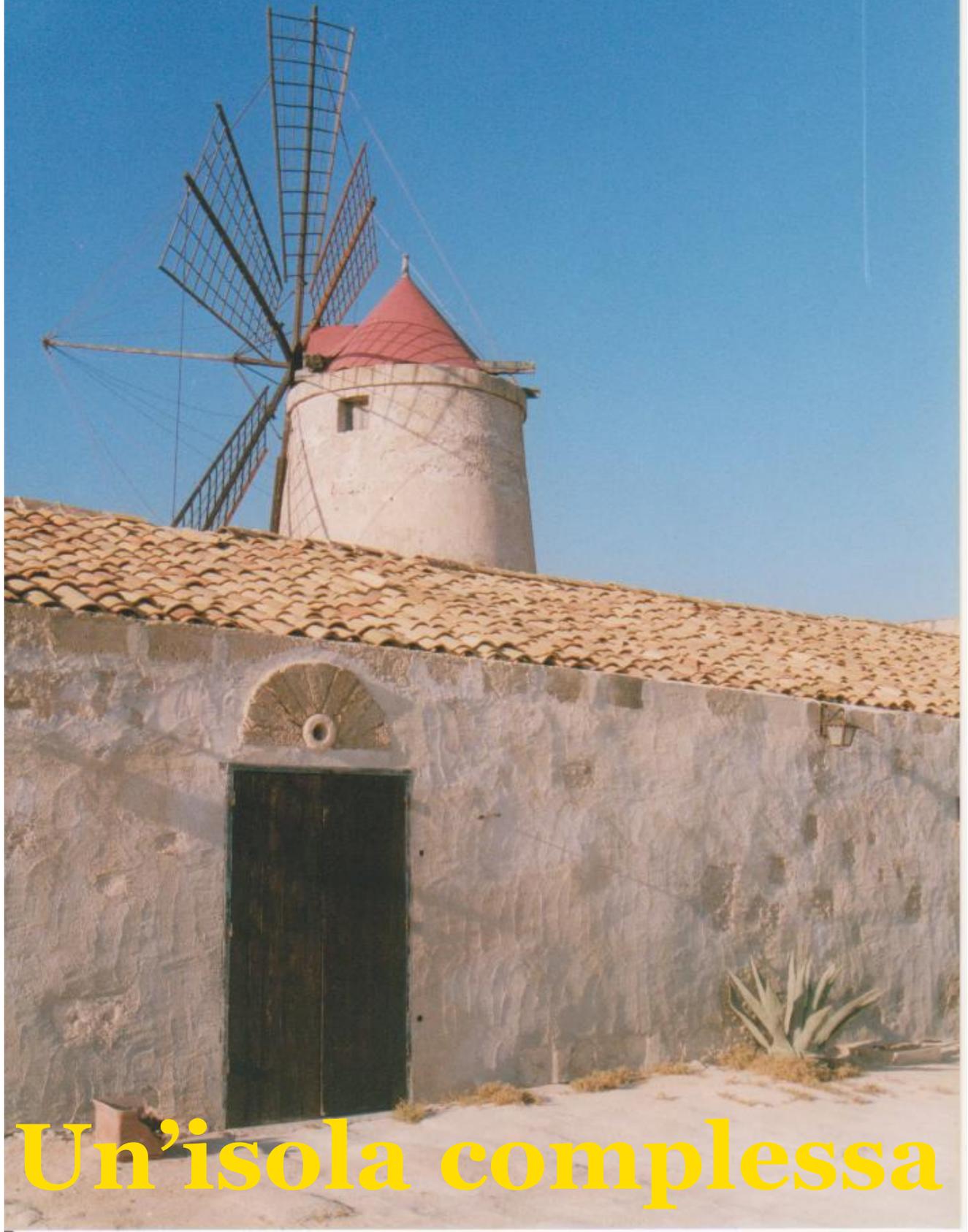


FEBBRAIO 2014

LA RIVISTA DI AMBIENTE
DELL'ASSOCIAZIONE ZYGENA

Sfogliamento



Un'isola complessa

Sfogliamento

numero di febbraio 2014



Questo mese proponiamo nuovamente una “monografia”: tutto un intero numero dedicato alla Sicilia.

Sì, lo sappiamo; ne abbiamo già parlato, e non troppo tempo fa. Ma dietro ad un solo nome si nascondono interi universi, e non basterebbero i numeri di un anno per descriverli tutti.

La Sicilia, proprio per la sua posizione “strategica” nel Mediterraneo, ha una storia complessa, complessissima. E, va da sé, questa storia si riflette nel modo di vivere, di pensare e di mangiare delle persone che vivono oggi su questo triangolo di terra che fa da “spartiacque” (a volte, purtroppo, in modo tragico) tra l’Italia e le prime propaggini dell’Africa.

Leggeteci fino alla fine: nelle ultime pagine c’è una sorpresa, una gustosissima novità che ci rende molto orgogliosi e felici.... e che speriamo faccia piacere anche a voi.

Buona lettura!

LA REDAZIONE

IN QUESTO NUMERO



4	A vanti, c'è posto
6	C ome mangiavano nel passato?
10	U n mondo a parte: il cibo di strada



SFOGLIAMENTO
LA RIVISTA DI AMBIENTE
DELL'ASSOCIAZIONE
ZYGENA ONLUS

DIRETTORE RESPONSABILE FABRIZIO MANZIONE

COORDINAZIONE DI REDAZIONE GISELLA PACCOI
REDAZIONE NICOLETTA BETTINI

FRANCESCO DONATI
ALFREDO VATTIMO
ALESSIA VESPA

WEBMASTER MASSIMO SCUDO

INDIRIZZO VIA DEL CASSERO 5,
05100 TERNI

URL WWW.SFOGLIAMENTO.IT

“Sfogliamento” è il periodico mensile dell'associazione di ricerca, consulenza e comunicazione ambientale “Zygena onlus”.
registrazione Tribunale di Terni n.04/07 del 26/3/07

LE SEZIONI:

ARTE E TURISMO

BIZZARRIE E ITALIANO

NATURA E CIBO



Avanti, c'è posto

l'isola ha accolto
moltissime civiltà diverse

GISELLA PACCOI

La Sicilia, a causa della sua posizione strategica, proprio al centro del Mar Mediterraneo, è stata abitata da quasi tutte le più grandi civiltà del passato: Fenici, Greci, Romani, Arabi.

Si possono trovare tracce della presenza umana anche in tempi preistorici, ma la prima "invasione" che ha dato fama ed importanza a quest'isola è stata quella dei Fenici, intorno al IX secolo a.C.

I **Fenici** provenivano originariamente dall'odierno Libano; nell'814 a.C., però, fondarono una colonia, chiamata Cartagine, sulle coste della Tunisia, e questa divenne molto rapidamente l'epicentro della loro civiltà, la "capitale". Nel 734 a.C. i Fenici fondarono Mabbonath, l'odierna Palermo (precedentemente abitata dai Sicani) e Mozia, città al largo di Trapani. In seguito, intorno al 700 a.C., fondarono anche Solunto, terzo polo delle colonie fenice in Sicilia. Le tre città rivestirono un ruolo di primaria importanza nei commerci con le zone circostanti.

I Fenici non furono dei veri e propri colonizzatori; infatti, il loro obiettivo era quello di creare una fitta rete commerciale per esportare i loro prodotti (ceramica, carpenteria metallica, oreficeria) ed importare grano, pezzi di stoffa, anfore per l'olio...

Nello stesso periodo, alcuni aristocratici **greci** avviarono la colonizzazione della Sicilia orientale, fondando città quali Messina, Naxos, Catania e Siracusa.

Secondo lo storico greco Tuciddide, le prime fondazioni coloniali furono opera di *aristoi*, aristocratici esclusi dalle città dopo le lotte intestine seguite al ritorno dalla guerra di Troia; era infatti difficile armare una nave anche piccola senza capitali.

Tuttavia, la scelta dei primi siti evidenzia soprattutto una strategia di tipo commerciale: Messina, Naxos, Reggio, Catania, Siracusa sono tutti porti che si trovano lungo una delle rotte commerciali più importanti del tempo ed assumono una funzione sia di base che di controllo.

In antico greco, oinos significa vino. Non è un caso, quindi, se la zona a sud di Metaponto, colonizzata dai greci, si chiamava "Enòtria" (nome poi storpiato in "Italia"), ossia "terra eccellente per la produzione del vino".

Dopo i Greci, per circa 600 anni l'isola fu dominata dai **Romani**, che la trattarono come "provincia", cioè come regione un po' distaccata e con una certa autonomia.

Questa zona ben presto divenne uno dei "granai di Roma", perchè la fornitura di grano alla capitale è sempre stato un argomento cardine di tutti i potenti romani.

In questo periodo, perciò, il pane diviene più elaborato, e ne nascono diversi tipi (ovviamente, ad esclusivo appannaggio delle classi ricche)

Dopo i romani, moltissime popolazioni passarono per l'isola: prima i Vandali (440 -493 d.C.), poi gli Ostrogoti (493 - 555 d.C.), i Bizantini (535 - 963 d.C.), gli Islamici (827 - 1091 d.C.)

Pochi sanno che per cinque anni, tra il 663 e il 668, l'imperatore d'Oriente Costante II trasferì la capitale dell'impero da Costantinopoli a Siracusa, quindi per quel periodo la Sicilia fu il luogo più importante dell'impero **bizantino**.

Nell'827, poi, avvenne lo sbarco degli **Islamici** ("arabi") lungo le coste occidentali, ed in particolare in una località tra Marsala e Mazara del Vallo.

Venne subito fondata Marsala (il cui nome deriva da *Mars-Allah*, "Porto di Allah") e fu occupata Mazara (già esistente ma in declino). Pochi anni dopo, nell'831 Palermo fu eletta capitale della Sicilia islamica (Siqilliyya).

La storia delle invasioni in Sicilia prosegue con i **Normanni** (ossia gli “uomini del Nord”, una fusione di più popolazioni della Scandinavia, insediatesi in Danimarca, Norvegia e Svezia. Spesso si utilizza il termine 'vichinghi' per far loro riferimento, nonostante esso indicasse la porzione di popolazione normanna stanziata sulle coste, soprattutto al riparo dei fiordi e dedite alla pirateria).

La dominazione normanna ha origine con la conquista dell'isola, iniziata nel 1061 con lo sbarco a Messina mentre essa era dominata da potentati e governatori musulmani, e si conclude con la morte dell'ultima esponente della famiglia degli Altavilla di Sicilia, Costanza (madre di Federico II di Svevia), nel 1198.

I Normanni furono seguiti dagli Svevi (1194 - 1266), dagli Angioini (1266 - 1282) e dagli Aragonesi (1282 - 1516), poi dagli Spagnoli (1516 - 1713), dai Piemontesi (1713 - 1720), dagli Austriaci (1718 - 1734) e dai Borboni (1734 - 1860).

La dinastia degli **Svevi** in Sicilia viene fatta iniziare nel 1198, anno della morte di Costanza d'Altavilla, quando il piccolo Federico (di soli 4 anni) viene incoronato re, col nome di Federico II.

Questi assunse il regno veramente a 14 anni; Palermo e la corte divennero il centro dell'Impero, comprendente le terre della Puglia e dell'Italia meridionale. A Palermo nacque la "Scuola poetica siciliana" con la prima poesia italiana; e politicamente il sovrano chiamato "*Stupor mundi*" (meraviglia delle genti) anticipò "la figura del principe rinascimentale", anche con le cosiddette Costituzioni Melfitane (1231).

La presenza dei francesi **Angioini** sull'isola fu voluta dal Papa, e fu abbastanza breve, perchè ad un esagerato aumento della pressione fiscale rispose un malumore diffuso che si tradusse in rivolte e ribellioni (ultima, in ordine di tempo, quella dei Vespri siciliani, che concluse la dominazione angioina e diede inizio a quella aragonese-spagnola).

La dinastia **aragonese** in Sicilia iniziò formalmente il 26 settembre 1282, quando Carlo I d'Angiò, sconfitto dai siciliani e dall'esercito di Pietro III d'Aragona nei Vespri siciliani, lasciò l'isola per rifugiarsi a Napoli, e si concluse (formalmente, allorché la Sicilia passò sotto la diretta dominazione spagnola) il 23 gennaio 1516, con la morte del re Ferdinando II di Aragona.

In questo periodo il parlamento siciliano, già esistente nel 1097 (e quindi, a buon diritto, uno tra i più antichi del mondo, insieme a quello islandese e delle Far Øer), ebbe una rinnovata importanza.

In quest'epoca era composto prevalentemente da feudatari, sindaci delle città, dai conti e dai baroni, era presieduto e convocato dal re.

Il parlamento costituzionalmente aveva il compito di eleggere il re e di svolgere anche la funzione di organo garante del corretto svolgimento della giustizia ordinaria esercitata da giustizieri, giudici, notai e dagli altri ufficiali del regno.

Il re, infatti, non poteva stringere accordi di qualunque natura (politica, militare o economica) ne' dichiarare guerre senza aver prima consultato ed ottenuto l'approvazione dell'organo parlamentare che, per costituzione, doveva essere convocato almeno una volta l'anno nel giorno di «Tutti i Santi».

Con la morte del re Ferdinando II di Aragona, la Sicilia passò sotto la diretta dominazione **spagnola**. Dal punto di vista culturale e politico non vi fu una profonda cesura con il precedente periodo del dominio catalano-aragonese. Dal punto di vista dinastico, dal 1516 in poi la Sicilia e l'Italia meridionale furono così rette dalla dinastia degli Asburgo.

I due regni furono realmente amministrati da distinti **vicere** con sede a Napoli e Palermo. Tra i viceré di Sicilia durante il XVI ed il XVII secolo ci furono anche personalità di gran rilievo.

Per sette anni, tra il 1713 ed il 1720, la Sicilia fu sotto il dominio della casata piemontese dei **Savoia**; in seguito, con il Trattato dell'Aia, ebbe inizio il possesso **austriaco** dell'isola, che si concluse nel 1734, quando Carlo di **Borbone** la conquistò, restituendole la condizione di stato indipendente.

Tale periodo storico si concluse, infine, nel luglio 1860, quando, in seguito alla spedizione dei Mille, si ebbe il ritiro delle truppe borboniche e l'instaurazione del governo dittatoriale di Giuseppe Garibaldi, che portò alla successiva annessione dell'isola al costituendo **Regno d'Italia**.

Naturalmente, ogni popolo portava con sé le proprie tradizioni; alcune di queste si sono integrate con le abitudini locali, e sono andate ad arricchire un panorama culinario e gastronomico già molto ricco.

Un pasto consumato in Sicilia, quindi, è veramente un “ripasso di storia”, perchè le ricette attuali sono frutto di quasi tremila anni di evoluzione.



Come mangiavano nel passato?

quello che i dominatori
hanno lasciato nelle zone dominate

GISELLA PACCOI

Per capire la cucina siciliana dei nostri giorni, è necessario ripercorrere la lista di tutte le popolazioni che l'hanno dominata, e che hanno importato le loro tradizioni alimentari, con tanto di animali da allevamento e di piante da coltivare.

Tanto per cominciare, parliamo dell'olivo: la discussione per capire chi l'abbia importato non è ancora conclusa. Alcuni sostengono che siano stati i Fenici, altri invece non sentono ragioni, ed indicano i Greci come i primi coltivatori di questo albero così importante, dal frutto così prezioso.

Comunque, vediamo nell'ordine gli "apporti" e gli usi gastronomici delle varie popolazioni:

I **Fenici** promossero l'estrazione del sale con la costituzione delle saline, l'allevamento di animali da cortile, la conservazione del vino in recipienti di ceramica, l'apicoltura, l'espansione della coltivazione di alberi da frutta, l'industria della pesca, la costruzione di navi.

Nel pasto dei Cartaginesi abbondavano grano, orzo, legumi, olio di oliva, vino, miele ecc. I cereali, grano e orzo, venivano consumati sotto forma di focacce o di pane lievitato. La farina serviva per fare pappe e semolini.

Il piatto cartaginese più diffuso era la minestra punica, denominata da Plauto *puls punica*, farinata di farro e di legumi che precorre il piatto unico.

I **Greci**, come dimostra la grande diffusione dei culti agrari come quelli di Demetra e Kore, davano una enorme importanza all'agricoltura ed in particolare alla coltivazione del grano, dell'olivo e della vite.

Per quanto riguarda i cibi quelli più diffusi erano i cereali, le verdure e la frutta. Il pesce era mangiato abbastanza di frequente, mentre la carne era invece utilizzata soprattutto durante le cerimonie religiose (famosi erano i sacrifici agli Dei, nei quali agli Dei erano riservati il fumo delle ossa e l'odore degli aromi, mentre gli uomini mangiavano le carni arrostiti, in particolare fegato, polmoni, milza, reni e cuore, cioè quanto c'era di più vivo e prezioso nella vittima offerta) o riservata agli eroi.

Sotto la dominazione greca, si sviluppa enormemente l'attenzione per la cucina, tanto che uno storico del '700 (forse non totalmente obiettivo) attesta che *"molti scrivevano e s'occupavano della cucina. Miteco da Siracusa, uomo colto, ed erudito, mandava fuori il cucinare siciliano, ed insegnava alla Grecia l'arte di condire i cibi alla maniera di Sicilia che riputavasi allora la più squisita"*.

Le nobili famiglie greche, infatti, chiedevano per le loro mense cuochi siciliani, poiché all'epoca erano considerati tra i più abili in circolazione; non era dello stesso parere il filosofo ateniese Platone, il quale si scaglia contro la cucina siciliana (ed in particolare quella siracusana), dicendo che *"...non sanno preparare pesci eccellenti, ma li mandano in rovina pasticciandoli malamente tutti quanti con formaggio e cospargendoli di liquido aceto e salamoia di silfio"*.

L'abitudine di nutrirsi di formaggio era ben nota, se è vero che perfino Omero, nell'Odissea, scriveva che Ulisse conobbe per la prima volta il formaggio pecorino nella grotta di Polifemo, un luogo immaginario... nei pressi di Catania (c'è chi individua in quel "pecorino" l'antenato della ricotta salata, vera specialità catanese).

Molti furono i siciliani che si occuparono di gastronomia. Miteco Siculo, ad esempio, scrisse il primo ricettario che la storia ricordi: il "Manuale di cucina".

Il cibo all'epoca più noto in Sicilia era sicuramente il pesce, alimento molto presente nei mari siciliani e già da allo-

ra quotidianamente mangiato dagli abitanti, data la presenza di ben tre mari che circondano l'isola.

La coltivazione dell'ulivo ebbe in questo periodo la sua massima fioritura. Lo stesso si può dire per la vigna: se pur si narra che fosse qui conosciuta già da tempi ancor più antichi, ebbe comunque il suo metodo elevato di coltivazione in epoca siceliota. Il vino dei siciliani passò infatti in proverbio per tutta l'età classica.

Con il periodo **romano** si incontrarono le culture di Roma e della Sicilia, anche se ben pochi furono gli "scambi" permanenti, dato che ognuno dei due popoli mantenne perlopiù le proprie abitudini alimentari.

I Romani erano molto abili nelle tecniche di pesca, e i siciliani appresero da essi le nuove colture per i pesci. Gli stessi romani, inoltre, costruirono enormi vasche in cui i pesci potessero essiccare al sole, in modo tale da ottenere nella lavorazione finale un composto simile all'odierna pasta d'acciughe, lavorata con erbe aromatiche, il cui nome latino fu *Allex* (sete); divenne il cibo della plebe e degli schiavi.

In questo periodo il pane, già noto dai tempi dei greci, assunse nuove forme; ad esempio, veniva impastato con farino di frumento e cosparso di semi di papavero, di cumino o di sesamo.

L'arrivo dei **Bizantini** portò ulteriori novità, perchè ai gusti ormai tradizionali si affiancarono nuove spezie ed alcune verdure provenienti dall'Oriente.

A Costantinopoli, e in tutte le località ad essa connesse, c'era abbondanza di spezie: pepe, carvi, cumino, cannella, coriandolo, aloe ed issopo trovavano utilizzo nelle salse e nei condimenti, insieme ai più diffusi aromi come aglio, cipolle, porri, santoreggia, rucola, menta, origano, senape e capperi.

A differenza di alcuni altri popoli medievali, malgrado amassero mangiare semi-sdraiati, come i Romani, i Bizantini usavano le posate.

Alcuni "storici della cucina" indicano il periodo bizantino come un periodo di decadenza, iniziata già dalla conquista romana: a loro dire, infatti, dopo le grandi innovazioni ed il grande splendore della cucina siculo-greca il successivo momento d'oro fu solo dal IX secolo in poi, con l'arrivo degli **Arabi**.

Con essi vengono introdotti la canna da zucchero, il riso (ad esempio le "arancine") e gli agrumi, in particolare le arance, che sono utilizzate soprattutto come "frutti aromatici", canditi, nei dolci.

Nascono quindi nuovi sapori per la pasticceria, tra i quali la celebre cassata e la "cubbaita" (o "cobaita"), un dolcissimo torrone di miele, semi di sesamo e mandorle, tipico delle zone di Ragusa e Siracusa.

Anche l'origine dello zucchero è molto discussa.

Alcuni affermano che è stato portato in Italia dai Bizantini, altri invece indicano gli Arabi come i primi ad usarlo.

Una cosa è certa: prima dell'arrivo dei "popoli orientali", gli europei usavano il miele come dolcificante.

Oltre alla canna da zucchero, gli arabi importano anche il pesco, l'albicocco, il ficodindia, i datteri, ed ortaggi delicati come gli asparagi, il cotone, il pistacchio.

Anche il gelsomino, utilizzato in granite e nel delicato gelato "scursunera". E ancora il sorbetto di agrumi da cui deriva il nome "scharbat", preparato quasi come oggi e, quindi, molto più raffinato rispetto all'uso di bevande ghiacciate già in uso in tutta Europa.

È alla dominazione araba che si devono anche piatti a base di riso giunti sino ai giorni nostri (ovviamente con le ulteriori influenze ed arricchimenti) quali il timballo di riso cotto, all'epoca, in forni a campana di terracotta, ma anche piatti come la «frascatula» (farinata) con le verdure o con i ceci o il «cuturru», una sorta di polenta a base di grano schiacciato grossolanamente, cotto in acqua bollente e condito con olio e finocchietto selvatico.

A questi «invasori» si devono altre gustose pietanze tipiche di quel cibo da strada che caratterizza buona parte della cucina siciliana quali, prime fra tutte, le pannelle, i ceci essiccati e «u pani c'a meusa» (il pane con la milza) di cui, ancora oggi, i palermitani sono ghiottissimi.

Nella cucina araba di questo periodo, caratterizzata perlopiù da un "piatto unico", esiste già la pasta, che viene anche essiccata ed inviata a molti territori musulmani e cristiani, e molte sono le ricette con i "vermicelli", conditi con pesce o con verdure.

In particolare, esiste un aneddoto relativo alla nascita della celebre "pasta con le sarde". Secondo questa storia, il cuoco del generale arabo Eufemio, sbarcando in Sicilia al seguito dell'esercito alla conquista dell'isola, si trovò a dovere sfamare le truppe in condizioni disagiate. Il cuoco aguzzo l'ingegno, unendo quello che la natura intorno offriva: pesce (il più economico e abbondante, fin da allora) e finocchietti, pinoli, uva passolina e un pochino di zafferano.

Tra i vari piatti ancor oggi in uso, inoltre, non è possibile non citare il "*cuscusu*" elaborazione del famoso cuscus arabo.

Con un orgoglio tutto siciliano, alcuni affermano, quindi, che la cucina siciliana sopravanzava, nell'anno Mille, tutte le altre cucine europee, le quali erano "indietro" di alcuni secoli.

L'arrivo dei **Normanni** porta una grande novità nella cucina sicula: diventano noti i vari modi di preparazione dello stoccafisso.

Il baccalà altro non è se non il merluzzo bianco, conservato sotto sale. Un altro nome per questa preparazione è “stoccafisso”, nome che deriverebbe dallo scandinavo stok - fisk, pesce-bastone

Naturalmente, per preparare il baccalà è necessario prima “dissalarlo”, reidratandolo per 24 ore in una bacinella piena d'acqua.

Uno dei modi tipici per cucinare il baccalà, specialmente nella zona di Palermo, è “chi passuli”, cioè con l'uva passa. Ecco la ricetta:

Tritare una cipolla e farla imbiondire in un tegame insieme ad uno spicchio d'aglio, in olio extravergine d'oliva. Aggiungere salsa di pomodoro oppure estratto di pomodoro (allungato con l'acqua necessaria).

Regolare di sale. Aggiungere una manciata di uva sultanina precedentemente ammollata in acqua. Quando la salsa sarà pronta, adagiare delicatamente i filetti di baccalà precedentemente sciacquati e lasciar cuocere per un quarto d'ora circa, facendo attenzione che non si attacchino al fondo del tegame. (c'è anche chi aggiunge olive nere snocciolate).

Il rappresentante più noto degli **Svevi**, il re Federico II, era un grande appassionato di caccia. Ecco quindi che nascono nuovi piatti per cucinare la selvaggina.

“Sotto Federico II”, scrive un cultore del gusto, “si attua una sintesi coerente dei diversi elementi, con un'indiscutibile presenza di ricette arabe rivisitate secondo i gusti occidentali, con un occhio agli arrostiti germanici, senza rinunciare alla tradizione latina nella predilezione per i farinacei e le verdure.

Questa cucina trova la codificazione nel *Liber de coquina*, redatto certamente nell'ambito della corte, attraverso una serie di scritture e di rimaneggiamenti in cui si riflettono i diversi aspetti della personalità dell'imperatore”.

Sembra databile a questo periodo la nascita di alcune specialità della rosticceria siciliana, primi fra tutte gli arancini di riso (che all'epoca erano impastate solo con uova formaggio e carni non essendo ancora conosciuto il pomodoro) e quelle che ora sono le cosiddette pizzette siciliane in dialetto (pizzicieddi abbuttunati), che nient'altro sono che dei piccoli panzerotti di pasta con vari ripieni, ma che all'epoca erano ripieni solo di acciughe salate e formaggi.

La presenza degli **Angioini** (guidati dal re Carlo I d'Angiò) nell'isola, seppur breve, viene ancora oggi testimoniata da alcuni piatti con chiaro nome francese, come il rollò (oggi chiamato anche «farsumagru»), un ricco arrotolato di vitello che racchiude una farcia “piena di ogni bendiddio”.

Di origine francese è anche l'«ancidda brudacchiata», che è la traduzione di «anguilla in brouet», cucinata con pepe, zenzero, cannella, chiodi di garofano e zafferano sciolto nel vino.

Sotto gli **Aragonesi** nacque quello che forse è il piatto più famoso della cucina spagnola: la caponata. Essa prese origine nelle case nobiliari o comunque abbienti, dove era previsto l'uso di pesce (in genere il polpo, od altro più pregiato, a trance), che, nelle case dei meno abbienti, fu successivamente sostituito dalle più economiche melanzane, il tutto in agrodolce.

La denominazione caponata deriverebbe dal fatto che in origine, fra gli ingredienti principali, c'era il pesce capone (un nome dialettale per indicare la lampuga, il “Coryphaena hippurus”).

Malgrado nell'isola attualmente ci siano più di 37 ricette “ufficiali” per la caponata, un esempio di caponata con il pesce potrebbe essere questo:

Infarinare e friggere alcune fette di capone e/o di palombo e/o di pesce spada, una decina di scampi sbucciati e un paio di calamari tagliati a rondelle. Soffriggete alcuni gambi di sedano tagliato a pezzetti insieme a due cipolle affettate, a 50 grammi di olive verdi snocciolate, a 30 grammi di pinoli e 50 grammi di uvetta sultanina. Non appena la cipolla diventa bionda, aggiungete due cucchiaini di aceto e due di zucchero, facendo spumare lentamente per 5 minuti.

Infine aggiungete sale, pepe, un ciuffetto di basilico fresco tritato, un pugno di capperi e cucunci (frutti del capero) dissalati e togliete dal fuoco e fate raffreddare. Aggiungete i pesci preparati in precedenza, mescolate bene e servite freddo.

Successivamente, dopo l'arrivo della melanzana dall'India nel 1600, ed a tutt'oggi, tutti i pesci fritti vengono sostituiti con melanzane (possibilmente del tipo lungo) tagliate a dadi, salate, messe a sgocciolare e fritte e con peperoni tagliati a pezzi e fritti.

Di derivazione aragonese sono anche le torte salate farcite di verdure.

Dagli **spagnoli**, che insieme agli arabi sono il popolo che ha lasciato l'impronta più forte nel ricettario siciliano, derivano numerosi ingredienti dell'ultima cucina siciliana: il pan di Spagna, la cioccolata, il pomodoro e soprattutto la

melanzana (anche se l'arrivo di quest'ultima sull'isola è ancora discusso, perchè alcuni affermano che arrivò dall'India insieme agli arabi, grazie alla loro fitta rete di commerci).

Gli spagnoli, infatti, importarono dall' America alcuni prodotti ancora non conosciuti in Europa: peperoni, granturco, patate, alcune varietà di fagioli neri, cacao e vaniglia, solo per citare i più rappresentativi.

Dalla loro influenza nacquero piatti dai sapori contrastanti, come ad esempio l'insalata all'arancio condita con il peperoncino.

Ed ancora, sempre grazie agli spagnoli, furono introdotte le preparazioni in agrodolce non solo di carne o pesce (già note soprattutto in epoca bizantina, specialmente nel messinese), ma anche di verdure ed ortaggi, prima fra tutte la zucca.

Nuovo impulso ebbero tutti quei prodotti da forno quali le varie «'mpanate» (rielaborazioni delle spagnole empanadas), pasta ripiena di carni o di verdure poi cotte in forno, ma nuovo impulso ebbero pure le altre preparazioni da forno già note in epoca greca, che furono rielaborate con nuovi condimenti: la scacciata catanese, i pastizza e le scacce modicane o ragusane, nient'altro sono che rielaborazioni arricchite delle antiche focacce di pane tipiche della sobria cucina greca.

Da un puro punto di vista culinario si può sintetizzare il periodo dei vicerè come "lo sforzo di sorprendere il commensale per la magnificenza delle preparazioni in un'esaltazione di barocchismo alimentare".

Naturalmente, proprio durante la dominazione spagnola, trova grande spazio e diviene protagonista assoluto della cucina siciliana il pomodoro, importato dal nuovo mondo e destinato a modificare tutta l'alimentazione fino ai nostri giorni.

Il capitolo più celebre della cucina siciliana è quello baronale, sotto la dominazione **borbonica**. Nelle sontuose dimore dei gattopardi dei secoli XVIII e XIX la tavola raggiunse opulenza e fasto straordinari.

Il popolo non aveva di che sfamarsi, ma i baroni e gli alti prelati si contendevano i più abili "monzù", cioè i maestri della cucina (dal francese "monsieur") che prendevano al loro servizio per avere sempre una tavola ricca di invenzioni spettacolari.

Ma avvenne anche che le due culture gastronomiche siciliana: quella baronale e quella popolare si incontrarono proprio grazie a questi monzù.

Infatti i nobili avevano quasi sempre delle donne addette alla pulizia della casa e al cucinare. Esse vivevano nel piano riservato alla servitù, ma nello stesso palazzo dei nobili, per cui i cuochi monzù e le popolane spesso si incontravano in cucina e i loro padroni chiedevano di mescolare i sapori della cucina ricca con quelli della cucina povera ma più tradizionale, cioè autentica della Sicilia e non importata come era quella dei monzù.

Col passare degli anni le due cucine, l'una sofisticata e l'altra più rustica, trovarono un punto d'incontro e ciò spiega perché in Sicilia, a differenza di più vaste terre internazionali, non vi è netta differenza tra le ricette della cucina nobile e quelle della cucina del popolo.

È rimasta celebre la descrizione che fece l'inglese Patrick Brydone di un pranzo offerto nel giugno del 1770 dalla nobiltà di Agrigento al proprio vescovo.

«A tavola eravamo esattamente in trenta, ma sulla mia parola non credo che i piatti siano stati meno di un centinaio. Erano tutti guarniti con le salse più succulente e delicate... Non mancava nulla di ciò che può stimolare e stuzzicare il palato...».

Tra le portate, quelle che più colpirono il viaggiatore inglese furono le murene e il fegato di polli fatto ingrossare a dismisura. A un certo punto del banchetto ci fu un interessante scambio eno-gastronomico perché gli invitati britannici furono pregati di preparare un ponce, bevanda di cui in Sicilia si era sentito parlare ma che non si era ancora assaggiata. L'accoglienza fu entusiasta, ma l'incredibile pranzo aveva in serbo altre sorprese. Al momento dei dessert, continua il cronista anglosassone, «uno dei camerieri offrì al capitano il simulacro di una bella pesca e questi, impreparato a qualsiasi inganno, non dubitò affatto che si trattasse di un frutto vero. Tagliatala in due, se ne cacciò subito in bocca una grossa metà... ma tosto il freddo violento ebbe la meglio ed egli cominciò a rotolare la pesca da una parte all'altra della bocca, con gli occhi che gli lacrimavano; finché, non potendone più, la sputò nel piatto imprestando: "Una palla di neve dipinta, perdio!"».

La gustosa descrizione di Brydone offre la testimonianza storica di un'arte - quella dolciaria, in particolare quella dei gelati - che non è andata perduta.

Basta entrare nelle più importanti gelaterie di Palermo, di Catania, di Messina per capire come il gelato sia una tradizione secolare. Nella rutilante esposizione di «spumoni», «spongati», granite, «geli», «pezzi duri», sorbetti, si incontrano tutti i gusti possibili e immaginabili: fra gli altri, il gelato di fico d'India, il frutto-simbolo della Sicilia, e quello di gelsomino o «scursunera», in cui si vorrebbe affondare la lingua ma anche il naso, irresistibilmente. Straordinario è anche il «gelu di meluni»: è un gelato di cocomero in cui, nella pasta spumosa e vermiglia dell'anguria occhieggiano pezzetti di cioccolato amaro che imitano perfettamente i semi del frutto.



Un mondo a parte: il cibo di strada

esiste dovunque, ma in Sicilia
è una vera e propria arte

GISELLA PACCOI

in Sicilia il cibo di strada ha origini molto antiche; già ai tempi dei greci si usava mangiare del cibo fuori casa, per le vie della città.

Durante la dominazione greca, cibi già cotti come interiora bollite o arrostiti, pesci fritti e verdure lesse, venivano venduti nelle agorà per consumarli sul posto o portarli a casa. Dal francese buffet o dallo spagnolo bufeta (tavolo), poi, la cucina di strada ha preso il suo nome, perchè è anche detta, appunto, dei "buffettieri".

La tradizione è ricca di preparazioni veloci, e poco costose, in vendita in bancarelle o chioschi per strada.

I cibi di strada, infatti, sono frutto della cucina più povera; parti di scarto degli animali (milza, polmone, interiora, zampe), verdure e farina di ceci danno corpo a piatti saporiti e unici che hanno reso quella cucina famosa e unica al mondo.

Polpi, cozze e ricci arricchiscono la cucina di strada con il sapore dello splendido mare siciliano.

Nel palermitano si usa mangiare fuori il pane e panelle e il pane con la milza, mentre in tutta l'isola si trovano le arancine, che nella parte orientale dell'isola sono dette "arancini" e la pizza in tutte le sue varianti siciliane (pizza "alta"!)

Va menzionata anche la rosticceria, generalmente mignon (piccoli pezzi) come calzoni; sfoglie, cornetti, ravioli ecc. Inoltre durante le festività religiose le strade siciliane, soprattutto i paesi, si riempiono di fiere culinarie dove si trovano frittelle d'ogni tipo sia salate che dolci e tutto ciò che per le vie si può mangiare.

Ecco un elenco dei cibi da strada caratteristici della Sicilia:

Arancino. Si tratta di una palla o di un cono di riso impanato e fritto, del diametro di 8-10 cm, farcito generalmente con ragù, mozzarella e piselli o prosciutto cotto e formaggio. Il nome deriva dalla forma originale e dal colore dorato tipico, che ricordano un'arancia, ma va detto che nella parte orientale dell'isola gli arancini hanno più spesso una forma conica (probabilmente a ricordare l'Etna).

Le origini dell'arancino sono molto discusse. Essendo un prodotto popolare risulta difficile trovare un riferimento di qualche tipo su fonti storiche che possano chiarire con esattezza quali le origini e quali i processi che hanno portato al prodotto odierno con tutte le sue varianti.

Tendenzialmente, poiché nelle ricette tradizionali è presente come costante l'uso dello zafferano, diversi autori ne hanno supposta una origine alto-medioevale, in particolare legato al periodo della dominazione musulmana, epoca in cui sarebbe stato introdotto nell'isola l'usanza di consumare riso e zafferano condito con erbe e carne. L'invenzione della panatura nella tradizione a sua volta viene spesso fatta risalire alla corte di Federico II, quando si cercava un modo per recare con sé la pietanza in viaggi e battute di caccia. La panatura croccante, infatti, assicurava un'ottima conservazione del riso e del condimento, oltre ad una migliore trasportabilità. Può darsi quindi che, inizialmente, l'arancino si sia caratterizzato come cibo da asporto, possibilmente anche per il lavoro in campagna.

Panella. E' una frittella di farina di ceci tipica di Palermo. Le panelle solitamente si mangiano in mezzo alle "Mafalde", panini con semi di sesamo, rotondi e morbidi, spesso accompagnate con crocchè di patate al prezzemolo (chiamate "cazzilli") o con altre specialità fritte in pastella, e condite a piacere con sale e limone.

Le panelle rappresentano il caratteristico spuntino del palermitano infatti si possono acquistare in moltissimi luo-

ghi della città, in particolare nelle “friggitorie”, anche ambulanti, presenti sulle strade di grande traffico, nei quartieri popolari o residenziali, nei quartieri nuovi, nel centro storico.

Gli Arabi, a cavallo tra il IX e l'XI secolo, vollero sperimentare delle ricette con il cece, una pianta leguminosa originaria dell'Oriente. Macinandolo fino ad ottenere una farina, ricavarono per la prima volta le panelle.

Sfincione. Assomiglia ad un “normale” pezzo di pizza, ma non lo è. Si tratta di una antica ricetta che vede come ingrediente cardine il pane pizza (morbido e lievitato, simile ad una spugna - come spiega il nome, originato dal latino “spongia”) con sopra una salsa a base di pomodoro, cipolla, acciughe, origano e pezzetti di formaggio tipico siciliano (chiamato caciocavallo ragusano).

Lo sfincione si può gustare solo a Palermo e dintorni presso alcune pizzerie, gastronomie e panifici o, meglio ancora, comprato da venditori ambulanti che invitano ad acquistarlo con slogan fantasiosi, gridati a pieni polmoni o amplificati da rudimentali altoparlanti (come ad esempio “Scaisi r'uagghiu e chin'i pruvulazzu”, che tradotto vuol dire “scarsi di olio e pieni di polvere”).

Stigghiola. Ha come ingrediente base le budella (in particolare, quelle di agnello). È un piatto di cucina povera, che viene generalmente preparato e servito per strada dallo *stigghiularu*.

Consiste di budella di agnello (ma anche capretto o pollo), lavate in acqua e sale, condite con prezzemolo, con o senza cipolla, infilzate in uno spiedino, o arrotolate attorno a un porro, e cucinate direttamente sulla brace. Si mangiano calde, condite con sale e limone.

'U pani câ meusa. Ossia, il pane con la milza, un altro esempio di tradizione gastronomica palermitana “da strada”. Questa pietanza consiste in una pagnotta morbida (*vastella*), superiormente spolverata di sesamo, che viene imbottita da pezzetti di milza e polmone di vitello.

La milza e il polmone vengono prima bolliti e poi, una volta tagliati a pezzetti, brevemente soffritti nella sugna. Il panino può essere integrato con caciocavallo grattugiato o ricotta (in questo caso il panino si dice *maritatu*, ossia sposato, cioè accompagnato da qualcos'altro), con limone o oppure semplice (*schettu*, ossia celibe, cioè solo).

L'origine di questo panino sembra risalire al medioevo, quando gli ebrei palermitani, impegnati nella macellazione della carne, non potendo percepire denaro per fede religiosa per il proprio lavoro, trattenevano come ricompensa le interiora che rivendevano come farcitura insieme a pane e formaggio.

Cacciati da Ferdinando II di Aragona detto il Cattolico, questa attività venne continuata dai caciottari palermitani. In realtà, il consumo di interiora, particolarmente diffuso a Palermo, è tipico di quelle comunità dove, al consumo di carne dovuto alla presenza di famiglie nobiliari, corrispondeva un utilizzo degli scarti della macellazione da parte del popolo.

A Palermo, quindi, accanto al panino con la milza, è possibile trovare per strada anche il panino con panelle o crochè (cazzille), la pizza-sfincione, le stigghiola, la frittola (risultato di una lunga bollitura ad alta temperatura dei pezzetti di carne, scarti della macellazione del vitello, poi torchiati e pressati in balle), il musso (il “muso” del vitello), la quarume (termine tradotto in italiano con caldume che deriva dal vocabolo greco *cholades* che vuol dire budellame, trippe, intestini e dalla cui radice derivano anche le parole *kaldàumen* – in tedesco – e *kaldum* – in danese – con lo stesso significato), ma anche il polpo e l'aringa.

Nella zona del catanese, invece, esiste una gamma di cibi che va sotto il nome di “Arrusti e mangia” (il nome spiega da sè la rapidità e la temperatura con le quali questi cibi devono essere degustati!).

Tra questi cibi, il panino con la carne di cavallo, il «sangeli» - il sanguinaccio di carne di maiale, la trippa o il cibo da strada per eccellenza, la cipolla di Zafferana arrostita alla brace, servita su fette di pane abbrustolito, condita con olio extravergine di oliva, origano e una freschissima sarda, anch'essa cotta alla brace, aperta a libretto e diliscata.

“**u mauru**”. Alga “Mauro”, il cui nome scientifico è “*Chondracanthus teedei*”. E' un'alga che cresce solo sulla linea di marea delle rocce vulcaniche della costa catanese.

Servita con un po' di olio, sale e limone, ha il sapore fresco del mare e la sua consistenza quasi croccante è piacevolissima sotto i denti.

Nelle feste popolari o durante la passeggiata, non si può rinunciare a sgranocchiare una generosa manciata di **calia e simenza** avvolta nel classico “coppo”. Sono ceci tostati (calia) e semi di zucca (simenza) salati ed essiccati, mentre per rinfrancarsi in un'afosa giornata estiva è d'obbligo la sosta in uno dei tanti chioschi di bibite per gustare le famose granite di limone e di caffè o le limonate fatte con i limoni della Conca d'Oro.

Oppure gustare una fetta d'anguria, o bere una cedrata.

Periodico on-line della
Associazione Zygena Onlus

Direttore Responsabile:
Fabrizio Manzione

Coordinatore di redazione:
Gisella Paccoi

Impaginato il 31/01/2014

sfogliamento@gmail.com