Il giardino della cultura

N. 2 del 10 dicembre 2019
DICEMBRE

La cucina italiana

- La nascita della pizza napoletana
- Il bocconotto di Mormanno
- Monte Bianco, il dolce abbraccio tra Piemonte, Francia e Svizzera

e molto altro...

Idia srl

IL GIARDINO DELLA CULTURA

Rivista di cultura, scienza, curiosità

Rivista digitale registrata al Tribunale di Crotone al n. 48/2019

Direttore responsabile
Danilo Ruberto

Redazione
Francesca Orelli
Silvia Saltarelli
Corrado Festa Blanchet
Daniele Sasso

Editore
Idia srl
www.ilgiardinodellacultura.com
idiasrlkr@gmail.com

n. 2 Dicembre 2019
Periodico bimestrale
numero finale di anno

Il Giardino della Cultura è una rivista gratuita realizzata senza contributi esterni.
Chi desidera partecipare al progetto fornendo articoli o argomenti di studio, può scriverci alla mail idiasrlkr@gmail.com

https://www.facebook.com/giardinodellacultura/

https://twitter.com/giardinocultura

LA CUCINA ITALIANA

La caratteristica distintiva

Proviamo ad osservare da diversi punti di vista la grandezza e la spettacolare gustosa diversità di una cucina che ha fatto storia e anche oggi caratterizza una latitudine dell’intera popolazione terrestre

INDICE

- La prefazione del Direttore …… 2
- La nascita della pizza napoletana: tra storia e tradizione …… 3
- Dalle melanzane agli strozzapreti, la tradizione e piatti dolci l'evoluzione dei festivi …… 7
- Il cedro: tutti i segreti, in cucina e non solo, sull'oro verde della Calabria …… 10
- Il bocconotto di Mormanno. Una tradizione culinaria lunga tre secoli ……...…… 14
- Monte Bianco, il dolce "abbraccio" tra Piemonte, Francia e Valle di Muggio …… 18
- Crostata si zucca, la ricetta di Halloween …… 24
- 'Nduja calabrese: ricette e curiosità del noto salame spalmabile …… 26
- La vera focaccia genovese: origini, storia e ricetta originale …… 28
- Natale, i dolci più buoni della tradizione ……..… 31

Numero 1
10 dicembre 2019

Il regno della biodiversità e di varianti culinarie originali e caratterizzanti di una cultura unica nel mondo

LA PREFAZIONE DEL DIRETTORE

Ci sono luoghi, terre e paesaggi da visitare, da immortalare con un scatto fotografico o, persino, da ricordare per alcuni sapori. Cercandoli, gustandoli e associandoli alle bontà delle diverse regioni presenti nel nostro stivale.
Dalla Sicilia fino alla Valle D'Aosta uno stivale da percorrere con la forchetta in mano memorizzando bene piatti, spezie tritate e mani che si apprestano ad apparecchiare una tavola. Ci sono terre che regalano intrepide i loro profumi, non disdegnando di offrire un frutto per ogni mappa geografica.
C'è l'Italia e ci sono i sapori che ne raccontano le tradizioni, le idee e gli uomini e le donne che bandiscono le tavole. Non manca un posto per assaggiare da regione a regione le prelibatezze che sposano bene il nostro palato. Verde come il basilico, bianco come il latte, rosso come il più bel pomodoro mai raccolto.
Una cucina sincera dunque, raccontata dai ricettari delle nostre nonne, nati dalle terre più benedette dalla pioggia fino al fuoco più arduo che ne impasta i sapori. Una cucina essenziale, semplice, raccontata dalle spighe bionde di grano fino al pane caldo che ogni buon italiano non fa mancare sulle nostre tavole.
Mentre nei nostri giardini della cultura, invece, vogliamo raccontare in questo secondo numero, dai piatti più tipici ai prodotti legati alle festività natalizie che si apprestano a tornare. Così come torna di volta in volta il ricordo di pietanze e sapori particolari legati alle terre del nostro stivale.

di Danilo Ruberto

Un popolo colorato e musicale che ha inventato pezzi di cultura culinaria

LA NASCITA DELLA PIZZA FRITTA NAPOLETANA, TRA STORIA E TRADIZIONE

Delle tante specialità che la città di Napoli ha saputo regalare al resto d'Italia e al mondo, la pizza fritta rappresenta una delle più caratteristiche dal punto di vista storico. Tutta la creatività del popolo partenopeo e la sofferenza portata dalla guerra si amalgamano in una pietanza dal valore culturale inestimabile quanto il suo sapore.
Il periodo in cui si colloca l'exploit della pizza fritta è quello del secondo dopoguerra. Dopo le quattro giornate di Napoli, che videro il capoluogo campano liberarsi da solo dall'oppressione nazista e fascista, la città affrontò uno dei momenti più duri della sua storia anche dal punto di vista culinario.

I tanti forni distrutti durante la guerra e la mancanza quasi totale di ingredienti rendeva quasi impossibile riuscire a sfamare la popolazione, tanto che la classica pizza margherita appariva quasi come un miraggio inarrivabile. La risposta dei più ingegnosi pizzaioli fu quella di creare un impasto che potesse essere fritto nell'olio caldo, in modo da poter essere cotto nelle proprie case e senza il bisogno di forni a legna.

Il risultato fu un particolare tipo di pizza che tendeva a gonfiarsi nell'olio, e che permetteva di saziare con facilità. Era possibile farcirla con qualsiasi ingrediente ci fosse a disposizione, soprattutto con i latticini prodotti nelle campagne adiacenti e con i cicoli, pezzi di grasso scartati dalla carne di maiale.

La maggior parte della popolazione, in questo modo, poteva sfamarsi a costi bassissimi, soprattutto grazie alla possibilità di pagare la pizza fritta una settimana dopo la sua consumazione. È per questo che la pietanza veniva definita "a ogge a otto", ovvero la "pizza a otto giorni". Questo genere di iniziative sono peraltro ancora in voga oggi a Napoli. Basti pensare al classico "caffè sospeso": capita spesso che qualcuno,

dopo aver consumato la propria colazione, lasci un caffè pagato al bar per chiunque voglia approfittarne in seguito.

La pizza fritta, inoltre, veniva spesso cucinata nella casa stessa dei piazzaioli, che la preparavano nei loro giorni di riposo. L'acquisto avveniva nei classici "bassi", case dei rioni che avevano l'uscio direttamente sulla strada, e che rappresentavano quindi dei veri e propri pit-stop per chiunque patisse la fame.

Spesso le massaie napoletane friggevano l'impasto in strada proprio davanti alla propria abitazione. Nonostante la distruzione portata dalla guerra, la speranza viveva in questi momenti di aggregazione sociale, che avevano anche nel sapore della pizza fritta un lenitivo in grado di far scordare, per un attimo, le terribili conseguenze del ventennio fascista.

La pizza fritta e la sua iconicità hanno trovato anche una loro rappresentazione nella famosa pellicola "L'oro di Napoli". Nel film di Vittorio De Sica, una giovanissima Sophia Loren interpreta proprio una massaia intenta nella cottura e nella vendita di questa prelibatezza. Il famoso anello "smarrito" nell'impasto pone la cultura culinaria di Napoli al centro di vicende della vita quotidiana, in un contesto che racconta la capacità della città di sopravvivere davanti a tutto.

Nonostante la nascita ufficiale della pietanza sia riconducibile a quel periodo, però, è giusto ricordare che la prima versione di una pizza salata ripiena è rintracciabile nel trattato “Cucina teorico-pratica” del 1837 di Ippolito Cavalcanti, che annovera il pesce azzurro e il baccalà come primi ingredienti per farcirla

Per preparare la pizza fritta, la base di partenza è la stessa della pizza classica. Dopo aver impastato farina, acqua, lievito, sale, un pizzico di zucchero e un filo d'olio, fino ad ottenere un composto omogeneo, è necessario far lievitare l’impasto per il tempo necessario a farlo crescere in maniera appropriata.

Una volta terminato il processo, bisogna creare delle sfere, facendole lievitare nuovamente, per poi stenderle con le mani fino ad ottenere delle piccole pizze piatte.

Dopo aver spalmato sulla metà dell’impasto gli ingredienti (quelli tipici sono basilico, pepe, cicoli, ricotta, salame, pomodoro, provola o fiordilatte), bisogna quindi ripiegare la parte senza condimento, chiudendo accuratamente i bordi per ottenere una mezzaluna.

Una volta immersa nell’olio bollente, basterà attendere che la pizza fritta raggiunga il caratteristico colore dorato per estrarla e gustarla (aspettando ovviamente che si raffreddi!).

La pizza fritta, che insieme alla sua versione classica è diventata nel 2017 patrimonio del’UNESCO, rimane anche adesso una delle pietanze più conosciute e consumate nella città di Napoli e non solo. Soprattutto nell’era dello street food, questa perla gastronomica nata dallo spirito di sopravvivenza partenopeo rappresenta ancora oggi un simbolo di inventività e affiliazione. Un piatto in grado di riunire persone e sensazioni, attenuando con il sapore le problematiche che una città caotica come Napoli affronta quotidianamente.

di Daniele Sasso

Delizie del Gusto
Sapori di terre italiane
www.deliziedelgusto.com

…restano piatti dolci ma abbiamo saputo dargli un tocco salato…

Dalle melanzane agli strozzapreti, la tradizione e l'evoluzione dei piatti dolci festivi

La cucina italiana vanta una gran varietà di tradizioni e modalità di preparazione delle pietanze su base quantomeno regionale. Ciò è indubbiamente una ricchezza ma a volte le differenze fra le varie località del nostro Paese sono talmente marcate che si ingenera stupore in chi a quel determinato accostamento mai avrebbe pensato, sulla base delle abitudini personali e della propria area geografica.

Ecco per esempio, sovente, l'incredulità di piemontesi, lombardi, veneti di fronte all'accostamento fra melanzane e cioccolato in quello che è un tipico piatto festivo campano, le cui radici paiono affondare a Maiori, grazie alle suore di Santa Maria della Misericordia (che ci avrebbero donato anche gli struffoli) oppure ai monaci di Atrani o forse Tramonti, che già realizzavano melanzane fritte condite con un liquore dolce, a seconda della versione della storia. Comunque indubbiamente lungo la costiera amalfitana o nell'immediato entroterra.

Questa pietanza riscosse il favore persino della famiglia reale dello zar Nicola II, da quando sua nipote lo portò in Russia dopo un soggiorno in Italia.

L'utilizzo delle melanzane in piatti dolci è in realtà noto da almeno 1500 anni, forse un uso introdotto dai saraceni, e a seconda della variante le ricette includono mandorle e amaretti o persino canditi.

Altrettanto generalizzato pare essere lo stupore di fronte all'utilizzo della pasta in versione dolce. Sì, i classici spaghetti, rigatoni, vermicelli, strozzapreti trovano posto nella cucina natalizia o pasquale.

Oggi associamo indissolubilmente la pasta al gusto salato e su tutti primeggia il pomodoro; in realtà l'utilizzo di quest'ortaggio in forma di

salsa a produrre il connubio con la pasta, vero e proprio sinonimo di italianità, è relativamente recente: la prima testimonianza scritta è databile con precisione al 1839, anno in cui venne data alle stampe la seconda edizione della Cucina Teorico-Pratica di Ippolito Cavalcanti, duca di Buonvicino nonché personalità di riferimento per la tradizione culinaria italiana.

Bisogna però aspettare la fine del Diciannovesimo secolo affinché tale uso cominciasse realmente a diffondersi lungo la penisola e addirittura la metà del Novecento perché la pasta col pomodoro diventasse l'icona della cucina italiana, il modo più comune e tipico di prepararla per le nostre tavole.

Ma allora prima quali condimenti erano in uso? Detto che l'agliata iniziò a diventare popolare in ambito locale nei decenni che precedettero i primi esempi di utilizzo del pomodoro e che il pesto alla genovese risale esso stesso alla metà dell'800, scopriamo dai documenti storici che nei secoli precedenti l'abbinamento più diffuso per la pasta (peraltro consumata molto meno di oggi e spesso basata su cereali diversi dal frumento) erano burro e formaggio o, per le classi abbastanza agiate da poterselo permettere, zucchero o cannella.

L'uso di questi ultimi era divenuto poco comune già centocinquant'anni or sono, ma lo stesso Pellegrino Artusi vi faceva ancora riferimento nel suo fondamentale La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene, summa dell'arte e della cultura culinaria italiana dei suoi tempi.

Eppure oggi di fronte alla sola idea di mettere la cannella o, ancor più, lo zucchero sulla pasta molti storcerebbero il naso. A meno che localmente la tradizione non sia sopravvissuta, magari riducendo il consumo di questa particolare versione della pasta ai periodi di festività.

È il caso, per esempio, dell'Umbria dove ancora oggi durante le celebrazioni per il Natale si preparano rigatoni e tagliatelle con cioccolato e noci, pangrattato, cannella, noce moscata e anche miele o alchermes, a seconda della zona.

L'usanza della pasta dolce è tuttora presente in diverse parti d'Italia ma in particolare intorno all'Umbria stessa e prevedono ricette a base di zucchero e ricotta, miele e limone o arancia oppure innumerevoli ulteriori varianti.

La cannella è, a dire il vero, un ingrediente in uso anche per i primi piatti salati in cui la pasta è abbinata ai classici pomodoro e cipolla

come pesce e frutti di mare o broccoli, per donare un gusto particolare alla pietanza.

L'inventiva nella cucina italiana certo non manca e alternative apparentemente insolite come le fettuccine servite come dessert in fondo altro non sono se non un ritorno a secolari tradizioni, magari in forma rivisitata e adattata ai nostri tempi, ma pur sempre con radici ben salde nella nostra Storia e nella nostra cultura.

di Corrado Festa Bianchet

… un sapore unico ma anche la forma e il colore …

Il cedro: tutti i segreti, in cucina e non solo, sull'oro verde della Calabria

Un agrume antico e rinomato che ha fatto della costa tirrenica cosentina il suo habitat per eccellenza. Usato in pasticceria e riscoperto per arricchire tantissime ricette, dai primi ai secondi, dalla carne al pesce.
È verde, profumatissimo e dal sapore intenso. Uno degli agrumi più rinomati e ricercati che cresce per lo più in Calabria, lungo la costa nord del Tirreno cosentino tanto da denominare addirittura un'intera zona.

Parliamo del cedro che viene coltivato principalmente tra Belvedere Marittimo e Tortora, la zona costiera conosciuta proprio come la Riviera dei Cedri. Ben 35 chilometri di costa lungo la quale il cedro trova il terreno e il micro-clima adatto per poter crescere e svilupparsi in tutta la sua bellezza, profumazione e proprietà antiossidanti. Per la grande dedizione che da sempre si ha verso la coltivazione della pianta di agrume, la cittadina di Santa Maria del Cedro ne porta addirittura il nome.

Il cedro probabilmente è fra i prodotti gastronomici più rilevanti del Made in Italy all'estero, è per la Calabria un vero oro verde considerando che la maggior parte, per non dire l'assoluto, della produzione proviene proprio dalla piccola fascia costiera. È in cucina che il cedro concede le sue soddisfazioni più grandi. Anche se esteticamente non è bello, perché rugoso e un po' goffo, a livello gastronomico regala profumi e sapori inebrianti. Impossibile confonderlo, non solo per il suo colore verde intenso ma anche per il suo profumo vigoroso, dalle tonalità a tratti dolci con leggeri spruzzi

di aspro. Del cedro in cucina non si butta nulla, né la polpa e né la buccia con le quali si realizzano preparazioni succulente. E come succede per i monumenti, anche i sapori e gli odori raccontano la storia di un popolo, quello che in Calabria è cresciuto a pane e cedro potremmo dire. Da sempre, infatti, l'agrume verde è presente nella tradizione regionale, anche nelle ricette più semplici della storia contadina.

La buccia del cedro in primis è usata per preparare canditi dal colore intenso ma anche liquori e marmellate. Ma come dimenticare la cedrata, bevanda analcolica conosciuta in tutto il mondo e molto in voga negli anni Settanta ma oggi di nuovo rivalutata. È soprattutto la pasticceria che gode delle grandi peculiarità del cedro, con il quale si preparano, a Santa Maria del Cedro e su tutta la costa, specialità gastronomiche invidiabili.

Dai sospiri al cedro, il tipico dolce calabrese immancabile sulle tavole imbandite dei matrimoni, preparato con due rotelle di pan di spagna

unite da un'avvolgente crema al cedro, ricoperti di glassa e guarniti con canditi al cedro, ovviamente; passando per i cannoli, dai pasticcini mignon, prime tra tutte le paste di mandorla, ai dolci con la pastafrolla, alle torte e alle crostate fino alle colombe e ai panettoni, rivisitati negli ultimi anni. In tutte queste prelibatezze la crema verde contorna e avvolge ogni cosa. E in estate, ma non solo, spazio a gelati, sorbetti e granite al cedro.

E proprio a Santa Maria del Cedro la trazione della pasticceria legata alla trasformazione del suo grande agrume continua, ancora oggi più autentica che mai, senza staccarsi dalla linea della qualità e dell'autenticità di questi luoghi.

Due in particolare i maestri pasticceri che nella cittadina calabrese hanno assunto l'oneroso ma importante compito di far crescere e autenticare la pasticceria legata al cedro: Adolfo Aronne e Luigi Barone che insieme ai loro qualificati collaboratori portano avanti la tradizione di famiglia.

Negli anni però il cedro è riuscito ad andare anche oltre la pasticceria. Oggi infatti è usato per insaporire tantissime ricette, dai primi ai secondi, sia di carne che di pesce. Con il suo aroma caratteristico esalta e arricchisce ogni pietanza arrivando ad essere anche la base per un particolarissimo e insuperabile olio extra vergine d'oliva aromatizzato al cedro che il Consorzio del Cedro di Calabria, nato per promuovere

la coltura del cedro, i prodotti a base di questo agrume e più in generale la cultura ad esso legata, ha fortemente voluto.

Non si conosce bene ancora la vera origine del cedro, le tesi degli studiosi sono contrastanti tra chi ritiene che derivi dall'Egitto, chi dalla Cina e chi ancora dalle Indie Occidentali, ma ormai è assodato che la diffusione del cedro avvenne grazie agli ebrei che lo conobbero in Egitto e ne portarono la coltivazione in Palestina prima e poi in tutti i luoghi nei quali furono costretti ad emigrare per sfuggire alle deportazioni.

Proprio per la religione ebraica, il cedro è, infatti, il frutto più prezioso. Per questo motivo, in estate, i rabbini di tutto il modo, si danno appuntamento a Santa Maria del Cedro per partecipare al rito della raccolta, selezionando i frutti migliori per la festa delle Capanne (Sukkoth).

Il cedro è anche apprezzato per le sue caratteristiche organolettiche che ne fanno un agrume dalle particolari proprietà antiossidanti grazie al suo concentrato di flavonoidi. È inoltre un frutto con pochissime calorie, privo di grassi, fresco e salutare, consigliato anche per le diete ipocaloriche.

di Francesca Bloise

Il dolce di pastafrolla dal cuore di marmellata è diventato un simbolo identitario del borgo ai piedi del Pollino

Il bocconotto di Mormanno. Una tradizione culinaria lunga tre secoli

Il dolce di pastafrolla dal cuore di marmellata è diventato un simbolo identitario del borgo ai piedi del Pollino che lo "celebra" in estate con il Re Bocconotto, una preparazione da guinness Farina, uova, strutto, lievito, limone e marmellata… questi gli ingredienti (senza svelare le quantità) per la ricetta unica, inconfondibile ed inimitabile del bocconotto, il dolce tipico di Mormanno, il borgo in provincia di Cosenza, nel cuore del parco nazionale del Pollino. Fatto di materie semplici e risalente, secondo la leggenda, al 1700, da sempre il bocconotto è il dolce di pastafrolla, a forma ovale con il cuore di marmellata, che solletica e mette d'accordo tutti i palati.

Una storia longeva quella del bocconotto che secondo le ricostruzioni storiche fu chiamato così perché si poteva mangiare in un unico boccone per via della sua dimensione piccola e contenuta. Un unico boccone che permette di assaporare la friabile pasta frolla che nello sciogliersi in bocca incontra il sapore intenso del ripieno che per tradizione richiede rigorosamente marmellata di ciliegia.

Un dolce che ha saputo resistere al tempo e ai cambiamenti della storia e che per i cittadini di Mormanno è diventato un simbolo identitario della propria terra. Una vera istituzione gastronomica apprezzata davvero da gente di tutta Italia che spesso conosce Mormanno proprio per la sua prelibatezza. Anche per questo il bocconotto di Mormanno è inserito nell'elenco dei PAT, prodotti agro alimentari tipici della provincia di Cosenza.Il bocconotto nel tempo si è fatto apprezzare non

solo per la sua bontà ma anche per il suo alto grado nutrizionale e per la sua caratteristica di mantenersi a lungo, in luogo asciutto, senza stare troppo a contatto con l'aria e per questo di facile conservazione. Un vero cavallo di battaglia dell'arte culinaria locale. Come avveniva in passato un po' per le diverse preparazioni, anche per quella del bocconotto, fatto rigorosamente in casa, era un vero rito a cui non si poteva mancare, un momento in cui si riuniva la famiglia e che i più piccoli aspettavano con ansia, per dare una mano a mamme, nonne e zie nella preparazione e poi gustare un dolce che un tempo era davvero un lusso.

Come si fa dunque il bocconotto? Indispensabili sono le tradizionali formine ovali, che oggi si trovano anche rotonde o a canestrello, spesso usate tutte per distinguere i vari gusti proposti. Si prepara la pastafrolla, si creano due dischetti, uno che farà da base, sulla quale si ripone il ripieno, e l'altro invece farà da coperchio.

Importante è che i due lembi chiudano perfettamente, si spennella con il rosso d'uovo e si inforna. Il ripieno tipico, come detto, è quello di marmellata di ciliegie ma oggi le varianti proposte sono tante, con marmellate di altri gusti come albicocche e frutti di bosco, ma anche marmellata di fichi unita alle noci, cioccolato, mandorla e limone. In estate ne viene proposta anche la versione al gelato. È così che i semplici ma gustosi bocconcini di pastafrolla sono pronti, da assaggiare con o senza zucchero a velo in superfice. Insomma le varianti sono davvero tante e non resta che assaggiarlo.

Proprio per il forte legame che Mormanno ha con il suo dolce simbolo ha deciso, ormai da diversi anni, di celebrarlo con una festa tutta a lui dedicata, la festa del bocconotto organizzata nei primi anni nel mese di giugno e da qualche anno ormai nel mese di agosto, inserita nel cartellone dell'agosto mormannese. Per "celebrare" ed onorare la bontà e la tipicità di una sua delizia culinaria doc, il borgo del Pollino ogni anno si supera sfornando un dolce gigante, il Re Bocconotto, una produzione da guinness per le sue dimensioni strabilianti realizzato dalle sapienti mani delle donne del borgo.

Il Re Bocconotto quest'anno è arrivato fino a Diamante, comune della costa tirrenica calabrese con il quale Mormanno è gemellata, conosciuto per la celeberrima festa del peperoncino. È così che il

bocconotto ha fatto da ponte ideale e gustoso tra due zone della Calabria, il Pollino e il Tirreno, la montagna e il mare.

Ma il bocconotto non si mangia solo in estate. Ogni momento o ricorrenza è utile per essere gustato, anche semplicemente a colazione o a merenda. Nelle pasticcerie del borgo il bocconotto si trova sempre, in ogni ora del giorno e stagione, impossibile non assaggiarlo se si capita a Mormanno, sia nella versione confezionata, più facile e comoda da portare via che sfuso, ideale per essere confezionato in vassoi.

È così che dopo tre secoli, a Mormanno, la dolce tradizione del bocconotto continua ancora, più viva che mai.

di Francesca Bloise

Il nome ricorda la cima più importante d'Italia invece nella Valle di Muggio è un dolce leggero e delizioso

Monte Bianco, il dolce "abbraccio" tra Piemonte, Francia e Valle di Muggio

Il Natale in **Valle di Muggio (Svizzera)**, secondo quanto mi raccontava la mia nonna materna, era annunciato da quattro avvenimenti che, per la gente di allora, avevano un grande significato.
Il primo era la cosiddetta "mazza", ovvero il momento, che in genere cadeva a novembre, in cui le persone si riunivano per macellare un maiale, con cui venivano poi fatti a mano cotechini, salami, costine e altri tagli di carne che venivano consumati il giorno di Natale.
Di solito erano i più benestanti che possedevano animali da cortile e non solo, in particolare il maiale, perché il loro mantenimento costava già allora, ma nonostante questo, in genere anche i più poveri, per il giorno di Natale, riuscivano ad avere la carne.

Per loro infatti, che fosse maiale o altra carne, il Natale era anche chiamato "il giorno della carne", perché era l'unico giorno dell'anno in cui riuscivano a mangiare la carne.
Il secondo, questo durante gli anni della Seconda Guerra Mondiale, era il minestrone, che i bambini, armati di secchi, andavano a prendere dai soldati ticinesi impegnati a difendere i confini e impedire che Mussolini, o i tedeschi, invadessero il Canton Ticino.
Anzi, secondo, quanto raccontato da mia nonna, pare che una volta ci fosse anche andato molto vicino, se non che il Cavalier Motta, recatosi a Chiasso, gli avesse detto senza mezzi termini che, se avesse provato ad invadere il Canton Ticino, lo avrebbe fatto saltare in aria con tutte le sue camice nere, visto che il ponte di Castello, come tutti gli altri, a quei tempi erano minati.
Il terzo era la preparazione della torta di pane, uno dei dolci più amati e apprezzati in valle insieme al gateau di mele e ai ravioli di Carnevale, una torta fatta con ingredienti poveri, spesso di recupero, e di cui, ciascuna donna della Valle di Muggio,

custodiva gelosamente la sua “personale” versione della ricetta (poi prometto che, un giorno, racconterò sul nostro sito non solo la storia della torta di pane, ma darò anche la ricetta di una delle mie tante versioni).

Il quarto e ultimo, ma sicuramente il più importante di tutti, era il consumo delle castagne, che dopo essere state raccolte durante l'autunno ed essere state messe nella *graa*, una casetta in pietra in cui venivano fatte essiccare, il giorno di Natale venivano bollite e mangiate con il latte oppure ridotte in farina e utilizzate per fare la polenta *“quant a gheva mia ul carlùn”* (traduzione: “quando non c'era il granoturco”).

La Valle di Muggio era molto legata alle castagne, perché rappresentavano una fonte di cibo preziosa, sia per le famiglie ricche sia per quelle povere, e lo è tuttora oggi, visto che ogni anno, in un paesino a scelta della valle, si tiene la Sagra della Castagna e, subito dopo la fine della caccia, i boschi iniziano ad essere affollati di raccoglitori di castagne.

Mia nonna mi raccontava anche che, quando era piccola, suo nonno si era recato in Francia per lavoro e, quando era tornato, non solo aveva portato con sé qualche soldo in più, ma anche alcune parole francesi, come *sans-soucis*, un termine che significa senza pensieri e che lei usava spesso per definire una persona che non si preoccupava del domani, *lave-vaisselle*, che lei usava per chiamare la lavastoviglie (quando non la definiva “la serva” perché lavava i piatti al posto suo), e anche alcune contaminazioni della cucina francese, che prima ancora che spadroneggiassero negli anni Ottanta, finirono già nelle sue ricette, come il *pùrscel tonné*, una specie di vitel tonné dove, al posto del manganello di vitello, lei utilizzava le fettine di lonza, che poi ricopriva con la salsa verde.

La Francia, oltre ad aver influenzato in maniera importante la famiglia della mia nonna materna, è anche la culla del Monte Bianco, un dolce che io ho sempre associato al Piemonte, ma che, navigando qua e là, ho scoperto che le sue origini sono più controverse di quello che sembra.

Da una parte infatti ci sono gli italiani che dicono sia nato in Francia, e poi sia arrivato in seguito in Piemonte, mentre dall'altra

parte ci sono i francesi che dicono che il dolce sia stato creato prima dagli italiani, più precisamente da quelli che nel XV secolo vivevano nel Ducato dei Savoia, poi sia sconfinato in seguito in Francia.
Il Monte Bianco, o Mont Blanc, chiamato così perché con il suo aspetto candido ricorda il Massiccio del Monte Bianco, una delle montagne più alte delle Alpi, della Francia e anche d'Europa, è una torta, poi diventata anche dolce al cucchiaio, fatta con crema di marroni e panna montata.

Sebbene sia molto scenografico da portare in tavola, e questo l'ho potuto vedere in occasione di un Natale in famiglia, quando più di una bocca si era spalancata per lo stupore quando l'avevo presentato, il Monte Bianco non solo è facile da preparare, anche per chi non è un pasticcere provetto, ma può anche essere mangiato senza problemi dagli anziani, perché è molto morbido e non ha parti croccanti (mia nonna, in occasione di quel Natale, non si era fatta troppi problemi a far il bis a suon di cucchiaiate, e direttamente dal piatto di portata principale, dopo aver ripulito per bene la sua coppetta).
Il Monte Bianco, oltre ad essere uno dei dolci natalizi che compaiono sulle tavole piemontesi, svizzere, ungheresi e non solo, è anche uno dei dolci per eccellenza del periodo invernale, perché oltre a ricordare una montagna innevata, è anche molto sostanzioso, quindi l'ideale per caricarsi di energie prima di andare a fare una partita di palle di neve.
In un abbraccio alla Valle di Muggio, il luogo in cui abito e da cui provengono le castagne che ho utilizzato per la “mia” crema di castagne e che, durante l'autunno, vado a raccogliere (una delle passioni che mi sono state passate dalla nonna insieme alla ricetta del Grand Marnier, alla tombola, al dialetto ticinese, che parlo ancora oggi, e a tante altre), alla Francia, dove il mio trisnonno si è recato per lavorare e da cui ha portato tante influenze che sono giunte fino a me, e al Piemonte, la regione italiana in cui si dice sia proprio nato questo dessert, ho deciso di creare io la mia personale versione del Monte Bianco, di cui vi lascio la ricetta qui sotto.

Tuttavia, se il tempo stringe e la sera prima non hai tempo per preparare la crema di castagne perché devi recarti alla messa di Natale o a fare gli acquisti dell'ultimo minuto, puoi anche preparare il Monte Bianco usando quella già pronta.
In questo caso, per renderla un po' più morbida, ti suggerisco di lavorarla con la frusta, poi di aggiungere un po' di latte e una noce di burro (non freddo di frigo) per renderla più cremosa e smorzare un po' il gusto alcolico.
La mia versione invece, anche se sono un'amante dei liquori, può essere preparata anche senza l'aggiunta di alcol, una scelta voluta non solo per permettere anche ai bambini di gustare questa delizia, ma pure agli anziani e alle persone astemie.

MONTE BIANCO

Livello di difficoltà: facile

Tempo di preparazione: 40 minuti di cottura+20 minuti per l'assemblaggio

Ingredienti per 4 persone

- Per la crema di castagne:
- 750 grammi di castagne fresche, già sbucciate (consiglio: se usi quelle secche, ricordati che devono essere lasciate in acqua la sera prima per almeno 12 ore)
- 50 grammi di cioccolato fondente
- 5 cucchiaini di zucchero
- 2 tappi di grappa o liquore di cachi (facoltativa)
- Latte q.b
- 80 grammi di burro
- 1 bustina di vanillina (io l'ho usata perché non avevo altro in casa, ma il top sarebbe usare 1 punta di coltello di estratto di vaniglia)

Per la copertura:

- 500 grammi di panna da montare, non zuccherata né aromatizzata
- Cacao in polvere
- Marron glacés spezzati
- Zucchero a vele

Procedimento

1. Fai bollire le castagne in un pentolino capiente per 30 minuti fino a quando non diventeranno morbide. Scolale per bene e attendi fino a quando non diventeranno tiepide, poi rimuovi la pellicina esterna. Non aspettare che le castagne siano completamente fredde, altrimenti l'operazione diventerà più difficile. La pellicina dev'essere rimossa, sennò la crema di castagne avrà un sapore amaro e poco piacevole.

2. Dopo averla pulita sotto l'acqua corrente, rimetti le castagne nel pentolino insieme a 50 grammi di cioccolato fondente, 5 cucchiaini di zucchero, 1 bustina di vanillina e, se ti piace, anche 2 tappi di grappa o di liquore di cachi. Falle cuocere ancora per 5 minuti a fuoco dolce e fino a quando il cioccolato non sarà sciolto, poi ritirale subito dal fuoco.

3. Frulla le castagne insieme ad un po' di latte e ad 80 grammi di burro. Se la crema di castagne dovesse risultare troppo dura, aggiungi eventualmente un po' di latte.
4. Metti la crema di castagne in frigo, poi monta la panna. Per far sì che non smonti, metti brevemente la ciotola usata sotto l'acqua corrente fredda e assicurati che la panna sia ben fredda. La panna montata sarà pronta quando rimarrà “attaccata” alle fruste e, alzando appena la ciotola, rimarrà ferma e non scivolerà verso il basso.
5. Prendi un piatto da portata, poi metti nel centro due cucchiai abbondanti di panna montata. Spolverala con il cacao in polvere e aggiungi sei-sette marron glacés. Prendi la crema di castagne dal frigo, poi con l'aiuto di una spatola, mettila tutt'intorno e sopra la panna fino a ricoprirla completamente. Lisciala per bene e modellala fino a formare una piccola montagna.
6. Prendi la panna e, partendo dall'alto, distribuiscila su tutta la piccola montagna di crema di castagne fino a coprirla del tutto. Non avere paura di essere irregolare, perché in questo caso più si è irregolari, più il Mont Blanc avrà l'aspetto di una vera montagna!
7. Concludi decorando il tuo dolce con pezzetti di marron glacés (anche in cima), poi spolveralo con il cacao in polvere e con lo zucchero a velo. Riponilo in frigo fino al momento di servirlo.

di Francesca Orelli

…caratteristica di un dolce che rappresenta una festa "d'importazione"…

Crostata di zucca, la ricetta per Halloween

La **crostata di zucca** è un dolce molto goloso, ideale da preparare ad **Halloween** per la festa dei bambini ma anche per deliziare gli ospiti che verranno a cena con una **preparazione a tema** molto bella anche da vedere. Non spaventatevi, il procedimento non è affatto difficile: base di **pastafrolla al cacao** e una **crema** delicata ma deliziosa **alla zucca** che oltre al sapore dona un tocco di colore eccezionale. Ed infine la **decorazione a ragnatela** che attira l'attenzione. Farete un figurone, fidatevi!

Ingredienti:

Per la pasta frolla:

- 250 gr di farina
- 120 gr di burro a temperatura ambiente
- 1 uovo
- 70 gr di cacao, meglio se amaro
- 100 gr di zucchero a velo
- 1 pizzico di sale

Per la crema alla zucca:

- 250 gr di zucca pulita e lavata
- 250 ml di latte
- 2 uova
- 30 gr di farina o amido di mais
- Scorza di arancia grattugiata
- 60 gr di zucchero a velo

Per la decorazione:

Nutella o qualsiasi cioccolata spalmabile

Procedimento:

Per preparare la **crosta alla zucca di Halloween** inizia a preparare prima di ogni altra cosa la base di **pasta frolla al cacao**. Uniamo in una ciotola farina, cacao e zucchero a velo ben setacciati. Mescoliamo e aggiungiamo il burro precedentemente tolto dal frigo e dunque morbido. Impastiamo con le mani in modo energico per lavorare il burro e creare un impasto compatto. Infine aggiungiamo l'uovo e il sale. Lavoriamo ancora per alcuni minuti fino ad ottenere un composto omogeneo e liscio. Formiamo una palla, la copriamo con la pellicola e la **lasciamo riposare** in frigo.

Nel frattempo ci dedichiamo a preparare la **crema alla zucca**. Facciamo bollire innanzitutto la zucca, tagliata a cubetti. Basteranno 10 minuti. Poi la scoliamo e la strizziamo per farle perdere l'acqua. La frulliamo e la mettiamo da parte. In un'altra ciotola uniamo le uova e lo zucchero, frulliamo con le fruste elettrice per ottenere un composto spumoso e piano piano incorporiamo la farina o l'amido di mais. Nel mentre facciamo scaldare il latte, a fiamma bassa, aggiungiamo il composto con le uova e la scorza di arancia. Tenendo sempre tutto sul fuoco mescoliamo con una frusta a mano, in continuazione ma lentamente per non creare grumi. Una volta amalgamata aggiungiamo anche la zucca e mescoliamo ancora fino a quando la crema non si sarà unita e addensata. Versiamo la crema alla zucca in ciotola e la **copriamo con la pellicola**.

A questo punto prendiamo la pasta frolla in forma rotonda su un foglio di carta forno e appena ha raggiunto la forma ideale, la appoggiamo sul nostro stampo che di solito non è mai inferiore a 26 cm di diametro. Al centro inseriamo la crema alla zucca e facciamo cuocere in forno preriscaldato a 180° per circa 20/25 minuti. Una volta cotta, quando ancora la crostata di zucca è calda dedicatevi alla **decorazione con il cioccolato sciolto a bagnomaria**. Disegnate una bella ragnatela che non è difficile da fare e se volete sbizzarrirvi aggiungete anche qualche ragnetto.

di Francesca Bloise

Quando sei un salame ma con un carattere spalmabile e delizioso…

‘Nduja calabrese: ricette e curiosità del noto salame spalmabile

La ‘nduja calabrese, salame spalmabile nato come prodotto povero, è riuscita nel corso degli anni a farsi largo tra i vari alimenti della gastronomia italiana, tanto da essere particolarmente apprezzata anche all’estero. Ma a cosa è dovuto il successo di questo salame dalla consistenza morbida e cremosa? Quali sono le sue origine? E quali ricette è possibile realizzare? Scopriamolo assieme!

‘Nduja calabrese: un salame dal gusto inconfondibile

Realizzato con gli elementi di scarto grassi del maiale, come ad esempio coscia e sottopancia, questo salame spalmabile calabrese appare a prima vista di colore rosso intenso per via del peperoncino che conferisce a questo prodotto un sapore particolarmente piccante e deciso.

Di origini contadine, la ‘nduja calabrese è il risultato di una lunga lavorazione, dato che gli ingredienti vengono impastati a lungo finché non si ottiene un composto liscio che viene in seguito lasciato a riposo per ben 2 – 3 giorni, prima di essere insaccato nel budello e infine affumicato.

Con una stagionatura che dura circa 3 mesi, questo salame spalmabile calabrese arriva sulle tavole degli italiani, e non solo, particolarmente morbido e senza rischio di seccarsi.

L’uso della ‘nduja in cucina

Dal sapore ineguagliabile e dal gusto piccante per via del peperoncino, con la sua consistenza morbida e cremosa, la ‘nduja calabrese si presenta come un prodotto particolarmente versatile e che per questo motivo può essere utilizzato per realizzare ricette di vario genere, in grado di soddisfare persino il palato dei più esigenti.

Da classico salume da accompagnamento di pane tostato e crostini, fino ad essere utilizzato come condimento per insaporire ulteriormente il sugo da aggiungere alla pasta, c’è solo l’imbarazzo della scelta.

In molti, ad esempio, utilizzano la ‘nduja calabrese per farcire la pizza, gli involtini o realizzare degli antipasti davvero originali.

Ritenuto un alimento afrodisiaco, per via del peperoncino, questo salame si presenta dunque particolarmente adatto per chi desidera realizzare dei gustosi piatti piccanti.

Alcune curiosità sulla ‘nduja calabrese
Considerato il simbolo della gastronomia calabrese, ancora oggi non sono ben chiare le origini di questo alimento dal sapore unico e inconfondibile. Secondo alcuni, la ‘nduja calabrese è stata introdotta in Calabria dagli Spagnoli intorno al ‘500, mentre altri ritengono sia stata opera dei Francesi durante il periodo napoleonico.

A prescindere da chi l’abbia ideata, la ‘nduja calabrese è diventata inevitabilmente, la regina della cucina calabra. Storicamente considerata un piatto povero, la n’duja calabrese è comunque riuscita a raggiungere le tavole di quasi tutto il pianeta e per questo motivo è possibile trovarla in commercio sotto varie forme in modo da soddisfare le esigenze di ogni tipo di clientela: dalla classica forma di salame insaccato a quella in vasetti, infatti, ognuno può mangiare la ‘nduja calabrese come e quando vuole.

di Veronica Caliandro

Se non l'assaggi non sai cosa ti perdi. Unica e descrittiva di un carattere regionale, senza fronzoli ma delizioso e saporito

La vera focaccia genovese: origini, storia e ricetta originale

La parola **focaccia** deriva dalla frase latina *panis focacius* che letteralmente significa '*focaccia cotta sotto la cenere di un fuoco*' ossia che è cotta sotto la brace. L'origine risale al 1500 nella città di Genova. A Roma vi è una variante nota come pizza bianca, ma non ditelo ai genovesi, eh?

Le origini della focaccia

Non chiamatela pizza! Le sue origini si trovano già 2000 anni fa. Oltre alla denominazione già citata in precedenza, alcuni affermano che il nome derivi dal latino '*focacia*' che significa focolare o caminetto. È facile quindi comprendere quale fosse il ruolo che ha ricoperto la focaccia nella vita di tutti i giorni nel corso del tempo.
È essenzialmente l'anello mancante tra la focaccia tradizione e la focaccia tipica. È perfetta mangiata calda e ricoperta di pasta di olive.

Le diverse versioni della focaccia genovese

La base della focaccia si può paragonare a quella di una pizza, ma è più spessa. È costituita da una miscela di farina con alto contenuto di glutine, olio di oliva, acqua, sale e lievito.
Oggi ci sono diverse varianti. La più famosa è la **focaccia di Genova** con sale, olio di oliva e, talvolta, erbe aromatiche. Poi la **focaccia di Recco**, sempre della tradizione ligure, fatta con il formaggio. E infine la **focaccia barese** con pomodori freschi e olive.
Esistono anche versioni dolci. Nel nord-ovest vi è una versione molto popolare che viene realizzata con zucchero, uva passa, miele o altri ingredienti dal sapore dolce.
Nella regione di Luni c'è una variante più moderna che comprende frutta candita, pinoli, noci e altra frutta secca della tradizione.
Noi abbiamo scelto di concentrarci sulla focaccia originale ossia quella di Genova, una vera e propria specialità della cucina ligure.

La focaccia ligure

Una focaccia dorata e croccante è caratterizzata da un utilizzo sorprendente di acqua, olio di oliva e sale che si inserisce piano piano. La **focaccia genovese** è l'orgoglio di ogni ligure e la principale specialità regionale.
In origine, il forno a legna doveva essere alla giusta temperatura prima della cottura del pane. La focaccia era la prima cottura del giorno, usata come spuntino di metà mattina per i panettieri apprendisti.
La focaccia somiglia alla altrettanto famosa *fougasse* francese, originaria della Provenza. È anche nota in Spagna dove si chiama *fougassa*.

Variazioni della focaccia ligure

Anche in Liguria ci sono delle variazioni interessanti. Per esempio:

- **fugassa**

composta da farina, acqua e lievito di birra cotti in olio di oliva. La farinata, invece, è acqua, olio di oliva e farina di ceci cotta al forno.

- **sardenaira**

di Sanremo. Tradizionalmente aromatizzata con sardine a acciughe oppure cipolle, salvia e olive intere

- **focaccia di Recco**

con stracchino. Una volta che l'hai provata, non potrai più farne a meno!

Come fare la focaccia genovese

La scelta della farina e dell'olio di oliva è fondamentale per la preparazione della focaccia genovese. La farina deve essere ricca di glutine. Glutine? Sul serio? Senza entrare nei dettagli scientifici, è sufficiente conoscere che intorno al nucleo del germe di grano, vi è una certa quantità di proteine (glutine), grassi, amido, vitamine e sali minerali.
Una volta fresato, il glutine entra nella composizione della farina. Ci sarà tipicamente tra il 60 e il 72 per cento di amico e tra l'8 e il 12 per cento di glutine.
Per ottenere un buon impasto, è necessaria una buona farina che quindi deve essere ricca di glutine. Ed è il glutine stesso a offrire un aumento di volume ideale, nonché un impasto morbido ed elastico. Aiuterà anche a dare un ottimo sapore.

Ancora un trucco? Quanto più la preparazione è ricca (nelle uova, nel burro e nell'olio), tanto più richiede una farina ricca di glutine, perché deve essere resistente.
Per quanto riguarda la selezione dell'olio di oliva ha bisogno, ovviamente, di avere un ottimo aroma, fruttato e della prima spremitura a freddo extra vergine.

Focaccia di Genova ricetta

Tempo di preparazione: 20 minuti
Tempo di cottura: 20 minuti
Tempo totale: 40 minuti
La focaccia di Genova è la ricetta originale con olio di oliva, sale ed erbe aromatiche, spesso anche con il rosmarino. Di seguito troverete una ricetta per tre persone.
Ingredienti:

- 900 gr di farina di glutine
- 300 ml di acqua calda
- 60 ml di olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaio di zucchero
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaio da tavola di lievito attivo secco.

Per spazzolare la focaccia:

- 60 ml di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiai di acqua tiepida
- 1 cucchiaino di sale marino
- Erbe fresche a scelta (rosmarino, timo, origano, basilico).

Preparazione:

- In una ciotola mescolare zucchero, lievito e acqua.
- Versare sopra la farina e impastare con il mixer a velocità media per 3 minuti. Salare mentre si impasta.
- Impastare quindi a bassa velocità per 10 minuti fino a raggiungere una superficie liscia e un impasto morbido.

- Rimuovere l’impasto che ora sarà una palla su una teglia unta. Coprire con carta da forno e infornare a 30 gradi per un’ora.
- Quando l’impasto ha raddoppiato di volume, allungarlo con i palmi delle mani (mentre è ancora sulla teglia) per dargli una forma. Questo va fatto con le mani belle unte in modo che l’olio permei bene nella pasta cruda.
- Cospargere qualche grano di farina e lasciare lievitare in forno a 90 gradi per 20 minuti.
- Lavorare la pasta con molta delicatezza con i palmi delle mani in modo che l’olio penetri ovunque e dia alla focaccia la sua forma finale. Eseguire questo processo sempre direttamente sulla teglia.
- Lasciare lievitare ancora per 10 minuti.
- Preriscaldare il forno a 200 gradi.
- Emulsionare l’acqua, l’olio e il sale rimanente.
- Fare un buco nella pasta con un dito ogni paio di centimetri e versare l’emulsione sull’impasto, in particolare nei fori appena effettuati.
- Lasciare lievitare ancora per 2 minuti.
- Cospargere le erbe a scelta.
- Cuocere da 15 a 20 minuti o fino a quando la parte superiore della focaccia diventa bella dorata.

di Silvia Saltarelli

La tradizione di un sapore che rappresenta per tutti un periodo dell'anno

Natale, i dolci più buoni della tradizione

Natale è ormai alle porte e nel **Bel Paese**, si sa, non c'è Natale senza i **dolci della tradizione**. Tutti diversi e gustosi che **cambiano da regione in regione** ma come si sul dire **"paese che vai, usanza che trovi"** ed è proprio questo il bello della tavola italiana, sforna pietanze succulente che non deludono mai, con accostamenti e ingredienti diversi che affondano le radici in un **passato lontano** ma mai dimenticato.

Inutile dire che l'**acerrima lotta** tra i due **storici rivali** della **tradizione natalizia in Italia** continua ancora oggi, con la classica domanda **pandoro o panettone**? Il primo tipico di Milano, nato secondo la leggenda addirittura nel Medioevo, un pane farcito con uva sultanina, oggi candita o uvetta, dalla forma rotonda e cicciotta con la prima ricetta in assoluto attribuita ad **Angelo Motta**. Di tutt'altro stampo, invece, il pandoro di Verona, più snello ed alto, dalla forma conica con base a stella, senza nessun condimento, e dall'impasto morbido con la prima ricetta depositata da **Domenico Melegatti**.

Ma le **identità culinarie italiane** vanno ben oltre il pandoro e il panettone. Si innestano nei borghi e nei paesini di provincia che custodiscono gelosamente le **antiche ricette** di una **gran varietà di dolci tipici del Natale**.

Uno di questi, famoso forse non quanto i due su citati, ma con un gran seguito, è il **ricciarello**. Di **origine senese**, questi dolcetti sono fatti di pasta di mandorla con aromi di vaniglia e cannella, morbidi e farinosi si gustano con la loro forma ovale e spolverati di zucchero a velo in un sol boccone.

Dalla Toscana saltiamo in **Piemonte** per gustare un buonissimo **tronchetto**. Ebbene sì, uno tra i dolci più riprodotti in Italia, è tipico di questa regione che da secoli lo prepara ispirandosi al pezzo di legno, di castagno o di quercia, uno tra i migliori che le famiglie contadine avevano nella legnaia e che conservavano per mettere al fuoco la Notte

di Natale, in attesa della Messa di Mezzanotte. Oggi ne esistono molte varianti ma secondo la tradizione il tronchetto deve essere preparato immancabilmente on uova, burro, mascarpone, crema di marroni, brandy, panna e cioccolato.

Ci spostiamo più a sud e precisamente in **Campania** che per Natale porta in tavola un'altra prelibatezza abbastanza nota in tutto lo stivale, gli **struffoli**. Una cascata di palline di pasta fritta tenute insieme da miele e ricoperte di coloratissime codette di zucchero.

Ancora più giù, verso la punta dello Stivale per celebrare anche la **tradizione calabrese** fedele ai **fichi chini**, ovvero i frutti secchi riempiti di mandorle, noci, cioccolato, canditi e sovrapposti e incrociati, proprio per formare una croce in onore alla nascita di Gesù, motivo per cui in alcune zone della regione vengono anche chiamati **fichi a crocetta.**

E voi cosa preparate per Natale? Quali sono le leccornie della vostra terra?

di Francesca Bloise

IDIA SRL EDITORE – VIA LIPEROTI N 11 88900 CROTONE (KR)
P.IVA 03642150795 – MAIL: IDIASRLKR@GMAIL.COM
ISCRITTA AL TRIBUNALE DI CROTONE AL N. 48/2019