

Francesco Labia

L'ANTICA CUCINA

136 ricette della cucina tradizionale



Bastogi

Francesco Labia

L'ANTICA CUCINA

136 ricette della cucina tradizionale

Bastogi
Editrice Italiana

Tutti i diritti riservati

ANTONIO PELLEGRINO

Presidente della Provincia di Foggia

C'era una volta la dispensa. E la vita delle famiglie ruotava tutta intorno al suo contenuto. L'abbondanza o la scarsità di alimenti conservati segnava il passo di un'esistenza agiata, oppure di una grama realtà. C'erano i prodotti della terra, lavorati con sapienza e pazienza dalle mani esperte delle nonne, che insegnavano alle nipoti e queste alle figlie. Saper ricavare un buon piatto dall'avarizia di una cucina povera era la migliore eredità che si potesse lasciare. Il tempo passa e cancella le tradizioni. Così nella dispensa finisce cibo in scatola, al più qualche piatto preconfezionato. Nel freezer i surgelati. È l'alimentazione senz'anima dei tempi moderni. Quella che serve a soddisfare il bisogno del mangiare. Penalizzato il gusto, dimenticato il rito dello stare insieme davanti ai fornelli, ad inventare, a sbarcare il lunario. Ogni giorno la sfida di mettere insieme quello che le provviste offrivano. Prodotti tipici locali finivano in pentola, riempiendo la casa di odori. Presagio e sapori da gustare, quasi, in un rituale consueto.

Sfogliando le pagine di questo libro di Francesco Labia, si ha quasi la sensazione di assistere a questo lento ripetersi d'abitudini casalinghe.

Cento ricette di provenienza cerignolana, una ventina quelle manoscritte, raccontano di un Ottocento inedito. Dell'età romantica conosciamo le copiose produzioni letterarie, artistiche e poetiche. Non tutti sanno, forse, che l'arte di inventarsi una cena era cosa assai più fantasiosa, allora, di qualunque quadro o poema. Ricavare una pietanza dalle dispense vuote non era semplice per gente modesta. Basta leggere le meticolose annotazioni a margine delle dosi e delle indicazioni su come preparare un pranzo. Tra le tante possibilità di mettere insieme elementi poveri, ci sono anche tracce di casa Zingarelli, per mano di Elvira, sorella del noto Nicola.

Le dispense di un tempo non sono quelle di oggi. Ma la freschezza di questo lavoro tenta di raccogliere frammenti spezzati, recuperando qualcosa di ciò che sembrava perso per sempre.

VINCENZO BUONASSISI

Critico e gastronomo

Sfogliando il “ricettario” di Francesco Labia “L’antica cucina”, è stato come mangiare le famose “madeleines” di Marcel Proust. Odori, sapori, volti, usanze della mia adorata Cerignola si sono scatenati e con essi i ricordi che da tempo con nostalgia coltivavo. Alla mia età, e sono tanti!!! A volte uniti al rimpianto di non aver visitato molto spesso questa mia adorata città. Purtroppo, anche se le intenzioni erano buone, i risultati legati a necessità di lavoro non lo sono altrettanto. Nelle genuine proposte del Labia, ho ritrovato momenti veramente emozionanti di quando ero adolescente e di quando mi ero avventurato in una passeggiata ideale tra le viuzze di Cerignola su cui si affacciavano bottegucce pregne dell’odore di ceci arrostiti o il profumo del pane caldo.

Grazie al lavoro di Francesco ho anche ritrovato un po’ di me stesso. Proponendoci *L’antica cucina*, con queste vecchie e documentate ricette, ha fatto un lavoro di splendida archeologia culinaria. Ed è proprio grazie a questo aspetto che non mi sento di classificare tali ricette, alte o basse. La cucina, e questo è il caso, è un modo come un altro di esprimere la cultura di un paese, di una regione, di una nazione.

La cucina di Cerignola, come tutta la cucina pugliese, ha subito molte influenze segnate da presenze greche, romane, bizantine, arabe, normanne, spagnole e di altre popolazioni che hanno lasciato tracce indelebili nel rito quotidiano delle massaie di fronte al fornello. I tempi sono cambiati di sicuro. Oggi abbiamo il gas che alleggerisce dalla fatica del ventaglio per tenere vivo il fuoco. Le giovani signore sono costrette a preparare cibi già confezionati che basta riscaldarli per essere serviti.

Con le antiche ricette di Cerignola Francesco difende le tradizioni e le tracce di infinite generazioni, di mani incallite dalla zappa, dal bastone del pastore o dall’aratro. Così la sua raccolta diventa un racconto fantastico di “*cavatidde*”, “*recchietedde*”, “*turcenidde*”, “*capuzzelle*”, ecc. e ai vini vigorosi che riportano a richiami di storia e natura, come certi spettacoli che rivivono ancestralmente i segni dei secoli.

Grazie Labia, grazie cucina cerignolese.

FRANCESCO DEMONTE

Presidente G.A.L. "Piana del Tavoliere" – Cerignola

Risvegliare le coscienze delle nuove generazioni sulla bontà delle vecchie ricette culinarie è un'impresa ardua.

La velocità della vita quotidiana è aumentata così a dismisura che non consente più di sedersi a tavola a gustare, sia con gli occhi, sia con i gusti sensori, di cui ognuno è dotato, le preziose pietanze di cui Cerignola è ricca. Una realtà è sotto gli occhi di tutti, l'aumento del numero delle trattorie dedite a valorizzare le antiche pietanze di Cerignola.

Tanti giovani che, specie la sera, cenavano nelle pizzerie, oggi accompagnano il gentil sesso nei ristoranti adornati in maniera tale da curare subito, da appena si entra, un ambiente di amore e passione.

Gustare le orecchiette, i troccoli, i cicatelli, con verdura tenera e fresca, conditi con il profumato olio extra vergine di oliva – D.O.P. basso Tavoliere – con un inebriante bicchiere di vino rosso, consente di concludere felicemente una giornata, molte volte piena di ansie e preoccupazioni.

L'amico Ciccio Labia, con la pubblicazione delle antiche e autentiche ricette culinarie di Cerignola, offre ai ristoratori, ai consumatori, dai gusti gentili, semplici e fantasiosi, una moltitudine di varietà di piatti tipici, le cui ricette, solo scorrendo gli ingredienti di cui sono composti, te li fanno gustare prima ancora di averli consumati.

Bravo Ciccio, sono sicuro che la tua pubblicazione troverà accoglienza, non solo presso i ristoratori che la proporranno dentro e fuori Cerignola, ma anche presso tante massaie e degustatori di tutte le età.

L'autore ringrazia vivamente i signori: Paola Ladisa per l'elaborazione elettronica del testo, Franco Monopoli e Sergio Supino per le fotografie, nonché Gerardo Scarano, Matteo e Antonio Perrucci, Franca Antonacci, Stefano Pavoncelli, Nicola Marino, Antonio Izzi, Donato Cappiello, Leonardo Labia e Stefano Cirillo Farrusi, per aver permesso di pubblicare notizie e foto riguardanti la loro attività.

PREFAZIONE

Stamane mi sono svegliato assillato da uno strano sogno che mi ha preso per tutta la notte e così, tra veglia e sonno, non riuscivo a dare la spiegazione a questo sogno così irrealista e così vero.

Curioso, poiché non ero andato a letto dopo un'abbondante cena, anzi...

Ho ripercorso tutta la giornata cercando qualche avvenimento che mi avesse tanto scosso, e invece no, anzi avevo trascorso una piacevole serata con i miei amici al Museo del Grano a parlare di storia, tradizione, personaggi di un'epoca ormai passata.

Ho sognato di passeggiare nella Roma antica, vestito di tutto punto con calzari e tunica e tutti mi salutavano: Ave, Apicio¹.

Nella Roma dei Cesari ho visto templi dedicati agli dei con tanti colonnati, bighe trainate da cavalli bianchissimi, ma ciò che ha attratto di più la mia attenzione, facendomi soffermare parecchio, è stato il "mercato", dove su bancarelle erano esposti tutti i prodotti gastronomici dell'epoca: carnes recentes (carne fresca), olivae (olive), asparagi et cucurbitae (asparagi e zucche), cucumeres, pepones et melones (cetrioli, peperoni e meloni), mala, pruna, pira et cerasa (mele, prugne, pere e ciliegie), cammari, astaci, lolligines, et sepiae (aragoste, gamberi, calamari e seppie), e "dulcis in fundo": ofellae (braciola).

Non riuscivo a trovare la spiegazione a questo strano sogno ed ero lì a riflettere quando all'improvviso arriva mia moglie e, come tutti i giorni, mi ha chiesto: "che mangiamo oggi?".

Strano che quotidianamente tutte le mogli facciano questa stessa domanda, "sapienti lettrici", come sono, delle mille enciclopedie culinarie oggi nella nostra casa; "dubbiose", se affidarsi alla cucina macrobiotica o alla cucina francese; "ragioniere" se ingerire 100 o 1.000 calorie. E dagli a sfogliare, durante l'intera giornata, tutti i giornali culinari, tutti i libri sulla cucina regionale, tutti i consigli delle suo-

¹ Marco Gavio, soprannominato "Apicius" a ricordo di un antico ghiottone, fu gaudente buongustaio ai tempi di Augusto e di Tiberio (I sec. d.C.). Pur possedendo una ragguardevole sostanza, si suicidò col veleno, atterrito dal pensiero di morir di fame. Sotto il nome di Coelius Apicius ci è pervenuta dal III sec. d.C. l'opera in 10 volumi *De re coquinaria* dedicata all'arte culinaria dell'antichità.

re cuoche o i pamphlet dei diversi attori e cantanti che si cimentano in cucina, per finire ai tomi e supertomi che nei diversi tempi hanno pontificato sulla cucina locale, provinciale, nazionale, continentale e mondiale.

Mentre facevo questa riflessione ho fissato la mia attenzione su questi tre punti: l'antica Roma, il Museo del Grano e la cucina quotidiana.

Ho capito che mi si chiedeva di dire qualcosa sulla cucina tradizionale, di riportare alla luce le nostre antiche ricette tradizionali, delle quali, strada facendo, riporterò alcune riproduzioni originali, di trasferire agli altri quanto, nel frattempo, avevo raccolto sulla cucina tradizionale cerignolese.

È da tempo, forse per passione di ricerca o forse per gola, che raccolgo ricette e manoscritti tradizionali, tramandati da amici e parenti che hanno fatto della cucina mediterranea, della cucina povera cerignolese, una delle più buone.

Così come ho avuto la fortuna di venirme in possesso, ugualmente voglio dare a Voi, cari lettori e care cuoche, la possibilità di gustare nei diversi momenti, nelle diverse stagioni, nelle diverse ricorrenze, la buona cucina cerignolana, e, a voi mariti, la liberazione dalla faticosa frase: "Che mangiamo oggi?".

Pertanto, prima di passare alla rassegna delle diverse ricette, si badi bene che la cucina cerignolana è una cucina povera (vede un po' di ricchezza solo in occasione di grandi feste), fatta di prodotti a portata di mano, coltivati nel proprio campo, nel proprio orto, o addirittura raccolti in campi incolti (vedi *marascjule*, *ruche*, cicorie, *carduncelle*, *lambasciune*), e di bestiame allevato nella propria stalla, se non nella propria abitazione, come, ad esempio, galline e conigli, sotto lo sguardo benevolo e paterno dell'asinello, ed ancora di semplice cacciagione, tra cui "*taragnoule*" (allodole) e quaglie.

Tutto questo veniva accompagnato dai derivati della farina, ottenuta in uno degli 87 mulini presenti a Cerignola all'inizio del secolo, e cioè maccheroni di tutti i tipi (orecchiette, torchi, *laghene*, *cecatidde* bianchi e neri, *cavatidde*), *cuchele* (focacce) semplici o farcite con svariati ingredienti (cipolla, ricotta, formaggio, alici e *sfringele*), biscotti e taralli all'infinito.

Poco o niente dirò dell'ottimo vino locale "Rosso di Cerignola"². Basti ricordare che il vino, bevanda della tradizione mediterranea

² Il Rosso di Cerignola ha ricevuto la denominazione D.O.C. con D.P.R. 2/8/74 del 31/10/74.

ed in particolare italiana, deve essere assunto, a tutti gli effetti, come un alimento, se bevuto in dosi adeguate: 750 gr al giorno per gli uomini, 500 gr per le donne.

Molto importante è precisare che per l'ottima riuscita di tutte le minestre e pietanze, cotte e crude, occorre usare principalmente il nostro squisito olio extra vergine di oliva, salvo particolari stati di salute che potrebbero non consentirlo.

Molto spazio, invece, sarà dedicato ai *canaruminde*³, forse perché sono molto goloso o forse perché un buon pasto non può chiudersi che con un buon dolce.

E per finire mi rifaccio ad un antico proverbio cerignolano, storia di sempre e filosofia spiccia:

*“Pìnele de cuceine e
sceruppe de candeine”⁴.*

³ *Canaruminde* = dolciumi.

⁴ Pillole di cucina e sciroppo di cantina.

La pasta



Innanzitutto è bene sfatare un mito: non fu Marco Polo ad introdurre in Italia i maccheroni dalla Cina. Esiste infatti un documento del 1279 nel quale un notaio genovese, dovendo redigere l'inventario di un suo cliente, annovera, tra l'altro, una cassa piena di maccheroni.

Ancor di più: i cinesi conoscevano tagliatelle e spaghetti, ma di farina di soia, quindi ben diversi dai nostri, fatti sempre e soltanto di farina bianca di grano. È con questi tipi di farina che le nostre brave massaie, con le loro abili mani, preparavano torchi, orecchiette, cavatelli, cicatelli... e perché no, anche il pane nelle sue diverse forme (pagnotte, taralli e trecce) e nei diversi gusti (alle mandorle, alle olive), per chiudere con i diversi tipi di dolci.

Nelle pagine che seguono, trovano spazio tutte le ricette per la cui esecuzione la componente principale è la pasta fatta in casa, quindi anche quelle relative a biscotti, focacce, taralli e così via, senza trascurare le minestre a base di "maccheroni comprati".

Vediamo ora insieme come si preparano le varie basi per le diverse ricette di seguito riportate, tenendo presente che, nell'esecuzione della ricetta, la farina va sostituita con la semola o accoppiata ad essa.

Passo, quindi, ad elencare, nelle pagine che seguono, i vari tipi di pasta fatta in casa e, successivamente, le relative ricette, augurandomi che, se non già conosciute, incontrino il vostro gusto.

Cavatidde (Cavatelli)



Con la farina bianca (100 gr a persona) e acqua tiepida adeguata, preparare una pasta di normale consistenza, farne tanti bastoncini (i cosiddetti *cingule*) spessi un centimetro e tagliarli in tanti pezzetti lunghi dai 3 ai 4 centimetri, “cavarli” facendo pressione con l’indice e il medio della mano destra in modo che siano ben cavi, lunghi e arrotolati su se stessi.

Si badi bene che devono essere lunghi 4 centimetri circa, se abbinati ai fagioli, mentre i cavatelli con la *ruca*¹ (la famosa *bandijre*) non devono superare i 3 centimetri.

¹ Cavatelli e ruca, vedi pag. 23

Cecatidde (Cicatelli)



La preparazione della pasta per i cicatelli è simile a quella dei cavatelli (vedi pagina precedente), rispetto ai quali differiscono solo nella lunghezza. Pertanto, ottenuto il cingolo, tagliarlo a pezzettini di 1 centimetro o poco più, e cavarli con l'indice della mano destra. Le massaie più brave li ottengono con l'uso di tutte e due le mani.

Ottima variante è il cicatello nero. Ma cos'è il cicatello nero, comunemente chiamato di *granarse*?

Si racconta che, dopo la mietitura del grano, passassero le spigolatrici a raccogliere i chicchi rimasti a terra per portarli a casa e farne farina. Ma il solito padrone avaro pensò bene (anzi male) di bruciare le stoppie affinché le spigolatrici non potessero raccogliere più niente.

Ma la povertà fa aguzzare l'ingegno e le solite spigolatrici raccolsero ugualmente il grano, facendone una farina nera, così chiamata perché ricavata da grano bruciacchiato.

Recchietedde (Orecchiette)



Nella preparazione delle orecchiette è importante il genere di abbinamento al quale sono destinate. Quelle da condirsi con il sugo di carne o di pomodoro vanno impastate con sola semola, mentre se abbinate a verdura, broccoli, cime di rape, ecc. va usata la farina di grano tenero.

Per entrambi i casi, impastare la farina o la semola (100 gr a persona) con acqua tiepida e, ottenuta la giusta consistenza della pasta, ricavarne tanti bastoncini (*cingule*) dello spessore di 1 cm. dividerli, quindi, in piccoli pezzi della grandezza adatta al sugo o alla verdura (vedi sotto), e cavarli con l'aiuto della punta di un coltello con punta rotonda sì da ottenere un piccolo mezzo guscio di noce e rivoltarlo perché la parte rugosa si trovi all'esterno; a lavoro ultimato, lasciar riposare, per poche ore, le orecchiette sullo stendipasta (*u tavelijre*).

Per maggiore informazione e per il migliore abbinamento:

Strascenatidde: orecchietta piccola }
Recchietedde: orecchietta media } *per i sughi*

Strascenoite: orecchietta grande }
Recchie de prèvete: orecchietta molto grande } *per le verdure*
Chiangaredde: orecchietta schiacciata }

P.S. I nostri progenitori usavano accoppiare alle orecchiette grandi i cosiddetti *firre*. Questi si ottenevano preparando il solito cingolo di pasta dello spessore di 5 mm circa, suddividendolo in bastoncini lunghi 4 cm circa, e avvolgendo questi ultimi al "ferro" sul quale si esercitava una pressione costante colle dita e che veniva poi sfilato. L'attrezzo utilizzato, simile a un "ferro" per i lavori a maglia, quadrangolare e non rotondo, era lungo circa 25 cm, e molto più simile a quelli usati per lavorare (all'epoca) le calze di lana o di cotone doppio.

Lessando infine in abbondante acqua le orecchiette grandi ed i ferri e condendoli con un buon sugo di carne e formaggio grattugiato, si ottenevano i gustosissimi *strascenoite e firre*.

Turchie (Torcoli)



I *turchie* sono simili ai maccheroni alla chitarra (piatto abruzzese), e prendono il nome dallo strumento usato per tagliarli, una specie di matterello scanalato (*turchie*) originariamente in ottone, o prodotto in legno, come ai giorni nostri.

A differenza degli altri maccheroni finora descritti, i *turchie* vengono preparati con semola e farina nella proporzione di 3 a 1, 3 uova per ogni chilo di impasto e acqua tiepida q.b.

Impastare il tutto come sempre, tirare delle sfoglie piuttosto alte e tagliarle con l'utensile su descritto: *u turchie*.

Metterli ad asciugare e prepararli nei modi più diversi: non dimentichiamo il piatto domenicale per eccellenza: *turchie au ragù*¹.

¹ Torchi al ragù, vedi pag. 25

Laghene (Tagliatelle o fettuccine)



Anche le tagliatelle possono essere preparate con la sola farina oppure con l'aggiunta di uova, a seconda che vengano condite con sughi di carne o di pomodoro, oppure con brodo, in quest'ultimo caso dovranno essere più sottili.

Come al solito, disporre sullo stendipasta, *u tavelijre*, la farina a fontana, ossia versandola in modo da ottenere un mucchietto che con la mano va allargato al centro a formare una sorta di cratere di un vulcano, in cui versare tanta acqua tiepida quanta ne richiede la pasta.

Lavorare la pasta con le mani finché non diventerà liscia e omogenea; quindi, con il matterello, pardon, *u laghenatoure*, stendere l'impasto fino a ottenere una sfoglia dello spessore desiderato, spolverandola di tanto in tanto con un po' di farina e arrotolandola su se stessa in modo da ottenere un lungo rotolo, facendo attenzione a non premere molto su di esso.

Con l'aiuto di un coltello tagliare il lungo rotolo in senso stretto secondo la misura desiderata, badando bene a mantenere sullo

stendipasta sempre la stessa larghezza tra un taglio e l'altro.

Aprire questi rotolini e lasciarli asciugare.

Abbiamo usato così solo le mani, se invece disponete dell'apposita macchinetta a rulli, usate la sfoglia che va passata direttamente nei rulli.

Se si vuole la tagliatella all'uovo si ricordi di usare un uovo per ogni 100 gr di farina, mentre, nel caso si desiderasse farla con il brodo, ridurre sia lo spessore della sfoglia che la larghezza tra un taglio e l'altro del coltello, ottenendo, così, i tagliolini.

Infine, se si vuole, le stesse tagliatelle fatte di sola farina, possono essere gustate con fave bianche lesse¹.

¹ Fettuccine e fave bianche, vedi pag. 28

Semola battuta

Ingredienti: *semola gr 600*
formaggio pecorino gr 100
prezzemolo a pezzettini
uova quante bastano per fare un buon impasto
un pizzico di pepe (se gradito)

Lavorare gli ingredienti sopra elencati fino a ottenere una buona pasta di consistenza piuttosto dura, naturalmente impastando il tutto con un po' d'acqua calda e brodo; suddividere tutto l'impasto in tanti pezzi e lasciarli riposare coperti da un telo o *mappina* per circa 2 ore; una volta ben asciugati, con l'aiuto della mezzaluna o di un coltello da cucina ben affilato "battere" i pezzi di pasta fino a ridurli in tanti pezzetti simili agli acini di pepe o ai granelli di sale da cucina.

A questo punto occorrerebbe stilare un brano a parte per poter illustrare la bontà, la fragranza, il profumo della semola battuta con brodo di tacchino, che, tradizione vuole, si gusta il giorno di Natale: *u vrudette*.

Per i più golosi si consiglia, una volta servito il piatto in tavola, di aggiungervi un mestolino di pezzettini (*sfregule*) di tacchino lessato e tocchetti di fegatini di tacchino o di pollo (per i palati più delicati) preventivamente cucinati in un pentolino dello stesso brodo di tacchino con aggiunta di altro prezzemolo e sale, badando, però, a non servire anche il brodo dei fegatini.

Buon appetito e buon Natale.

Cavatelli e ruca

Ingredienti: g 500 di ruca di campo
g 500 di pomodori freschi (o pelati)
aglio e peperoncino
salsa di pomodoro
sale grosso

La *ruca* è un'erba spontanea tipica di Cerignola: essa si presenta con foglie allungate, di colore verde e di sapore forte. Delle foglie si scelgono quelle più tenere e non bucate e si fanno cuocere in acqua bollente e salata, fino a metà cottura.

Appena cotte si scola e si lascia nello scolapasta.

Nella stessa acqua, sempre in ebollizione e salata, aggiungere i *cavatelli*¹ (500 g) e lasciarli cuocere finché non vengono a galla.

Immergere ancora la *ruca* precedentemente cotta per 2 minuti, mescolando spesso con cucchiaio di legno, indi scolare ben bene (fino ad eliminare tutta l'acqua di cottura) e condire il tutto con una salsa di pomodoro precedentemente preparata facendo indorare uno spicchio d'aglio in una tazzina d'olio e aggiungendo infine i pomodori e un peperoncino, secondo i gusti.

Piatto prelibato, comunemente detto la *bandijre*, perché i colori dei suoi componenti, il bianco dei *cavatidde*, il rosso della salsa e il verde della ruca ricordano quelli della nostra bandiera.

¹ *Cavatelli*, vedi pag. 15

Orecchiette e cime di rapa (o cime, o broccoli)

Ingredienti: 400 gr di orecchiette
1 kg di cime di rapa
olio fresco di frantoio
peperoncino e aglio
filetti di acciuga (se si vuole)

Cuocere la pasta per le orecchiette così come già detto per i *cavatelli* e *ruca*. In altra pentola cuocere al dente le rape (poche foglie tenere e molte cime) e *scolarle*. Appena le orecchiette vengono a bollire, aggiungere le rape e farle ancora cuocere fin quando la pasta non giunga a cottura. Una volta cotte insieme verdura e pasta (2 minuti) *scolarle* e condire con olio, aglio e peperoncino rosolati a parte. Se si vuole, aggiungere due filetti d'acciuga salata negli ultimi secondi di rosolatura del soffritto.

Buona è la variante al pomodoro, nella quale le orecchiette e la verdura vengono condite con un soffritto preparato a parte, composto da aglio, olio, peperoncino e 100 gr di pomodori pelati.

Torchi al ragù

Il “ragù” è un tipico sugo meridionale, di probabile origine napoletana se non addirittura pugliese; altrove è chiamato così ma viene fatto con carne macinata; il “nostro” viene preparato nel seguente modo: cucinare molta cipolla finché diviene scura, quindi aggiungere la carne (a pezzi o a involtini¹) e rosolare tirandola con del vino che va aggiunto poco per volta. Quando la carne diventa scura, continuare a farla cuocere con un po’ d’acqua e far finire di cucinare aggiungendovi del passato di pomodoro.

Le nostre brave nonne ci aggiungevano un cucchiaino di conserva² o di strutto o “sugna” ricavato dal grasso del maiale.

Più saporito è il ragù fatto con pezzi di carne mista: maiale, vitello e agnello.

Il ragù va bene anche con le orecchiette, tipico piatto domenicale che, vi assicuro, se tirato bene è roba da leccarsi i baffi!

Difficile poter dimenticare la “scarpetta” fatta nel piatto anche in occasioni piuttosto “chic” (si fa per dire).

Definire il ragù una semplice minestra è piuttosto riduttivo non tanto per gli ingredienti (cipolla, carne, vino) quanto perché questa minestra più di ogni altra rappresenta la continuità cultural-gastronomica tra Cerignola e le province viciniori.

¹ Involentini = *brascioule*.

² Conserva, vedi pag. 107

Cicatelli e fagioli

Ingredienti: 200 gr di fagioli cannellini
100 gr di olio d'oliva
4 cucchiaini di pomodori pelati
1 peperoncino forte
1 spicchio d'aglio
sale fino

I fagioli, messi a bagno per una notte intera, vengono cotti a fuoco lento in un tegame di coccio (*u pognatidde*) fino ad ottenere una crema densa con pochi fagioli interi.

A parte, in un tegamino con olio, “sfriggere” il peperoncino e l'aglio, appena saranno dorati, aggiungere i pelati e il sale occorrente, rosolare per 10 minuti e versare il tutto sui fagioli già cotti, quindi condire i cicatelli precedentemente preparati¹.

Ottima è anche la zuppa di fagioli se, in sostituzione dei cicatelli, vengono usati pezzetti di pane abbrustolito (*u cruske*) o ancora, come piace a molti, gli stessi fagioli con la *menuzzagghie*: frammenti di maccheroni assortiti che, pare, abbiano un sapore migliore rispetto ad altri tipi di pasta.

¹ *Cecatidde*, vedi pag. 16

Cicatelli con la ricotta dura

Ingredienti: *gr 600 di cicatelli*
gr 700 di passato di pomodoro
gr 150 di ricotta dura grattugiata
dl 1 di olio extravergine d'oliva
3 cipolle di media grandezza
pepe e peperoncino e basilico (se gradito)

Per i cicatelli vedasi la ricetta a pag. 16.

Per la salsa procedere nel seguente modo: far dorare le cipolle nell'olio e versarvi, quindi, il passato di pomodoro; aggiungervi il sale e far cuocere per circa 40 minuti fino a rendere il tutto abbastanza denso; nel frattempo, grattugiare la ricotta e, una volta cotti i cicatelli, condirli con la salsa e una buona manciata di ricotta dura per poi servirli, aggiungendovi una spolverata di peperoncino per chi lo gradisce.

Ottima variante è quella di condirli con della salsa preparata con salsiccia secca. Far soffriggere 300 gr di salsiccia secca e le cipolle nell'olio e quando entrambe sono ben dorate, aggiungervi il passato di pomodoro e completare la cottura fino a quando la salsiccia non diventa morbida. Servire aggiungendo, ai cicatelli così conditi, dei pezzi di salsiccia.

Fettuccine e fave bianche

Ingredienti: 400 gr di fettuccine
400 gr di fave bianche sgucciate
2 spicchi d'aglio
1 foglia di sedano
 $1/2$ bicchiere d'olio d'oliva
sale e pepe nero

Le fave sgucciate e lavate bene vengono messe in un tegame di coccio insieme ad un doppio volume d'acqua e cotte a fuoco lento. A mezza cottura aggiungere tutti gli altri ingredienti (l'aglio per intero) e, mescolando spesso, proseguire la cottura fino a ottenere una crema molto densa e priva di grumi, tipo purea. Si badi bene che, se la massa tende ad asciugarsi eccessivamente, bisogna aggiungere qualche mestolino d'acqua calda (quasi bollente).

A cottura completa condire i *laghene*¹ con le fave o, volendo, usare pasta corta: tubetti o ditali, *ziti*, penne, lumaconi, ecc.

Questa purea si accoppia anche con le cicorie, preferibilmente quelle "di campagna", precedentemente lessate e condite con abbondante olio extravergine d'oliva: piatto tradizionale in grado di conquistare l'ospite che lo gusta per la prima volta, per il quale, dopo averle assaggiate, fave, cicorie e olio, rappresenteranno nel suo ricordo l'espressione più classica e genuina della nostra terra.

¹ *Laghene*, vedi pag. 20

Pasta e patate

Ingredienti: 1 kg di patate
100 gr di olio d'oliva
300 gr di cipolla
1 cuore di sedano
400 gr di pomodori pelati
500 gr di tubettoni

Soffriggere la cipolla e il sedano, tagliati a pezzettini, fino a ottenere un bel colore dorato; aggiungere il pomodoro e un po' d'acqua e portare il tutto ad ebollizione, indi aggiungere le patate tagliate a dadini e far finire di cuocere.

Lessare i *tubettoni* al dente, scolarli ben bene, unirli alla zuppa di patate e saltare il tutto in padella per qualche minuto; servire con l'aggiunta d'olio (ma solo "una croce", come si suol dire).

Questa minestra viene anche comunemente chiamata piatto "del carcerato" o "dei conventi", perché servita in quasi tutte le comunità con cadenza settimanale.

Tagliatelle alle melanzane

Ingredienti: *2 melanzane medie*
3 o 4 pomodori
100 gr di pancetta fresca
uno spicchio d'aglio
1 cipolla media
50 gr di burro

Mettere in un tegame l'aglio intero e la cipolla affettata e farli soffriggere, aggiungere la pancetta a dadini e quando il tutto si è rosolato, spruzzare un po' di vino e farlo evaporare; aggiungere i pomodori già pelati e da ultimo le melanzane precedentemente fatte a dadini e fritte in olio bollente (con la buccia).

Fare insaporire il tutto per circa 5 minuti e condire le tagliatelle aggiungendovi burro e parmigiano.

Nella sua composizione risulta un vero quadro d'autore che veste di nuova luce i nostri ortaggi e li nobilita al palato di tutti i buongustai.

Maccheroni con le alici

Ingredienti: *600 gr di maccheroni*
700 gr di salsa passata cruda
12 acciughe
1 spicchio d'aglio
3 tazzine d'olio

Soffriggere in una pentola lo spicchio d'aglio e una tazzina d'olio, aggiungere la salsa e cuocere per 15 minuti a fuoco forte.

In un tegamino a parte far cuocere, nel restante olio, le alici spezzettate e farle insaporire, a fuoco lento, per pochi minuti.

Mischiare il tutto e condire i maccheroni, preferibilmente spaghetti (2 cucchiainate per piatto).

Tipico piatto della vigilia di Natale che sopravvive al tempo e ai costumi, grazie a quelle massaie fedeli alla buona cucina tradizionale.

Timballo di maccheroni

Timballo di maccheroni - (Per ~~otto~~¹² persone / Farina
gr: 400 - zucchero 100g: sugna¹ gr 100 - uova intere 4 o 5 -
Maccheroni kg 1 - Dopo lavorata la pasta si spalma
in una casseruola unta di sugna - vi si versano i
maccheroni cotti a mezza cottura, condendoli con polpettine
me (carne 300g) formaggio grattugiato sugo di ragù
provola (200 gr) una sode 4 e prosciutto a pezzetti grandi
si ricoprono con uno strato di pasta frolla, indi si manda
al forno -

È questa la prima di una serie di ricette manoscritte.

Preferisco riportarla fotograficamente come si vede nell'originale anche per interpretare più facilmente la grafia delle prossime. La grafia in questa come in altre ricette riportate è ormai in disuso, ma la bontà del timballo è tale da renderla molto allettante.

“Timballo di maccheroni” per 12 persone:

Farina gr 400 - Zuccherò gr 100 - Sugna¹ gr 100 - Uova intere 4 o 5 - Maccheroni kg 1.

Dopo (aver) lavorata la pasta si spalma in una casseruola unta di sugna, vi si versano i maccheroni cotti a mezza cottura, condendoli con polpettine (carne 300 gr), formaggio grattugiato, sugo di ragù, provola (200 gr), uova sode (4) e prosciutto a pezzetti (100 gr), e si ricoprono con uno strato di pasta frolla; indi si manda al forno.

¹ Sugna o strutto è il grasso che si ottiene sciogliendo la parte grassa del maiale e separandola dai ciccioli (vedi pag. 45).

Maccheroni alla cafona

Ingredienti: 400 gr di spaghetti
5 o 6 pomodori maturi
1 spicchio d'aglio
6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
1 ciuffo di basilico
formaggio pecorino o parmigiano grattugiato
sale quanto basta

In una scodella mettere insieme i pomodori tagliati a dadini, il basilico lavato e spezzettato con le mani, l'olio, il sale e il formaggio grattugiato.

Cuocere "al dente" gli spaghetti e appena "scolati" versarli nella scodella e mescolarli ben bene in modo che si amalgamino bene con il condimento e servirli immediatamente.

La bontà del piatto è direttamente proporzionale alla bontà dei nostrani pomodori "S. Marzano" e del nostro olio extravergine d'oliva.

Scallatidde (Scaldatelli - Taralli)¹



Ingredienti: 1 kg di farina
150 gr d'olio d'oliva
100 gr di vino bianco
100 gr di semi di finocchio
1 cubetto di lievito di birra
¹/₂ cucchiaino di sale

Impastare la farina con l'olio d'oliva, aggiungere il lievito di birra e il sale sciolto in poca acqua tiepida, vino bianco e semi di finocchio e lavorare ancora fino ad ottenere una pasta consistente.

Tagliare quindi a bastoncini, i *cingule*, lunghi 20 centimetri e dello spessore di un mignolo, comporli a forma di ciambelle e chiuderli con la leggera pressione di un dito. È questa la forma classica, ma

¹ Già inserita in precedente pubblicazione *Via Piazza Vecchia 13*.

potete dare a questi *cingule* altre forme: *l'occhiele*, *la scalette*, *u funtaneine*, *u pipì*, ecc.

In una pentola, con acqua bollente abbondante e poco salata, immergere 4 taralli per volta e toglierli con la *sculaturedde*. Appena vengono a galla, disporli sullo stendipasta e farli asciugare a temperatura ambiente senza sovrapporli.

Quindi, passarli in forno (ben allineati su teglie unte d'olio ovvero "*la ramere*") e tenerli a calore moderato per circa mezz'ora finché non siano ben dorati e croccanti, imbianditi ma non scuri.

Tarallini al vino

Ingredienti: 1 kg di farina
200 gr di zucchero
200 gr d'olio
1 pizzico di sale
1 bicchiere di vino bianco

Chissà perché si chiamano anche “delle suore”.

Preparare un impasto con tutti gli ingredienti e aggiungere del vino bianco fino ad ottenere un impasto piuttosto morbido.

Creare dei *cingule* della grossezza di un “indice” e lunghi non più di 10 centimetri e farne dei tondini (“tarallini”) chiusi.

Disporli su una teglia da forno, precedentemente oleata e con qualche pizzico di farina.

Infornarli a fuoco lento per circa 45 minuti.

Buona la seguente variante: oltre al vino aggiungere mezzo cucchiaino di pepe. Attenzione nel servirli: richiedono da bere tanto vino.

Detti tarallini vengono anche chiamati *'mbriacatidde* per il vino, più o meno presente nella pasta.

Biscotti da inzuppare (G. Palieri)¹

Biscotti da inzuppare = (Giov. Palieri) Farina gr: 300. zucchero
in polvere q: 60 - vanigliato - burro q: 50 - aromizzato in polvere
re gram: 5. una presa di sale e latte peprato un decilitro
o poco più - Unite insieme sul tavolo tale sostanza
e si lavora bene l'impasto e facendone una sfoglia
con della farina se ce ne vuole si tagliano i biscotti
a forma rettangolare o come più piace e mandarli
al forno - Farina kg 1 - zucchero gram: 200 - olio gram: 250 - acqua
gram: 200 calda - 2 uggie il bic: q: 10 - uova q: 10 -

Ricetta semplice ma gustosa, tramandata da un'esperta cuoca,
preparatrice di questa come di altre ricette in seguito riportate.

¹ Giovanna Palieri, nata a Cerignola il 5/5/1858.

Biscotti spumanti (Manzari)¹

Ingredienti: 500 gr di zucchero
2 chiare d'uovo
marmellata di amarena a pezzettini
mandorle

Frullare lo zucchero e la chiara d'uovo per 3 quarti d'ora; con questa miscela formare delle pallottoline schiacciate; mettervi al centro una puntina di marmellata e avvolgerle nelle mandorle, macinate finemente ($\frac{1}{2}$ crude e $\frac{1}{2}$ tostate) e disporle in una teglia precedentemente unta con strutto e con qualche pizzico di farina.

Infornare per circa 30 minuti a 160°.

¹ Fedelina Manzari in Ragusa, nata a Cerignola il 26/2/1889.

Biscotti alle mandorle (E. Zingarelli)¹

Elvira Zingarelli
Biscotti alle mandorle
grami 125 di mandorle intere - gr 125
di questi gram 125 di farina - due uova
interi - un cucchiaino di cannella in polvere
Si battono le uova con lo zucchero - si agg la
cannella e si lavora ancora - poi le mandorle
e ad un ultimo la farina - Si unge il
motto di olio e si versa il contenuto - e i
fora devono leggermente indurire - si tagliano
a pezzi e poi si tagliano a quadrati
a forma di mostaccioli - si cuociono nel
forno per cinque minuti -

Al penultimo rigo si noti il termine "mostaccioli".

Nel rimandarvi a pag. 142, vi anticipo che era un classico biscotto di Natale oggi ripreso dalle pasticcerie locali più attente alla tradizione e al buon gusto.

¹ Elvira Zingarelli (Cerignola, 3/7/1881 - 3/11/1970).

Biscotti bianchi alla vaniglia

Ingredienti: *5 albumi di uova*
200 gr di zucchero in polvere
200 gr di fior di farina
1 bustina di vaniglia
(se gradita, guarnire con frutta candita o marmellata)

Sbattere bene i 5 albumi di uova ed aggiungere lo zucchero, la farina e la vaniglia. Ottenuta una buona pasta piuttosto solida si fanno dei biscotti che, sistemati su carta oleata (o sulla semplice teglia da forno unta e infarinata), si infornano per circa tre quarti d'ora a temperatura moderata.

Cotti, coloriti e ben secchi, possono essere conservati per parecchio tempo; le nonne li offrivano ai nipotini nelle visite domenicali; anche questa usanza è andata perduta come tante altre, soppiantate, ahimè, dalla bustina di patatine o dalle merendine.

Pizzelle

Ingredienti:

per la pasta

500 gr di farina bianca

50 gr di olio d'oliva

per il ripieno

ricotta fresca, mozzarella (provola o scamorza)

pepe nero

pomodori freschi o pomodorini invernali

prezzemolo tritato

aglio a pezzetti

origano e sale

Non ci si spaventi nel leggere la quantità degli ingredienti, ma tutti (o parte) servono per preparare le *pizzelle* nelle diverse varietà di una ricetta tipica di Cerignola.

Con la farina, pochissima acqua e il lievito preparare una pasta piuttosto consistente, stenderla in sfoglia dello spessore di 2 millimetri; tagliare dei dischetti del diametro di 10 centimetri (magari usando un apposito piattino). Per una buona varietà e secondo i gusti, su ogni dischetto mettere un ripieno di:

- 1) ricotta fresca e pepe nero macinato, o
- 2) fettine di mozzarella (provola o scamorza) e pepe nero macinato,
o
- 3) pomodori a pezzetti, prezzemolo tritato, origano, aglio e poco sale,
o
- 4) acciughe, o
- 5) ricotta fresca condita con uova, formaggio grattugiato, pezzetti di salsiccia secca, dolce o piccante, sale e foglioline di prezzemolo.

Il disco, così preparato, viene ripiegato a mezzaluna e chiuso ai bordi con una leggera pressione delle dita.

Friggere 3 per volta nell'apposita *sartàscene*¹ in abbondante olio d'oliva bollente.

¹ È la padella in ferro per friggere. Si badi bene che gli antichi, per ottenere un'ottima frittura, usavano sempre la stessa, destinata solo a questo scopo, per cui veniva pulita molto superficialmente e solo raramente lavata.

Un accorgimento per distinguere i diversi contenuti delle pizzelle consiste nel fare un segno diverso sulla pasta; per es. una cordicella, due cordicelle sul bordo di chiusura oppure dare loro forme diverse.



Danzerottini (Cuchelicchie)

Ingredienti: · 400 gr di farina
200 gr di provola o ricotta
100 gr di formaggio grattugiato
2 uova
salsiccia secca

Preparare una pasta con farina, un po' d'olio e 2 dita di un bicchiere di vino. Farne una sfoglia piuttosto sottile: tagliare a parte la provola a pezzettini, il formaggio, il prezzemolo, le 2 uova e la salsiccia; amalgamare bene il tutto e distribuire sulla sfoglia come tanti bocconcini distanziati tra di loro servendosi di un cucchiaio. Ricoprire con un'altra sfoglia, tagliare con la "rotella"¹ seguendo le protuberanze dell'impasto e facendo attenzione che i due lembi di pasta siano ben chiusi.

Fate friggere in abbondante olio bollente 4 o 5 per volta e servite ben caldi.

¹ Tipico utensile da cucina formato da una rotellina d'ottone dentellata e tagliente con relativo manico.

Focaccia

Ingredienti: 500 gr di farina
1 patata grande
2 cucchiaini di olio
1 cucchiaio di sale grosso
1 dado di lievito di birra

Sciogliere innanzitutto il sale grosso e il lievito di birra in un bicchiere d'acqua calda e, nel frattempo, lessare la patata e schiacciarla con l'apposito arnese.

Aprire a fontana la farina sul *tavelijre*¹ e versare il liquido e la patata lessa.

Lavorare ben bene la pasta fino a raggiungere una media consistenza e farla lievitare per circa tre ore in un luogo caldo e ben coperto.

Ungere con l'olio una teglia da forno, adagiarvi la pasta e su questa distribuire, a breve distanza fra loro, dei pomodori tagliati a piccoli pezzi, o meglio ancora, se d'inverno, i pomodorini tagliati a metà, facendo pressione con il dito, e aggiungere poco sale e un po' d'origano e d'olio.

Passate al forno per 45 minuti a 250°.

Gustosissima ricetta che eleva ai giusti onori i nostri tipici prodotti della campagna: farina e olio.

¹*Tavelijre* = spianatoio in legno con tre lati chiusi da una bassa sponda, utensile necessario per la lavorazione della pasta, oggi sostituito da un comunissimo piano in formica.

Focaccia con “i sfringele” (ciccioli)¹

Ingredienti: · 1 kg di farina
400 gr di patate
400 gr di sfringele (ciccioli)
100 gr di formaggio pecorino
1 dado di lievito

Impastare la farina con un cucchiaio abbondante di sale (sciolto in acqua tiepida), il lievito (sciolto anch'esso in acqua tiepida) e le patate (prima lessate e poi passate al setaccio = *setelle*).

Riscaldare *i sfringele* fino a quando non hanno assunto un bel colore dorato, aggiungendo all'impasto, insieme al formaggio, un altro pizzico di sale.

Detto impasto (lavorato e diventato ben molle) si lascia “crescere” (lievitare) per circa tre ore in un ambiente caldo; appena raggiunta la giusta lievitazione, versare il tutto in un *rùtele* (teglia da forno) precedentemente unto di olio.

Versare ancora sopra la focaccia dell'olio e mettere in forno caldo a 250° per circa 40-45 minuti.

N.B. Si consiglia di consumarla ben calda: è molto più gustosa perché i ciccioli esprimono meglio tutto il loro sapore.

¹ Sono altrimenti detti “ciccioli” i pezzettini di carne ottenuti dopo aver fatto sciogliere lo strutto di maiale.

Pizza brusca¹

Ingredienti: 1 kg di farina
500 gr di patate
2 uova
2 cucchiaini d'olio
2 dadi di lievito di birra sciolto in acqua calda
130 gr di salsiccia secca

Versare sul *tavelijre* (spianatoio o tagliere di legno) la farina e aprirla a fontana; aggiungere l'acqua con il lievito di birra, i 2 cucchiaini d'olio, le patate precedentemente lessate e passate ed un pizzico di sale.

Lavorare molto la pasta fino a quando non diventa abbastanza molle e aggiungere la salsiccia tagliata a pezzettini (anche il provolone a scagliette, se gradito).

Far lievitare questo impasto per circa 2 ore e versarlo in una teglia da forno precedentemente unta d'olio.

Infornare a 200° per circa 40-45 minuti.

¹ Brusca = leggermente abbrustolita, termine ormai desueto.

Pizza di carne “alla Maria”¹

Ingredienti: 250 gr di carne di vitello tritata
200 gr di scamorza
50 gr di piselli sgucciati
50 gr di salsiccia secca
300 gr di farina
100 gr di burro
4 uova
¹/₂ cipolla affettata
1 pizzico di sale
1 cucchiaio di pecorino
vino bianco e latte quanto basta

Soffriggere la cipolla e la carne in poco olio d'oliva e sale; appena rosolate aggiungere una spruzzata di vino bianco e pochissimo latte, facendo completare la cottura.

Fare raffreddare il tutto e aggiungere la scamorza e la salsiccia (a tocchettini), i piselli (precedentemente cotti), 2 uova battute e il pecorino, lavorando il tutto fino ad ottenere un buon impasto.

Lavorare la farina con il burro ed un uovo battuto e un po' di sale; preparare due sfoglie e disporne una in una teglia precedentemente unta d'olio; versarvi il composto già preparato e ricoprire con l'altra sfoglia, su cui spalmare l'ultimo uovo precedentemente battuto.

Passare il tegame in forno a 200° gradi per circa 40 minuti fino a cottura.

¹ Non è stata individuata questa “Maria”, ma sicuramente trattasi di una delle tante massaie di Cerignola, autrice di questa ricetta antichissima che affonda le radici nella cucina del buon tempo antico.

Pizza di cipolla

Ingredienti: 300 gr di farina bianca
4 cucchiaini di olio d'oliva
3 uova
500 gr di cipolle
200 gr di pecorino dolce (fresco)
1 cucchiaino di pecorino secco
sale quanto basta

Preparare dapprima la pasta con la farina, l'olio e un pizzico di sale e lasciarla riposare; nel frattempo soffriggere le cipolle affettate con 3 cucchiaini d'olio d'oliva e, una volta rosolate, aggiungere il pecorino dolce fatto a dadini (o fettine), un pizzico di sale e le uova per farne un bell'impasto.

Preparare due sfoglie, di cui una più sottile e, in una teglia da forno, precedentemente unta, stendere la sfoglia più doppia fino ai bordi, versarvi l'impasto come innanzi ottenuto e ricoprire con l'altra sfoglia più sottile.

Infornare per circa 20 minuti a 200°.

Simile a questa è la varietà con le alici, il cui impasto viene costituito da cipolle, alici salate, spinate e tagliate a pezzettini, pomodorini a pezzettini, pepe e sale q.b.

Torta di ricotta rustica

Ingredienti: 300 gr di farina
600 gr di ricotta fresca
100 gr di latte
100 gr di pecorino o parmigiano grattugiato
100 gr di salame secco
4 uova
1 ciuffetto di prezzemolo
sale quanto basta

Lavorare in una ciotola la ricotta, il latte, il formaggio, il salame fatto a pezzettini, le uova, il prezzemolo e il sale fino ad ottenere un impasto di media consistenza.

Impastare la farina con acqua e sale fino ad ottenere una pasta di media consistenza, e preparare due sfoglie piuttosto sottili.

In una teglia, precedentemente unta d'olio, stendere una sfoglia fino all'orlo e versarvi l'impasto; coprire con l'altra sfoglia, spalmarvi sopra il rosso di un altro uovo; punzecchiare con una forchetta la sfoglia perché durante la cottura non si gonfi e infornare per circa 40 minuti a 200°.

Tipica pietanza delle ormai dimenticate “scampagnate” o della tradizionale Pasquetta all'Ngurnatedde¹.

¹ Incoronatella: altra chiesetta di campagna di grande pregio artistico, oggi quasi al centro del paese sulla via per Trinitapoli, detta anche del Padreterno, tomba del Duca di Nemours.

Torta scoperta di provola

Ingredienti: 200 gr di farina
500 gr di provola
100 gr di pecorino
1 ciuffetto di prezzemolo tritato
sale e pepe quanto basta

Impastare la farina con acqua tiepida e sale, lavorare molto bene la pasta ed ottenere una sfoglia piuttosto leggera.

A parte preparare la provola tagliata a fette, un po' di sale, formaggio grattugiato, prezzemolo e pepe.

Stendere la sfoglia in una teglia da forno, precedentemente unta d'olio. Versare l'impasto, cospargervi sopra un filo d'olio ed infornare per 30 minuti circa a 200°.

Volendo si possono aggiungere dei pezzettini di pomodoro.

Ricetta molto semplice, ma gradita per il suo delicato sapore.

La carne



Nella precedente 1^a parte si è trattato dei maccheroni, “il primo piatto”, e di tutto ciò che si prepara con la farina, mentre in questa seconda parte si tratterà della carne.

Prima di procedere all’elencazione delle diverse ricette dobbiamo ricordare quanto già si è precedentemente detto: il cerignolano verace era quello che si nutriva per la maggior parte di animali allevati in casa (galline, conigli, maiali e agnelli) o di prodotti della cacciagione (quaglie, tordi e taragnole¹); pochissimi (purtroppo oggi moltissimi) i prodotti delle vecciarije (macellerie).

*È da notare (solo per chi non lo sapesse) che anticamente l’anima-
le non era diviso in 4 quarti, bensì in 5 quarti, in quanto il 5° quarto
era composto da tutte le interiora che il padrone “benevolmente” re-
galava ai suoi poveri dipendenti.*

*Con queste interiora le brave massaie preparavano pietanze oggi
ahimè in disuso ma buonissime (vedi torcinelli, trippa, cervella, ecc.).*

¹ Taragnole = allodole. Mi piace qui ricordare l’apposito attrezzo che serviva per prendere le allodole: “u scazzataragnole”, appellativo usato generalmente per chi aveva i piedi lunghi e piatti.

Cervellata: salsiccia fresca

Per ogni chilo di carne di maiale passata alla macchinetta (trita-carne) o tagliuzzata “a punta di coltello” aggiungere sale e pepe quanto basta e, se gradito, un pugnetto di semi di finocchio.

Questo impasto si lascia riposare per 24 ore senza mai toccarlo.

Lavare più volte e bene le budella del maiale con acqua calda e sale ed un’ultima volta col limone sì da renderle completamente bianche.

Indi, con l’aiuto “*du mutidde*”¹ riempire la budella che ogni 10-15 centimetri va legata con spago da cucina, sì da formare tanti segmenti strozzati (i cosiddetti “*occhi*”).

Una buona preparazione permette di consumare questa salsiccia in tanti modi: con l’aceto, con il pomodorino, alla brace e addirittura al forno con patate, alla diavola (tirata con peperoncino, olio, pelati e vino bianco locale).

Con lo stesso impasto e stesso procedimento viene preparata la salsiccia secca, eliminando, però, il seme di finocchio, che viene sostituito dal peperoncino e da chicchi di pepe nero, se la si vuole piccante.

Per essicarla occorrerà “appenderla” e conservarla per lungo tempo in locali freschi e asciutti o, come si usava fare anticamente, tenendola appesa nel vano della finestra, nelle giornate fredde e asciutte. Infine, per conservarla ancora meglio, si può mettere in barattoli grandi di vetro e ricoprirla di olio, per poi usarla anche per il famoso, gustosissimo, *sartascenidde*. La salsiccia secca viene usata frequentemente nell’impasto di panzarotti e pizze rustiche.

¹ *U mutidde* = imbutino. Imbuto piccolo in acciaio o ferro smaltato con la canna piuttosto lunga e un po’ larga, sulla quale viene infilato l’intestino del maiale per un più facile riempimento.

Agnello al forno con patate

Ingredienti: 1 kg di agnello o capretto locale
1 kg di patate
50 gr di burro
4 cucchiaini di pecorino locale grattugiato
olio d'oliva
sale e pepe
rosmarino fresco
prezzemolo
2 spicchi d'aglio o, se gradito, qualcuno in più

Pulire la carne, lavarla e tagliarla a pezzi; sbucciare, lavare e tagliare le patate a fette o a spicchi.

Distribuire in un *rùtele*¹ le patate precedentemente preparate e la carne; condire con il pecorino grattugiato, un buon bicchiere d'olio d'oliva, gli spicchi d'aglio, interi o a pezzettini, sale, pepe, rosmarino e prezzemolo tritato.

Infornare in forno caldo a 200° per circa 2 ore sino a completa cottura.

Controllare di tanto in tanto la cottura e, se è necessario, aggiungere un mestolino d'acqua calda.

¹ *Rùtele*: teglia da forno circolare, in zinco o alluminio.

Cotolette d'agnello al burro

Cotolette di agnello al burro - Si prende un poco di burro
[25 grammi] si liquifa al fuoco meschiando un poco di fa-
rina [due cucchiaia] si si aggiunge mezzo litro di latte e
si fa cuocere per venti minuti - Si preparano le cotolette d'a-
gnello si bagnano in questo besciamè dopo averle firmate
in una tortiera col burro - Dopo s'infarinano, s'indorano
si passano nel pane grattugiato e si fuggano a fuoco
forte nella sugna -

Si noti bene "besciamè e sugna".

La besciamella è una crema a base di latte, farina, burro, sale, e volendo anche noce moscata e un rosso d'uovo; mentre la sugna o strutto è la cosiddetta *nzogne* (grasso fuso di maiale) oggi non più usata e sostituita dall'olio o dal burro.

Spezzatino

Ingredienti: *1 kg di agnello a pezzi*
3 cucchiaini di olio
2 spicchi d'aglio
qualche fogliolina di prezzemolo
sale e pepe quanto basta

Mettere in una pentola alta olio e aglio: quando questo sarà ben rosolato, "buttare" l'agnello tagliato a piccoli pezzi; lasciar rosolare ancora un po', coprire d'acqua e condire con sale, pepe e prezzemolo (a piacere qualche pomodorino).

Cuocere a fuoco lento fino a raggiungere una buona cottura.

Volendo si può utilizzare il sugo ottenuto per condire il "primo" (bucatini o ditalini o spaghetti), aggiungendo il pecorino grattugiato, destinando la carne come "secondo" piatto.

Cutturidde

Ingredienti: 1 kg d'agnello a pezzi
1 cucchiaio da caffè d'olio
2 spicchi d'aglio
sale e pepe q.b.

L'agnello a *cutturidde* va cotto in pentola larga, coperto d'acqua e di un cucchiaino d'olio, e con aglio, sale e pepe; a cottura quasi ultimata, scoprire la pentola, alzare la fiamma e lasciare che tutto il brodo diventi più denso, quasi cremoso, onde ottenere una zuppa, nella quale intingere il pane.

Prima di servire in tavola ben caldo, cospargere un po' di prezzemolo.

Pochi ingredienti: agnello, olio extravergine di oliva, aglio, sale e pepe, a dimostrare come la cucina tradizionale, pur rimanendo ancorata ad una sua rustica semplicità, risulta vincente in un virtuale braccio di ferro con le sofisticazioni.

Capuzzelle (Testicciole al forno)

Innanzitutto lavare bene le testine d'agnello (possibilmente ben nutrite) e aprirle in due in senso verticale lasciando naturalmente il cervello¹ e la lingua che sono le parti più prelibate.

Ungere una teglia con un po' d'olio, allineare le mezze testicciole di agnello e condirle con un trito di aglio, prezzemolo, formaggio grattugiato, sale e pepe. Volendo, si possono aggiungere spicchi di patate, disposte intorno e naturalmente una croce di olio.

Infornare a fuoco moderato per circa mezz'ora fin quando le testine non risulteranno ben dorate.

Servire ben calde in piatto precedentemente riscaldato.

È questa una specialità che sopravvive dai tempi in cui nelle nostre campagne si allevava l'agnello per poi cuocerlo e gustarlo in tante maniere.

¹ Buono anche lessato con il limone: ottimo, dicevano gli avi, per sviluppare quello dei bambini.

Polpettine di fegato

Ingredienti: 400 gr di fegato di vitello (tritato)
1/2 spicchio d'aglio
1 rosso d'uovo
prezzemolo
pecorino grattugiato
sale e pepe quanto basta

Preparare un impasto di fegato di vitello, aglio tritato, una manciata di prezzemolo, un tuorlo d'uovo, un poco di mollica di pane raffermo e bagnato, sale e pepe.

Volendo si può aggiungere qualche altro odore (rosmarino, noce moscata, ecc.).

Ottenuta una pasta omogenea, farne delle polpette e friggerle nel burro.

Sono l'ingrediente principale dell'ottimo "fritto misto all'italiana", composto da pezzettini di fegato, animelle, cervella, carciofi, lampascioni, latticini, ecc., naturalmente tutti fritti nell'ottimo olio extra vergine di oliva nostrano.

“Cazzemarre¹ e turcenidde²”



Due piatti gustosissimi con una preparazione facilissima: il segreto è quello di lavare molto bene le budella di agnello.

Non spaventi la parola “budella”; si tratta solamente di infilare le forbici nelle budella in modo da aprirle, metterle in una bacinella e lavarle con acqua e sale, ripetere l’operazione più volte fino a renderle pulitissime (addirittura anticamente qualche ardentosa ha usato la candeggina).

Cazzemarre: Disporre su di una fetta di fegato di agnello animelle, aglio, prezzemolo, sale e pepe; arrotolare la fetta come per le braciocce e avvolgerla con le budella intorno; ‘u cazzemarre, così ottenuto, va posto in una teglia, ag-

¹ Non traducibile in italiano.

² Budella “attorcigliate” intorno ad altri ingredienti.

giungendovi olio, acqua e qualche pomodorino a pezzetti e messo a cuocere sui fornelli a fuoco moderato, oppure lasciato arrostitire sulla griglia. Prima di portare in tavola, tagliare a fette dello spessore di un dito.

Buono anche con le patate (vedi illustrazione).

Turcenidde: In questo caso l'involantino viene riempito con una sola animella (o un pezzettino di fegato), prezzemolo, aglio e sale, e quindi avvolto con le budella come nel caso precedente. Esso deve avere una lunghezza di 8 centimetri circa e una larghezza di 2 centimetri e deve essere arrostito esclusivamente sulla brace per poterne gustare meglio il sapore.

Fegato con la rezza¹

Tagliate il fegato di maiale a fettine dello spessore di 1 cm circa e larghe 8 cm circa; avvolgete il tutto nella *rezza*, insieme ad una foglia di alloro che fermerete con uno stuzzicadenti, come per la “braciola” (involtino).

Riponete gli involtini sulla *radicule* (griglia) e fate cuocere sulla brace a fuoco moderato fin quando non avranno assunto un bel colore marrone scuro.

Spettacolo molto suggestivo e non raro era quello in cui veniva ucciso il maiale per l'ingrasso. Era una festa alla quale partecipata tutta la comunità campestre ed il ritrovarsi insieme diveniva occasione per luculliane scorpacciate a spese, naturalmente, del povero maiale.

¹ Membrana che avvolge gli organi addominali del maiale.

Lepre alla cacciatore

In una casseruola mettere un po' d'olio e cipolla tagliata molto finemente. Quando la cipolla è ben dorata, aggiungere la carne della lepre fatta a pezzi. Soffriggere il tutto e man mano "tirare" con vino bianco o rosso, con qualche foglia di rosmarino e una noce di burro.

A cottura ultimata nella casseruola deve restare un po' di sugo per intingervi il pane.

Abituale piatto dei cacciatori quando non era difficile sparare sotto un vigneto una bella lepre; se ancora oggi foste così fortunati da impallinarne una selvatica, ritenetemi invitato a "*u papulette*"¹.

¹ *Papulette*: allegro banchetto in buona compagnia.

Lepre all'agrodolce

Lepre all'agrodolce = spellata e sventata la lepre spellata
fata a pezzi, lavata con aceto e mettela a cuocere
in un soffritto di burro, cipolla truciata e prosciutto
a pezzi bagnando con brodo e sale quanto occorre
come - tutto lo mette in un bicchiere tanto picchioso
di polve da riempirlo sino a metà e tanto aceto
da que a due terzi del bicchiere senza sempre
sarsolo bene insieme: quando la lepre abbia rosolato
alquanto e sia quasi cotta, versate sopra l'aceto
picchiosato, aggiungete mugga truciata di corice
fatta a fagocata ed un sugo fra fenocini e una
spina: mescolate bene il tutto, lasciate cuocere
e per volere minuire versate in un piatto =
servite subito =

Ho preferito riprodurre questa ricetta in originale per sottolineare la singolare sintassi e ortografia (mancanza di punteggiatura, "abbia rosolato", "cioccolatta gratuggiata", ecc.) e la sua antichità. Purtroppo non mi resta che constatare l'attuale assoluta assenza dal mercato di una bella lepre selvatica.

Ripieno per pollo e tacchino

Ingredienti: 5 uova
3 cucchiaini di parmigiano o pecorino grattugiato
300 gr di fegatini di pollo
abbondante prezzemolo tritato
sale e pepe q. b.

Aprire la pancia del pollo, svuotarla completamente di tutte le interiora, se non l'ha già fatto il macellaio, e mettere da parte il fegatino, al quale vanno aggiunti altri 3 fegatini, poi lavare accuratamente il tutto.

Sbattere in una ciotola le uova, il formaggio, il prezzemolo, sale e pepe, e amalgamare bene il tutto con i fegatini a pezzettini.

Versare in una padella, piuttosto larga, un filo d'olio e, quando è ben caldo, versare l'impasto, mescolando di tanto in tanto, in modo da non farlo attaccare al fondo, e completare la cottura, facendo attenzione che l'impasto non risulti molto asciutto e che sia ben rappreso, simile ad una frittata.

Servendosi di un cucchiaino, riempire il pollo con l'impasto sul quale occorre esercitare pressione per far sì che, dopo la cottura, il ripieno risulti compatto. Chiudere bene l'apertura sovrapponendo i due lembi della pelle e cucendoli con ago e filo, badando che non rimanga nessuna fessura, onde evitare che fuoriesca un po' del ripieno che andrebbe ad inquinare il sugo.

Legare infine il pollo con lo spago da cucina e procedere alla cottura nel modo che si preferirà, cioè tirato a ragù, a spezzatino, per poi condirvi la pasta, oppure semplicemente rosolato o arrostito. È bene preferire sempre il pollo "ruspante" anziché quello di batteria, poiché, dovendo essere "tirato", se il polletto fosse tenero, durante la preparazione, potrebbe frantumarsi molto facilmente.

Per nostra buona fortuna, questa ricetta è a tutt'oggi presente nella nostra cucina, per cui abbiamo ancora l'illusione di tuffarci, sia pure per poco, nelle belle tradizioni e negli ottimi sapori di un tempo.

Polpette



Ingredienti: 500 gr di carne tritata di vitello o anche di maiale
1 uovo
50 gr di formaggio grattugiato
100 gr di mollica di pane raffermo
prezzemolo, sale e pepe

Mettere il pane in una ciotola con acqua o latte e lasciarlo in ammollo per un po' di tempo fino a quando non si sarà inzuppato bene, quindi strizzarlo fino ad eliminare tutto il liquido.

Impastare la carne tritata con tutti gli ingredienti fino ad ottenere una massa ben amalgamata e formare delle polpette, che possono essere consumate nei vari modi:

Fritte: le polpette possono essere tonde, della grandezza di un mandarino (vedi foto), oppure ovali e schiacciate, così si chiamano "medaglioni"; entrambe vanno fritte in olio bollente: le prime direttamente, le altre passate prima

in uovo battuto e poi in pan grattato, quindi nell'olio.

In salsa

piccante: in un tegame si fa cuocere con olio la cipolla tritata fino alla sua doratura. Aggiungere del salame secco a pezzettini, capperi sotto aceto e salsa di pomodoro. In questa salsa far cuocere le polpette¹.

In bianco: versare in un tegame largo e alto un po' d'olio e 2 cipolle medie affettate finemente. Quando la cipolla sarà ben dorata, aggiungervi le polpette ovali e lasciarle rosolare, cercando di non farle attaccare al tegame. Quando avranno raggiunto un bel colore dorato, spruzzare un po' di vino bianco e lasciarlo evaporare; infine, aggiungere una noce di burro e una spolverata di farina, allungare il sugo con un po' d'acqua, o residui di brodo, e portare a termine la cottura. Servire caldo con una buona purea di patate o piselli per contorno.

In forno: con lo stesso impasto fare delle polpette tonde, un po' più piccole delle precedenti e metterle in una teglia da forno con patate tagliate a tocchetti, o a spicchi, un po' di burro, prezzemolo, uno spicchio di aglio, un po' d'olio e, di tanto in tanto, sorvegliare la cottura e portarla a termine con eventuale aggiunta di acqua o di brodo, se necessario.

¹ Questa salsa va bene anche per tutte le carni bianche lesse.

Carne alla pizzaiola

Battere ben bene la carne già affettata e disporla in una tortiera con poco olio.

Aggiungere pomodorini a pezzettini (o salsa di pomodori), fogliette di prezzemolo, aglio a pezzettini ed origano; se è il caso aggiungere altro olio e, volendo, una noce di burro, e cuocere a fuoco moderato.

Con un poco di attenzione e allungando di tanto in tanto l'umido, si possono condire anche i maccheroni (gustosissimi i vermicelli) o pasta corta e lasciare la carne così preparata per un buon secondo.

È questo uno dei classici esempi di cucina semplice e povera, ma in grado di sostituire un pasto intero anche per palati raffinati.

Polpettone di Linuccia

Lavorare la carne, condirla con tutti gli altri ingredienti come per le polpette¹, farne un polpettone della grandezza di un salame tipo coppa e in una casseruola friggerlo con abbondante olio d'oliva bollente, girandolo e rigirandolo fino a quando non si formi una leggera crosta; metterlo quindi in una pentola con cipolla fatta precedentemente rosolare, salare e aggiungere burro e pepe macinato; tirare con vino bianco e di tanto in tanto aggiungere un poco d'acqua o brodo di dado fino a completa cottura.

Ricetta molto antica trasmessa "a voce" da nonna a nipote, da madre a figlia, da sorella a fratello per il piacere dei commensali.

¹ Per gli ingredienti vedi pag. 65

Polpettone al forno

Ingredienti: 400 gr di manzo tritato
50 gr di burro
2 uova
3 cucchiaini d'olio
 $\frac{1}{2}$ bicchiere di vino bianco
mollica di pane, pecorino locale
prezzemolo e carote gialle
sale e pepe

Impastare la carne con le uova, poca mollica di pane inumidita con acqua, latte, pecorino grattugiato, prezzemolo tritato, sale e pepe, come per le polpette, facendone un polpettone come quello descritto nella pagina precedente.

Disporre in apposita teglia da forno il polpettone, aggiungere il burro, l'olio d'oliva, un sottile trito di cipolla, prezzemolo, alcune foglie di sedano e sottili fettine di carota.

Mettere il tegame in forno a temperatura moderata, facendolo rosolare, girandolo con attenzione da tutte le parti.

Aggiungere, se è il caso, un po' d'acqua fino a completa cottura.

Stufato di carne e patate

Ingredienti: *1 kg di carne di pecora*
1 kg di patate
1 kg di pomodori
100 gr di burro
1 manciata di prezzemolo
4 cipolle

In una casseruola far fondere il burro, aggiungere la carne a pezzetti, prezzemolo e sale, i pomodori tagliati a pezzi e i pezzetti di formaggio pecorino.

A metà cottura aggiungere 4 cipolle intere (media grandezza), le patate (sane e senza buccia) ed ancora pomodori a pezzi; coprire la casseruola e cuocere a fuoco lento, badando che la carne non si attacchi; per ovviare a questo inconveniente, di tanto in tanto togliere la casseruola dal fuoco scuotendone il contenuto. Una volta raggiunta la cottura, togliere le patate e le cipolle e servire.

Ricetta antichissima che al posto del burro utilizzava lo strutto di maiale, quindi, se reperibile, usare lo stesso quantitativo di strutto e il piatto risulterà certamente più gustoso.

Uccellini lardellati¹

Spiumare innanzitutto gli uccellini, possibilmente quaglie o allodole e svuotarli completamente delle interiora; lavarli accuratamente, quindi preparare tanti crostini di pane quanti sono gli uccellini.

Una volta preparati i crostini imburrarli ben bene e porli in una teglia da forno unta d'olio. Tagliare ogni uccellino dalla parte della pancia, disporli su ogni fetta di pane e condirli con un po' di sale e un filino d'olio.

Mettere in forno, facendo attenzione che, nella parte inferiore, il calore risulti più modesto e nella parte superiore più vivo.

Allo scopo veniva usato il tipico "forno di campagna".

¹ Molto probabilmente erano così chiamati perché si copriva l'uccellino con una fetta di ventresca.

Vitello tonnè all'antica

8 venerdì

MARZO

s. gerardo vespa

8

• Vitello tonnè all'antica

9

• la polpa di vitello di forma rettangolare

10

• mettetela a marinare in vino bianco

11

• secco / meno di un bicchiere / una cipolla e

•

• un paio di carotine a pezzi, qualche

12

• foglia di alloro tritata sale, pepe, a

13

• manna per 24 ore - sgocciolato e

•

14

• avvolgetelo in un Telo - nella pentola

•

15

• con la stessa marinata e in aggiunta

•

• di brodo / anche di dadi / alla cottura, di

16

• frittata e copritela con la salsa -

Questa pagina, tratta da un'agenda di una cara casalinga, non abbisogna di commenti. Faceva parte di una raccolta di ricette antiche o romantiche, classiche o correnti ricostruite con amore e fedeltà almeno per quanto riguarda le sue linee essenziali.

Il pesce



Non è altrettanto ricco il ricettario a base di pesce, ciò è comprensibile considerato che Cerignola non ha mai avuto (purtroppo) il mare, presupposto che non ha impedito al cerignolano di apprezzarlo moltissimo prediligendo soprattutto, addirittura, quello pescato nella maraine¹. Oppure aspettava il giovedì sera l'arrivo della sciabeche (pesce fresco) che di solito era costituito da seppie, calamari, triglie coi baffi (quelle di Manfredonia) ecc.

Fino a non più di mezzo secolo fa, era frequente sulla mensa cerignolana "u piatte mezzaine", una sorta di piatto comune, posto al centro tavola, nel quale tutti i commensali inzuppavano il pane assaporando il sugo delizioso e ricco di aromi "du ciambotte", zuppa di pesci vari, frugale ma molto gustosa.

¹ Maraine: piccolo corso d'acqua.

Ciambotte (Zuppa di pesce)

Zuppa di pesce

Se una squisita zuppa vuoi fare
questi tre segreti non scordare:
fuoco lento, freschezza e varietà
ed è garantita la bontà.

Per preparare questo piatto prelibato
non serve mica pesce complicato:
quello che si rimedie al mercato:
la tazza, i calamari e i marluzetti,
la coda di capro e due cicale, lo scorfano,
e vongole, polipetti e seppioline,
un po' di tutto, insomma, ben pulito,
non costa caro e - - - quanto è saporito!

E ora fuoco al tegame: un po' di olio
e come l'oro si colora l'aglio,
poi il pomodoro si mette,
un poco passato e un poco a pezzi,
un ciuffo di prezzemolo e il sale fino
e una punta di peperoncino -

Quando vedi questo nugnetto ballare
vuol dire che il pesce puoi colorare.

Mentre soffrigge sopra e sotto,
metti prima quello che va più sodo.

Oi acqua marina aggiungi un goccio
e lascialo ballare dentro il cocchio.
È questo il tegame più adatto
per la migliore riuscita di questo piatto.

A mezza cottura è il momento giusto
dell'altro pesce, quello che non è robusto.

Così si cuoce e ... odora di mare
e il suo profumo ti fa ubriacare.

Quando si sono amalgamati si sa poi,
la zuppa è pronta,
e buon appetito a lor signori!

Servire con crostini. Pesce consigliato: calamari (a rondelle), scorfano, triglia, gamberi, ed eventualmente cozze e vongole. Devo questa ricetta in versi a mia cugina Luisa che me li ha dedicati. In essa si avverte la poesia dei profumi, degli aromi e dei sapori che, purtroppo, sono impalpabili.

Cefalo al sale

Pulire il cefalo, piuttosto grande, senza togliere le squame.

Metterlo in un tegame e coprire interamente il pesce con sale grosso.

Infornarlo a fuoco un po' forte (200°) per una ventina di minuti (dipende dalla grandezza del pesce).

Una volta ritirato dal forno, fate attenzione a togliere tutto il sale e quindi le squame.

Se è troppo cotto inumidirlo con olio e limone battuto; se la cottura è stata giusta, si può consumare senza alcun condimento, in quanto la copertura del sale ha trattenuto tutto l'aroma del pesce.

Ritengo che questo sia il modo migliore per gustare un cefalo da un kg, ma non dimentichiamo la squisita bontà di un cefalo arrosto oppure lessato con maionese.

Baccalà, zucca e patate

Ingredienti: 700 gr di baccalà
700 gr di patate
350 gr di zucca
10 pomodorini
20 olive nere
 $\frac{1}{2}$ cipolla
pane grattugiato
sale e pepe

Disporre in un *routele* (tegame) uno strato di patate affettate sottili e divise in due, quindi baccalà spinato e a piccoli tocchetti, coprire con cipolla tritata finemente.

Aggiungere ancora la zucca tagliata a piccoli pezzi non molto sottili.

Salare, pepare e aggiungere i pomodorini e le olive nere (sparse).

Cospargere il tutto con pane grattugiato e coprire con le rimanenti patate e pezzi di zucca e ripassare ancora con pane grattugiato.

Irrorare il tutto con poco olio e poca acqua. Mettere in forno riscaldato in precedenza a 200°, per 40-50 minuti fino ad ottenere una leggera doratura.

Seppie ripiene

Ingredienti: 4 seppie di media grandezza
2 uova
3 spicchi d'aglio
pecorino, olio vergine d'oliva
pangrattato, prezzemolo, sale e pepe

Innanzitutto pulire e lavare bene le seppie. Togliere i tentacoli, che vanno conservati.

Preparare quindi una miscela di pangrattato, uova, aglio a dadini, un tritato di prezzemolo, pecorino grattugiato, poco sale, pepe e i tentacoli delle seppie a pezzettini.

Questa miscela serve per riempire i corpi delle seppie, che una volta imbottiti vanno "cuciti" (fermati con filo).

In un tegame far rosolare 2 spicchi d'aglio e appena pronti mettervi le seppie. A mezza cottura aggiungervi poca acqua, ricordando di tenere ben chiuso il tegame col coperchio per non disperdere gli aromi. Se necessario, aggiungere un mestolino d'acqua calda per una giusta dose d'umido.

A fine cottura condire con prezzemolo tritato e servire.

Turchie e sicce

Ingredienti: 4 seppie
500 gr di pomodori pelati
prezzemolo, aglio sale, pepe e olio

Pulire le seppie (eliminando il liquido nero), lavare ben bene e far rosolare con 100 gr di olio.

Una volta ben colorite, aggiungere i pomodori pelati e far cuocere ancora con aglio, sale e pepe.

Continuare a tirare questo ragù aggiungendo, se il caso, un po' d'acqua calda.

Questo meraviglioso sugo serve per condire i *turchie*, mentre le seppie costituiscono un buon secondo.

Anguilla (o capitone) arrostita

Ingredienti: *1 kg di anguilla (o capitone)
foglie di alloro, limone, olio
sale e pepe*

Lavare e pulire le anguille, tagliarle a tocchetti di una decina di cm e lasciarle “a marinare” per un’ora. Infilateli in spiedini lunghi, alternando ad ogni pezzo una foglia d’alloro.

Cuoceteli sulla brace, bagnandoli ogni tanto con il liquido della marinata. Ricordo che la marinata (pinzimonio) è composta da olio, succo di limone, sale e pepe.

Piatto tradizionale della vigilia di Natale nelle famiglie legate alla buona e antica cucina locale.

Per i profani: il capitone è la femmina dell’anguilla, naturalmente molto più grassa.

Verdure e tuberi



Dicevo nella prefazione che sono questi i prodotti che i nostri compaesani coltivano nel proprio orto o raccoglievano, girando per campi incolti, nell'intento di risolvere il quotidiano e sempre attuale "problema del mezzogiorno" con erbe e prodotti selvatici.

Forse perché la natura con noi è molto prodiga, una varietà infinita di ortaggi invadeva le nostre case, sicché la nostra massaia si specializzava per farne dei manicaretti che, a dire squisiti, è troppo poco.

Mentre alcuni di questi prodotti abbiamo imparato anche a conservarli, di tanti, purtroppo, si sono perse le tracce. È colpa quindi degli antiparassitari, degli erbicidi se oggi non troviamo più i code de ciucce, i cardoune, i cemamaredde, i carusidde¹ (code d'asino, cardì, cime di rapa al gusto amaro), nelle mezzane.

Consumiamo, quindi, quel che natura ci procura e vi assicuro che non è ben poca cosa.

¹ Piccola cocuzza, di forma ovoidale, simile al cetriolo, ricca di semini e rivestita di peluria, tanto che alcuni la chiamano *pelusidde*.

Ciambotte o zuppa d'uova

Ingredienti: 8 uova (2 per persona)
80 gr d'olio
500 gr di pomodoro
1 cipolla grande
basilico, sale e pepe

Preparare la salsa con olio, cipolle e pomodori. Fatela restringere usando un bel tegame largo e basso.

Aggiungere qualche foglia di basilico, sale e pepe secondo i gusti.

“Romperè” le uova versandole nella salsa e cuocere fin quando l’albume non si sarà rappreso. Servire ben caldo.

“*U ciambotte*” costituiva l’abituale cena del massaro. Piatto unico e appetitoso in grado di saziare per la gran quantità di pane che si inzuppava nel sugo.

Frittata di cipolle

Ingredienti: 1 kg di cipolle
10 uova
50 gr di parmigiano o pecorino
olio
sale e pepe
prezzemolo

In una padella molto larga tagliare a fette sottili le cipolle (possibilmente quelle rosse di Zapponeta), farle rosolare con poco olio e, quando saranno ben dorate, aggiungere le uova sbattute insieme al formaggio grattugiato, sale, prezzemolo e pepe.

Aiutandovi con la forchetta, rimestare di tanto in tanto la massa perché non si attacchi; quando avrà raggiunto una giusta compostezza e una bella doratura, lasciar cuocere a fuoco lento su entrambe le superfici per pochi minuti, fino ad ottenere una "bella frittata".

Si ricordi che si può servire anche fredda.

Ricetta semplice e gustosissima.

N.B. È consigliabile evitare di scambiarsi baci o semplici effusioni, almeno fino al giorno successivo a quello in cui si è gustata la frittata. La precauzione è d'obbligo, considerato che qualcuno potrebbe soccombere al "fiato puzzolente".

Cipolle all'agrodolce

La cosa migliore è avere a disposizione delle cipollette piccole; se grandi dividerle a metà.

Lavarle e farle soffriggere in poco olio tanto da diventare dorate.

Aggiungere del *vincotto*¹ con un po' d'acqua e finire di cuocere. Al momento di servire aggiungere dell'aceto.

Non avendo a disposizione *vincotto* si può finire la cottura delle cipollette con aceto e zucchero e lasciarle cuocere a fuoco lento. Ottimo contorno per carni lesse.

¹ Vincotto, vedi pag. 121

Rape in Purgatorio

Ingredienti: *1 kg di rape*
4 cucchiaini d'olio d'oliva
1 spicchio d'aglio
3 pomodorini
sale e pepe

Pulire le rape ricavandone le sole cime, lavarle e metterle in un tegame senz'acqua con olio, aglio e pomodorini.

Cuocere a fiamma bassa e con tegame sempre coperto per non disperdere gli aromi. Se occorre, ultimare la cottura aggiungendo un po' d'acqua calda.

Aggiungere sale e pepe e servire ben calde.

Altra splendida ricetta che esalta i prodotti tipici nostrani: le rape e l'olio dei nostri frantoi.

Carciofi

Carciofi

fritti:

innanzitutto lavare bene i carciofi e togliere le foglie esterne più dure. Tagliarli in due o quattro parti secondo la grandezza. S'infarinano, s'indorano (passati in uova battute) e si friggono. Servirli ben caldi. *N.B.* se i carciofi sono duri, farli bollire prima con un po' di sale.

Carciofi

sfritti:

lavare bene i carciofi prima, togliere le foglie esterne più dure, tagliare le punte dei carciofi e dividerli in più pezzi. In una casseruola far soffriggere uno spicchio d'aglio tagliato in due, quindi si "buttano"¹ i carciofi con un po' di sale e un po' d'acqua. Aggiungere sempre un po' d'acqua fino a completa cottura. Questo è consigliabile quando i carciofi sono duri. Volendo si può aggiungere anche del latticino a pezzi e ancor meglio con un uovo sbattuto.

Carciofi

ammollicati:

lavare ben bene i carciofi e bla bla bla... In una casseruola sistemare a strati i carciofi e un impasto di mollica di pane grattugiato, sale, pepe, prezzemolo e aglio a pezzettini, e volendo anche pecorino. Aggiungere un po' d'olio e un po' d'acqua. Cuocere a fuoco lento. Aggiungere, se i carciofi sono ancora duri, un po' d'acqua.

¹ Attenzione a non buttarli: calateli.

Carciofi alla maionese

Carciofi alla maionese - pulite le carciofe togliendo
le foglie dure - pulite il torso e dividete le carciofi in
quattro o due parti recando la grossa delle carciofi.
Mettete i ^{pizzi della} carciofi in una cassuola dopo aver messo
nella cassuola un po' d'acqua e bollite ben bene
con buon concubano di farina ed ^{il mezzo di} burro -
Poi fate i pizzi di carciofi con un po' di sale badando
che i carciofi non si sciolgano - fate bollire - tirate
a cottura delle carciofi - Poi mettete in una cassuola
la un po' d'olio e fate sfregare un aglio - dopo
trattate i carciofi cotti e ^{che non sono a pezzi} rotolate per diverse volte
sopra nel fuoco per farli prendere il sapore dell'olio.

trattate tutto in una piastra e fate raffreddare - Si prendano
due folli d'uva si mettano in una zuppinina e con
un concubano di legno rotolate sempre sull'istesso verso -
Badate che la zuppinina deve essere circondata da un
forno inguato in acqua fredda (se estate si usa acqua
dalla zuppinina ed ghiaccio) - Poi lavate l'uva si
comincia ad rassare a poco a poco dell'olio - (per
due uova si consuma per di più quasi 230 di olio - ed
il resto delle uova bruciate) = Il burro si mette
dopo che si è messo una quantità di olio - eppoi si
alternano - tirate a diventare una crema densa -
Si riprendano le carciofi pochi minuti davanti di
burro in tavola - si mescolano in un po' di maionese
eppoi si mettano bene in un piatto e si ricoprono
con coll'altre maionese da far sembrare come crema
gialla =

Si fa la maionese di sarago invece di mettere la
uova si fanno lessare le patate e si schiacciano nel
mortajo e si fa il burro - eppoi si mescola l'olio ed il burro
nel cune si è detto avanti = nell'ultimo momento si
aggiunge un po' di sale =

Cicorie di campagna col lardo (zia Felicetta)¹

Per un chilo di cicoria o insalata riccia 100 gr di lardo (oggi sostituito dal burro), una mezza tazzina di salsa di pomodorini, cacio grattugiato, pezzettini di cotica di maiale o di salame e una cipolla grande.

In un tegame piccolo mettere il lardo e la cipolla a pezzettini, far dorare la cipolla e poi versare la salsa da “tirare” ben bene spruzzando, se necessario, con acqua, e aggiungendo infine prezzemolo tritato, sale e pepe.

Distribuire a strati prima le cicorie e poi uno strato di salsa, formaggio grattugiato, pezzettini di cotica o di salame.

Cuocere a fuoco lento senza mai toccare fintanto che le cicorie non abbiano preso il sapore dei condimenti.

Ricetta antica? No, attualissima per la sua bontà.

¹ Felicia Cannone in Manzari – Cerignola 20/9/1855 - 20/8/22 – madre della già citata Fedelina Manzari.

Cardungedde in brodo d'agnello

Ingredienti: *1/2 kg di cardoncelle di campo*
1/2 kg di agnello locale
1 bicchiere d'olio extra vergine d'oliva
4 uova
pecorino locale dolce, prezzemolo tritato
pepe e sale

Pulire le cardoncelle riducendole ai soli steli, lavarle, lessarle (al dente) e tenerle da parte. Separatamente in un tegame friggere l'agnello (possibilmente la coscia), diviso in piccoli pezzi (una decina), con olio. Prossimo alla cottura si aggiunge all'agnello tanta acqua calda fino a coprirlo integralmente. A questo punto aggiungere le cardoncelle già lessate, un po' di sale e una manciata di pecorino.

Quando il tutto riprende a bollire, è la volta di aggiungere le uova battute, il prezzemolo tritato e un pizzico di pepe. Mescolare poche volte con un cucchiaio di legno fino a ottenere un amalgama perfetto.

Tipica preparazione del giorno di Pasqua, nella quale la verdura in brodo funge da ottimo "primo", mentre la carne è un altrettanto gustoso "secondo".

Patate ripiene al forno

Sbucciare le patate, lavarle e lessarle.

Se grosse si scavano a forma di ciotoline, nelle quali si mettono, a strati, pezzettini di mozzarella, pomodori a pezzi, qualche filetto d'acciuga, un filino d'olio, poco sale, pepe (e origano a piacere).

Se le patate sono piccole, tagliarle a fette e disporle a strati con gli stessi ingredienti.

In forno, riscaldato in precedenza, cuocere a 200° per una ventina di minuti fino alla completa doratura delle patate.

Preparazione facile, non elaborata, ma di sicuro effetto. Ottimo contorno in un pranzo abbondante ma anche piatto di base per una cena rustica.

Gattò¹ di patate

Ingredienti: *1 kg di patate*
3 uova
pecorino locale grattugiato
latte quanto basta
olio d'oliva
pane grattugiato

Lessare le patate, sbucciarle e passarle al setaccio.

Fare un impasto con le patate, le uova, una manciata di pecorino e tanto latte quanto basta per fare un impasto di media consistenza. (Volendo si possono aggiungere anche dei pezzettini di latticini e per arricchire il tutto anche dei pezzettini di mortadella).

Ungere una tortiera d'olio e versarvi il tutto.

Cospargere con pan grattugiato e cuocere in forno, riscaldato in precedenza a 160°, per 30-35 minuti.

¹ Dal francese gateau = timballo di patate lesse.

Torta di patate

Ingredienti: 600 gr di zucchero
300 gr di latte
1 kg di patate
5 uova
2 bucce di limone grattugiate
1 bustina di vanillina
mollica di pane di casa
marmellata a piacere
burro, pan grattato, zucchero a velo

Lavare, lessare e sbucciare le patate e passarle al setaccio.

In un *caccavotte*¹ mettere il latte, lo zucchero, uova, vaniglia, bucce di limone e riscaldare il tutto. Aggiungere tanta mollica di pane da far assorbire il latte. Far cuocere per qualche minuto e mescolando con un cucchiaio di legno aggiungere l'impasto di patate. Continuare a girare fino ad ottenere un impasto omogeneo e ben fuso.

In una tortiera, precedentemente imburata e infarinata, versare metà dell'impasto, coprire con della marmellata (secondo i vostri gusti) quindi aggiungere l'altra metà dell'impasto.

Controllare la cottura (20 minuti a 200° gradi) in forno caldo.

Prima di servire (calda o fredda) spargere dello zucchero a velo.

¹ *Caccavotte* = tegame dal bordo alto e bombato.

Pizza di patate dolci (Fedelina)¹

Pulire, lavare e lessare 1 kg di patate e passarle al setaccio.

Sbattere 8 tuorli d'uovo con $\frac{1}{2}$ kg di zucchero e un poco di cannella, mescolandoli alle patate e lavorando ben bene fino a farne una crema.

Montare a neve 8 bianchi d'uovo e aggiungerli alla crema di patate insieme a pezzettini di cioccolato e possibilmente pezzettini di frutta candita.

Versare in una teglia da forno precedentemente imburrata.

Far cuocere in forno riscaldato in precedenza a 200° per circa 20 minuti.

Otterremo così un dolce squisito con delle comunissime patate.

¹ Fedelina Manzari in Ragusa – Cerignola 26/2/89 – figlia di Felicia Cannone, vedi pag. 38

Lambascioune¹ dorati e fritti

Ingredienti: 500 gr di lambascioune
2 uova
farina e sale

Lavare ben bene i *lambascioune* e lessarli in acqua salata, tenendoli un poco al dente.

Passarli nella farina e nell'uovo sbattuto. Friggerli in olio bollente.

Ricetta facilissima che riportiamo sia per la sua bontà quanto per un elogio di questi tuberi modesti ma dal gusto particolare ed esclusivo perché non si rinvengono in altre zone. Recentemente se n'è introdotta la coltivazione in Tunisia e altri pochi paesi.

Sono anche ottimi da consumare lessi, dopo che si sono raffreddati, scacciandoli con la forchetta e conditi con olio, aceto, prezzemolo, sale e pepe.

N.B. Per gustare meglio i *lambascioune*, ricordatevi di togliere il... (parte posteriore).

¹ *Lambascioune* = lampascioni, specie di pianta a giglio, molto alta, della quale si usa soltanto la parte sottoterra, che è uguale a un tubero.

Lambasciune in agrodolce

Lambasciune in agrodolce - Si mettono a cuocere i costi
delli lambasciune, in acqua dolce - quando l'acqua
diviene rossa si toglie e si mette dell'alta acqua calda
dopo cotti si mettono nell'acqua fresca e si fanno rimanere
tre o due giorni - lambando spesso l'acqua per
farli adollescere - poi si asciugano, s'infarinano e si
sigillano, e dopo si mettono sopra un cartone per fare
venire l'olio - fatto ciò si mettono in un tegame sul
fuoco coperti di vinetto, mandorle abbrustolite e pestate
con un poco di cannella e di pepe garofano e poche stille
di ottimo aceto fino e che il vinetto viene assorbito
dopo si mettono in una zuppina e si ritorna a mettere
sulle mandorle abbrustolite ed un poco di cannella -

Specialità ricca di sapori, che si preparava per gli uomini dei campi, e che ancora oggi si usa in alcune famiglie contadine, fedeli alle tradizioni locali.

Come conservare i peperoni

Peperoni sott'olio (Maria Traversi).

Prendete i peperoni o comuni o rossi o gialli, possibilmen-
te doppi spessi, tagliateli e togliete semi e peduncolo.

^{zate}
~~mettete~~ a bollire aceto diluito con acqua ($\frac{1}{2}$ di acqua)
e mentre bolle mettete i peperoni finché cambiano
colore - Indi toglieteli e fateli seccolare l'aceto.
Si stratipecano aggiungendo pezzetti di aglio, accughe
ed anche capperi - Gli strati devono essere bene
comparsi - Da ultimo aggiungete olio fuso a
coprire il tutto -

Dopo qualche ~~giorno~~ tempo potrete mangiarli
in buona salute vostra e dei vostri cari.
Amen.

11 - ottobre 1936 =

Per i peperoni preferite la qualità *Pepoune*. Personalmente rinno-
vo l'augurio che la non individuata Maria Traversi ci ha indirizzato
nel 1936.

Peperoni ripieni



Ingredienti: 200 gr di pane grattugiato
1 ciuffo di prezzemolo
4 filetti di acciughe
2 cucchiari di capperi
1 spicchio d'aglio
50 gr di olio
sale e pepe quanto basta

Lavare i peperoni, tagliarli per metà e togliere la parte interna, compresi i semini.

Preparate il ripieno con tutti gli ingredienti, comprese le acciughe fatte a pezzettini.

Riempite così ogni metà di peperone.

Disporli in una teglia da forno e cuocerli in forno preriscaldato a 200° per 40-45 minuti.

Serviti anche freddi per un'ottima cena.

Peperoni arrostiti¹

Abbrustolire i peperoni (meglio sulla fiamma che sulla piastra) grossi e molto carnosì.

Farli raffreddare per poi spellarli e tagliarli a filetti, quindi disporli su un piatto da portata.

Fare stemperare in olio bollente 2 o 3 spicchi d'aglio e aggiungere a freddo i filetti di acciuga, precedentemente tagliati a pezzettini.

Condire con questo sugo i peperoni.

Piatto gustoso indicato come contorno ma che può fungere da ottima cena.

¹ Ho già presentato questa ricetta nel precedente mio opuscolo *Via Piazza Vecchia, 13*.

Melanzane

Fra i tanti modi di preparare le melanzane, ricordiamo, oltre ai maccheroni con le melanzane¹ di cui si è già detto, le squisite:

Melanzane

al forno: si tagliano le melanzane per metà, togliere i semi e si riempiono con pane grattugiato, capperi sottaceto, alici spinate, olive nere snocciolate, sale, pepe, prezzemolo ed olio. Porre in una teglia precedentemente oleata ed infornare.

Melanzane

in aceto: dividere per lungo le melanzane se lunghe. Se grandi dividerle in 4 parti. Far bollire l'acqua e versare le melanzane per un solo minuto. Scolarle e farle asciugare. Inserirle in un vasetto condite con aglio, origano e peperoncino forte. Coprire il tutto con aceto. Dopo 10 giorni si possono consumare ma si possono conservare anche per diversi mesi.

¹ Maccheroni alle melanzane, vedi pag. 30

Parmigiana

Ingredienti: 1 kg di melanzane
1 kg di pomodori maturi
1 cipolla piccola
300 gr di fior di latte
1 uovo
parmigiano grattugiato
basilico, olio, sale e pepe

Lavare e mondare (bel verbo ma non vi preoccupate, significa togliere la buccia) le melanzane, tagliarle a fette e tenerle sotto sale per una notte in uno scolapasta con un peso sopra, affinché possa colare l'acqua contenuta nell'ortaggio.

Tirare la *salza*¹ con cipolle (a fette piccolissime), pomodori e qualche foglia di basilico.

Si passa così a friggere (più buone se indorate, cioè passate prima nell'uovo sbattuto) le fette di melanzane in abbondante olio d'oliva e posarle su carta assorbente.

In un tegame da forno versate qualche cucchiata di sugo e cominciate con l'"affilare" il primo strato di melanzane, poi uno strato di fior di latte a pezzettini, una manciata di parmigiano, qualche fogliolina di basilico ed infine la salsa di pomodoro. Continuate con diversi strati fin quando potete, badando bene di chiudere con le melanzane e la salsa di pomodoro.

Passare in forno caldo per mezz'ora a 180°.

Non inganni il termine "parmigiana"; non è originaria di Parma, ma risale ad un'antica ricetta nostrana che vede anche le zucchine al posto delle melanzane.

¹ Passata di pomodoro.

Zucchine alla menta

Ingredienti: 800 gr di zucchine verdi
foglioline di menta fresca selvatica
prezzemolo, olio vergine d'oliva
aceto di vino, aglio e sale

Lavare e asciugare bene le zucchine, tagliarle a rondelle, infarinare leggermente e friggerle in abbondante olio d'oliva bollente.

Condirle con alcune foglioline di menta (anche tritata), pezzettini d'aglio, abbondante aceto e sale.

Ricetta semplice per una cena estiva.

È questo uno dei tanti modi per utilizzare questo meraviglioso ortaggio che si coltiva da sempre nelle nostre fertili terre.

Non possiamo dimenticare infatti la parmigiana¹ di zucchine, la frittata di zucchine, trifolate, lesse con la ricotta dura, o la ricetta che segue.

¹ Vedi pag. precedente.

Timballo di zucchine

Ingredienti: 1 kg di zucchine
1 mozzarella
8 acciughe salate sott'olio
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
8 foglie di basilico
4 cucchiaini di soffritto (pancetta e cipolla)
200 gr di pomodori pelati
olio, sale e pepe quanto basta

In un primo tegame riscaldare due cucchiaini d'olio, aggiungere le zucchine tagliate a rondelle e due cucchiaini di soffritto, rosolare a fuoco vivo, dopo di che abbassare la fiamma e, salandole, farle cuocere per 10 minuti, girando sempre; a fuoco spento si aggiunge il prezzemolo.

In un altro tegame mettere i pelati passati, il basilico, il resto del soffritto, pepare, salare e cuocere il tutto a fuoco medio per circa mezz'ora.

Infine, in una teglia, fare uno strato di zucchine sul quale versare uno strato di sugo di pomodoro, le acciughe fatte a pezzi, parte della mozzarella affettata.

Ripetere altrettanto per il secondo strato.

La teglia viene messa in forno a 180° per 20 minuti.

Il timballo così preparato, va servito caldo.

Ricetta tratta da *Il libro d'oro della cucina familiare italiana*, Edizione Mursia, 1977, di Mario Fréjaville (16/03/1909 - 04/10/2000), gastronomo, pittore e scrittore, che mi piace qui ricordare per aver fatto conoscere, insieme a pochi altri, la nostra buona cucina locale.

minestrone primavera

Ingredienti: 150 gr di riso
100 gr di pancetta
250 gr di verza
100 gr di carote
100 gr di fagioli freschi (spurgaridde)
100 gr di piselli freschi
5 pomodori pelati
2 zucchine
3 patate medie
fagiolini, sedano e prezzemolo
aglio e cipolla, olio vergine
pecorino locale grattugiato
dado per brodo
sale quanto basta

Soffriggere in un tegame con $\frac{1}{2}$ bicchiere d'olio d'oliva una cipolla tritata finemente, uno spicchio d'aglio, la pancetta tagliata a dadini e i pomodori pelati.

Aggiungere ogni 5 minuti e strettamente nell'ordine: la verza a pezzettini, carota tritata, alcune foglie di sedano, prezzemolo tritato, fagiolini, patate a fette, zucchine a pezzi, fagioli e piselli.

Durante la cottura aggiungere, se il liquido si dovesse ridurre molto, poca acqua calda e comunque $\frac{1}{2}$ dado.

Aggiungere sale quanto basta e finire² la cottura. Aggiungere quindi il riso precedentemente lessato e servire con una spolverata di pecorino.

Non ci sono parole per magnificare la delizia di questo piatto, dovuta principalmente alla fragranza dei nostri ortaggi.

Minestra maretete¹

Ingredienti: *1 kg di scarole*
1 kg di cicorie
500 gr di finocchietti
500 gr di sedano
100 gr di pancetta (o osso di prosciutto)
100 gr di pecorino grattugiato
brodo (possibilmente di carne)
pepe

Lavare e cuocere separatamente le verdure tenendole un po' al dente. Nel brodo aggiungere la pancetta a dadini (o l'osso di prosciutto) e far bollire ancora per 15 minuti.

In un coccio fare uno strato delle verdure già cucinate e uno strato di pecorino grattugiato e un po' di pepe. Completare sempre così a strati.

Coprire il coccio e cucinare ancora per 15 minuti.

Spegnere il fuoco e far riposare per una buona mezz'ora, quindi servire.

Non sarà la curiosità che vi porterà a scoprire il coccio, ma il profumo che di lì si sprigionerà.

¹ *Maretete* = sposata con (tutte le verdure).

Caponata

Ingredienti: 100 gr di capperi
100 gr di melanzane
100 gr di zucchine
100 gr di peperoni
3 patate
2 foglioline di sedano
 $\frac{1}{2}$ bicchiere d'aceto bianco
1 cucchiaino di zucchero
6 cucchiaini d'olio d'oliva
1 spicchio d'aglio.

Dopo aver lavato e tagliuzzato tutta la verdura, cominciare col soffriggere l'aglio nell'olio.

Aggiungere nell'ordine: sedano, peperoni e patate, melanzane e zucchine. Quando questi sono cotti, unire i capperi; prima di togliere dal fuoco, aggiungere l'aceto, nel quale si è sciolto precedentemente lo zucchero.

Ottimo contorno per carne bollita o arrostiti di carne.

Dedico questo piatto al sole, quasi sempre presente nelle nostre zone, capace di dar vigore in ogni stagione a tutta l'infinita e profumata gamma di verdure nostrane.

Acquasele e cruske

Sono fette di pane leggermente abbrustolite che si bagnano prima con acqua fresca, senza che arrivino a disfarsi, e poi si condiscono sfregandovi sopra pomodorini¹ sugosi e aperti (affinché i succhi siano assorbiti) ed ancora sale, origano e, a piacere, prezzemolo.

Dice la tradizione che questo piatto, così povero ma di grande effetto, veniva preparato dai nostri contadini su grande tavolata agli invasori (crociati, francesi, spagnoli, tedeschi...) per assicurarsi la loro benevolenza ed ai pellegrini della "via Micaelica" a dimostrazione della proverbiale ospitalità cerignolana, sottolineata, per altro, dal noto detto "*San Pitre è amante du frestijre*".

Questa è la versione più elaborata *du cruske*, semplice pane abbrustolito e condito con pomodorini, sale e olio.

Ricorderò in proposito un vecchio proverbio cerignolano:

*"u soile pe amore
e l'ugghie pe addoure".*

¹ Pomodorini piccoli e sugosi, raccolti d'estate e conservati per il consumo invernale. Si ricordi la "*nzerte de premeduledde*".

Conserva di pomodoro

Lavare i pomodori (possibilmente S. Marzano), asciugarli e tagliarli nel senso della lunghezza. Esporli al sole su tavolette di legno cosparsi di sale (nella proporzione di 1:5) per almeno due giorni, avendo cura di ritirarli alla sera.

Passarli al setaccio e rimettere di nuovo al sole negli appositi piatti fondi, affinché al sole possano restringersi. Non c'è tempo da consigliare, ma il tutto varia a seconda del calore del sole, avendo cura, nel frattempo, di girare di tanto in tanto la salsa fin quando non assumerà un bel colore scuro.

Quando sarà quasi nera e densa, è segno che è pronta.

Trasferire così la conserva in contenitori di vetro, versando un filino d'olio per copertura e, volendo, introdurre qualche foglia di basilico.

Tappare bene i recipienti possibilmente con carta pergamena, legare l'imboccatura con spago e conservarli.

Questa preparazione si mantiene anche per anni; all'occorrenza va diluita con un cucchiaino di acqua calda prima di essere utilizzata.

CAPITOLO V
La frutta



Potrei a questo punto accennare qualcosa a proposito delle virtù terapeutiche della frutta, ma il mio pensiero va a quei frutti ormai desueti, che mi riportano agli anni della fanciullezza, quando, soprattutto in estate, in ogni strada sopra la seggetelle venivano esposte lazzeruole, mele di S. Antonio, perazze, mele di San Gelarde, tanto preferite da un mio amico che ancora oggi va in giro alla ricerca disperata.

E che dire della bontà dei fioroni (di San Pietro), dei fichi, nelle diverse qualità: ottavi, settembrini, invernali, salpetoine.

La nostra brava ed economica massaia, dopo aver destinato al consumo giornaliero una parte dei frutti freschi, utilizzava il resto per un'ottima marmellata da consumare durante l'inverno quando il clima è avaro di frutta di stagione.

Lazzeroule¹ allo sciroppo

Lazzeroule allo sciroppo (nema Maria)
Lazzeroule Kg. 1 zucchero g. 800 acqua $3\frac{1}{2}$ quinti
Nell'acqua bollente col torso e gambo fatte bollire
per dieci minuti e ancora colate con la giunta di
un Temperino lavate loro i noccioli delle porte
del fiore. Sciogliete lo zucchero nei $3\frac{1}{2}$ quinti
di acqua ~~che~~ più servivi anche quelle dove sono
bollite le lazzeroule. Versatele dentro quando
lo sciroppo comincia a cadere a gocce.
Lavatele col loro liquido e conservatele nei vasi

Inutile sperare di trovarle o prenotarle presso il nostro fruttivendolo: sono quasi del tutto scomparse.

Lazzeroule: *crataegus azarolus*. Pianta del gruppo "biancospini" dai frutti eduli di sapore acidulo, giallognoli macchiati di rosso, la cui coltivazione, un tempo diffusa, è stata abbandonata a vantaggio di essenze fruttificanti più commerciali.

¹ Maria Carelli, Canosa 11/02/1886 - Cerignola 09/02/1970.

Castagnaccio¹

Ingredienti: 500 gr di farina di castagne
50 gr di zucchero
4 cucchiaini d'olio d'oliva
1 pizzico di sale

Questa farina di castagne si ottiene macinando finemente castagne secche.

Versare la farina in una terrina piuttosto capiente e aggiungere acqua calda un poco per volta fino ad ottenere un impasto piuttosto fluido e comunque privo di grumi, unire il sale, lo zucchero e l'olio amalgamando bene il tutto.

Ungere una teglia da forno e versarvi il composto.

Aggiungere un poco d'olio e infornare in forno preriscaldato a 200° fino a quando la superficie non ha assunto un colore dorato (1 ora circa).

Per una versione più ricca aggiungere 70 gr di pinoli, 100 gr di uvetta o sostituire il latte all'acqua.

La tradizione impone la prima preparazione ch'è quella eseguita da "Pasqualino", venditore ambulante di caldarroste e castagnaccio dinanzi all'ex cinema "De Gemmis", ora Cinema Corso.

¹ Ho già presentato in *Via Piazza Vecchia 13* questa ricetta.

Arancini canditi



Le bucce delle arance (preferibilmente tarocchi) vengono messe a bagno per un paio di giorni, badando di cambiare spesso l'acqua in modo che perdano l'amarognolo della tunica bianca della buccia.

Le stesse bucce si fanno bollire qualche minuto per ammorbidirle.

Scolate, si mettono in un tegame con la stessa quantità di zucchero e poche gocce d'acqua.

Cuocere a fuoco lento, rigirando con un cucchiaino di legno e cucinare fin quando lo zucchero non si rapprende alle bucce d'arancio.

Versare il tutto sopra un piano di marmo unto d'olio, separare le "scorze" tra di loro, lasciarle raffreddare e riporle in un vaso di vetro: *'u buccacce*.

Ottimo digestivo, serve anche per la preparazione di dolci là dove si richiede la frutta candita.

Cotogne in gelatina (o Gelatina di cotogne)

1

Gelatina di cotogne (suu' Inceiza)
Purdate cotogne di Inceiza gialla, che sono fini
mature delle verbi tagliatele a fette grosse mezzo
dito e sciolte il torsolo - Ponetile al fuoco copre
te d'acqua e senza toccarle mai col mestolo,
fatele bollire coperte finché non siano ben cotte -
Versatele allora in uno staccio fatto fatto / i un
panno addestrittura / sopra una cartuccia per re
cogliere tutta l'acqua senza strizzarle - Pesate cotte
it'acqua e rimettetele al fuoco con altrettanto
questo bianco fine, e fatele bollire a cazzaruola
scoperta mettendola dalla schiuma, fino al con
densamento, il che si conosce dalla fredda perla
che comincia a fare lo zucchero, oppure se, basta
fare qualche goccia su di un piatto non iscorra
troppo - Conservatela in un recipiente di vetro
In le cotogne rimaste potete fare una conserva
come quella descritta nel numero che segue -
ma viene poco saputa e poco colorosa =

Suor Vincenza, al secolo Consenti Cristina, nata a Nola il 25/02/
1882, operò presso il locale ospedale dal 1915 al 1964.

Crema liquida di cotogne

Lavare bene le mele cotogne, tagliarle a spicchi e senza sbuciarle togliere la parte dura del torsolo. Pesare tutto (servirà successivamente), versare in una pentola e aggiungere tanta acqua da coprire le mele cotogne.

Una volta che saranno cotte ben bene, passarle al setaccio e rimetterle nella pentola nella stessa acqua che, nel frattempo, non era stata gettata. Una volta che questo composto bolle, aggiungere tanto zucchero quant'era il peso originario delle cotogne.

Di tanto in tanto controllare la cottura, che sarà giunta al termine quando versando una goccia sul piatto non la vedrete scorrere molto.

Conservarla in *buccacce*¹ e servirla su fette di pane fresco.

¹ *Buccacce* = barattoli di vetro ottimi per tutti i prodotti "conservati".

Cotognata



Lavare bene le mele cotogne senza sbuciarle e tagliarle a fette.
In una pentola con acqua si fanno cuocere a fuoco forte.

Dopo cotte (le fette di cotogne saranno parecchio morbide) si passano al setaccio. In un tegame di rame versare il passato di cotogne e per ogni chilo di questo aggiungere 600 gr di zucchero. Sempre mescolando con un cucchiaino di legno terminare la cottura finché la massa, ormai caramellosa, non si stacca dai bordi del tegame.

Spandere la confettura su un ripiano di marmo e con un coltello ricavare cubetti o formette diverse ottenute per mezzo di stampini sagomati.

Fino a 50 anni fa, era diffusissima tra noi ragazzini e ne facevamo largo uso grazie alle sagge intuizioni delle nostre mamme e nonne che ben conoscevano il valore energetico di questo semplice alimento.

Conserve di frutta

- Amarene:** *1 kg di amarene*
600 gr di zucchero
Lavare e snocciolare le amarene. Preparare in una casseruola il *giuleppe*¹ e quando lo zucchero comincia a filare, versare le amarene snocciolate. A mezza cottura si toglie una parte dello sciroppo (buono per bibita) e vi si aggiunge 100 gr di zucchero. La conserva è pronta quando l'amarena si stacca dalla casseruola.
- Percoche:** *1 kg di percoche (o pesca a pasta gialla) sbucciate, snocciolate e tagliate a fette.*
500 gr di zucchero
Preparare dapprima il *giuleppe* e seguire lo stesso procedimento per la cottura delle amarene.
- Pere:** *1 kg di pere sbucciate e tagliate a fette*
360 gr di zucchero
Preparare dapprima il *giuleppe* e seguire lo stesso procedimento per la cottura delle amarene.
- Ciliegie:** *1 kg di ciliegie snocciolate*
300 gr di zucchero
Preparare dapprima il *giuleppe* e seguire lo stesso procedimento per la cottura delle amarene.

¹ *Giuleppe* = *naspro* = glassa: sciroppo composto da gr 500 di zucchero e circa 100 gr di acqua. Cuocere fin quando lo zucchero comincia a filare. Il termine *giuleppe* è la versione italianizzata di *geleppe* (= *giulebbe*).

Conserva di mandarini

Conserva di frutta -

Mandarini - Si prendono dei mandarini grandi e ben maturi con cuticcia grossa - si mettono in una giupina e si coprono d'acqua - si cambierà l'acqua una volta al giorno per tre giorni - Si tolgono dall'acqua ed i mandarini si tagliano a fettine trasversali - si tolgono i semi e si misurano - Per ogni sei quinti di mandarini si prendono grammi 800 di zucchero - Si mettono i mandarini lo zucchero ed un quinto d'acqua oltre al sago che è uscito dai mandarini in una casseruola ed a fuoco giusto si fanno cuocere facendo ogni tanto di rostarli senza ridotti e rimangiarsi - La conserva sarà fatta quando il succo è interamente ristretto da fare che si stacchi dalla casseroletta la miscela - Si mette in un recipiente e si fa raffreddare così lo zucchero si cristallizza sul mandarino -

Se questa preparazione vi riesce, fatecela assaggiare!

Marmellate

Arance: *1 kg di arance*

1 kg di zucchero

Mettere a bagno per 2 giorni le arance intere e cambiare l'acqua almeno tre volte al giorno. Tagliarle a fette sottilissime e metterle nella stessa acqua dell'ultimo bagno insieme allo zucchero. Far cucinare fin quando questo composto comincia a filare.

Castagne: *1 kg di castagne*

800 gr di zucchero

1 bustina di vaniglia

cannella quanto basta

Arrostire le castagne nella *varoule* (padella bucherellata usata solo per le caldarroste ma sempre presente in tutti i "corredi") come per le comuni ed ottime caldarroste. Sbuciarle e metterle in una pentola ricoperta d'acqua con un pezzetto di cannella e la bustina di vaniglia. Cucinare fino ad ottenere una poltiglia che si passerà al setaccio. Ora occorre aggiungere ad ogni chilo di passato 800 gr di zucchero. In una pentola abbastanza capiente versare lo zucchero e circa 2 bicchieri d'acqua mescolando sempre con un cucchiaino di legno. Man mano che lo zucchero si scioglie, versare il passato di castagne e cucinare ancora, mescolando sempre per circa 40 minuti. Versarla ancora calda in vasetti di vetro. Procedimento lunghissimo ma ne vale la pena...

Fichi:

Sbucciare 2 kg di ottimi fichi e tenerli a bollire fin quando non saranno disfatti e cominceranno ad asciugarsi. Aggiungere 1 kg di zucchero e farli bollire per un'ora. Appena saranno intiepiditi, metterli nei vasi a chiu-

sura ermetica come per tutte le marmellate e conservare in un ambiente fresco¹.

Cotogne: *2 kg di cotogne sbucciate*

1 kg di zucchero

Cominciare col far bollire le bucce delle cotogne con un poco d'acqua, quindi pestarle ben bene e poi eliminatele. Infatti, quella che serve è l'acqua, nella quale si versa lo zucchero, sempre a fuoco acceso fin quando non comincia a filare. È questo il momento di versare le cotogne tagliate a fette e finire di cuocere fin quando il tutto non si sarà addensato.

Albicocche: *1 kg di albicocche snocciolate*

450 gr di zucchero

Preparare dapprima il giuleppe e seguire lo stesso procedimento per la cottura delle amarene².

¹ Giuseppina Albanese, nata a Cerignola il 10/11/1931, ha già fatto conoscere la cucina cerignolana su "Il Ponte", giornale romano per i nostri concittadini emigrati.

² Vedi pag. 116

Mostarda

Ingredienti: 4 kg d'uva nera
150 gr di zucchero

Lavare l'uva e privarla dei semini.

Mettere a cuocere fin quando il succo non è quasi del tutto ristretto, aggiungere lo zucchero e continuare a girare con un cucchiaino di legno fin quando non si sarà addensato completamente.

Farlo raffreddare e metterlo in vasetti ove può essere conservato anche per diversi anni.

Specialità locale che non tradisce la tradizione e la cucina domestica ma che richiede amore per la cucina e tempo da spendere.

Non si pensi alla mostarda solo come a un dolce (buona spalmata sul pane) perché essa è molto gradita anche sulla carne lessa (petto di pollo o tacchino).

Vincotto

Di solito il vincotto si ottiene cuocendo a lungo il mosto appena pigiato.

Non disponendo di mosto, si può ottenere il vincotto con il liquido ricavato spremendo uva di buona qualità, dolce e matura, bianca o nera, possibilmente uva "di Troia".

Il liquido ottenuto e filtrato va messo in una casseruola (non di alluminio) e fatto cuocere a fuoco lento sino ad ottenere un composto denso e filante.

Il detto vincotto si può ottenere anche dai fichi maturi e dolcissimi.

Lavati che siano e senza sbucciarli vanno messi in una casseruola fino a quando l'acqua (che aveva ricoperto i fichi) non sarà completamente evaporata durante la cottura.

Questa pasta va messa in un telino e con un cucchiaino di legno premere sulla stessa. Raccolto il liquido in una casseruola, si farà cuocere fino ad ottenere una densità pari a quella del miele.

CAPITOLO VI

I dolci



Ancora venti anni fa il segno della festa era il dolce. Ed erano dolci, il più spesso, fatti in casa, che mani amorese: madri, nonne, spose, trasmettevano in questi manicaretti un qualcosa d'invisibile, eppure reale, un flusso d'amore che prendeva forma e si realizzava in un biscotto, una crema, un bignè, e a queste abili mani dedico il capitolo che segue, forse perché quello che a me più piace. Confesso, ahimè, la mia golosità. Debbo infatti confessarvi che non riesco a stare fermo di fronte ai becchenotte, ai mostaccioli, ai marzapani e così via, fino alle scartellate col miele.

Voglio riportare quanto scrisse a proposito di queste il noto pittore barlettano De Nittis: "I dolci di miele sono sfoglie di pasta sottili come carte, ritagliate con una rotella nelle più svariate forme o avvolte in piccoli rotoli che vengono fatti asciugare su due panni stesi a terra. Poi dopo uno o due giorni si friggono nell'olio e si mettono ad

asciugare su fogli di carta stesi a lenzuolo. Quando si sono raffreddati s'immergono nel miele bollente e spolverati di zucchero e cannella, quindi vengono posti nei piatti (di portata)".

Inizieremo col far conoscere i diversi tipi di pasta base necessari per le diverse ricette in seguito riportate e man mano tutte le altre leccornie.

Pasta frolla

Ingredienti: · 200 gr di farina
200 gr di sugna (o olio)
200 gr di zucchero
4 o 5 tuorli d'uovo

Su un "tavoliere" aprire a fontana la farina e aggiungere i tuorli d'uova, lo zucchero e la sugna precedentemente sciolta.

Lavorare ben bene la pasta strusciandola con le palme delle mani sulla spianatoia; volendo, aggiungere un pezzetto di buccia di limone.

Questa pasta è una delle basi per i dolci; infatti la ritroviamo quando avremo voglia di preparare tutte le crostate alla frutta (pesche, mele, ecc.), alla crema, alla ricotta, alla marmellata o per l'innumerevole serie di biscotti o anche per i timballi di maccheroni.

Pasta sfoglia

Ingredienti: *1 kg di farina
acqua e sale quanto basta*

È la pasta più semplice, preparata con la sola farina e tanta acqua per farne una pasta di media consistenza e tanto sale per insaporirla secondo i gusti.

Una volta preparata la pasta, dividerla in tanti piccoli pezzi che lavorati singolarmente col matterello faranno tante sfoglie sottili.

Anche questa è pasta di base per gli squisiti e variegati panzarotti, per le coloratissime pizzelle e per le diverse pizze.

Pan di Spagna

Ingredienti: 250 gr di farina
6 uova
200 gr di zucchero
1 bustina di vanillina
1 bustina di lievito
1 pizzico di sale

In una pentola abbastanza capace cominciare a lavorare lo zucchero con le uova intere, poi lavorare con la farina, la vanillina e un pizzico di sale.

Infine aggiungere il lievito precedentemente sciolto in acqua calda.

Si otterrà una pasta che, versata in una teglia da forno, precedentemente imburrata e infarinata, va messa in forno caldo a 160° per i primi 10 minuti, a 180° per ulteriori 15 minuti, e a 200° per gli ultimi 15 minuti.

Pasta di base per tutte le torte farcite.

Si consiglia di prepararlo il giorno prima della farcitura di tante e meravigliose torte.

Non posso non ricordare la gustosa torta mimosa (a base di ananas, panna fresca e crema pasticcera), la cassata siciliana e la più semplice e più gustosa zuppa inglese (a base di pan di Spagna, crema gialla e panna).

Savoardi

Savoardi (Paolo Vitulli) Otto uova divi-
dere i rosti ed unirli ad otto cucchiaini
di zucchero sbattutoli ben ben -
4 bianchi col pulsonetto nella cassetta
senza stagnate sbattuli ben bene da accen-
zare bene il bianco - unire il rosso
ad bianco voltando piano piano -
eppoi mettere otto cucchiaini pieni di
farina di prima qualità - e meschiare
sempre - Col aiuto di stoffa fare nella
ramiera le forme di Savoardi |||
larghi un dito - Sotto la ramiera pre-
me di mettere i Savoardi bisogna
mettere un foglio carta bianca di
dolci, oppure carta di paglia gialla -
mandare subito al forno scuderato -
da otto una se vargono da 40 a 45.

Abbiamo così onorato Paolo Vitullo (e non Vitulli) - Napoli, 07/01/
1864 - Cerignola, 12/04/1939 - che, con suo fratello Domenico, portò
a Cerignola addirittura da De Santis di Napoli la nobile arte della
pasticceria. Non possiamo dimenticare i sospiri di dama, le cassatine,
le sfogliatine, i profiteroles, ecc... la cui preparazione mi auguro di
descrivere in un mio prossimo lavoro.

Crema gialla “Nonna Maria”

Ingredienti: 200 gr di farina
200 gr di zucchero
1 lt di latte
6 tuorli d'uova
1 bustina di vaniglia

Mescolare insieme latte, tuorli d'uovo, zucchero e vaniglia; poi aggiungere la farina facendola cadere a pioggia e lentamente per evitare grumi. Mettere il tutto in cottura in un tegame di rame, mescolando con un cucchiaino di legno fino alla densità voluta. (L'esperienza vi darà ragione).

Questa è la crema di base per farcire ogni tipo di torta, ma principalmente gli “sciu” (= bignè¹).

Non vi preoccupate per i bianchi d'uovo. Non si perderanno ma serviranno per preparare le meringhe¹.

¹ Bignè, vedi pagina seguente.

¹ Meringhe, vedi pag. 132

Sciù (Bigné - Bignole)



Ingredienti: 150 gr di farina;
75 gr di burro;
3 o 4 uova;
250 gr di acqua
1 pizzico di sale

Fare bollire in una casseruola l'acqua e il sale.

Appena bolle, togliere la casseruola dal fuoco e versarvi tutta la farina e, con un cucchiaino di legno, mescolare il tutto energicamente fino ad ottenere una pasta liscia. Rimettere ancora sul fuoco a fiamma bassa e rimescolare fino ad ottenere una palla. Sarà pronto quando l'impasto si staccherà dalle pareti della casseruola.

Fare raffreddare un pochino l'impasto e versatevi una per volta le uova. Continuare a mescolare fin quando l'impasto non si presenterà ben lucido e cadrà pesantemente dal cucchiaino.

(Se è il caso, aggiungere un altro uovo). Prendete delle piccole quantità di pasta e affilatele su una teglia da forno unta di burro.

Infornare a 160° per 40-45 minuti.

Riempiteli di crema pasticcera e... che delizia!

Dolce gelato

Foderare uno stampo ben imburrato con savoiardi¹ bagnati di liquore dolce. A parte preparare una crema lavorando bene 200 gr di burro con 150 gr di zucchero e aggiungendo uno alla volta 3 rossi d'uovo.

Dividere questa crema in 3 parti: alla prima mescolate un buon cucchiaino di cacao e cioccolato a pezzetti e con questo fare un primo strato sui savoiardi. Il secondo lasciarlo del colore naturale mescolando ciliegie candite a pezzetti che verserete sul secondo strato dei savoiardi.

Quindi un terzo strato di savoiardi sempre bagnati con la terza parte di crema mischiata a un cucchiaino di caffè in polvere impalpabile e pezzetti di cioccolata gianduia. Coprire con altri strati di savoiardi sempre inzuppati. Mettere in frigo e servirlo freddo.

Ricapitolando: savoiardi, crema, un po' di liquore dolce, cioccolato e caffè. Niente di più facile per un prodotto gustosissimo.

¹ Savoiardi, vedi pag. 128

Meringhe

s. genoveffa verg.

GENNAIO

mercoledì 3

8 Meringhe
9 Per ogni chiara d'uovo da 40 a
10 50 gr. di zucchero finissimo -
11 Stature finché sono durissime e
12 chiare e lasciate cadere lo zucchero
13 a pioggia mescolando leggermente
14 con un cucchiaino di legno -
15 allineare le meringhe sulla placca
16 del forno e spolverizzare di zucchero,
17 lasciarle riposare una decina di mi-
18 nuti e infornarle a fuoco lentissimo
19 In Thura -

Ricetta di una massaiia fedele alla vecchia regola domestica che
"non si butta niente, manco il bianco d'uovo".

Squarcedde

Ingredienti: 500 gr di farina
200 gr di zucchero
140 gr d'olio extravergine d'oliva
la buccia grattugiata di un limone
1 bustina di lievito in polvere
poco latte

Impastare il tutto fino a ricavare un impasto abbastanza morbido. Tagliare così la pasta e darle tutte le forme volute.

Essendo il periodo pasquale, non dimenticare il classico agnellino, le campane e la semplice ciambella.

Imburrate e infarinate una teglia da forno, poggiarvi le squarcelle e cucinare in forno preriscaldato a 190° per 25 minuti circa.

Una volta raffreddatesi, spennellarle con la glassa¹ e, volendo, con confettini colorati.

Conservarle in un luogo fresco e servirle a Pasqua.

¹ Vedi pag. 116

Ciambelle con naspro¹

Ingredienti:

per la pasta	<i>1 kg di farina</i>
	<i>9 uova</i>
	<i>50 gr di sugna (o burro)</i>
	<i>50 gr di alcool</i>
	<i>1 cucchiaio di zucchero</i>
per il naspro	<i>600 gr di zucchero</i>

Si lavora per 1 ora la pasta (media consistenza: farina, uova, sugna e zucchero).

Si fanno delle ciambelle e s'infornano a fuoco medio per 30 minuti.

Sfornate, si calano nel naspro preparato a parte.

Sono questi i cosiddetti *affucagatte*, preparati per le feste pasquali ma buoni in tutti i tempi.

È una versione moderna aggiungere all'impasto qualche goccia di limoncello.

¹ Naspro o giuleppe, vedi pag. 116

Castagnole di carnevale

Ingredienti: 600 gr di farina
200 gr di zucchero
4 uova
1 tazza (da caffè) di rhum
150 gr di burro
8 gr di cremor tartaro¹
3 gr di bicarbonato

In una insalatiera mescolare bene tutti gli ingredienti innanzi descritti, compreso il burro precedentemente sciolto.

Versare il tutto sul "tavoliere" e continuare a lavorare. Ottenere dei cingoli abbastanza grossi che poi saranno tagliati a pezzetti grandi come una nocellina.

Si friggono e si spruzzano con abbondante zucchero a velo.

¹ In farmacia, se vi sono ancora avanzi in qualche bel vaso.

Torta "Nonna Rosa"

Ingredienti: 500 gr di farina
300 gr di zucchero
300 gr di latte
100 gr d'olio d'oliva
10 gr di cremor tartaro
10 gr di bicarbonato
1 uovo
marmellata di percoche¹
rhum quanto basta
zucchero a velo

In una zuppiera capiente battere uovo e olio con la forchetta, aggiungere poi lo zucchero, il cremor tartaro, bicarbonato e metà latte.

Con un cucchiaino di legno lavorare questa pasta, che deve risultare un poco più densa di una normale crema (se è il caso aggiungere un po' di latte per ammorbidirla).

In una teglia da forno precedentemente oleata versare metà della pasta, quindi uno strato di marmellata ed ancora l'altra pasta.

Infornare a temperatura moderata (140°) fino a cottura. Ritirarla dal forno, bucarla con la forchetta, spruzzarla con rhum e velarla di zucchero.

Da servire fredda.

¹ Marmellate, vedi pag. 118

Becchenotte

Ingredienti: 450 gr di farina
150 gr di zucchero
200 gr di burro
100 gr di latte
2 uova

Impastare il tutto fino ad ottenere un impasto omogeneo e farlo riposare per circa un'ora.

Ungere d'olio o burro le formette di rame e foderarle con la pasta.

Riempirle o con la crema¹ o con marmellata (amarena o pesca).
Indi ricoprire o con un disco di pasta (bucherellando con stuzzicadenti) o con striscioline di pasta sì da formare una vera e propria cancellata.

Infornare a fuoco moderato per 40-45 minuti.

N.B. Non esiste la traduzione italiana di *becchenotte*, per cui è da pensare alla esclusività cerignolana di questo autentico canestrello ripieno.

¹ Crema, vedi pag. 129

Susanille (Sassanielli)

Sassanielli (Pietro Ruocco) -
kg 1 farina - 200g zucchero - 200g: mandorle abbrustolate e ben macinate - gram 10 di:
annunziata - cannella o garof: a piacere.
Vainiglia - buccia di arancio o limone -
3/5 e mezzo di uccotto -
S'impasta il tutto e si stende la pasta
col mattarello - si fanno delle formette
(col bicchiere) e si riempiono di annunziata.
Le formette d'allo spessore di un dito = una
formetta - l'annunziata - e la formetta sopra.
Si mantengono il forno in una rancia con
ta di olio e con un po' di farina -
li si pro-mettono il quindici sopra dopo il forno -
in cucchiaino di cacao o anco: dello zucchero del
qua in un tegame - si toglie dal fuoco - a maudo il gire
si toglie fila.

Trattasi senz'altro di Pietro Ruocco - Cerignola 18/07/1898 - 16/02/1982 - che insieme al fratello Francesco espresse tutta la sua professionalità in zuppe inglesi, raffaioli, meringhe, mandorle atterrate, ecc.

Detta professionalità è stata oggi tramandata a Caterina Franco, titolare dello stesso bar.

Scarteddete (Cartellate)



Ingredienti: 200 gr di miele
250 gr di farina
30 gr di strutto di maiale (o d'olio)
50 gr di zucchero
2 tuorli d'uovo
cannella in polvere, limone
zucchero a velo, olio d'oliva

Cominciare con il preparare la pasta con la farina, lo strutto (precedentemente sciolto), lo zucchero e i tuorli d'uovo.

Se necessario, renderla più morbida con un cucchiaino d'acqua e poche gocce di limone.

Far riposare la pasta per un'ora per poi spianarla in sfoglie sottilissime che poi taglierete in rettangoli tutti uguali (20 x 10 cm).

Calare una alla volta in olio bollente e con un forchettone girare

la pasta su se stessa sì da formare una nocca.

Ben dorate scolarle e farle sgocciolare su carta assorbente. Mettere tutte le cartellate in un piatto da portata e condirle con miele fuso, zucchero a velo e cannella.

Il segreto è tutto nel tirare ben bene la sfoglia, tanto che le cartellate sono conosciute anche con il nome di Nuvole di Natale.

Pèttele (Frittelle)

Ingredienti: 1 kg di farina
lievito
olio e sale

In una pentola impastare ben bene la farina, il lievito sciolto in acqua calda, l'olio e il sale.

Una volta lavorata la pasta si metterà a lievitare per 1 ora circa.

Tirare dall'impasto un piccolo pezzo di pasta e così com'è friggerlo in abbondante olio bollente.

Risulterà così una massa deforme ma di un bel colore dorato, reso ancora più squisito dalla sua leggerezza (naturale perché avete ben lavorato la pasta) e cospargere quindi con zucchero a velo.

Ancora più buone saranno se le stesse "pettole" le avete cosparse di vincotto o di miele.

Questa squisitezza non è altro che il primo dolce delle innumerevoli leccornie delle prossime feste natalizie, dato che le pettole, nella tradizione vengono offerte l'8 dicembre (festa dell'Immacolata) o il 13 dicembre (S. Lucia).

Mostaccioli con il vincotto (Manzari)¹

Ingredienti: 1 kg di farina
1 kg di vincotto
20 gr di ammoniaca
corteccia di un'arancia oppure
pepe garofano

In un tegame s'impasta il tutto facendo attenzione a versare il vincotto poco per volta e mescolando sempre con un cucchiaino di legno. Si continuerà a cuocere fin quando la pasta non diverrà abbastanza molle come una polenta.

In una "rameire"² unta d'olio mettere una cucchiata per volta di questa pasta, badando bene di distanziarle di almeno 3 cm perché tendono a crescere molto.

Infornare e lasciar cuocere fin quando non avranno assunto un bel colore marrone scuro e comunque prima che si spacchino.

A questi mostaccioli (base) possiamo fare diverse varianti: con le mandorle, ricoperti di cioccolata o con la glassa.

¹ Fedelina Manzari, vedi pag. 38.

² Rameire = grande teglia da forno buona per cuocervi taralli, biscotti e focacce.

Zeppole di S. Giuseppe

Ingredienti: 500 gr di semola
1/2 lt d'acqua
un pizzico di sale
50 gr di burro
5 uova

Si fa bollire l'acqua con il sale e si versa a poco a poco (per evitare la formazione di grumi) la semola, badando bene a girare sempre con un cucchiaino di legno.

Sarà pronta quando la semola comincerà a staccarsi dalla casseruola.

Sul piano in marmo (o formica) si versa la pasta che, raffreddata, si lavorerà ben bene con le uova intere e il burro.

Formare così dei taralli che friggerete in olio caldo, badando di friggerli due alla volta e aspettare a rigirarli fin quando non hanno assunto un bel colore dorato.

La versione antica le vuole cosparse con solo zucchero in polvere e cannella, mentre la versione moderna mette sulle zeppole un po' di crema gialla¹ e un po' di marmellata di amarena².

Era il tipico dolce tradizionale di S. Giuseppe, ma per la sua bontà è oggi reperibile nelle pasticcerie in ogni periodo dell'anno.

La zeppola di S. Giuseppe ha preso il nome dalla forma del truciolo, *'u ricce*, uscito dalla piaialla di S. Giuseppe, così come fu riferito durante un'omelia a Tressanti da S.E. il Vescovo di Cerignola Felice di Molfetta.

¹ Crema gialla, vedi pag. 129.

² Conserve di amarene, vedi pag. 116.

Panzerotti alla mostarda

Ingredienti: 200 gr di farina
25 gr di zucchero
1 uovo
10 gr di sugna (o poco olio)
1 pizzico di lievito

Mescolare il tutto con un po' d'acqua, si otterrà una pasta di giusta morbidezza che col matterello stenderete a sfoglia.

Tagliare, magari con l'aiuto di un bicchiere, e si otterranno una trentina di tondini.

In una metà di questo tondino mettere della mostarda¹ e con l'altra metà della pasta coprire il tutto avendo cura di chiuderli bene.

Friggerli in abbondante olio bollente.

Vanno serviti freddi dopo averli spruzzati con zucchero a velo.

¹ Mostarda, vedi pag. 120.

Pasta reale

Riporto interamente la ricetta così come fu dettata da F. Manzari¹ (notate la punteggiatura e i verbi):

“Per un chilo di pasta si sbucciano e si tritano nella macchinetta quattro quinti di mandorle, poi si portano nel mortaio e ogni tanto si mette poche gocce d’acqua che deve fare come una pasta di patate cioè finissima.

Si mette sul fuoco con un quinto d’acqua, gr 880 di zucchero a caramella cioè quando fila si buttano le mandorle. Nelle mandorle si devono mettere delle mandorle amare.

Si tengono sul fuoco fintanto che la pasta si stacca dal tegame e prima di toglierlo si mischia della corteccia di limone tritato con un po’ di cannella e un po’ di vaniglia.

Si fa raffreddare la pasta ed a poco a poco si passa nel mortaio per farla diventare liscia e poi si fanno delle forme piccole o grandi come si vuole, tonde, lunghe, quadri, ecc.

Coprire queste forme con il giuleppe² e una ciliegia candita”.

Ricetta genuina come genuino è il prodotto.

¹ Fedelina Manzari in Ragusa, vedi pag. 38.

² Giuleppe, vedi pag. 116.

Mandorle “atterroite”¹ (Praline)

Ingredienti: 1 kg di zucchero
1 kg di mandorle
50 gr di cioccolata in polvere

In una casseruola sciogliete prima lo zucchero con un po' d'acqua (così come avete fatto con il giuleppe²). Aggiungere la cioccolata e quando è ben mescolata, versare le mandorle pulite e abbrustolite.

Togliere subito dal fuoco e mescolare ben bene e con molta energia (tanta da non rompere le mandorle) con un cucchiaino di legno.

Versare il tutto su un marmo (o tavolo di formica) precedentemente oleato e con le mani si fanno i pezzi della grandezza che si vuole.

Ho usato grossi quantitativi data la bontà di questo prodotto, presente nelle feste natalizie o come dessert o come “*sopatàvele*” (adopero questo termine non nel senso volgare spesso inteso nel nostro dialetto, ma per indicare quanto si mette “in tavola” alla fine del pranzo, da “sgranocchiare”).

¹ *Atterroite* = dolcificate con zucchero o cioccolata.

² Giuleppe, vedi pag. 116.

Croccantini (Ostia di Monte)

purificazione di m. v.

FEBBRAIO

venerdì 2

8

croccantini

.

9

nocciole sbuccate e tostate 30

.

10

due cucchiaiate di miele

.

11

otto ostie -

.

12

sciogliere il miele a piccole fiamme

.

13

ma - appena bolle si mettono le

.

14

nocciole e si lasciano bollire

.

15

per qualche minuto si distribuisce

.

16

su tutte le ostie e si ricoprono -

È la versione locale della "Ostia di Monte" che usa, invece delle nocciole e miele, le mandorle.

Per Monte s' intende Monte Sant'Angelo (prov. di Foggia) e questa ricetta dimostra i forti legami con la cucina tradizionale dei paesi e regioni limitrofi.

Palline di mandorle

Ingredienti: 200 gr di mandorle
150 gr di zucchero
liquore quanto basta

Frullare bene le mandorle sgusciate e spellate.

Preparare una pasta con le mandorle, zucchero e liquore (quantità e qualità secondo i vostri gusti).

Con questa pasta formare delle palline che passerete nello zucchero prima di servirle.

Sono un ottimo colpo di scena ma anche buonissime saranno se, cambiando il liquore, ottenete delle palline di diverso colore e di diverso gusto.

Vi suggerisco il liquore all'arancia, al caffè, al cacao, alla menta, al mandarino ecc.

Ricetta facilissima e di sicuro effetto.

Palline saracene

Ingredienti: 100 gr di mandorle
100 gr di cacao amaro
180 gr di zucchero
1 albume d'uovo
1 bicchierino di liquore (rhum)

Tostare leggermente le mandorle e tritarle.

Impastare con lo zucchero, il cacao, l'albume montato a neve e il liquore.

Dall'impasto montato a neve, ricavare tante palline che saranno spolverate di zucchero prima di servirle (ma buone anche per la conservazione).

L'aggettivo "saracene" non deve far pensare a lontane invasioni turche, in quanto esso si riferisce al colore di questo saporito dolce che, presso qualche famiglia, è chiamato anche "dum - dum" per la forma ed il colore di un bossolo.

Cupete (Torrone)

Ingredienti: *1 kg di miele*
1 kg di mandorle sbucciate e tritate
500 gr di zucchero
5 chiare d'uovo
vaniglia e scorza di limone grattugiata
ostia

In una casseruola di rame si fanno sciogliere prima zucchero e miele a fuoco lento sempre girando con un cucchiaino di legno.

Montare a neve le chiare d'uovo e versare insieme tutti gli altri ingredienti e far cuocere fino ad ottenere una pasta semidura che si verserà in una forma rettangolare foderata di ostie che raffreddandosi si indurrà.

Questo tipico dolce compare oggi sulle "bancarelle" il giorno di S. Pietro, ma nel passato era preparato anche in casa.

A proposito di passato, sembra che questo prodotto abbia origini antichissime, tanto che Federico II volle dargli il nome di torrone, rifacendosi ai torrioni bianchi e massicci di Castel del Monte.

Marzapani

Ingredienti: 1 kg di zucchero
1 kg di mandorle
2 uova intere
6 tuorli d'uovo
farina quanto basta

La prima operazione è quella di sbucciare le mandorle: sbuciarle e pestarle ben bene (magari *ind'au murtele*¹) fino a diventare polvere finissima.

Con gli altri ingredienti (compresa la farina) ottenere una pasta che dividerete in tanti biscottini leggermente schiacciati al centro.

Spolverare con zucchero, guarnire con un poco di amarena e infornarli per 20-25 minuti a 150°.

¹ *Ind'au murtele* = in un mortaio, tipico vaso di pietra per pestare una volta anche il sale. A proposito, nel passato per ottenere il sale fino, dopo aver pestato nel mortaio il sale grosso, si finiva di affinarlo passandovi sopra una bottiglia, manovrata a mo' di matterello.

Cannule (Cannoli)

Ingredienti:

- per la pasta:** 300 gr di farina
50 gr di zucchero
25 gr di sugna (o burro)
3 uova intere
- per il ripieno:** 500 gr di ricotta
200 gr di zucchero
canditi e cioccolato a pezzetti

Preparare dapprima la pasta, impastando ben bene la farina, lo zucchero, la sugna (o burro) e le 3 uova intere; conservare un po' d'albume.

Ridurre la pasta in sfoglie molto leggere che taglierete a fette larghe (circa 10 cm, la misura della canna) che s'avvolgono intorno alle forme di canne, badando bene di fermare l'unione della pasta con l'albume.

Queste canne avvolte di pasta vanno fritte in abbondante olio bollente. I cannoli fritti vengono messi a scolare su carta assorbente.

Il ripieno viene preparato con la ricotta (passata al setaccio), lo zucchero, canditi e cioccolata a pezzetti.

Con questo ripieno riempire i cannoli che, prima di servirli, vanno spolverati con zucchero a velo.

Cassata di ricotta

Ingredienti: 1 kg di ricotta
400 gr di zucchero
cioccolato, canditi di cedro
savoardi e liquore (rhum)

Preparare dapprima l'impasto con ricotta e zucchero, passarlo al setaccio e aggiungere i canditi e la cioccolata a pezzetti.

Bagnare i savoardi¹ (o il pan di Spagna²) con il liquore (preferibilmente rhum) allungato con acqua.

Così preparati gli ingredienti, farne due strati partendo dai savoardi bagnati e chiudendo con la ricotta, e guarnire con cedro e ciliegine canditi.

Toglierla dal frigo 10 minuti prima di servire.

¹ Savoardi, vedi pag. 128.

² Pan di Spagna, vedi pag. 127.

Torta di ricotta dolce

Ingredienti: 600 gr di ricotta
200 gr di zucchero
8 tuorli d'uovo
100 gr di cedro e frutta candita

Lavorare ben bene la ricotta e passarla al setaccio. Quindi aggiungere il cedro a pezzettini, lo zucchero e le uova ad uno ad uno.

Continuare a lavorare il tutto.

Si fa la pasta frolla¹ e fatta una sfoglia, stenderla in un "ruotolo". Versare la ricotta e coprire il tutto con delle strisce di pasta larghe due dita sia in senso verticale che orizzontale, sì da formare delle cancellate.

Infornare a 160° per circa 1/2 ora sì da far cucinare la pasta.

Prima di servire si cosparge di zucchero e cannella in polvere.

¹ Pasta frolla, vedi pag. 125.

Torta di Sorrento¹

Ingredienti: 250 gr di farina
200 gr di zucchero
2 uova
1 tazzina (da caffè) di olio
1 limone e mezzo
2 bustine di lievito
1 bicchiere di latte

Si battono le uova con lo zucchero e l'olio; quando sono ben montate, si aggiungono la farina, il succo dei limoni, la buccia grattugiata di un limone ed il lievito sciolto in un bicchiere di latte.

Si mescola bene il tutto e si mette in una teglia imburata.
Far cuocere nel forno a 160° per circa tre quarti d'ora.

¹ Perché fatta con i famosi limoni di Sorrento.

Pizze

a) *Pizza dolce di ricotta*

Ingredienti:

per la pasta: 500 gr di farina
200 gr di strutto o burro
250 gr di zucchero
4 o 5 tuorli d'uovo
buccia di limone grattugiata

per il ripieno: 1 kg di ricotta
300 gr di zucchero
6 tuorli d'uovo
6 chiare d'uovo
frutta candita o amarene
cioccolato a pezzetti

Preparare dapprima la pasta con gli ingredienti sopra menzionati, quindi preparare il ripieno avendo cura di passare prima la ricotta al setaccio e non dimenticando di mischiare le chiare d'uovo precedentemente montate a neve.

Foderare una teglia da forno con la pasta sfoglia e versarvi il ripieno. Coprire con le cosiddette "cancelle": strisce di pasta lunghe due dita messe sia in senso orizzontale che verticale.

Infernare a 160° per circa 30 minuti fin quando la pasta non avrà assunto un bel colore dorato.

b) *Pizza di mandorle*

Ingredienti: 600 gr di zucchero
600 gr di mandorle
8 bianchi d'uovo

Innanzitutto sbucciare le mandorle e pestarle (possibilmente nel *murtele*) finemente. Preparare così un impasto di mandorle, zucche-

ro, odori di buccia di limone o mandarino.

Quindi, in una teglia da forno mettere un primo strato di pasta frolla, poi metà dell'impasto di mandorle con qualche pezzettino di cedro, cioccolato fondente e amarena.

Coprire con un'altra sfoglia di pasta e versare l'altra metà dell'impasto.

Coprire il tutto con altra pasta sfoglia.

Infernare a fuoco moderato fino a quando la pasta non assume un bel colore dorato.

Prima di servire cospargere di zucchero a velo.

c) *Pizza al sugo d'arance*

Ingredienti: 200 gr di farina
300 gr di zucchero
2 uova
6 arance (solo sugo)
3 arance (solo buccia grattugiata)
2 cucchiaini d'olio

Lavorare prima lo zucchero con i soli tuorli d'uovo. Quindi montare a neve le chiare e continuare a lavorare l'impasto. Aggiungere così a poco a poco la farina, il succo d'arancia e le bucce grattugiate.

In ultimo aggiungere una busta di lievito.

Versare il tutto in una teglia da forno precedentemente imburattata e infarinata.

Cuocere in forno a fuoco moderato.

d) *Pizza al caffè*

Ingredienti: 1 kg di farina
1 kg di zucchero
1 kg di mandorle
2 cucchiaini di caffè in polvere
10 gr di carbonato d'ammonio
pezzettini di cioccolato

Le mandorle infornate e pestate vengono impastate con tutti gli ingredienti. La pasta così ottenuta viene messa in una teglia da for-

no precedentemente imburrrata e infarinata e infornata in forno caldo per circa 30 minuti a 160°. Una volta cotta metterla in un piatto di portata e coprirla con il giuleppe¹.

e) *Pizza al cacao*

Ingredienti: *1 lt di latte*
150 gr di zucchero
100 gr di cacao
200 gr di farina
cedro e limone tritato

A freddo mischiare il tutto, quindi sul fuoco, avendo cura di girare con un mestolo di legno sempre nello stesso verso.

Cucinare fino a quando non diventa una crema densa senza farla bollire.

Versare il tutto in uno stampo precedentemente imburrrato e infarinato.

Infornare a 160° per circa 30 minuti.

¹ Giuleppe, vedi pag. 116.

Pizze di "tutti i santi"

a) "A calzone"

Ingredienti: 300 gr di farina
25 gr di olio¹

Con la farina si mischia l'olio e un pizzico di sale. Si lavora con acqua calda fino ad ottenere una pasta molto densa da cui ricavare una sfoglia il più sottile possibile. Senza tagliarla, in una mezza sfoglia unta con un po' d'olio, si inizia a farcirla partendo da pezzettini di mostarda e continuando con cioccolato a pezzetti, pezzettini di mandorle tostate, zucchero e cannella. Ricoprire con l'altra mezza sfoglia non unta d'olio, arricciare i bordi e arrotolarla sì da darle una forma tondeggiante.

Sistemare il calzone in una teglia da forno precedentemente imburrata e infarinata. Infornare a 170° per circa 40 minuti.

Prima di servire cospargere di zucchero.

b) "A sette sfoglie"

Ingredienti:

per la pasta: 500 gr di farina bianca
75 gr di olio puro
75 gr di vino bianco

per il ripieno: 300 gr di zucchero
300 gr di mandorle tostate e macinate grosse
1 bustina di pinoli
1 pizzico di cannella
mostarda
uva passa

Preparare la pasta e spianarla in sette sfoglie sottilissime.

Mescolare tutti gli ingredienti ben bene e dividerli in 6 parti in 6

¹ Volontariamente non sono stati riportati altri ingredienti, fedeli al principio che "chiù mitte, chiù trouve" (= "più metti, più trovi").

piatti diversi.

Prendere una teglia da forno bassa e del diametro di 25 centimetri e cospargerla d'olio, quindi potete cominciare a mettere la prima sfoglia e versare il primo piatto di condimento, continuare con le altre sfoglie sempre oleate e gli altri piatti di condimento fino all'ultima sfoglia che questa volta sarà oleata abbondantemente e spolverata di zucchero e cannella.

Passare la teglia in forno caldo a 170° fino a buona doratura della parte superiore, controllando sempre la cottura affinché la pizza sia croccante ma non eccessivamente secca.

Nella pagina a fronte è riportata la ricetta di questa pizza, a firma di Vincenzo Bonassisi, che con la signora Anna Mennuni Mazzarella, titolare dell'ex ristorante M2, ha avuto il grande merito di far conoscere, fuori Cerignola, la nostra ottima cucina.

farina 800 gr. olio d'oliva
un cucchiaio come bianco

Un dolce da far venire l'acquolina

È la pizza pugliese di cui vi diamo la ricetta: un'idea facile da realizzare e adattissima da presentare in tavola in occasione di feste.

La « pizza di tutti i Santi » è un dolce pugliese che originariamente si faceva il primo giorno di novembre, ma che può andar bene in qualunque periodo dell'anno, tanto è buono. Oltretutto è relativamente facile da mettere insieme. Ecco la ricetta, come l'ho ricostruita, con la signora Anna Meannuni-Mazzarella del Complesso turistico M2 di Ortanova (Foggia).

Cominciamo dalla sfoglia: trecento grammi di farina si impastano con acqua, quanta ne possono assorbire e con un cucchiaio d'olio. Quando la pasta diventa ben liscia e soda, si tirano le sfoglie, col matterello, più sottili che si può. Ce ne vuole una, la prima, più grande in modo che si possa poi disporre sul fondo della tortiera (larga — è la misura ideale — sui venti centimetri). Questa sfoglia deve essere abbastanza larga perchè si possano anche foderare i bordi della tortiera e ne avanzi ancora per l'uso che vedremo. ~~Fate tre sfoglie, cioè una sfoglia da intagliare, col ripieno, secondo la tradizione: dunque sette in tutto. Ma nessuno vieta — detto fra noi — di ridimensionare l'impresa con cinque o quattro sfoglie soltanto.~~

Quanto al ripieno, si fa così: mescolate duecento grammi di mandorle tostate e macinate, cinquanta grammi di zucchero, venti di cannella in polvere; cinquanta grammi di cioccolato amaro grattugiato. Preparate a parte, inoltre, cinquanta grammi di marmellata di uva (si fa ancora, nelle case, altrimenti potrà essere un buon surrogato la marmellata di ciliege); cento di uva passa (possibilmente non la sultantina); e una manciata di pinoli. E qui comincia l'operazione conclusiva. Disponete sul fondo della tortiera, unta abbondantemente d'olio, la sfoglia più grande, coprite anche i bordi, lasciate pendere fuori l'orlo che avanza; fate un primo strato con il composto di mandorle, cioccolato, ecc., un pochino di marmellata, un po' di uva passa e qualche pinolo. Su questo strato disponete un'altra sfoglia, arriacciatela però, in modo che resti qualche vuoto, bagnate ancora abbondantemente di olio: mettete altro ripieno — tutta la serie — poi un'altra sfoglia, e così via, fino ad esaurimento, sempre arriacciando le sfoglie e bagnandole d'olio.

Quando l'ultima sfoglia è al suo posto, ripiegate su di essa gli orli della prima, in modo da chiudere la « pizza »: bagnate ancora di olio, spolverate abbondantemente di zucchero, e mandate in forno, a fuoco medio, per una mezz'ora. Questo dolce è buono freddo e lo potrete mangiare anche a distanza di giorni.

VINCENZO BUONASSISI

da « AMICA », dicembre 1967

Grano cotto



Si mettono a bagno per 24 ore 200 gr di grano duro.

Quindi si fa cuocere con acqua; quando il grano si spacca è segno che è cotto.

Si scola e si condisce in una zuppiera con mandorle tritate a pezzettini, chicchi di melograno, vincotto e cannella e pezzettini di cioccolato. Si serve freddo e in ciotoline.

Questa che può sembrare una ricetta di poco conto, grazie alla combinazione dei suoi ingredienti vi regalerà una leccornia degna della più nobile e tradizionale cucina cerignolana.

Vuole infatti la tradizione che il grano cotto fosse offerto ad amici e parenti il 2 Novembre, giorno dei morti, e si dice ancora che ogni chicco di grano valesse un "requiem aeternam" per i defunti.

Cicerchiata¹

Ingredienti: 3 uova
4 cucchiaini di zucchero
4 cucchiaini d'olio
farina q. b.
200 gr di miele
frutta candita a pezzetti

Impastare le uova con lo zucchero, 4 cucchiaini d'olio e con tanta farina quanta ne sarà sufficiente per avere una pasta morbida.

Fare ora dei cingoli sottili quanto un dito e tagliateli a pezzettini grandi quanto un cece piccolo.

Friggerli in olio abbondante e ben caldo.

Sciogliere in una casseruola, mettendola a fiamma molto bassa (o a bagnomaria), 2 etti di miele e quando sarà caldo unire i pezzetti di pasta fritta.

Mescolare bene, bagnare bene le mani e il tavolo (o di marmo o di formica) e su questo versare l'impasto e, aiutandovi con le mani, dargli la forma di una ciambella.

Volendo, aggiungere dei confettini all'anice.

Far rassodare e servire a pezzi.

¹ "Cicerchie" = cece piccolo, prodotto non presente nella ricetta, ma la misura giusta dei pezzettini di pasta dà il nome.

Sanguinaccio

Ingredienti: *1 kg di sangue di maiale*
400 gr di zucchero
100 gr di cacao amaro
50 gr di farina
1 lt di latte
6 tuorli d'uovo
buccia di limone

In un tegame capiente e alto disporre farina, zucchero e tuorli; mescolare ben bene e aggiungere gradualmente il latte appena tiepido, il limone e il cacao amaro; per ultimo unirvi il sangue e lasciar bollire per qualche minuto.

Togliere dal fuoco e rimescolare ancora per alcuni minuti.

Quando è freddo riporlo in frigo e servirlo ben fresco in coppe.

Volendo, si possono aggiungere pezzettini di cedro, pinoli, ed anche bucce d'arancia o mandarino (pochi pezzi piccolissimi).

Mi raccomando: non lasciarsi impressionare dall'uso del sangue di maiale che, vi assicuro, insieme agli altri aromi perde completamente il sapore; aggiungo che, per la sua bontà, da pochi anni è stato riproposto da alcuni bar di Cerignola, così come faceva all'epoca il sig. Malerba¹, titolare del bar vicino *au palazze di chelonne*.

¹ Giovanni Malerba (Canosa 20/7/1874 - Cerignola, 17/6/1958).

Bevande e liquori



Un buon pranzo non si può chiudere che con un buon liquore. E anche in questo caso ci affideremo a ricette tradizionali che le nostre mamme preparavano con le loro manine utilizzando soprattutto “spirito”¹ e prodotti raccolti nei loro terreni: mandorle, ciliegie, noci ecc.²

Procedimenti semplici ma laboriosi che richiedevano tempo (per l'infuso) ma di sicuro effetto (per la bontà).

E con questi rosoli i nostri genitori riempivano (si fa per dire) le lunghe serate d'inverno (quando non c'era la TV e soprattutto non c'era Sanremo) oppure placavano con buona bevanda l'arsura delle torride giornate estive : tutto un altro mondo che, credetemi, vale la pena di essere rivissuto.

¹ Spirito = alcool puro.

² Spesso si usava l'“estratto”, una bottiglietta di pochi ml con del liquore concentrato da diluire. Si comprava presso l'“Agenzia” (Via Barriello n. 3).

Kerry

Quantitativi facoltativi: è bene abbondare perché non è deperibile e si può conservare quanto si vuole.

Usare i soliti noccioli di amarena¹ che vanno messi in alcool puro a 90° in un vaso di vetro a chiusura ermetica.

Così conservati e dopo 45 giorni vanno separati dall'alcool e buttati.

L'alcool così ottenuto va pesato e si aggiunge lo stesso peso di zucchero sciolto a caldo nella stessa quantità d'acqua.

Filtrare il tutto e il Kerry è pronto.

Vi prego, non correggetemi Kerry: sta per Cherry, ma la nostra tradizione, la nostra cultura lo vuole scritto in questo modo.

¹ La polpa va usata per la conserva d'amarena. Vedi pag. 116.

Latte di mandorle

Ingredienti: 1,200 kg di mandorle
125 gr di zucchero
400 gr di riso

Le mandorle si sbucciano, si lessano e tolta la pellicina vengono tritate finemente (possibilmente nel mortaio di pietra). A questa polvere si aggiungono 5 lt d'acqua. Aggiungere lo zucchero e, mescolando sempre, portare all'ebollizione; versare ancora il riso ed aspettare la cottura di quest'ultimo.

Passare il tutto ad un setaccio (possibilmente un panno), aggiungere un po' di cannella in polvere e servire d'estate (quando il sole è "coppa - coppa") perché ottimo dissetante.

Orzata

Ingredienti: 1 kg di zucchero
150 gr di mandorle
 $\frac{1}{2}$ lt d'acqua

Le mandorle, pelate e tritate finemente, vengono tenute in fusione per 4-5 ore (anche meno se fa troppo caldo, altrimenti vanno a male) in $\frac{2}{5}$ d'acqua.

Con lo zucchero e la restante acqua si prepara a caldo uno sciroppo.

Diventa ancora più buono se si aggiunge qualche mandorla amara. Unire quindi lo sciroppo al liquido ottenuto passando al "panno" le mandorle già preparate.

L'orzata è così pronta, naturalmente servirla ben fredda e, se guarnita con una fogliolina di menta, si otterrà l'optimum, sia per la coreografia che per la bontà.

Nocillo

Nocillo - Per ogni libbra di spirito di vino, si mettono cinque uoci sbucciate in quattro parti in un piretto bene otturato e si espongono al sole per 40 giorni dal 24 Giugno - Passati i 40 giorni si tramuta in altro piretto e vi si versa lo zucchero in quantità di cinque oncie per ogni libbra e si fa liquefare al sole - Liquefatto lo zucchero si mettono le seguenti droghe - Garofano, cinque granelli per ogni libbra - Corniella e noce moscata in proporzione - Passati 6 giorni si mette nella bottiglia e si ottura bene.

Mettere 5 noci sbucciate e divise in 4 in fusione con $\frac{1}{2}$ lt di "spirito" per 40 giorni in un vaso di vetro chiuso ermeticamente.

Fare il giuleppe¹ a freddo con 600 gr di zucchero, $\frac{1}{2}$ litro d'acqua, 6 chiodi di garofano e $\frac{1}{2}$ noce moscata.

Mescolare le due miscele e passare al setaccio.

¹ Giuleppe, vedi pag. 116.

Rosolio di limone o al caffè

“Al limone”

Ingredienti: *1 lt di alcool puro*
1 lt d'acqua
1 kg di zucchero
3-4 bucce di limone

Si mette il tutto in un vaso di vetro chiuso ermeticamente e si agita per 3-4 volte al giorno.

Il rosolio è pronto quando lo zucchero si sarà sciolto tutto.

Passare ad un setaccio, quindi è pronto per essere servito.

Secondo i gusti, abbondare o meno in alcool e limone.

“Al caffè”

Lo stesso procedimento e gli stessi quantitativi del precedente, avendo cura di sostituire al limone un cucchiaino di caffè abbrustolito in polvere.

Vov

Ingredienti: 400 gr di zucchero
150 gr di alcool puro
500 gr di latte
4 tuorli d'uovo

Si fa bollire il latte con lo zucchero per 15 minuti.

Nel frattempo sbattere un poco le uova e, a freddo, aggiungere lo "spirito" e l'infuso già raffreddato.

Passare il tutto al setaccio ed imbottigliare.

A chi piacesse, potrebbe aggiungere 150 gr di marsala.

È questa la ricetta che richiama il tempo della "nonna", servita d'estate e d'inverno in occasione di onomastici, compleanni, battesimi, prime comunioni: praticamente sempre.

Conclusioni

Abbiamo così percorso un lungo viaggio, abbiamo (ri)visitato parecchie pietanze, abbiamo tanto viaggiato non con sudore ma con tanta acquolina in bocca, ma, ahimè, abbiamo visto solo le stazioni più belle e più gustose.

Abbiamo così contemplato meravigliosi panorami: floridi orticelli, immense distese di grano, vigorosi oliveti e fertili vigneti.

Abbiamo tralasciato però le stazioni (anzi le pietanze) più piccole, non abbiamo potuto rivedere tanti ottimi piatti casalinghi e tradizionali che ci fanno ricordare tempi lontani e ci fanno dimenticare l'attuale civiltà del colesterolo.

Dicevo casalinghi e tradizionali: i primi perché preparati dalle nostre mamme senza aiuto di precotti e surgelati, i secondi perché cucinati da sempre: chi non ha mangiato almeno una volta la semola battuta di Natale, i *scallatidde*, la pizza a sette sfoglie, l'agnello al forno di Pasqua?

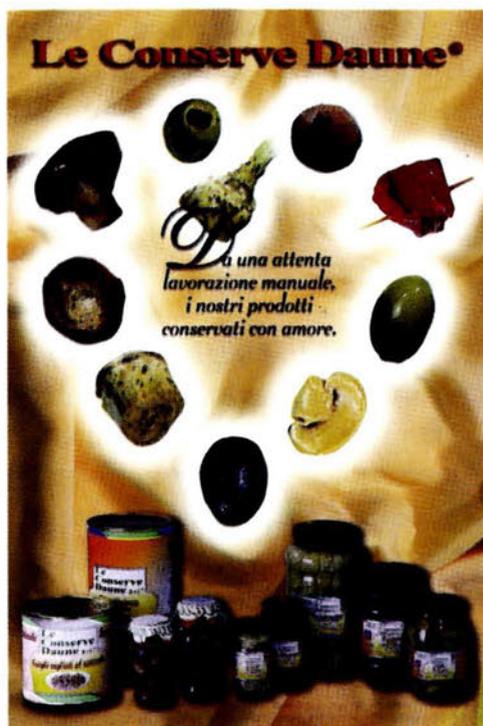
Dicevo prima piccole stazioni, anzi pietanze (scusatemi, confondo sempre) e per questo, non posso non ricordarmi o ricordarvi: pasta e ceci, pancotto e cime di rapa, il baccalà fritto alla pizzaiola, le cipolle al forno, gli sponsali sul braciere, le olive sotto cenere, “*u sartasce-nidde*”, l'insalata (calda) di arance e l'ottima *spaccatelle*, l'innunmervole serie di frittate, i *ciamarouche* e *ciamaruchidde* e le costatine di pecora e così via dicendo.

Attraverso queste stazioni o pietanze il nostro viaggio è finito. Ma in effetti questo viaggio doveva avere una meta: Cerignola.

Florido paese in provincia di Foggia, con circa 60.000 abitanti e...

Ma tutte le notizie storiche della città sono state già esposte da autori molto più importanti di me. Ciò di cui non si è parlato, è la sua nobiltà gastronomica, affascinante ed amabile, la genuinità dei suoi prodotti agricoli, benedetti dal sudore della laboriosa gente dei campi, valorizzati in cucina dalle abili mani delle nostre massaie, commercializzati in Italia e, oggi anche all'estero, da imprenditori cerignolani validi che, ancor prima del profitto, hanno voluto, come me, far conoscere la bontà dei nostri prodotti.

Dicevo che la nostra meta è



“Bar Roma” dei fratelli Perrucci

Cerignola, un paese che si sviluppa (almeno alle origini) su una strada principale *'u corse* e nelle strade perpendicolari dove vivono, come dicevo, attive massaie, laboriosi contadini e validi imprenditori.

In questo paese desidero accompagnarVi per farVi gustare (virtualmente) i prodotti in questo libro descritti.

Venendo da Foggia e prima di entrare a Cerignola, sorge a circa 2 km un opificio industriale dislocato su circa 1.500 mq.

È questo "Le conserve daune s.r.l.", il cui amministratore è Gerardo Scarano, non più giovane d'età ma ancor fresco d'inventiva, laboriosità, caparbietà e forte capacità di rischio. Nato con tutte queste doti, dalla giovane età si tuffò dapprima nel commercio agro-alimentare, e poi, avendo capito l'alto valore aggiunto, pensò di confezionare autentiche pepite d'oro: carciofini, funghi, olive, peperoncini, lampascioni, cipolle, cetriolini, melanzane, pomodori, ecc., in totale 50 prodotti conservati in ottimo olio d'oliva.

Oggi il suo marchio è conosciuto ovunque, nei più grossi supermercati italiani ed esteri ad onore e vanto di noi cerignolani.

Il percorso turistico cerignolano comincia all'incrocio del corso e girando a destra su via Don Minzoni arrivati al numero 130, vediamo la vera cattedrale della bontà.

È il bar Roma dei fratelli Perrucci.

Sulla porta siamo accolti dai titolari che orgogliosi ci mostrano il piano terra, è la parte commerciale dove, in un ambiente elegante e lussuoso, gentili ed esperti camerieri ci offrono le specialità della casa.

Il secondo piano è il regno di Matteo Perrucci, pasticciere e scultore. Dalle sue abili mani e dalla sua creatività, oltre alla pasticceria mignon, torte di buon gusto e di qualsiasi forma invadono i banchi prima di essere portati al piano terra per la vendita. Ma il suo capolavoro è il panettone, farcito e non; con questo prodotto Matteo ha saputo coniugare il tradizionale con il moderno, ha unito il Nord e il Sud, in un ideale incontro fra bontà e genuinità.

Al primo piano, invece, c'è Tonino: alchimista, chimico ed esperto

di computer. È sempre lì ad osservare i suoi preziosi macchinari, attento nelle miscele, controllare la maturazione del gelato, tirar fuori gelati, ormai pronti, di tutti i gusti (cioccolato, gianduia, croccantino, alla frutta, ecc...) per preparare torte gelate, semifreddi, profiteroles, zuccotti e “chi più ne ha, più ne prende”.

I suoi capolavori sono gli zuccotti, nonché le cassate e, ultimo, uova al tegamino (naturalmente di gelato).

È ora di lasciare questo bar gelateria perché abbiamo un appuntamento. Dove? Naturalmente al “Bistrò” di Franca Antonacci situato al Viale Roosevelt, 24.

È il locale dove ormai tutti i cerignolani si danno appuntamento: un po’ per incontrarsi ed un po’ per scambiarsi le famose quattro chiacchiere seduti ad un tavolino in un locale elegante e di gusto per un aperitivo offerto dalla casa, accompagnato da bruschette, piadine, tramezzini e rustici.

Questo di mattina, perché la sera c’è la vera metamorfosi.

Sembra di trovarsi in un pub londinese, affollato da giovani briosi che, con lo sfondo di una buona musica, assaggiano vino e birra e masticano piatti freddi, ricche insalate, crêpes, macedonie e semifreddi. Anche questo è un modo di passare la sera a Cerignola.

Così come è quello di recarsi alla Pizzeria Europa di Mennuni Antonio e Michele alla via S.S. 98 km 1,500. Non abbiamo bisogno di prenotazioni perché la pizzeria è dotata di 300 posti interni e 350 all’aperto per godere la frescura estiva e la miriade di pizze, dalla margherita alla napoletana, dalla 4 stagioni a quella con i funghi, ecc.

Ma, vero classico, è la pizza con la ruca perché i Mennuni restano fedeli ai classici prodotti nostrani: farina, latticini, olio e qualche foglia di tenera rucetta.

Ad onore e vanto dei fratelli Mennuni, dobbiamo senz’altro dire che, presso di loro, ormai dal 1998, funziona una scuola per pizzaioli, associata all’A.P.I. (Associazione Pizzerie Italiane), unica delegazione pugliese che ha sfornato, nel tempo, più di 400 pizzaioli in giro ormai in Italia e all’estero (Grecia).

Ci auguriamo che questi validi pizzaioli, in giro per il mondo, por-



"Bistrò" di Franca Antonacci

tino la nostra bandiera giallo, colore del grano maturo, azzurro, colore del nostro cielo, insieme alla cultura della sana e ottima cucina cerignolana.

Anche questo è un modo di fare cultura: la cultura del buon gusto, la cultura dei buoni sapori, la cultura dei nostri prodotti, la cultura della nostra terra.



"Pizzeria Europa" di Antonio e Michele Mennuni



Torniamo nella florida e ricca campagna cerignolana e a circa 5 km troviamo l'antica masseria S. Stefano, costruita dal Conte Giuseppe Pavoncelli nel 1854, dove esistono due belle realizzazioni: la s.c.r.l. Bella di Cerignola

e la s.r.l. S. Stefano.

La s.c.r.l. Bella di Cerignola è nata 10 anni fa, ma ha raggiunto importanti risultati. I suoi 25 soci producono e conferiscono alla Bella di Cerignola, altrimenti detta "oliva di Spagna", esclusività cerignolana: bella di aspetto e buona nel gusto, nelle diverse pezzature. La cooperativa la lavora, la invasa e la vende ormai sui maggiori mercati nazionali ed esteri. Ultimo riconoscimento: la Bella di Cerignola ha accompagnato, sulla ta-



"Centro Carni" di Tonino Izzi

vola, i nostri nazionali azzurri impegnati nei Mondiali in Giappone.

La s.r.l. S. Stefano, invece, è l'unione di 7 soci: agricoltori e professionisti che, insieme, hanno voluto (con ottimi risultati) riproporre l'olio S. Stefano dei Conti Pavoncelli. Ci sono riusciti ed oggi imbottigliano, con eleganza e gusto, l'oro giallo cerignolano.

Prova ne è la sua presenza nelle maggiori gastronomie nazionali ed internazionali, le richieste sempre continue da parte di privati buongustai nonché di famosi e rinomati ristoranti italiani. Grazie alla S. Stefano per aver restituito il giusto merito all'olio cerignolano.

Lasciamo questa masseria incantevole per recarci in Piazza Padre Pio dove siamo attesi da Tonino Izzi. Professione macellaio ma inteso nel senso più nobile del termine: primo perché sa acquistare le migliori carni in commercio, secondo perché la sa tagliare e terzo perché riesce con i suoi coltelli e la sua arte a preparare cento specialità. Infatti la foto riportata a pagina 51 dà una chiara lettura della sua nobile arte. Si notano perfettamente spiedini e arrosticini, fagiani, conigli, salcicce fresche e secche, torcinelli ecc... Ma, a richiesta come nella foto sottostante, prepara rollè di carne, polpettoni, conigli, fagiani e anatre ripiene nonché porchette, filetti in crosta e alla Wellington, ai funghi porcini e cosciotti farciti.

Bravo Tonino, continua con la tua arte e le tue specialità.

Scoccano le 13 e i passeggeri del nostro viaggio virtuale hanno bisogno di rifocillarsi (ove mai non fosse bastato) e quindi ci rechiamo per un pranzetto a "Spaghetti House" in Via Trento, 39. In un locale ampio e arredato di buon gusto, siamo accolti da un cameriere gentile. Ma, colpo di scena, appena il proprietario, Donato Cappiello, ci riconosce, si sostituisce al cameriere e, alla nostra richiesta del menu, chiede gentilmente, com'è suo solito, di metterci nelle sue mani perché saprà senz'altro soddisfare i nostri gusti e soprattutto il nostro atavico appetito. Comincia così con una decina di antipasti: bruschette, croquettes di patate e di riso, polpettine fritte e in umido, assaggi di frittatine diverse. Il tutto innaffiato con un ottimo vino novello di Cerignola. Anche il "primo" è composto da assaggi: orecchiette e rape, cavatelli e ruca e, specialità della casa: tiella alla

barese. Si continua con un arrosto misto di carne alla brace: salcicce e torcinelli accompagnati da una montagna di insalata mista: ravanelli, cetrioli, pomodori, foglioline tenere di lattuga ed anche qualche pezzo di peperone tenero e gustoso. Interviene a questo punto la moglie con una crostata di frutta e un limoncello preparati personalmente. La frutta è costituita da una montagna di: nespole, ciliegie, pesche, meloni ed anche uva. Tutti frutti della nostra terra. Siamo ormai all'apice e così ci accomiatiamo da Donato, il quale, in questo frugale pranzo, ha espresso tutta la nobiltà della cucina cerignolana. Lo ringraziamo così di vera "pancia" e lo stesso Donato ci riferisce, a conclusione, che quello presentato è il menu tipico che offre nelle diverse manifestazioni pubbliche e private, essendo uno dei pochi a Cerignola a fare catering.

Ulteriore esempio della tradizione cerignolana è la rinascita della etichetta Torre Quarto della famiglia Cirillo Farrusi. Caparbiamente Stefano Cirillo ed altri imprenditori cerignolani hanno ripristinato le vecchie cantine nella speranza di ritornare (e senz'altro ci riusciranno) ai vecchi splendori quando il "Torre Quarto" riconosciuto in Italia e all'estero si fregiava di numerosi attestati medaglie e diplomi nel corso di importanti manifestazioni enologiche. Hanno così ristrutturato la vecchia cantina, vero gioiello di architettura industriale nel pieno rispetto di una architettura moderna con impianti di vinificazione ed imbottigliamento con criteri di avanguardia.

Abbiamo così visitato tutte le stazioni, ne resta ancora una che non è stazione di transito ma stazione di sola partenza. È quella della Limpex di Leonardo Labia, il quale facendosi interprete della nobiltà dei prodotti cerignolani e consapevole della bontà tradizionale dei nostri prodotti, propone in Italia e all'estero la valorizzazione di questi prodotti locali in cui genuinità e continuità si fondono in un facilissimo cambio dal sapore unico delle "cose buone". Dalla sua stazione partono ormai containers per Germania, Giappone, America, prodotti cerignolani di elevato livello qualitativo con caratteristiche ben specifiche: genuinità, bontà, sapore e gusto.

A conclusione e stanco di un viaggio così importante, consapevole



“Spaghetti House”

di aver decantato (forse un po' troppo leggermente per il loro merito) questi nostri prodotti, rivolgo un caloroso augurio a tutti coloro che nella sana e nobile tradizione cerignolana continueranno a proporre questa sana e ANTICA CUCINA.



Le cantine del “Torre Quarto”



Presenza internazionale della Limpex

RIFLESSIONI DI UN AMICO

Il diffuso benessere, seguito in Italia al boom economico degli anni sessanta, portò con sé alcune significative trasformazioni del modo di vivere anche tra gli italiani del Sud.

Alcune (molte) furono positive, altre (per fortuna poche!) furono certamente negative.

Tra le poche, forse la più evidente (e pericolosa), vi è stata quella di un rifiuto delle tradizioni che fino ad allora avevano governato la vita delle nostre collettività, delle nostre genti. Una sorta di rimozione psicologica delle abitudini, dei costumi (che erano e sono anche cultura!) dei nostri Padri e delle nostre Madri, erroneamente e superficialmente associati all'idea della povertà, all'idea del sacrificio.

A farne maggiormente le spese, specialmente tra le giovani generazioni, qui al Sud furono anche le nostre tradizioni alimentari, gastronomiche, culinarie, da *coltivarsi* (o subirsi) ancora nel chiuso delle pareti domestiche, ma da nascondere in società, dove il *buon vivere* cominciò a significare la predilezione per improbabili e sbiaditi intingoli, per la panna ed il burro contro l'olio di oliva, per il vitellino contro l'agnello, per il panettone contro i dolci natalizi tradizionali, per il vino bianco contro il rosso.

Nel sonno della mente i custodi della nostra cultura alimentare furono gli anziani, alcuni cultori delle cose buone e (sembra strano, ma strano non è!) i nostri emigrati che, tornando a casa, pur magnificando la modernità, anche alimentare, trovata al Nord, non lasagne e cannelloni ripieni, ma orecchiette e verdure chiedevano di gustare ancora una volta.

Era un sonno innaturale. E come tutte le cose innaturali doveva avere ad un certo punto fine.

Il risveglio è nato per lo più dall'esigenza, sentita ormai anche da quei giovani, degli anni sessanta ed oltre, divenuti un po' più *riflessivi*, di riappropriarsi della nostra storia, della nostra cultura, delle nostre radici, ma anche da una nuova moda (importata, per la verità, anche questa) per l'antico.

Risvegliatici, ora la sfida è far sì che l'esigenza di riscoprire un mondo, il nostro mondo, di affermarlo, prevalga sul fenomeno di ten-

denza, di moda, che come tale è destinato ad essere, prima o poi, soppiantato da altre tendenze, da altre mode. È far sì che le tradizioni, le nostre tradizioni, (ri)diventino una parte essenziale e sentita della nostra cultura, nella quale non dobbiamo arroccarci, ma della quale non possiamo fare certamente a meno, pena l'essere gente di mondo, ma senza mondo.

Una sfida che, però, non è e non deve essere solo culturale, elitariamente culturale.

Sono in tanti nelle altre contrade d'Italia e d'Europa (ma, nei prossimi anni, si affacceranno in tanti anche dalle terre di emigrazione oltreoceano) che da tempo guardano con estremo interesse alle nostre bellezze artistiche, culturali e naturali, alle nostre tradizioni, anche enogastronomiche.

Questo patrimonio dei nostri Padri e delle nostre Madri deve diventare una risorsa attrattiva verso chi guarda alla nostra Terra per il suo tempo libero (nel mondo occidentale ce ne sarà sempre di più), una risorsa attrattiva per chi, stanco di surgelati e piatti pronti, chiede al mercato prodotti e piatti della tradizione. Sulla nostra tradizione possiamo fondare un solido sistema di agroartigianato e di industria turistica integrata nella quale il mare e l'ambiente interagiscono con le città ed i paesi, con la cultura, con le tradizioni, sistemi che possono essere l'uno testimonial dell'altro.

È, però, gente non disposta ad accettare tradizioni posticce ed improbabili, che cerca il vissuto e non il vecchio, consumatori attenti e documentati.

Per questo dobbiamo recuperare le nostre tradizioni, anche gastronomiche e culinarie, con intelligenza e serietà, anche capendo il perché di ciò che è sopravvissuto nel tempo ed il perché di ciò che non è sopravvissuto.

Lo sforzo di Ciccio Labia è un valido contributo su questa strada, per questa ricerca che deve soddisfare e soddisfa la nostra esigenza di sapere chi siamo e da dove veniamo, ma anche la nostra esigenza di definire un nuovo modello di sviluppo del Sud, una nuova e duratura *offerta* del Sud.

ROBERTO RUOCCO
Assessore della Regione Puglia

INDICE

ANTONIO PELLEGRINO	Pag.	5
<i>Presidente della Provincia di Foggia</i>	"	
VINCENZO BUONASSISI	"	6
<i>Critico e gastronomo</i>	"	
FRANCESCO DEMONTE	"	7
<i>Presidente G.A.L. "Piana del Tavoliere" - Cerignola</i>	"	
PREFAZIONE	"	9
I - La pasta	"	13
<i>Cavatidde</i> (Cavatelli)	"	15
<i>Cecatidde</i> (Cicatelli)	"	16
<i>Recchietedde</i> (Orecchiette)	"	17
<i>Turchie</i> (Torchì)	"	19
<i>Laghene</i> (Tagliatelle o fettuccine)	"	20
Semola battuta	"	22
Cavatelli e ruca	"	23
Orecchiette e cime di rapa (o cime, o broccoli)	"	24
Torchì al ragù	"	25
Cicatelli e fagioli	"	26
Cicatelli con la ricotta dura	"	27
Fettuccine e fave bianche	"	28
Pasta e patate	"	29
Tagliatelle alle melanzane	"	30
Maccheroni con le alici	"	31
Timballo di maccheroni	"	32
Maccheroni alla cafona	"	33
<i>Scallatidde</i> (ScaldateLLi - Taralli)	"	34
Taralli al vino	"	36
Biscotti da inzuppare (G. Palieri)	"	37
Biscotti spumanti (Manzari)	"	38
Biscotti alle mandorle (E. Zingarelli)	"	39
Biscotti bianchi alla vaniglia	"	40
Pizzelle	"	41

Panzerottini (<i>Cuchelicchie</i>)	”	43
Focaccia	”	44
Focaccia con “ <i>i sfringele</i> ” (ciccioli)	”	45
Pizza brusca	”	46
Pizza di carne “alla Maria”	”	47
Pizza di cipolla	”	48
Torta di ricotta rustica	”	49
Torta scoperta di provola	”	50
II - La carne	”	51
Cervellata: salsiccia fresca	”	52
Agnello al forno con patate	”	53
Cotolette d’agnello al burro	”	54
Spezzatino	”	55
<i>Cutturidde</i>	”	56
<i>Capuzzelle</i> (Testicchiole al forno)	”	57
Polpettine di fegato	”	58
“ <i>Cazzemarre e turcenidde</i> ”	”	59
Fegato con la <i>rezza</i>	”	61
Lepre alla cacciatore	”	62
Lepre all’agrodolce	”	63
Ripieno per pollo e tacchino	”	64
Polpette	”	65
Carne alla pizzaiola	”	67
Polpettone di Linuccia	”	68
Polpettone al forno	”	69
Stufato di carne e patate	”	70
Uccellini lardellati	”	71
Vitello tonnè all’antica	”	72
III - Il pesce	”	73
<i>Ciambotte</i> (Zuppa di pesce)	”	74
Cefalo al sale	”	75
Baccalà, zucca e patate	”	76
Seppie ripiene	”	77
<i>Turchie e sicce</i>	”	78

Anguilla (o capitone) arrostita " 79

IV - Verdure e tuberi " 81

Ciambotte o zuppa d'uova " 82

Frittata di cipolle " 83

Cipolle all'agrodolce " 84

Rape in Purgatorio " 85

Carciofi " 86

Carciofi alla maionese " 87

Cicorie di campagna col lardo (zia Felicetta) " 88

Cardungedde in brodo d'agnello " 89

Patate ripiene al forno " 90

Gattò di patate " 91

Torta di patate " 92

Pizza di patate dolci (Fedelina) " 93

Lambasciune dorati e fritti " 94

Lampascioni in agrodolce " 95

Come conservare i peperoni " 96

Peperoni ripieni " 97

Peperoni arrostiti " 98

Melanzane " 99

Parmigiana " 100

Zucchine alla menta " 101

Timballo di zucchine " 102

Minestrone primavera " 103

Minestra maretete " 104

Caponata " 105

Acquasele e cruske " 106

Conserva di pomodoro " 107

V - La frutta " 109

Lazzeruole allo sciroppo " 110

Castagnaccio " 111

Arancini canditi " 112

Cotogne in gelatina (o Gelatina di cotogne) " 113

Crema liquida di cotogne " 114

Cotognata	”	115
Conserven di frutta	”	116
Conserva di mandarini	”	117
Marmellate	”	118
Mostarda	”	120
Vincotto	”	121

VI - I dolci	”	123
---------------------	---	-----

Pasta frolla	”	125
Pasta sfoglia	”	126
Pan di Spagna	”	127
Savoardi	”	128
Crema gialla “Nonna Maria”	”	129
<i>Sciù</i> (Bignè - Bignole)	”	130
Dolce gelato	”	131
Meringhe	”	132
<i>Squarcedde</i>	”	133
Ciambelle con naspro	”	134
Castagnole di carnevale	”	135
Torta “Nonna Rosa”	”	136
<i>Becchenotte</i>	”	137
<i>Susanille</i> (Sassanielli)	”	138
<i>Scarteddete</i> (Cartellate)	”	139
<i>Pèttele</i> (Frittelle)	”	141
Mostaccioli con il vincotto (Manzari)	”	142
Zeppole di S. Giuseppe	”	143
Panzerotti alla mostarda	”	144
Pasta reale	”	145
Mandorle “ <i>atterroite</i> ” (Praline)	”	146
Croccantini (Ostia di Monte)	”	147
Palline di mandorle	”	148
Palline saracene	”	149
<i>Cupete</i> (Torrone)	”	150
Marzapani	”	151
<i>Cannule</i> (Cannoli)	”	152
Cassata di ricotta	”	153
Torta di ricotta dolce	”	154
Torta di Sorrento	”	155

Pizze	”	156
Pizze di “tutti i santi”	”	159
Grano cotto	”	162
<i>Cicerchiata</i>	”	163
Sanguinaccio	”	164
VII - Bevande e liquori	”	165
Kerry	”	166
Latte di mandorle	”	167
Orzata	”	168
Nocillo	”	169
Rosolio di limone o al caffè	”	170
Vov	”	171
<i>Conclusioni</i>	”	172
RIFLESSIONI DI UN AMICO	”	181

**Finito di stampare dalla BASTOGI EDITRICE ITALIANA srl
nel mese di febbraio 2002 presso NEW PRINT s.a.s.
Via del Feudo d'Ascoli, 17/b - 71100 Foggia**

C'erano i prodotti della terra, lavorati con sapienza e pazienza dalle mani esperte delle nonne, che insegnavano alle nipoti e queste alle figlie. Saper ricavare un buon piatto dall'avarizia di una cucina povera era la migliore eredità che si potesse lasciare. Il tempo passa e cancella le tradizioni. Così nella dispensa finisce cibo in scatola, al più qualche piatto preconfezionato.

Cento ricette di provenienza cerignolana, una ventina quelle manoscritte, raccontano di un Ottocento inedito. Dell'età romantica conosciamo le copiose produzioni letterarie, artistiche e poetiche. Non tutti sanno, forse, che l'arte di inventarsi una cena era cosa assai più fantasiosa, allora, di qualunque quadro o poema. Ricavare una pietanza dalle dispense vuote non era semplice per gente modesta. Basta leggere le meticolose annotazioni a margine delle dosi e delle indicazioni su come preparare un pranzo. Tra le tante possibilità di mettere insieme elementi poveri, ci sono anche tracce di casa Zingarelli, per mano di Elvira, sorella del noto Nicola.

Antonio Pellegrino

Presidente della Provincia di Foggia

Proponendoci *L'antica cucina*, con queste vecchie e documentate ricette, Francesco Labia ha fatto un lavoro di splendida archeologia culinaria. Ed è proprio grazie a questo aspetto che non mi sento di classificare tali ricette alte o basse. La cucina, e questo è il caso, è un modo come un altro di esprimere la cultura di un paese, di una regione, di una nazione.

Vincenzo Buonassisi

Critico e gastronomo

Dobbiamo recuperare le nostre tradizioni, anche gastronomiche e culinarie, con intelligenza e serietà, anche capendo il perché di ciò che è sopravvissuto nel tempo ed il perché di ciò che non è sopravvissuto.

Lo sforzo di Ciccio Labia è un valido contributo su questa strada, per questa ricerca che deve soddisfare e soddisfa la nostra esigenza di sapere chi siamo e da dove veniamo, ma anche la nostra esigenza di definire un nuovo modello di sviluppo del Sud, una nuova e duratura *offerta* del Sud.

Roberto Ruocco

Assessore della Regione Puglia

€ 13,00

ISBN 88-8185-479-1



9 788888 185479