parigi — per pasteggiare ad ostriche e champagne. Non basta: povero Polifemo, vero Frankenstein della mitologia, tirato su a latte e formaggio, neanche un bicchiere di lambrusco, due penne all'arrabbiata, solo qualche ossuto forestiero di passaggio tanto per cambiare il solito spezzatino di capra!

E ancora: i miseri Romani non conoscevano — orrore! — né il pomodoro, né la patata, né il riso, né il burro (quello che chiamavano "unto di vacca" era forse la panna), né lo zucchero, né il tacchino, né il cacao, né il limone, né le nespole, né il caffè, né le spezie, né il tabacco... tante cose buone che dobbiamo a Marco Polo, a Cristoforo Colombo. Dice, ma la pizza fu nota persino ad Enea, se la profezia gli disse «per fame divorerete le *mense*» e la mensa o *pista* (schiacciata) era una specie di piadina, acqua, farina, sale e olio, cotta azzima sulla pietra rovente, macché pizza! Fàtela voi, la vera *pizza cu 'a pummarola ncoppa*, pasta lievitata, mozzarella a dadini, olio a fontanella, una svolata di formaggio, sale e pepe, ciuffi di basilico verde bandiera e forno d'inferno, finché comparirà un po' di bruciatuccio agli orli del magico cerchio, e sapori e odori saranno una sola squisitezza alla salute di Apollo e altra povera gente!

SETTIMIA CICINNATI

Questo è Solimano, spumante naturale di Pantelleria: isola dell'isola Sicilia, e del continente afrospanico. Eccezionalmente equilibrato, ha più gusto di uno champagne; è meglio fragrante; fa digerire. Bevilo freddo, molto fresco almeno, in qualsiasi momento — lascia che ondeggi nel palato — ma soprattutto, con una piccola invenzione di pescespada.

Fettine sottili (rosee, lievi) che avvolgi una ad una attorno a una ghiaia di pane grattugiato e gamberetti, piccoli spicchi di caciocavallo fresco — smollicato con le dita — e basilico, briciole di prosciutto crudo e di uovo sodo. Abbi fiducia. Colori d'olio la teglia e vi posi una foglia d'alloro (quello dei poeti, come il cascavallo dev'essere dei poeti di Godràno), un'ostia di cipolla marroncina sulla foglia d'alloro; su ciascuno di questi letti riposano — e si addormentano — quegli involtini: in forno dolce e lento; un velo d'olio li riluce appena.

Copri, di modo che le pagnottelle rimangano umide; cuocendo, siano odorose e argente. Apri il forno: perché devi farle tiepide; il profumo t'invade. Col cucchiaino le stacchi dal lettuccio, le poni ad una ad una in un piatto di terraglia. Svaniscono fra le labbra, in un mistero di cui Solimano svela alcune luci e dilunga i più delicati sapori.

ANTONINO CREMONA

GASTRONOMIA

Odore schietto in casa
di minestra al basilico,
non mia:
arrosto che si sposa
a un rustico sentore di patate,
confusione di piatti e di posate
al pian di sotto:
chiacchiericcio di bimbi, eco felice
d'una famiglia giovane,
non mia.

Asettica e lucente
la cucina riposa,
e la tavola è scura e silenziosa.
(Una posata non è rumorosa,
un solo piatto non fa acciottolío).

Godo — di frodo —
della gioia e del bene
non mio.

LIANA CROCI CALZA

"DIE RÖSTI EINE BEKANNTTE SCHWEIZER SPEZIALITÄT"

Conosciuto in un ristorante di Zurigo, è questo un noto piatto svizzero a forma di tortino che offre banali patate fritte con originale gradevole sapore.

Per quattro persone occorrono: un chilogrammo di patate, una tazza d'olio, sale e pepe.

Sbucciate le patate e tagliatele in sottili strisce di non più di tre millimetri di spessore (o usate, all'uopo, l'apposito marchingegno); scaldate l'olio in una padella piuttosto pesante e cospargetelo di sale fino; aggiungete poi le patate, pressandole contro il fondo e spolveratene la superficie con sale fino e pepe (è consigliabile, anche se non ortodosso, lasciar cadere qualche fiocco di burro). Mettete un coperchio e frigate per dieci minuti a fuoco medio. Indi, capovolgete la padella, rovesciate il "Rösti" sul coperchio e lasciatelo scivolare nella padella stessa.

Servite in un piatto come contorno o, se volete, scusso.

ENRICO COMOLLI

FRITTATA RAPITA

«Io sono il più grande cuoco abruzzese» proclamava con la massima convinzione Gabriele D'Annunzio. Una sua ricetta, *Frittata rapita*, vale la pena di trascriverla (benché non sia facile realizzarla) e per la eleganza della prosa e per il finale surrealistico che riscatta con la sua estrosità il peso delle trentadue uova, necessarie alla preparazione.

Lasciamo la parola a Gabriele: «La grande arte si para nel rivoltare la frittata al momento giusto, per dare uguale cottura e doratura all'una e all'altra banda. Annottava, i nostri mezzi di illuminazione erano scarsi, incerti. Allora uscii con la padella dalla cucina, all'aria aperta. Adunai la sapienza esatta e il misurato vigore delle mie braccia e delle mani che reggevano il manico. Detti il colpo, il primo colpo, attentissimo a lanciare in alto e ricevere nella padella la frittata riversa. La frittata non ricadde. Guardai e riguardai intorno: nessuna traccia. Aguzzai il naso: neanche l'ombra dell'odore. Nel volgere gli occhi al cielo, scorsi nel bagliore del novilunio la tunica bianca e l'ala d'argento d'un angelo. Mi feci di gelo. L'angelo nel passaggio aveva colto la frittata in aria e l'aveva rapita. La recava evidentemente ai Beati, offerta di perfezione terrestre».

ALDO CREL

"FUNZI"

Spinaieu, dentaieu, dieta, de pin,
boeuo, abbaia, mazzengo, gallinetta,
anvriecù, pisciacan, rossua o combetta,
tignosa, lumasson e sementin,
gabaen, prugneu, praeleu e berbexin,
peivie, ferrando, lengua de castagno:
che seggian grammi, boin o meno boin,
no son da mette abbrettio in-to cavagno.

Dàn cô e profumo a-o bosco pe-ti ascì:
(ghe n'è ben ben de tanto maduchaè
che i arrancan e i sciaccan sotta i pè).
No te pan da mangià? Lascili lì.

FRANCO CUSMANO

FUNGHI (*dialetto genovese*). "Spinaieu" (spinarello), dentaio, manina, pinaio, ovulo, mugnaio, "mazzengo" (maggiolino), galletto, porcino, "pisciaccane", colombina, mazza di tamburo, amanita, sementino, "gabeu" (famigliette), prugnolo, prataio, «berbezin», peperone, ferrigno (*boletus satanas*), lingua di castagno: siano essi velenosi, buoni o meno buoni, non sono da mettersi a caso nel cesto. Danno colore e profumo al bosco anche per te (ci sono dei mascazzoni che li svellono e li acciaccano sotto i piedi). Non ti sembrano da mangiare? Lasciali lì.

INSALATA TEDESCA APPETITOSA INVERNALE

In una terrina, a una mezza aringa tagliata a pezzetti si mescolano un po' di cipollina tritata, due piccoli peperoni rossi e uno verde sott'aceto, tagliati a dadini, due mele crude dalla polpa acidula, sempre a pezzetti, due o tre uova sode, minutamente spezzate. Al tutto si aggiunge una maionese alquanto scorrevole, su cui spiccherà qualche capperone e qua e là ancora un magico tocco di peperone sott'aceto, rosso e verde per decorare, con qualche oliva bianca.

Prima di saggiare quest'insalata, chiamata "tedesca", sentendone elencare gli ingredienti, arricciai il naso, con una punta di scetticismo. I Tedeschi ci superano in diversi campi, ma non direi in quello culinario.

Eppure, quella cipolla (poca poca) sposata alla nordica aringa (poca anch'essa), quella mela acidula e bianca unita al rosso e al verde peperone meridionale, le ridenti uova sode solari, la maionese dal ricordo di Port Mahon e di Richelieu, le olive e i capperi mediterranei, il tutto fuso per la gioia dei commensali, posso assicurarvi che riesce ad affiancare allo stesso desco, deliziosamente, nord e sud dell'Europa, auspicio di un fraterno convito di popoli.

ELISA DEL GIUDICE

APOLOGIA DEL MARSALA

Un "mare magnum" di vini italiani. Scorre e frizza e spumeggia inesauribile dalle Alpi al Lilibeo; ma inutile cercare il marsala nelle onde di malvagia, moscadello, trebbiano, greco, còrso, razzese, asprino, mangiaguerra: i *Vini d'Italia giudicati da Paolo III e dal suo bottigliere Sante Lancerio*. Non era ancora nato.

L'elogio del marsala balza nitido dalla prosa dei letterati. «Limpidezza di rubino» dice uno, «allegro, simpatico, pieno e sgusciante». E un altro: «Un calore segreto, una segreta intesa tra il bicchiere e le labbra». E un altro: «In bocca prende subito spazio, la solletica, la compiace, la lascia appagata».

L'immagine del nettare "made in Sicilia", denso di colore, di aflore, di sapore evoca i filari dei vigneti imbibiti di salsedine, i vitigni di *grillo*, di *catarratto*, di *insolia*, pavesati di verde e chiazziati dall'amatista dei grappoli.

"Licore animallegatore" il marsala: al mattino stempera la dolcezza dello zabaione, al dessert vince la concorrenza di porto e sherry, al pomeriggio umilia lo scialbo tè, la sera assume il ruolo di "vin de chevet" e ci consegna bendati alla cimmeria nebbia.

Sia *Vergine* (un gusto generoso, caldo, morbido) sia *SOM* (*Superior Old Marsala*: abboccato e un vizzo di caramello), sia *Fine* (amarognolo e un pomposo colore cardinalizio), il marsala l'abbiamo trascurato troppo. Oltremodo pentiti, lo vezzeggiamo, lo centelliniamo, lo esaltiamo, per attrarre l'attenzione dell'ignaro, del dimentico, del distratto.

Un barbaglio di porpora nel bicchiere, in trasparenza la Trinacria coronata di zagara, il capo Boeo (l'antico Lilibeo) incrostato di salsedine e mettiamoci pure la buriana di camicie rosse dei Mille di Garibaldi.

MARIO DELL'ARCO

"PIACI ASSAI"

'A carni a cutulette caura caura
mentri si frii attornu attornu ciàura
pitanza antica è 'na spicialità
sempri gustata è propiu rarità;
e pi cuntornu 'na bedda 'nzalata
ccu picc'acitu e poi beni salata
ogghiu finu e arristora 'stu manciari
e piaci assai... quannu si sapi fari.

DELMA

PIACE ASSAI (*dialetto siciliano*). La carne a cotolette calda calda, mentre si frigge attorno attorno odora; pietanza antica è una specialità, sempre gustata è proprio rarità; e per contorno una bella insalata con poco aceto e poi ben salata, olio fino e ristora questo mangiare e piace assai... quando si sa fare.

Dum manducatis vultus hilares habe sal cultello capi quid edendum sit ne pet non depositum capi rixas, murmur fugi membra recte sede mappam mundam tene ne scalpatis, cave nullis partem tribu morsus non rejici modicum sed crebro bib grates Christo refer	}	atis
--	---	------

Piccolo galateo conviviale del Medio Evo

*Durante il pasto
il tuo volto sia ilare,
piglia il sale con il coltello,
non chiedere il menù,
non mangiare gli avanzi degli altri,
evita chiacchiere e litigi,
siedi compostamente,
non macchiare la tovaglia,
bada a non tagliarti,
non dare agli altri i tuoi avanzi,
non sputare il boccone masticato,
bevi poco e spesso,
rendi grazie al Signore.*

"LE VIRTÙ"

Alla vigilia di Pasqua fervono i lavori per riordinare la casa. Dagli angoli delle credenze e della madia saltano fuori, dimenticate, cotenne di lardo e di guanciale, residui di fagioli lenticchie ceci fave; dal fondo dei barattoli emergono miscele di pasta corta e di pasta lunga spezzettata. Perché buttarli via? Povertà e carestia sono ancora vive nel ricordo.

In Abruzzo, per il primo maggio, è tradizione preparare coi suddetti residui "le virtù": un minestrone molto gustoso, che per il nome impostogli vuole esaltare la parsimonia, qualità precipua della massaia abruzzese.

Sotto il caldaio di rame appeso al camino guizza la fiamma. Versate fagioli lenticchie ceci e fave ammollati per qualche giorno nell'acqua, le cotenne di lardo e di guanciale insieme a maggiorana e mentuccia, sale e pepe. Aggiungete poi bietole indivia spinaci piselli freschi e quanto altro l'orto consente di raccogliere.

A parte fate rosolare in una padella cipolla, aglio, prezzemolo, pomodori e lardo tagliati a pezzi. Travasate il tutto nello stesso recipiente mescolando di tanto in tanto. Infine buttate giù i residui di pasta.

A cottura raggiunta, attendete qualche tempo prima di riempire le scodelle dove giacciono fette di pane raffermo. Cospargete con pecorino dolce grattugiato. Spillate dalla botte un boccale di montepulciano d'Abruzzo e... buon pro vi faccia.

LUIGI DEVOTI

"LA SICCIA 'NGRAVITATA"

La notti è capoccia di siccia
e lu sulì si tu, ccu 'sta ricetta.

Metti a parti 'ssu nìuru,
tagghia li vranchi a stiddi e ti li 'mpasti
ccu puddusinu, agghiu, ogghiu e sali,
muddica di lu pani e picurinu.

Quannu 'sta siccia è sazia, 'ngravitata,
mettila ni la braci e binidicila
ccu 'na pinna d'ariganu bagnatu
ccu sugu di lumia, ogghiu e sali.

Fallu a sugu 'ssu nìuru di siccia,
giummu fascista falli li spaghetti,
ccu 'ssa capoccia e vinu fai carriera:
cantarai anchi tu *Faccetta nera*.

SALVATORE DI PIETRO

LA SEPPIA INGRAVIDATA (*dialetto siciliano*). La notte è capoccia di seppia e il sole sei tu, con questa ricetta. Metti a parte quel nero, taglia quei tentacoli e impastali con prezzemolo, aglio, olio e sale, pane grattugiato e pecorino. Quando la seppia è sazia, ingravidata, mettila sulla brace e benedicila con rametto d'origano bagnato con succo di limone, olio e sale. Quel nero di seppia fallo al sugo, fiocco fascista falli gli spaghetti, con quella capoccia e vino farai carriera: canterai anche tu *Faccetta nera*.

UN PROFUMO DI MENTA E DI BASILICO

Il ricordo di un volto conosciuto
addio di un corpo e stanca primavera
una sera fu dunque (egli cercava)
una ragazza nuda o lenta pena.

Vieni, disse, è tanto che ti chiamo
lungo i sentieri delle passeggiate.
Dove una luna nelle notti amare
ha un profumo di menta e di basilico.

GIOVANNI DUCA

"UL BÜSECHÏN DE LA VIGILIA"

Bisugna dach una büida legéra a un chilu de büsèca de manz
e a mèzz chilu de fujöö (per séés o sètt persunn).

Sculà e tajà tütt a tuchèj.

A paart, mètt in d'una pignata mèzz'etu de bütéér, quatar
cügíaa de òli d'ulíva e un chilu de scigull già preparaa prima
a fetínn. Quand i scigull inn sügaa-sü e s'inn un puu indu-
raa, ta ga mètat insèma la büsèca e ul fujöö e ta rügat-sü
per almen cinch minütt.

Un bicéér de vin bianch sècch, saa, pévar, séés ciòòt de
garòfan, un puu de nuus muscada, séés fòj d'erbasavia
tridada ga darann a la nòstra büsèca un bun sauur.

Quand tütt è impastaa ben ben, mètt dént acqua calda a
piasè, cinch dadi e un cügíaa de salza de tùmatis.

Insèma a la büsèca ta sa saréé faa dà dal macelaar, un oss
de genöcc. Ben, gh'è riva a ul mument de mètal déntar a
cöös anca lüü. Una buna büsèca la deef büil almen tre uur.
Quand che l'è prunta, la sa mètt in di tazinn cunt una
furmagiada de parmigiano e in quèla brudusa crustitt de
pan nustran.

LUCIANA GALIMBERTI BERETTA

LA TRIPPA DELLA VIGILIA (*dialetto comasco*). *Büida*, bollita; *büseca*, trippa; *bütéér*, burro; *ciòòt*, chiodi; *cügíaa*, cucchiaino; *fujöö*, parte della trippa; *genöcc*, ginocchio; *nuus*, noce; *rügat-sü*, rimesti; *scigull*, cipolle; *sügaa-sü*, asciugati; *tuchèj*, pezzetti; *tùmatis*, pomodoro.

LA "TIELLA"

È una gustosissima pietanza abruzzese e prende il nome dalla "tiella" (teglia) a bordi piuttosto alti, in cui viene preparata e cotta.

Si tagliano, a fette sottili, cipolle, patate, zucchine, peperoni, melanzane e pomodori. Si versa olio d'oliva nella teglia, e i vari ortaggi si dispongono a strati sovrapposti, ciascuno condito così: sulle cipolle, un filo d'olio, sale e pepe; sulle patate, dadini di prosciutto e parmigiano (o pecorino) grattugiato; sui peperoni, sulle melanzane e sui pomodori, una spolverata di pangrattato, più origano o prezzemolo, e olive snocciolate. Sempre, su ogni strato, un filo d'olio, sale e pepe. Ultimo strato, i pomodori. Qualora non si voglia esagerare con la quantità d'olio, aggiungervi acqua. Si cuoce al forno, a calore moderato.

Se il condimento risultasse abbondante, l'indomani servirà a condire gli spaghetti, e anch'essi saranno ottimi, al pari della "tiella"-madre.

ELISABETTA GASBARRINI TINOZZI

IL PANE

La spiga d'oro sul leggero stelo
ha vissuto la sua ansia solare
ora si dona tutta nel suo velo
di farina sottile a diventare

quel biondo pane che promette il cielo.
Sui conviti festosi sa brillare
come segno di gioia, sull'anelo
povero desco è pronto a consolare

ogni fame. Nell'alba annunzia il giorno
col profumo del grano, in mille forme
risplende, giusto premio al quotidiano

lavoro e simbolo di pace. Intanto
effonde grazia ed ogni pena addorme,
Ostia divina sul dolore umano.

EMMA GIANTURCO

"PAN DA MEJ"

Farina gialda,
farina da carlòn,
ona brancada
da fior da panigada,
on grizzinén da zuccar,
minga tropp
e duu somenz da praa
d'on'erba fada a ombrella,
'na lagrima da lacc,
'na messedada
cont on cuggiaa d'amor
e poeu
dent in dal forno.

Ta solta foeu 'n micchén
senza pretes,
ma cont on goeust d'estaa,
cont i savor d'on temp,
con quij profoeumm
che gh'ha anmo indoss
la poera gent...

FRANCESCO GOTTARDI

PANE SAMBUCATO (*dialetto brianzolo*). Farina gialla, farina di granturco, una manciata di fiori di sambuco, un pizzico di zucchero, non troppo e due semi di prato di un'erba fatta a ombrello, una lacrima di latte, una mischiata con un cucchiaino d'amore e poi dentro nel forno. Ne esce una pagnotta senza pretese, ma con un gusto di estate, con i sapori di un tempo, con quei profumi che ha ancora addosso la povera gente.

"LI RRECCHIETELLE"

Canigghie e tutte, la farine.
De iréne fine, u irussenídde.
Li rrecchietelle, fatte a méne,
senza curtídde.

Iè cussucquà mangé da pépe:
strascenéte, cime de répe,
lice p'u sséle, úgghie nustréle,
p'lu puzzutídde.

FRANCESCO GRANATIERO

LE ORECCHIETTE (*dialetto pugliese di Mattinata*). Con tutta la crusca, la farina. Di grano duro, il "grossicello" [semola integrale]. Le orecchiette, fatte a mano, senza coltello. È questo qua un mangiar da papa: "strascinati" [orecchiette più grandi], cime di rape, alici salate, olio [d'oliva] nostrano e peperoncino.

"QUELLO TOCCO"

Cão Mario, quest'istöia da ricetta
a m'ha faeto o çervello abbarlugâ;
bezeugna che te a digghe scçetta e netta:
'sta votta no g'ho ninte da contâ.

Dixéiva Boine e l'Angiolin Barî
che a poesia, quella vëa, a ven de raeo,
senza comandi. Mì avanso de patî:
staggo chî queto fin che faiä ciaeo.

Ma intanto che pisaggio, dä cuxinn-a
un profumin de tocco o s'é levòu
ch'o m'adescia 'na famme malandrinn-a.

Comme rexiste? A l'é 'na tentazion.
Cöro de là a intinzighe un morscello.
Te ne parliö pe-a proscima edizion.

PLINIO GUIDONI

QUEL SUGHETTO (*dialetto genovese*). Caro Mario, questa storia della ricetta m'ha fatto intronare il cervello; bisogna che te la dica schietta e netta: questa volta non ho niente da raccontare. Dicevano Boine e l'Angiolino Barile che la poesia, quella vera, viene di rado, senza comando. Io evito di patire: sto qui quieto fin che farà chiaro. Ma mentre sonnecchio, dalla cucina un profumino di sugo si è levato, che mi sveglia una fame malandrina. Come resistere? È una tentazione. Corro di là a intingerci un bocconcello. Te ne parlerò per la prossima edizione.

Parce mero, coenato parum: non sit tibi vanum surgere
post epulas: somnum fuge meridianum.

Scuola salernitana

*Parco sia il bere, frugale il cibo: non ti sia grave lasciar la
tavola: post prandium, fuggi la pennichella.*

LA "SMEIASSA"

Si tratta di una torta che sarebbe andata molto a genio a Bertoldo, il quale, come ricorderete, «morì tra aspri duoli / per non poter mangiar rape e fagioli», giunto com'era alla corte di re Alboino. Ma siccome ora tocca tornare al rustico e "fa fino" servire minestra con le cotiche, vi passo questa ricetta, che ha per me il merito di rievocare l'infanzia. Fàtene voi quel che vi pare.

Mescolate tre etti di farina gialla di mais e due di farina bianca con acqua e sale quanto bastano e cuocete una polenta per una mezz'ora abbondante. Versatela poi in una terrina e incorporatevi un etto e mezzo di melassa, mezzo etto di strutto, una mela tagliata a pezzettini, uvetta e pinoli a vostro piacere e un bicchierino di anice o, se lo preferite, di rum. Passate tutto nella tortiera unta e spolverizzata di farina gialla e mettete in forno.

Mi si dice che la farina di mais dovrebbe essere sostituita da quella di miglio e l'osservazione mi convince, dato che "miglio", in veneto, si dice "méio" e quindi il nome corrisponderebbe.

CESARINA LORENZONI

COLAZIONE SULL'ERBA

Eravamo Graziano, Roberto ed io ad arrancare sul sentiero che da Silvaplana — nei Grigioni — conduce alla meravigliosa vista del Bernina. Le ben note capacità turistiche della Confederazione Elvetica non erano riuscite — quell'estate — a mitigare la potenza dei raggi solari nemmeno a quota 2000 e più. Privi di allenamento, avevamo scioccamente affrontato una salita che è senza difficoltà, ma è anche senza remissione per gambe e polmoni che hanno lasciato il giorno innanzi l'afosa pianura. Graziano, il più sfiatato dei tre, era abilissimo nel trovare, uno dopo l'altro, pretesti per fermarsi: un capriolo che curiosa da un cespuglio, una fiorita di rododendri alpestri, due scoiattoli che si rincorrono balzando da un ramo all'altro di un abete. Ma quando nel sottobosco scoprii un fitto tappeto di mirtilli punteggiato di piccole bacche nerastre e, assaggiatene qualcuna, esclamò: sentite che delizia! né io né Roberto ebbimo cuore di rimproverarlo e di ripetergli per la decima volta che in montagna non ci si ferma ad ogni passo.

Fu così che facemmo man bassa dei minuscoli frutti, invero squisiti col loro sapore dolce-acidulo. Li raccogliemmo in qualche modo, servendoci del poco che avevamo: scatolette di alluminio, fazzoletti, sacchetti e tovagliolini di carta. Il gustoso bottino fu il pretesto irresistibile per una sosta prolungata. Andavano mangiati — i mirtilli — prima che perdessero la freschezza, prima che si spiaccicassero sporcando tutto ciò che toccavano. Una radura erbosa ci consentì di sistemarci a mezzo sole e di abboffarci delle solite "provisions de voyage" che universalmente vengono propinate ai turisti che vanno in gita e soprattutto delle magiche bacche nerastre, piovute come manna sulla nostra stanchezza.

Fu a questo punto che apparve una magnifica donna, giovane e soda, sinteticamente vestita di shorts, reggiseno e scarponi con calze rimboccate. Rimanemmo a bocca aperta

e, mossi non direi da sola carità cristiana, l'invitammo a partecipare al nostro pasto. Accettò e senza cerimonie si mise a mangiare e a parlare a ruota libera. Era una inglese. Graziano fece da interprete e l'ospite inattesa ci allietò tutti con la sua spigliatezza e la sua avvenenza. Poi di botto si alzò, ringraziò, salutò con non so più quanti "good-bye" e riprese la discesa. E noi, faticosamente, riprendemmo la salita.

Quando, con la lingua fuori, fummo giunti alla mèta pensammo che senza volerlo avevamo quasi ricomposto il celebre quadro di Manet, *Déjeuner sur l'herbe*. Roberto osò aggiungere che se l'avessimo chiesto avremmo potuto — chissà — eliminare il quasi. Quando si dice le occasioni perdute!

CESARE MAINARDI

STALLO DEL BIONDO CRISTALLO

Si sentono canti in cantina
mentre il vino decanta nella tina.
Si svina. Vana la botte si svena.
Rivolta il sole notturno nei bicchieri
intride la terra avida
all'aride gole arride.
Il vino gorgoglia
le linfe discioglie di giovani fauni e ninfe.
Ciascuno s'ingrilla
di vino ingrillanda il boccale
s'intralcia
si finge nel vino regale
la foja che alligna.
Ciascuno s'infogna
chi scopre una voglia di prugna
sulla poppa che bugna la prora
chi ingroppa il bugnato di poppa.
Ciascuno sollevi la coppa!
Libiamo libidini di ali di labbra
labili come acqua di luna
labirintiche come i sentieri
delle menti e dei sentimenti.
Eroi semidei avvezzi a nettare il nettare
rubino il caldo rubino
dalla sublime ampolla dei tramonti tremanti.
Si canti!
I poeti e gli amanti che sanno
le gioie cruenta, i quieti furori
versare nei liquidi ori
infliggano ai mondi uno stallo:
lo stallo del biondo cristallo.

MAURO MARÈ

I "TRIONFINI"

Nei tempi aulici dell'Impero Romano al vittorioso condottiero, autorità e cittadini riservano l'onore del trionfo. Nei secoli successivi il trionfo è ridotto a... "trionfino" e si tributa alla puerpera — massime se *primarola* — per onorarne la sublimazione da donna a madre. In dono né consolati, né schiavi, ma solo cibarie offerte dentro un canestrello formato Arco di Costantino: il "trionfino".

L'annuncio del lieto evento mobilita un esercito di sorelle, di zie, di amiche: altare la "spianatora" e la farina di grano sposa l'acqua (Marcia, Vergine, Felice); dal connubio nasce l'impasto che scivola sulla grattugia per trasformarsi in *frascarelli*, oppure si distende, sotto la pressione del matterello, a sfoglia, per affidarsi a una mano veloce e fantasiosa che ne trae *maltagliati*, *fettuccine*, *sagne* (più strette, spesse e lunghe delle lasagne).

Questo ben di Dio — deposto ad arte nel trionfino in compagnia di uova color rosa o celeste (secondo il sesso del neonato), di ciambelle e di una immancabile immagine della Madonna del Parto, sorretto da due bimbette in tulle bianco percorre le vie del rione sino alla casa dell'evento.

Nell'accezione popolare l'impasto d'acqua e farina aumenta la capacità "produttiva" delle ghiandole mammarie: ma il latte materno, oltreché alimento, è anche sorgente d'amore, e il dono del trionfino vuole essere appunto augurio di abbondanza materiale e spirituale.

Ancora oggi, in alcuni paesi del Lazio è costume preparare *frascarelli*, *sagne*, *maltagliati* per le giovani mamme, con una variante: sono esclusi, dall'assaggio i novelli padri. Il motivo? L'impasto, per i maschi, ha poteri afrodisiaci e... un trionfino ogni nove mesi, oggi come oggi, sarebbe un po' troppo.

GIORGIO MORI

ELEGANTE BALLATA DI POSATE

Al tocco in punto
nell'accogliente sala
il pranzo è pronto.
Vicino alla finestra
c'è un monsignore
con la rossa fascia:
il segno della croce
e una preghiera detta sottovoce.
Sulla sinistra
con altri addottorati commensali,
un intellettuale
filosofeggia sopra *Il Capitale*,
gustando bocconcini
d'arista di maiale.
Nei bicchieri smaglianti,
rosso vino del Chianti.
Al prelado domanda il cameriere:
«Eccellenza, gradisce altro contorno?».
«Sì, sì, patate al forno e per dessert
doppia porzione di Saint Honoré».
Elegante ballata di posate,
bisbigliato concerto di parole
uscite di soppiatto
dalle gole occupate.
Entra un frate.
Ha il saio scolorito,
i sandali slabbrati,
il cordiglio annerito...
Da tutti racimola l'offerta
(più che la carità muove la fretta
di mandarlo via).
Così sia.

GLAUCO RINO NESI

UNA TORTA CHIAMATA "SALOMÈ"

Tra i dolci abruzzesi la "torta Salomè" occupa giustamente un posto d'onore (per la verità, ha un nome più banale: "pizza a sette strati"). Io stessa, con la mia fervida fantasia di adolescente, la chiamai così, il giorno in cui festeggiavamo le nozze d'oro dei nonni. Per dare maggiore solennità all'avvenimento decidemmo di offrire agli ospiti la pizza famosa e chiamammo Giovanni, un esperto in fatto di dolci.

La preparazione fu lunga e affascinante: sette dischi tagliati da un enorme pandispagna, cosparsi d'un liquido aromatizzato con anisetta Meletti e ricoperti via via da sette veli di creme dai colori e gusti diversi: rossa alla gelatina di ciliegie, bruna al cacao, bianca alla ricotta e vaniglia, rosea alla panna e alchermes, gialla all'uovo, oro antico allo zabaione, marrone al burro e caffè.

Coperto l'ultimo disco da un manto di glassa smeraldina, ci accorgemmo di aver dimenticato non solo le guarnizioni di zucchero, ma anche le cinquanta candeline. L'ora del ricevimento era prossima; una grande agitazione si impossessò di noi. La grande torta, guardata prima con amore, ci apparve d'un tratto nuda e spettrale.

Giovanni non perse la testa. Nel più vicino negozio trovò bastoncini di liquirizia e tagliati in pezzi simularono le candeline; bocciuoli di rose rosse colti in giardino simularono le fiammelle e anziché calore sprigionavano profumo; al centro fiorirono tre grandi rose nella cornice dei confetti d'oro.

Una torta superba. Al suo ingresso nel salone fu salutata da battimani e da gridolini di gioia. Fu allora che io la presentai come "torta Salomè": omaggio alla bella dai sette veli.

Ancora la rivedo sotto gli sguardi avidi degli invitati e nel ricordo le accomuno il bravo Giovanni, che non *perse la testa* come accadde al Santo suo omonimo.

ADRIANA NOBILE CIVIRANI

SONETTO ALL'OCA

Dice la storia: nell'antica Roma
l'ocche godean di qualche privilegio
poiché le loro ave in Campidoglio
de l'immortal città salvar l'orgoglio.

Ma non è ver che l'Urbe sempre doma:
oggi di per un vero sortilegio
è Mortara dell'oca capitale
col suo salame che non ha l'uguale.

Starnazza gaia l'oca lomellina,
vågola sciocca tra le brume antiche:
di tanto in tanto, poi, depone l'ova.

Diventerà salame, poverina:
salame sì, ma sol per bocche amiche,
"che 'ntender non lo può chi non lo prova".

GIAN VINCENZO OMODEI ZORINI

DA QUEI NAPPI MI GUARDI IDDIO!

(ai margini del centenario Wagneriano)

Dei e semidei; eroi e walkirie; ondine e draghi; giganti e nani: di tal fatta è la composita genia che percorre gli smisurati scenari wagneriani, entro vicende che, ispirate alla storia o alla mitologia, poca domestichezza presentano con la poesia del quotidiano.

Tutto in essi, statura e passioni, non serba che un'eco sbiadita dell'umana misura: sicché non stupisce che nello scenneggiarne gli intrecci, l'artista ne abbia bandito quegli attimi di gioia terrena che l'uomo celebra nell'atto del gustare i frutti del creato.

Non si desina né si degusta all'austera mensa wagneriana: e se avviene che una coppa sia alzata, apriticielo, scongiuri e gestacci apotropaici non salveranno l'ignaro bevitore.

Ne sa qualcosa *Tristano* che, strapazzato a dovere dalla furbonda *Isotta* — da lui trasportata sposa riottosa al vecchio re Marco — accetta un sorso di una coppa, certo di trovarvi una bevanda di morte.

Sorpresa! L'ancella incaricata dell'orrenda mistura l'ha fatta in barba alla sua bionda padroncina: e tra i vari filtri riposti nel beauty-case di *Isotta*, ha pescato quello d'amore. *Isotta*, beninteso, s'affretta a scolare il nappo. Il filtro porta alla luce una passione che né l'uno né l'altra osavano dichiararsi: ne segue un abbraccio di tale intensità e durata da far presagire un finale tutt'altro che lieto, ove l'amore si confonde con la morte.

Non par vero, passando alla *Walkiria*, di vedere il protagonista sorseggiare un corno di idromele. È ristoro di breve momento; di lì a poco assisteremo ancora una volta a una bevuta fatale: è quella che il soprano propina al basso per farlo piombare in un sonno profondo, propizio al duetto d'amore col tenore.

Galeotta la soporifera bevanda! I due drudi non sanno d'essere fratello e sorella: inconsapevoli infrangono il tabù dell'incesto; il frutto d'amore, si fa per dire, sarà nientemeno che *Sigfrido*.

Il giovin gagliardo consuma in fretta le sue spavalde avventure: e non fa in tempo a sbarazzarsi del drago *Fafner* e a impadronirsi dell'anello dei *Nibelunghi* che s'imbatte — anche lui! — in una coppa di liquore affatturato. I guai che ne derivano gli sono fatali: la bibitaccia gli fa perdere la memoria, privo della quale finisce per mancare di rispetto a *Brunilde*. Di qui alla catastrofe finale, non ci viene risparmiato un brindisi feroce, in cui il vino viene mescolato al sangue di *Sigfrido* e dei suoi assassini, a sigillare un patto di fedeltà; barbarico rito che, di nuovo, associa il vino a presagi di morte.

Che, infatti, non si fa attendere: il tempo per *Sigfrido* di vedersi offerta dall'infido *Hagen* un'altra coppa; nel vino c'è stavolta un filtro che restituisce la memoria. Malcauto eroe; fra i ricordi che, sbrigliati dal nettare liberatore, si mette a spiattellare agli astanti, c'è quello del suo incontro d'amore con *Brunilde*. Quanto basta al suo rivale per trafiggerlo con la lancia.

Gran finale con il Graal: è una coppa d'autore nella quale *Cristo* ha sorseggiato, immaginiamo del vinsanto, durante la cena di magro del venerdì di Passione; passata di mano, *Giuseppe d'Arimatea* l'utilizza per raccogliere il sangue sgorgato dal costato del Salvatore.

Lunghe peripezie del sacro nappo: fino a che *Parsifal*, cavaliere casto e astemio, promuovendolo al rango di liturgico calice, distrugge per sempre le flebili speranze di un profano utilizzo.

Da quei nappi mi guardi Iddio!

FRANCO ONORATI

UN FRUTTO DIVINO

Sulle ripe del fascinoso lago di Nemi, lo "Speculum Dianae" dei Latini, cresce, frutto di casa, la fragola e una leggenda, legata al mito di Ippolito e Artemide, sperduta nella notte dei tempi, racconta come è avvenuta la nascita.

Virbio, un giovinetto del luogo, viene travolto dai suoi stessi cavalli invasati da un demone avverso, proprio sotto l'albero dai rami d'oro, frondeggiante nel sacro recinto del tempio di Diana. Ferito a morte, le stille del sangue si spargono in terra frammiste alle lacrime della vergine Dea.

A un tratto la metamorfosi: raggrumate nell'erba, le gocce vermiglie prendono forma e profumo, trasformandosi in quel frutto silvano che è la fragola.

La ninfa Egeria inizia gli abitanti del luogo a cibarsi del sangue di Virbio, novello dio, e quelli purgano il frutto con vino e miele. Non basta, la ninfa aggiunge succo di cedro, perché a una così dolce vita era toccata una così aspra morte.

Oggi, recandovi a Nemi, avrete la possibilità di assaporare le "fragole di bosco", tanto profumate da stordirvi, o le saporite "grifone", o le onciali "fragole d'ogni mese" (nascono solo qui e non chiedetemi il nome scientifico). Potrete gustarle imbibite di rum o affogate nella panna. Tuttavia, se chiedete a un nemese il modo ideale di apprestare il sacro frutto, vi consiglierà — secondo l'antico rito — di non lavarlo con acqua, per carità, ma con vino dolce (il "cannelino" dei Castelli Romani) e aggiungervi soltanto zucchero e limone.

Poi, a casa, provateci voi, se possibile, a preparare le fragole in un modo ancor più delizioso.

UGO ONORATI

TORTA DI FRUTTA SECCA

Gli antichi cinesi, anche quelli dei ceti inferiori, tenevano in gran conto la gastronomia. A tal proposito si racconta che Maestro Kung, uomo di stato, filosofo, moralista cinese meglio noto come Confucio (la sua dottrina si basa sull'idea dell'armonia celeste alla quale gli uomini dovrebbero adeguarsi), aveva ripudiato la moglie perché non era una brava cuoca.

Le mogli, ignare di arte culinaria (e sono tante) non si preoccupano né punto né poco. Non sarà mai, per il legislatore italiano, motivo valido di separazione o divorzio l'incapacità di approntare un lauto pranzo. Ma l'esecrazione, la critica e la condanna di parenti e amici cadranno inevitabilmente su colei che non avrà saputo preparare in modo dignitoso la "torta di frutta secca".

Ingredienti: farina doppio zero gr. 300, zucchero gr. 150, burro gr. 150, noci oppure mandorle sgusciate gr. 100, uva passita gr. 70, un uovo, mezzo bicchiere di latte, una bustina di lievito vanigliato, qualche sorso di rum o di cognac, sale. Mescolare farina e lievito, aggiungere zucchero e sale; mettere il burro a pezzetti in una fossetta al centro dell'impasto e lavorarlo col mattarello e con le dita; versarlo in una terrina, aggiungere poco alla volta il latte e l'uovo, mescolare bene fino a ottenere un composto omogeneo e morbido; unire le mandorle tritate, l'uva passita, qualche spruzzo di rum o di cognac. infine, versare l'impasto in una teglia unta di burro e infarinata, e disporvi sopra, come decorazione, mandorle pelate. Mettere la teglia in forno già portato a 200 gradi: cottura, cinquanta minuti. Non aprire il forno prima della cottura, per evitare che la torta si "sgonfi". Al momento di servirla spolverarla di zucchero vanigliato.

GAETANO PAGANO

"KAISERSCHMARRN"

Ero a pensione nella casa del cavalier Ignazio Gherbetz, autentico benefattore degli studenti. A trafficare in cucina c'era la consueta zia, minuta e sorridente come si conveniva, un tempo, a tutte le zie, zitelle o vedove, che coronavano le famiglie. Si mangiava benissimo, condito il tutto con l'appetito della gioventù; ma il venerdì era un giorno particolare: la zia preparava lo Schmarren, o Schmarrn, come diceva lei. Alle volte, giorno di gran festa, preparava persino il Kaiserschmarrn. Se il primo era buono, il secondo era superlativo. Ma quale fosse la differenza sostanziale, giuro, non lo so. Nei miei studi superiori, anni ed anni dopo, appresi che nello Schmarrn ci vanno 300 grammi di farina e nell'altro solo 100, nel primo due cucchiaini di zucchero e quattro nel secondo, nel primo niente uvetta o 50 grammi al massimo, 100 invece nel secondo. Per tutti, quattro uova, 50 grammi di burro, mezzo litro di latte, una grattatina alla buccia d'un limone e un pizzico di sale.

Mettete in una terrina i tuorli delle uova, metà dello zucchero, sale, il latte (tiepido), la farina, la buccia grattugiata del limone e le uvette, tutto amalgamando per bene. Quindi prendete una padella ben larga, scioglietevi il burro e mettetelo a friggere l'impasto; al momento di indurirsi, rompetelo a pezzetti e rimestate. Quando il crostolo sarà bello, aggiungete l'altra metà dello zucchero e sempre rimestando, fate caramellare. Si serve con della buona marmellata, con l'albume delle uova montato a neve o con dello zabaione. Per mangiarlo è meglio non attendere che si raffreddi. È una squisitezza, in tutti e due i casi. Ma perché Schmarrn o Kaiserschmarrn? Probabilmente per via del continuo rimestamento, quasi una sfregiatura, uno sberleffo, magari degno dell'imperatore. E lo era. Grazie, zia della lontanissima Pisino, in Istria, della gioventù.

LUIGI PAPO

ARRIVO DELL'AUTUNNO A VARA

Il sole di settembre, alto sui boschi, scalda il suono dell'Angelus, che viene dalle chiese che segnano la valle. La casa di don Nando, a pochi passi dal sagrato ridente, è già pervasa di aromi e grati, fascinosi odori. Le sorelle, che regnano in cucina, fanno la conta degli amici: il desco s'allunga, e giù tovaglie e giù stoviglie e ancora sedie, posate, bicchieri...

Qui, tra Liguria ed Alto Monferrato, nell'aria fine salgono i golosi: funghi porcini ed ovuli novelli lavati, resi asciutti ed affettati sottilissimamente stanno a bagno per mezz'ora nell'olio ponentino dagli ulivi salmastri generato, benedetti dal sale, ravvivati da sagge orme di pepe ed irrorati dal nobile mordente del limone.

Dal passo del Fajallo, che divide i colli marinari dal selvoso entroterra ospitale, giunge a noi qui raccolti in letizia il segno dolce del primo autunno: lode a Te, Signore!

CARLO P. PESSINO

"UN PE L'ATRO"

Mettise a tōa con l'Angelus
quande seunna e campann-e,
l'é rimette o tempo in scia carregiata giusta
co-o canto mattiniero da laudrinn-a
e o lungo bāgio do baggio
ch'o no l'ha puà da neutte.
O giasô o beive sô co-i lapri averti
e o gatto o dorme perché o vive ä neutte.

Pensâvo, mentre a cassa
a versâva menestron in ta xiatta,
a 'na lunga tōa
con tutti in gïo a sorridde
a-i mezögioni, un pe l'atro.

VITO ELIO PETRUCCI

UN PER L'ALTRO (*dialetto genovese*). Mettersi a tavola con l'"Angelus" quando suona la campana, è rimettere il tempo sulla carreggiata giusta, col canto mattutino dell'allodola e il lungo sbadiglio del rospo che non ha paura della notte. Il girasole beve sole con le labbra aperte e il gatto dorme perché vive di notte. Pensavo, mentre il mestolo versava il minestrone nella scodella, a una tavola lunga con tutti in giro a sorridere ai mezzogiorni, un per l'altro.

Primum gotum - bibe totum!
Ad secundum - vide fundum.
Erit tertium sicut primum,
et sic semper bibe vinum!

Strofa di un canto bacchico maccheronico

Il primo gotto - bevilo tutto!
Il secondo - scopri il fondo!
Sia il terzo - come il primo
e così, sempre - bevi il vino!

"FUSSE ALMENE CCH'I VESPE"

Ti ci ndl'ngese u pène nda sti chiante,
pòure a tti, pòure a tti!
Fusse almene cch'i vespe
ca sbahijète sùchene nd'i fiore:
le vidèrese russe n'ata vote,
u vrascére,
e spiccèrete u fridde
d'u ianche di sta cinnere
addù ci s'ammucciàvite, o murìvite?,
nu pinzére.

Pó' turnèrete u frusce d'i tumpagne
nchèp'a na uagnone,
ca nnant'i porte trùzzene mbrièche
o com'a chi ci nàtete nd'addore
d'i vruschète cc' 'a rìvine,
ntramente ca nd'u céhe, ncùrt' 'a sere,
cchiù cuntente ci tòrnete nu grire:
quille d'i runninone.

ALBINO PIERRO

FOSSI ALMENO CON LE VESPE (*dialetto lucano*). Ti ci intingi il pane in questi pianti, povero te, povero te! Fossi almeno con le vespe che distratte succhiano nei fiori: lo vedresti rosso un'altra volta, il braciare, e finirebbe il freddo del bianco di questa cenere dove ci si nasconde, o ci morì?, un pensiero. Poi tornerebbe il rumore delle spianatoie in testa a una ragazza, che nelle porte urtano ubriache o come chi ci nuota nell'odore delle focacce all'origano, mentre che nel cielo, verso sera, più contento ci torna un grido: quello dei rondini.

L'OSTE ALFREDO

Un esimio "assaggiatore" precede in Italia il prelado tedesco Giovanni Deuc e ha l'incarico di contrassegnare con un "est" le osterie fornite di buon vino. Inebriato dal moscatello, a Montefiascone scrive "est, est, est". Peccato che abbia trascurato di fermarsi all'osteria dei Castelli Romani, altrimenti, per snocciolare la filza di "est" non gli sarebbe bastato il gessetto.

L'oste Alfredo, "assaggiatore" non meno esimio, inviato di se stesso, punta unicamente al tinello di Grottaferrata (mi scusino Frascati, Marino, Genzano; ma il nome "Grottaferrata", col suo stridore di gangheri arrugginiti, richiama la porta del tinello).

L'oste Alfredo affronta impavido la scaletta scavata nella polpa del tufo, munito d'una lucernetta dal fumoso lucignolo e d'un bicchierino dalla lunga canna, stampata in faccia la stessa beatitudine del neofito cristiano, avviato alla catacomba di Priscilla o di Domitilla.

Tuffa il bicchierino nel cocchiere della prima botte, cautamente, come si aspettasse dal fasciame di doghe un borborigmo di protesta. Tira su il vino e guarda il bicchierino contro la fiammella della lucernetta. Vi accosta il labbro, ma senza slancio: anzi, con una vena di sospetto negli occhi. Una sorsata per sciacquarsi la bocca, poi risputa il vino e fa segno di no.

Quando trova la botte di suo gusto, vi traccia col gessetto il suo riverito nome e cognome e il pampano dello svolazzo, con la stessa aria solenne di Felice Peretti da Montalto Marche, in atto di incidere nel marmo, sul piedistallo dell'obelisco di piazza San Pietro o sull'abbaco della Colonna Antonina, "Sixtus Quintus Picensus".

CARLO REMOALDI

CODA "A LA VACCINARA"

Una cipolla bianca spezzettata
a frigge dentro all'ojo a foco lento.

Una cottura solo d'un momento
e butto giù la coda. Una brinata

de sale fino insieme a una infiorata
de pepe. Appresso attacca er movimento
de la cucchiara — e la manopro, attento,
finché la coda è bell'e rosolata.

Aspetto che abbia preso un color d'oro
e adesso tocca ar sellero, tajato
a pezzi, adesso tocca ar pommidoro.

Quanno sento er tegame che tarocca
spalanco la finestra — e ar vicinato
je s'arismove l'acquolina in bocca.

RISANTE

SEMBRA FACILE FARE UN'ARANCINA

L'arancina vuole olio d'oliva: di quello coi suoi buoni gradi di acidità, col vivo sapore dell'oliva; di brillante e denso colore. E molto: tanto da giustificare i due cafisi al giorno che nella cucina dei benedettini se ne consumavano, da giustificarne una buona parte (il cafiso era la quarta o quinta parte del cantaro: e il cantaro ottanta chili; due cafisi basterebbero quasi a una media famiglia italiana per un'annata). Perché l'arancina deve avere croccante crosta, appunto del colore dell'arancia che comincia ad appassire: e per ottenerla bisogna sia immersa completamente nell'olio bollente, e tirata al punto giusto. La quantità dell'olio, e per conseguenza la grandezza della padella (padella, non tegame: e su allegra brace di legna) consente che l'arancina vada dalla grandezza dell'arancia a quella del melone: e bisogna badare a non friggerne molte con lo stesso olio, ché prendono se no scuro colore e gusto più acre, da pizzicare la gola.

Sembrano semplici da farsi: del riso impastato con uova e pecorino, un ripieno di tritato e cipolla in soffritto, la modellatura di una palla; e prima di gettarle nella padella una passata nell'uovo battuto e poi nel pane grattugiato. E invece richiedono un dosaggio, un'attenzione e una spesa da non credersi: se proprio si vogliono le arancine al modo dei benedettini di De Roberto, arancine a regola d'arte. E viene da immaginare la faccia di padre don Blasco se il fratello converso che lo serviva a tavola gli avesse messo davanti le arancine delle nostre "tavole calde": bestemmie da far crollare la volta dipinta a fresco del refettorio, un putiferio, una iradiddio.

LEONARDO SCIASCIA

LA "PAGLIATA"

La pagliata è un piatto tradizionale, antichissimo, della cucina romana. È l'intestino "tenue secondo" del manzo, detto "la digiuna" o "il digiuno" perché sempre vuoto, salvo del chimo, e cioè di quella pasta omogenea, viscosa, lattiginosa, che è il sugo ultimo della digestione, il vero e puro elemento nutritivo.

La pagliata va mangiata soltanto il giovedì sera, vigilia del giorno in cui il manzo si macella. Va accuratamente liberata dal grasso in cui è immersa, e dalla sottile pelle che l'avvolge. Poi tagliata a ciambelle e legata da un capo all'altro: così che, cuocendo, il chimo non esca.

Può essere cucinata in vari modi. Ma soprattutto in umido o al forno. Meglio al forno, o sulla gratella, con brace di carbone di legna. Ha un sapore straordinario: come se un formaggio, invece di esservi sparso sopra per condimento, fosse naturalmente racchiuso nel cibo stesso: quel chimo gustato di sorpresa, nella sua vita fermentante.

Sale, pepe, olio e un goccio di vino completano la preparazione della pagliata arrosto. Se freschissima, è tenera, croccante, profumata: un piatto prelibato, una delicatezza, o, per dirla con Apicio, una "polytéleia": una sontuosità, un lusso. Qualcosa di fermentato, di forte, di bruciante e tuttavia piacevolissimo: come una eccitante eppur ferma familiarità con le potenze infernali della corruzione e del fermento, della morte e della vita, un sorriso pio verso ogni male, anche il proprio.

MARIO SOLDATI

LA "SAPA"

Il condimento più antico delle popolazioni italiche è senza altro l'olio. La bevanda più antica il vino. A volte anche il vino, o un suo parente prossimo, può diventare condimento. Non val la pena di parlare, tanto è cosa risaputa, dell'uso del vino nella cucina italiana. Purtroppo, si va invece perdendo l'uso di un altro ingrediente tradizionale, ormai quasi sconosciuto: la sapa. Era un tempo notissima alla civiltà contadina, soprattutto emiliana. Ne sapeva qualcosa anche il ferrarese Ludovico Ariosto, che così dichiarava nella satira terza: «In casa mia mi sa meglio una rapa, / ch'io cuoca, e cotta s'un stecco me inforco, / e mondo, e spargo poi di aceto e sapa,...» e l'Artusi non la dimentica nel suo classico ricettario.

La sua preparazione è semplicissima. Occorre del mosto di uva bianca ben matura e di qualità scelta, pigiata il giorno precedente. Lo si mette a bollire per molte ore, sorvegliandolo e rimestandolo, fino a quando abbia preso consistenza di sciroppo. La prova tradizionale, in questo caso, si fa con l'unghia, possibilmente senza scottarsi: se ponendo su un'unghia una goccia del liquido, questa non si espande, la prelibata sapa è pronta da imbottigliare e da riporre in dispensa.

DELMINA SIVIERI

GLI ZITONI

Una vecchia nenia abruzzese, sussurrata al chiarore di un lume a petrolio, induceva al sonno i pargoli nelle culle lavorate a mano:

Fatte la nanna,
citolo mio,
ch'è venuto
lo tata teo,
t'ha portato gliu cappegliuttu:
fatte la nanna,
si' benedittu!

Questo "citolo" che nell'Italia meridionale corrisponde al "piccio, picciotto", corrisponde anche al "zito", alla "zita" da cui "ber zitello", come dice il Belli, e "zitella" nel senso antico di ragazza da marito.

E quando la ragazza convolava alle desiderate nozze, nel banchetto venivano servite paste asciutte speciali in onore della "zita": appunto gli "zitoni", detti anche "zita" "ziti" o "mezzi zita".

Come si cucinano? In genere coi sughi di carne e pomodoro (il napoletano "ragù"); qualcuno metteva insieme minuscole polpettine di carne. I raffinati ripassavano al forno le "zita" avanzate aggiungendo pisellini e mozzarella.

E noi che vogliamo fare? Imitiamo i padri e gridiamo «Viva la sposa!».

ALBERTO TENERELLI

MERIDIANA DI FRUTTA AL BRANDY ITALIANO

La mia ricetta vuole, pretende, reclama frutta fresca. L'ideale è coglierla da sé, la scala tuffata tra i rami dell'albero stracarico, un frutto nel canestro, un frutto in bocca.

La frutta viene disposta giudiziosamente nel canestro, al fondo le albicocche, alla superficie i fichi: tra una qualità e l'altra un morbido strato di foglie di vite.

Giunti a casa laviamola, facciamola in pezzi, disponiamola in una insalatiera, non alla rinfusa come la solita macedonia, ma divisa in quattro distinti settori: uno di pesche, uno di susine, uno di fichi e l'ultimo di albicocche.

Spolverizziamola di zucchero e irroriamola di brandy italiano. Attenzione! I fichi, tanto sono dolci, tanto sono schivi dell'alcool, non vogliono zucchero né liquore.

Spremiamo sulla frutta, equanimente, mezzo limone e mezza arancia. Le altre due metà, tagliate a spicchi, serviranno a comporre al centro della insalatiera un fiore, un girasole: i petali arancione (forniti dall'arancia) alternati ai petali gialli (forniti dal limone). Un paio d'ore di frigo e la *Meridiana di frutta al brandy italiano* (toh, il nome m'è venuto spontaneo!) è pronta.

TARCISIO TURCO

"INSALATA PRIMAVERA"

A me datemi l'insalata e vi lascio volentieri qualunque altro piatto, carne o pesce che sia. Intendiamoci bene, una insalata composita: il colore, l'afrore, il sapore dei componenti alleati insieme a fare prima la delizia degli occhi, poi quella del palato.

Una festiva natura morta, da consigliare al pittore (moderno ma non troppo) avviato pigramente sulle orme di Morandi a dipingere bottiglie vuote. La ricetta è per due (i piaceri della tavola vanno equamente divisi tra un "lui" e una "lei") e ve la trascrivo sperando di guadagnarvi la vostra imperitura (sottolineato) gratitudine.

Tagliuzzate finemente in una insalatieretta un cespo di lattuga, un cetriolo, otto ravanelli, due pomodori e un peperone verde. Versateci sopra, amalgamati a parte, tre cucchiaini d'olio d'oliva, uno d'aceto di vino, uno spicchio di aglio tritato, sale e pepe macinati lipperlì. Prima di servire la mia insalata in tavola, lasciatela riposare per dieci minuti.

Cangiante di verdi com'è, dà l'idea d'una vivanda in boccio, capace, titillandola con la forchetta, di fiorire nel piatto e apposta l'ho chiamata "insalata Primavera" ("P" maiuscola). A voi, di mente più fervida della mia, il compito di darle un nome meno banale.

LUIGI VALIANI

"FRÀVOLE CO LA PANNA"

Naiadi, ninfe, nèridi:
fràvole co la panna
ne la coppa de celo.

Un baby-doll
co la trama de luna
s'appiccica a le cosce de le dee,
j'accarezza le zinne,
se tigne der colore de l'amore.

Fràvola appresso a fràvola,
assaporo li baci
de ragazze divine.

CESARE VESCHI

- 5 Fabio Aquilanti, *Alla fattoria di Ferento*
- 6 Gisella Azzi, *"Mi vu pu in l'ost"*
- 7 Maria Azzi Grimaldi, *Ignote delizie*
- 8 Giuseppe Baretti, *Il bonito e la sardella*
- 9 Italia Bortoloso Fracasso, *Polenta e "bisato"*
- 10 Gustavo Buratti, *Coregone, bottatrice e caviale biellese*
- 12 Libera Carelli, *Un filone di pane*
- 14 Anna Centore, *Ceci d'oro di Natale*
- 15 Piero Chiara, *Il fuoco fa il cuoco*
- 16 Settimia Cicinnati, *Apollo e altra povera gente*
- 17 Antonino Cremona, *Solimano da solo e in compagnia*
- 18 Liana Croci Calza, *Gastronomia*
- 19 Enrico Comolli, *"Die Röstli, eine bekannte Schweizer Spezialität"*
- 20 Aldo Crel, *Frittata rapita*
- 21 Franco Cusmano, *"Funzi"*
- 22 Elisa Del Giudice, *Insalata "tedesca", appetitosa, invernale*
- 23 Mario dell'Arco, *Apologia del marsala*
- 24 Delma, *"Piaci assai"*
- 26 Luigi Devoti, *"Le virtù"*
- 27 Salvatore Di Pietro, *"La siccia 'ngravitata"*
- 28 Giovanni Duca, *Un profumo di menta e di basilico*
- 29 Luciana Galimberti Beretta, *"Ul büsechìn de la vigilia"*
- 30 Elisabetta Gasbarrini Tinozzi, *La "tiella"*
- 31 Emma Gianturco, *Il pane*
- 32 Francesco Gottardi, *"Pan da mej"*
- 33 Francesco Granatiero, *"Li rrecchietelle"*
- 34 Plinio Guidoni, *"Quello tocco"*
- 36 Cesarina Lorenzoni, *La "smeiassa"*
- 37 Cesare Mainardi, *Colazione sull'erba*
- 39 Mauro Marè, *Stallo del biondo cristallo*
- 40 Giorgio Mori, *I "trionfini"*
- 41 Glauco Rino Nesi, *Elegante ballata di posate*
- 42 Adriana Nobile Civirani, *Una torta chiamata "Salomè"*
- 43 Gian Vincenzo Omodei Zorini, *Sonetto all'oca*
- 44 Franco Onorati, *Da quei nappi mi guardi Iddio!*
- 46 Ugo Onorati, *Un frutto divino*
- 47 Gaetano Pagano, *Torta di frutta secca*
- 48 Luigi Papo, *"Kaiserschmarrn"*

- 49 Carlo P. Pessino, *Arrivo dell'autunno a Vara*
- 50 Vito Elio Petrucci, *"Un pe l'atro"*
- 52 Albino Pierro, *"Fusse almene ccb'i vespe"*
- 53 Carlo Remoaldi, *L'oste Alfredo*
- 54 Risante, *Coda "a la vaccinara"*
- 55 Leonardo Sciascia, *Sembra facile fare un'arancia*
- 56 Mario Soldati, *La "pagliata"*
- 57 Delmina Sivieri, *La "sapa"*
- 58 Alberto Tenerelli, *Gli zitoni*
- 59 Tarcisio Turco, *Meridiana di frutta al brandy italiano*
- 60 Luigi Valiani, *"Insalata primavera"*
- 61 Cesare Veschi, *"Fràvole co la panna"*