



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Carni (e frattaglie) fresche e loro preparazioni

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Salsiccia Matta

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Rieti e comune di Fiamignano (RI)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



Si tratta di una salsiccia di “recupero”. Si presenta con un colore chiaro tendente al grigio, e si caratterizza per restare morbida e spalmabile. Si ottiene insaccando la scannatura e tutte le parti sanguinolente del maiale che non si possono utilizzare per la produzione delle salsicce di carne, cui si aggiunge trippa e lingua debitamente sbollentate. Il tutto insaporito con aromi e spezie (sale, pepe, vino rosso, aglio spremuto) e poi insaccato in budelline di budello naturale di suino. La Salsiccia Matta si mangia fresca, cotta allo spiedo.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per questo insaccato si utilizzano la trippa e la lingua del maiale che vanno preventivamente sbollentate. A queste, si aggiungono il polmone e le varie parti sanguinolente del maiale tagliate a pezzi grossolani. Si condisce con una concia di sale, pepe, vino rosso e spremitura d'aglio ben mescolata. I pezzi di carne vengono passati nel tritacarne con una grana di media consistenza.

Ottenuto il macinato, questo va raccolto in un recipiente. Intanto si schiacciano due spicchi d'aglio in un fazzoletto di stoffa bianca che va poi chiuso e usato come se fosse un sacchetto attraverso cui si fa filtrare il vino rosso. Il pezzo di stoffa va strizzato più volte sopra il macinato in modo tale che vino e aromi siano ben distribuiti sul composto di carne. Il macinato va comunque mescolato in modo energico fin quando non abbia un aspetto ben amalgamato e una consistenza uniforme.

A questo punto l'impasto è pronto per essere insaccato in budelline di budello naturale di suino, avendo cura di averle ripetutamente lavate con acqua calda e aceto per rimuovere il sale in eccesso, sia all'interno che all'esterno.

La carne macinata viene quindi spinta nelle budelline in modo uniforme e qui e là bucherellata per favorire la fuoriuscita dell'aria.

La salsiccia ottenuta va fatta riposare per qualche giorno, in passato in un ambiente con il camino, per ottenere una leggera affumicatura. Il prodotto così ottenuto è il primo ad essere consumato, perché non destinato alla conservazione a lungo termine.

Generalmente il colore della Salsiccia Matta varia in base alla proporzione e al tipo di ingredienti selezionati, ma di solito assume un colore chiaro, tendente al grigio.

La Salsiccia Matta viene cotta allo spiedo, un metodo che ne esalta sapidità e gusto. In modo subalterno viene utilizzata nei sughi per il condimento della pasta; oppure, data la sua consistenza



cremosa, viene spalmata cruda sul pane per essere consumata come merenda o spuntini nell'arco della giornata.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti per l'impasto, Tritacarne a stampi

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Macellerie e norcinerie professionali

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La lavorazione delle carni di maiale nel Cicolano è antichissima e la documentazione traccia lungo i secoli la storia delle produzioni di insaccati che sin dall'alto Medioevo erano conferiti a vescovi e vassalli in segno di tributo. Dalle fonti archivistiche e iconografiche sappiamo della presenza del maiale nero e della produzione di prosciutti, mortadelle, salsicce fresche o secche, salami, lardi e sanguinacci. Ma è da uno studio condotto sulle fonti orali a partire dagli anni '70 del Novecento, attraverso il metodo delle interviste a 42 informatori e informatrici di età compresa tra i 44 e i 105 anni che è possibile comprendere la rilevanza economica e sociale dell'allevamento suino in questo territorio fino a qualche decennio fa, così come delle conoscenze nei metodi di lavorazione delle carni. La Salsiccia matta – in dialetto di Fiamignano *sargicce matte*, a Sant'Agapito *sargicce pazze* – fa parte di questo immenso patrimonio tramandato oralmente. Questo insaccato consentiva di recuperare tutte le parti meno nobili del maiale o che non si potevano utilizzare per altre preparazioni. Destinato al consumo domestico, era tra le prime lavorazioni di carne suina ad essere consumata per via di una capacità di conservazione ridotta rispetto agli altri insaccati.

Bibliografia

- ✓ *Adriani, S., Il maiale. Allevamento e tradizione nel Cicolano, Pro Loco Fiamignano, Rieti 2015.*
- ✓ *Morgiani, M., La salsiccia matta, Pro Loco Fiamignano, Rieti 2018.*



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Bòrza e Puccàtta

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Comprensorio del Salto del Cicolano in provincia di Rieti

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



Dolci di pasta dura tradizionalmente regalati alle bambine e ai bambini durante la colazione pasquale. Comuni nella tradizione culinaria di molte realtà del Lazio e delle regioni centro meridionali, la Puccatta prende la forma di una bambola dai tratti femminili che ha nascosto nel ventre un uovo sodo; la seconda, caratteristica del Cicolano, ha la forma della Borza, ovvero di una valigia con un manico vistoso, in cui l'uovo sodo nascosto all'interno vuole simboleggiare l'augurio di un'emigrazione fruttuosa.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

L'impasto necessario a realizzare due forme (Borza e Puccatta) si ottiene con 450 gr di farina di grano tenero, 250 gr di zucchero, 4 tuorli d'uovo, 150 gr di strutto, 1 bicchiere di frutta secca sminuzzata in modo grossolano, 1 bicchiere di alchermes, la scorza grattugiata di un limone, lievito per dolci, 2 uova intere lessate e sbucciate.

Una volta amalgamati gli ingredienti, si ottiene una sfoglia da dividere in due parti, ciascuna stesa fino a raggiungere uno spessore di circa 2 centimetri. A questo punto una parte viene modellata a forma di valigia, l'altra a forma di bambola. Dopodiché sulle sagome viene poggiato rispettivamente un uovo poi ricoperto da un ulteriore strato sottile di sfoglia. La colorazione e la lucidatura avviene spennellando la parte superiore con il tuorlo d'uovo allungato con l'acqua. Le forme vanno cotte in forno per 45 minuti circa, a 180°.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Banco di lavoro in acciaio, spianatoia di legno, tavolo da cucina, recipienti, impastatrice, mattarelli in legno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali, cucine domestiche o della ristorazione.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La Borza e Puccatta rientra nel novero dei dolci pasquali preparati per la colazione della domenica, nel Cicolano detta Sdejuno. Il dolce consiste nella variante fiamignanese e cicolana di una tradizione diffusa anche in altri comuni del Lazio e soprattutto dell'Abruzzo, una regione con cui questa parte del reatino laziale condivide una lunga storia amministrativa, interrotta nel 1927.

Borza e Puccatta sono dolci benuagurali di pasta dura, ricordano oggetti e giocattoli ed erano preparati per essere regalati ai più piccoli nel giorno in cui si interrompeva il digiuno e si festeggiava la resurrezione. La Borza prende la forma di valigia, contiene un uovo sodo che in questo caso simboleggia la ricchezza che ritorna insieme ai viaggi degli emigranti. A differenza della Puccatta, questa forma è esclusiva del Cicolano in cui il lavoro stagionale, prima ancora delle grandi migrazioni transnazionali, faceva parte della condizione di vita degli uomini di queste comunità agropastorali; la Puccatta invece è presente con nomi diversi nella tradizione di molti paesi dell'Italia centro meridionale, soprattutto tra quelli che un tempo erano inclusi nel Regno delle due Sicilie. Prende la tipica forma di bambola che in grembo racchiude un uovo sodo, a richiamare la fecondità, la rinascita e la primavera. Le uova racchiuse in questi dolci simboleggiano dunque a loro modo "i frutti" del lavoro migrante e di una nuova vita.

Bibliografia

Adriani, S., Quirini, L., *Borza e Puccatta. I dolci ritrovati*, Tipografica Artigiana, Rieti 2021.



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Cargiuni

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Salto Cicolano (RI) - Borgorose, Concerviano, Fiamignano, Marcellino, Petrella Salto, Pescorocchiano, Varco Sabino

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



I Cargiuni sono rustici che si mangiano esclusivamente a Pasqua, tipici della zona del Salto Cicolano. Consistono in grossi ravioli dolce-salati di sottilissima sfoglia all'uovo, dal colore dorato, farciti con un impasto di formaggio pecorino grattugiato, uova intere, uvetta appassita ed eventualmente ricotta di pecora. Vengono incisi sul dorso prima di essere infornati così che durante la cottura il ripieno trabocchi in segno di abbondanza.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:



Per la sfoglia: farina di frumento tenero di Biancola o in assenza farina 00, uova intere, olio evo, eventualmente olio di semi, vino bianco.

Per la farcia: uova intere, formaggio pecorino di media stagionatura o comunque adatto a essere grattugiato, eventualmente ricotta di pecora, uvetta appassita.

Il ripieno per essere compatto e pastoso ma non duro deve riposare almeno per una notte e quindi va preparato il giorno prima e lasciato riposare a temperatura ambiente, se preparato in casa, oppure in cella frigo se preparato nelle cucine

professionali. In questo modo l'umido dell'uovo ed eventualmente della ricotta viene assorbito per bene dall'uvetta che non deve essere messa a bagno.

La sfoglia, a base di farina, uova, olio evo e un goccio di vino bianco, deve risultare il più sottile possibile e restare morbida anche dopo la cottura, per cui si consiglia di stenderla a macchina. Si consiglia di preparare anche la sfoglia il giorno prima così che risulti meno "nervosa" e più facile da lavorare. Per evitare che l'impasto si attacchi al piano di lavoro si consiglia di usare farina di semola



in modo che l'impasto si indurisca troppo. Si preparano strisce larghe 15 cm e lunghe a piacere, su cui si posizionano palline di impasto lavorate a mano o con sac a poche della dimensione di circa 2 o 3 cm. Dopodiché si piega la sfoglia per coprire il ripieno, a mo' di raviolo, e si taglia con un coppapasta o usando il bordo di un bicchiere circolare. A questo punto il bordo viene chiuso utilizzando i rebbi di una forchetta e spennellati con il tuorlo d'uovo allungato in acqua in modo da conferire un colore dorato alla pasta. Prima di infornare, si incide la parte superiore con un coltello. In questo modo durante la cottura, l'abbondante ripieno fuoriesce presentando una caratteristica colatura come segno di prosperità e ricchezza. I Cargiuni devono cuocere in forno a 180° per almeno 25 minuti.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Bancone da lavoro in acciaio, spianatoie o tavolo da lavoro nelle cucine domestiche. Impastatrice, macchina per stendere la pasta manuale o meccanica, coppapasta, coltelleria, recipienti in plastica e in acciaio, forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

A memoria, i Cargiuni si fanno da sempre per onorare la domenica di Pasqua e gli ospiti accolti in casa durante quel periodo di festa. Gli ingredienti rimandano alle produzioni e alle attività tipiche della civiltà pastorale del Cicolano, alla transumanza e alla tradizione casearia dei pastori locali, molti dei quali fino al secondo dopoguerra, trascorrevano lunghi periodi in Sardegna proprio per insegnare l'arte della trasformazione del latte di pecora in formaggio pecorino.

Il periodo primaverile che coincide con quello in cui si preparano i Cargiuni, garantisce la disponibilità degli ingredienti principali, ovvero il pecorino e la ricotta. I Cargiuni nella tradizione popolare sono segno di generosità e ricchezza, per questo vanno ben riempiti in modo da sembrare prini ovvero pregni quasi da esplodere il proprio contenuto. L'incisione sulla parte superiore e la fuoriuscita della farcia sta proprio a indicare augurio di abbondanza.

La Pro Loco di Fiamignano ne ha recuperato e trascritto la ricetta nei primi anni '80 del Novecento, quando i soci volontari si impegnavano a prepararli per distribuirli ai paesani durante il brindisi che si faceva in piazza la notte della vigilia di Pasqua.

Attualmente sono prodotti da diverse realtà territoriali con finalità commerciali mentre la complessa lavorazione è ancora eseguita a mano nelle case delle donne più anziane che ne conservano l'usanza.



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Ciambella o *ciammella* di San Michele

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Vitorchiano (VT)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



La ciambella di San Michele è salata e ricca di semi di anice; lavorata esclusivamente a mano è di grandi dimensioni, “*alta o bassa*”, con un diametro di circa 20 cm e un peso di circa 500 g. In superficie il colore è dorato, la crosta è croccante e sottile. La pasta interna, si mantiene abbastanza morbida, anche dopo la cottura. Per mangiarla ed apprezzarne l'intenso sapore e profumo di anice, va “*stozzata*” con le mani (rotta non le mani) e non tagliata con il coltello.

Di solito si accompagna con un bicchiere di vino bianco, con il capocollo o salumi vari, ma il “*sabato della poggiata*” (scampagnata), che avviene nel mese di maggio, nel corso dei festeggiamenti patronali in cui si rinnova rito della Poggiata al piccolo santuario rupestre di San Michele Arcangelo, il santo patrono, la Ciambella di San Michele, si mangia tradizionalmente con il pecorino e le fave.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:



La Ciambella di San Michele è prodotta con la farina, il vino bianco, l'olio di oliva, il sale fino, i semi di anice, il lievito madre (come accadeva in passato) o il lievito di birra.

La sua produzione, tradizionalmente legata a san Michele, patrono di Vitorchiano, richiede molto tempo e impegna molte persone del paese di Vitorchiano che svolgono un vero e proprio lavoro di squadra dove gruppi di persone si alternano nella lavorazione che può durare circa 2 giorni.

Come prima operazione, svolta dalla prima squadra, si procede, la sera prima della lavorazione, con il bagno dei semi di anice nel vino bianco mescolati bene e lasciati riposare fino alle 3 della notte. Subentra la seconda squadra alle 3-4 della notte si dedica alla preparazione dell'impasto con la farina, il lievito e l'acqua posto all'interno dell'impastatrice.

Si aggiungono vino bianco e i semi di anice, olio di oliva, sale, acqua aggiunta man mano che si lavora l'impasto per almeno 40 minuti.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

Segue una fase di lievitazione di 2 ore all'interno dell'impastatrice; terminata la quale parti dell'impasto vengono suddivise e riversate in un primo momento nei "bigonti" (contenitori in plastica) e poi nei banchi di lavoro, pronte per essere suddiviso ulteriormente in panetti di circa 500 g, lavorati a mano da diverse persone.

Dai singoli panetti si preparano dei filoni di impasto, sovrapposti e chiusi poi all'estremità bagnate con l'acqua per favorire una maggiore adesione e sigillate con 4 pressature effettuato con una bottiglia di vetro dalla parte del foro, formando un fiore.



Una volta terminata la sigillatura, la ciambella passa alla "capa ciambellaia" che ha il ruolo di cuocere le ciambelle in abbondante acqua bollente salata.

Appena la ciambella viene a galla, viene passata in acqua fredda; poi messa sulle tavole di legno e panno di cotone, pronta per la fase della "scrittura", ovvero a creare delle incisioni superficiali: utilizzando un bastoncino di legno: prima un cerchio, poi delle linee verso l'esterno, allargando la ciambella. Da questa particolare operazione dipende la forma "alta o bassa"; forma che poi viene richiesta dai paesani a seconda se piace "alta o bassa"!

Terminata la "scrittura", le ciambelle subiscono una seconda cottura in forno per circa 45 min.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Banchi di lavoro in acciaio, impastatrice meccanica, "bigonto" (contenitore in plastica alimentare); tavole di legno, teli di cotone, bastoncino di legno. Forno per la cottura.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratorio aziendale, forni locali



8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

Prodotto simbolo del paese di Vitorchiano, la ciambella, è strettamente legata al patrono San Michele Arcangelo, a cui è stato dedicato il Santuario di San Michele Arcangelo costruito nel 1358 su un colle al di fuori del centro abitato. Anticamente la patrona di Vitorchiano era la Madonna Assunta in Cielo alla quale è dedicata la chiesa principale, ma nel 1319 fu scelto San Michele Arcangelo. Sembra che a voler questo cambiamento fu il parroco del tempo che recatosi a Sant'Angelo del Gargano, in Puglia, dove era avvenuta l'apparizione del Santo, al suo ritorno abbia

esternato il desiderio di proclamare S. Michele nuovo protettore del paese e di costruire una chiesa in suo onore. Leggenda vuole, che la ciambella nasca da una rivisitazione dei taralucci pugliesi, patria dei "taralucci", per via di un parroco trasferito a Vitorchiano il quale insegnò ai suoi



parrocchiani, come fare la ciambella, ma con una variante: nella preparazione a posto del finocchietto selvatico si preferì sostituirlo con i semi di anice. Questo è dunque l'aneddoto che attraverso il quale sembra abbia avuto origine la Ciambella di San Michele prodotta in occasione della festa di San Michele Arcangelo, che avviene l'otto maggio, giorno della sua apparizione. Nel corso della festa patronale, è usanza portare in processione le ciambelle e mangiarle poi durante la cosiddetta "Poggiata", che consiste nel trattenersi dopo la cerimonia religiosa, dove i "Festaroli" le distribuiscono gratuitamente ai presenti e fatte gustate con del vino, il pecorino e le fave.

Già dal.....anno di costituzione, sono i componenti del Comitato Festeggiamenti San Michele Arcangelo (cosiddetti "Festaroli") (fig. 1), composto da volontari del paese, che si occupano dell'organizzazione della festa del Patrono, e della preparazione della famosa Ciambella, insieme alla locale Pro Loco. Tutti collaborano alla preparazione della ciambella fin dalle prime ore della mattina. Tutto ciò che serve è indicato nei loro registri. Già dal 1995 nel registro del Comitato Festeggiamenti S. Michele, si ha evidenza dell'acquisto della farina per le ciambelle Kg 2600 a lire 300 (Fig. 2 e 3).



Fig 1 I Festaroli di Vitorchiano che preparano le Ciambelle di San Michele (1999)

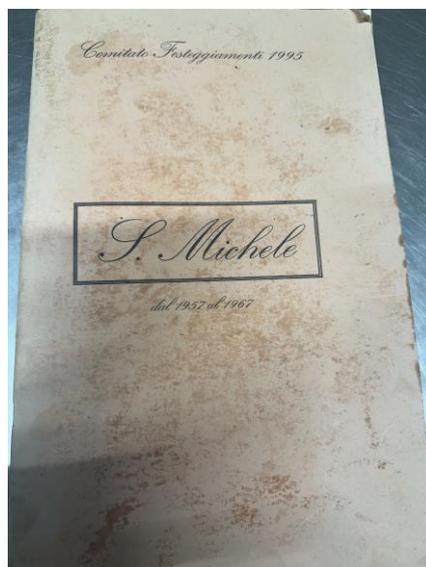
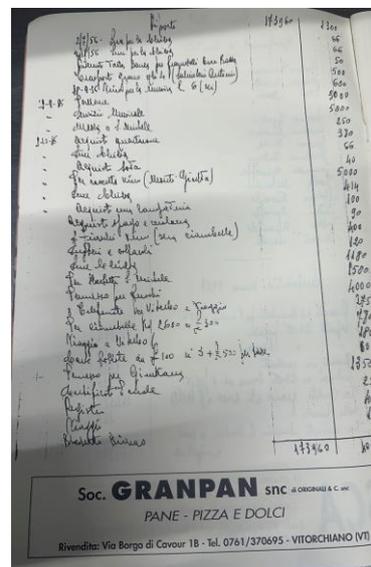


Fig 2 – 3 registro del Comitato festeggiamenti S. Michele – 1995



Oggi la produzione della ciambella, destinata alla vendita, avviene più o meno con cadenza mensile e nel corso di vari eventi di Vitorchiano al fine di ottenere un ricavato da utilizzare per sostenere i costi per l'organizzazione della Festa di San Michele Arcangelo.



**SCHEDA DI RILEVAMENTO
DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO
(ai sensi del D.M. 350/99)**

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Ciambella pastenese (Ciambella cresciuta di Pastena)

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Pastena (FR)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



Dalla caratteristica forma a cupoletta con una lieve “depressione” al centro, la Ciambella di Pastena, chiamata anche ciambella cresciuta, presenta profumo e sapore di anice ma senza risultare eccessivamente dolce. Gli ingredienti sono; farina, lievito madre, anice, uova, zucchero, sambuca, olio di semi.

La parte superficiale, dopo la cottura è marrone, la pasta interna è abbastanza omogenea e compatta a volta con qualche lieve alveolatura, il colore è variabile da avorio a giallastro in base alla quantità e al colore delle uova. Il peso è di circa 150 g.

Il giorno della Santissima Croce, protettrice del paese, tradizione vuole che sia preparata anche la versione più

grande con una croce al centro.

Ottima anche dopo qualche giorno dalla preparazione si gusta tal quale, con il latte caldo a colazione o con del buon bicchiere di vino.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

La preparazione dell'impasto prevede l'impiego della farina tipo 00, farina che in passato veniva prodotta in zona grazie alla coltivazione tutta a grano delle due pianure e grazie alla presenza di due mulini a pietra presenti in paese fino a 40 anni fa. La dose utilizzata soprattutto nel corso delle due principali feste del paese, la Santissima Croce e la festa di Maggio, la dose è di 25 kg di farina per ogni lotto di lavorazione. La farina viene posta all'interno della madia di legno di abete, quercia o castagno, a cui viene aggiunta anice e successivamente le uova intere (25/30 uova per un impasto di 25 kg) precedentemente sbattute e l'olio di semi. Nel frattempo si riscalda un po' di acqua per far bollire lo zucchero (circa 5 litri di acqua per 6 kg di zucchero), che poi viene aggiunto alle uova e si amalgama bene. Si procede con l'aggiunta del lievito madre preparato la mattina e fatto crescere per una notte intera e che viene ricavato da un lievito madre in genere già prodotto dall'impasto del pane, rinfrescato con acqua e farina.

Una volta preparato questo primo impasto con le uova, acqua e zucchero e lievito madre, ben amalgamato, viene aggiunto alla farina all'interno delle madie di legno. Si aggiunge anche la sambuca. L'impasto arricchito viene lavorato a mano fino a raggiungere una consistenza non troppo dura ma abbastanza elastica ed omogenea. La massa di pasta viene lasciata all'interno delle madie o



riversato dentro dei contenitori di plastica e ricoperto con la pellicola per non farlo seccare e con delle coperte di lana. La sala in cui viene lasciato riposare l'impasto viene riscaldato con il camino o con la stufa e lasciato riposare per molte ore: dal pomeriggio in cui è terminata la lavorazione dell'impasto, la lievitazione dura fino alle 2/3 di notte; l'impasto raddoppia!.

A questo punto, grazie ad un lavoro di squadra delle donne di paese, nella notte si riprende la preparazione delle ciambelle, prelevando delle parti di pasta di circa 500 g – 1 kg dalla massa principale che vengono lavorate, suddivise in pezzi più piccoli e lavorate nella classica forma delle ciambelle con il buco al centro che poi nel corso della lievitazione di circa 3/4 ore circa si chiude lasciando una leggera fossetta al centro. Le ciambelle *cresciute* sono pronte per essere cotte nel forno a legna che nel frattempo deve aver raggiunto la giusta temperatura per una adeguata cottura delle ciambelle. La temperatura del forno viene verificata buttando della farina che deve raggiungere una colorazione dorata e non bruciata. Il forno poi viene pulito con “*jo munn!*”, ovvero uno scopetto ricavato dalle infiorescenze del mais seccate, legate fra loro e bagnate prima di essere utilizzate.

Le ciambelle vengono spennellate con l'uovo sbattuto sopra e fatte cuocere al forno per circa 10-15 minuti fino anche 20 minuti man mano che il forno diventa più debole.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti per l'impasto in legno di abete, quercia o castagno chiamate madie; banchi di lavoro in legno; recipienti in plastica per alimenti. *Jo' munn!* (scopetto ricavato dalle infiorescenze del mais seccate, legate fra loro). Forno a legna

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; locale del comune in cui avvengono le lavorazioni e la cottura delle ciambelle

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

Preparata ad ogni occasione di festa (natale, pasqua, matrimoni ecc) la Ciambelle di Pastena è storicamente, legata a due importanti feste di Pastena: una festa che si fa da aprile fino a maggio e l'altra alla fine del mese di settembre.



Durante queste feste in paese vive ancora oggi la tradizione di portare “*la sclepa*”, ovvero un'offerta che consiste ne portare in dono le ciambelle ed altri dolci tipici già preparati o tutti gli ingredienti che servono per preparare le famose ciambelle e gli altri tipi di dolci (es: ciambelloni): Tutto viene consegnato al “*Mastro di Festa*”, volontario del paese che diventa il capo della festa e che gestisce tutta l'organizzazione e le spese della festa.

La sera della festa durante l'*Abbusso*, ovvero quando il prete bussa alla porta del Mastro di Festa arrecando la Santissima Croce, vengono offerte a tutti le ciambelle. Ma in questa occasione la ciambella di Pastena è anche quella più grande e con la croce al centro, simbolo cardine per la festa della Santissima croce.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

La ricetta è stata tramandata fra le donne del paese che da oltre 100 anni e per un mese si dedicano alla preparazione delle ciambelle. Donne che durante la preparazione delle ciambelle e durante la festa cantano preghiere e la canzone della Santissima croce affinché avvenga l'impasto cresca al meglio.



IIVU8159.MP4

In passato le ciambelle di Pastena erano molto più povere di ingredienti e molto meno dolci perché veniva fatta solo con acqua, farina, olio extravergine di oliva e lo zucchero solo chi se lo poteva permettere. Oggi arricchita con ingredienti più gustosi e dolci.

Le anziane raccontano che prima gli adulti potevano mangiarsi la ciambella più ricca, mentre i bambini mangiavano solo la ciambella fatta con la sola farina e acqua.

A Pastena per la festa dell'SS.Croce

La solenne messa è seguita dalla processione con la statua della SS. Croce protettrice del paese e una folla di persone l'accompagna per tutte le vie del paese cantando il suo inno. I reggitori del baldacchino, con il parroco e i reggitori del trono con il ciambellone al braccio, sono seguiti dal "Mastro di Festa", che ha il ruolo principale nei festeggiamenti, il Sindaco e le autorità civili.

La manifestazione, un misto straordinario di ritualità religiosa e profana, è una delle più complesse della tradizione ciociara ed è caratterizzata da vari momenti propiziatori.

"Il Mastro di Festa" E' colui che rappresenta la comunità nello svolgimento dei festeggiamenti religiosi e tradizionali, in tutta la loro durata.

"La Vitella Sacra" Si tratta di una giovenca di pochi mesi che richiama alla mente la simbologia del "sacrificio". Il 1° aprile il Mastro di Festa la fa benedire sul sacrato della chiesa e viene lasciata libera nei campi. I contadini quando la vedono si fanno il segno della croce, considerando quella presenza come una benedizione.

"Il Maggio" Il 15 aprile una commissione "cerca maggio" formata da un gruppo di uomini, esce alla ricerca dell'albero più bello e più alto, solitamente un cipresso. Dopo la scelta, il Mastro di Festa segna l'albero con una croce incisa nella corteccia del tronco e da quel momento si conosce la contrada ed il terreno dove si taglierà il maggio. Mai nessun proprietario della pianta prescelta si è opposto al taglio.

"Le Donne Addette alla Preparazione dei Dolci"

A casa del mastro di festa il 15 aprile inizia la preparazione dei dolci, che verranno consumati durante i festeggiamenti. Le donne lavorano ininterrottamente, giorno e notte, dandosi il cambio. Ci sarà un tavolo imbandito sempre a disposizione di tutti coloro che vogliono andare a portare "la scerpa" (offerta che viene fatta da tutta la popolazione al Mastro di festa e consiste generalmente in prodotti che occorrono per la preparazione dei dolci), in cambio viene offerto un sacchetto di dolci con una immettina della S.S. Croce. I dolci caratteristici sono le ciambelle cresciute, ricetta unica custodita gelosamente dalle donne, insieme ai ciambelloni che saranno consegnati a tutti gli addetti.

(Fonte: <https://comune.pastena.fr.it/vivere-il-comune/eventi/a-pastena-per-la-festa-dell-ss-croce/>)



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Coëlle

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Salto Cicolano (RI) - Borgorose, Concerviano, Fiamignano, Marcellino, Petrella Salto, Pescorocchiano, Varco Sabino

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



Le coëlle sono rustici natalizi e pasquali, parte della cucina tradizionale di Fiamignano e degli altri comuni del Cicolano, in provincia di Rieti.

Gli ingredienti base per l'impasto sono lo strutto, l'olio di semi o di oliva evo, vino bianco, sale, semi di anice e farina di frumento tenero, preferibilmente della varietà locale Biancola che conferisce alla preparazione aromi particolari e caratteristici. La Biancola è una popolazione di frumento tenero coltivata sull'Altopiano di Rascino, a circa 1200 metri sul livello del mare. Non sappiamo quale sia l'origine del seme, ma da fonti scritte e orali raccolte alla fine degli anni

'70 sappiamo che in quell'areale era l'unico ranu coltivato. La Biancola è una varietà locale adattata alle zone di montagna, tipo di sviluppo invernale, con una buona capacità di accestimento, molto rustica ma che negli anni è stata lentamente sostituita da altre varietà migliorate di frumento. Però è ancora oggi molto apprezzata dalle comunità locali che circondano l'Altopiano di Rascino per l'aromaticità della farina utilizzata soprattutto come base per le preparazioni da forno.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

La ricetta storica prevede un impasto a base di strutto fuso e farina di frumento tenero di varietà Biancola. Oggi, sia per la difficoltà di lavorare lo strutto, sia per la scarsa reperibilità della farina di Biancola si possono sostituire gli ingredienti originali con olio di semi o di oliva e farina 00. A questi vanno aggiunti vino bianco, semi di anice e sale quanto basta.

L'impasto va lavorato fino a raggiungere una consistenza morbida dopodiché si lascia riposare per circa 2 ore.

Dopodiché la pasta si lavora a mano e si stende con un procedimento simile a quello delle ciambelle, ottenendo dei "salamini" di pasta lunghi di circa 6-7 cm. A questo punto, si chiudono facendo un doppio giro, una sorta di otto sigillato nei due punti di contatto esercitando una pressione maggiore con le dita (qualcuno possiede una chiave per questa operazione). Questa è la forma data per produzioni domestiche di modiche quantità, mentre i forni o i ristoranti, per ridurre i tempi di lavorazione attribuiscono alle coëlle una forma semplificata con un solo punto di contatto.



Per evitare che l'impasto si sfaldi, le coëlle vengono calate una per volta in acqua bollente fin quando non risalgono in superficie. La cottura è a occhio o come dicono dalle parti di Fiamignano, "a sentimento". Quando salgono a galla si levano, si asciugano e poi si cuociono per una ventina di minuti, fino a doratura o a piacere a seconda che si preferiscano più morbide o più fragranti.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Bancone da lavoro in acciaio, spianatoie o tavolo da lavoro nelle cucine domestiche. Impastatrice, macchina per stendere la pasta manuale o meccanica.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

Le coëlle prendono il nome e la forma originale da una sorta di gancio di legno che faceva parte dei finimenti del basto per gli animali da soma e che serviva a fissare le funi che tenevano fermo il carico.



Non ci sono notizie certe sull'origine di questo rustico offerto nelle case durante il periodo natalizio o pasquale, solo la certezza che sia associato alle feste principali del calendario liturgico cristiano, all'ospitalità e alla convivialità. Gli ingredienti derivano dalla lavorazione del maiale, spesso allevato in casa, di cui c'è una lunga tradizione nella regione del Cicolano e all'impiego della farina di frumento tenero Biancola, varietà locale storicamente coltivata sull'Altopiano di Rascino. Oggi, qualcuno preferisce sostituire lo strutto con l'olio di semi o di oliva per evitare l'acquisto di materie prime industriali o di cui non si conosce la provenienza ma anche perché la lavorazione dell'impasto risulta più complessa.

Anche le variazioni di forma e dimensione sono dovute a questioni di tempo e di quantità prodotte perché la fase di bollitura richiede molta attenzione.

La Pro Loco di Fiamignano ha raccolto e trascritto questa ricetta e il metodo di lavorazione nei primi anni '70 del '900 per riproporla durante l'annuale Sagra della Lenticchia di Rascino. Negli anni però, di fronte al crescente numero di avventori e alla complessità della lavorazione del prodotto, le coëlle sono state a malincuore espunte dal menù della festa. Ancora oggi le coëlle sono preparate in casa ma è anche possibile gustarle nei ristoranti o acquistarle presso laboratori e forni a carattere commerciale in tutto il territorio di Fiamignano e dei comuni limitrofi.



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

La Viscotta di San Felice Circeo

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

San Felice Circeo (LT)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Dolce lievitato tradizionale a base di uova intere, farina di frumento tenero tipo 0 e 1, pochissimo zucchero, lievito madre, scorza di limone e di arancia, poco latte, semi di anice, goccio liquore di anice e/o Sambuca. Richiede una preparazione lunga quasi tre giorni per i lunghi tempi di riposo e le varie fasi di lievitazione. Si prepara in tre forme diverse: a filoncino, destinato agli adulti, oppure a forma di anello con due uova intere inserite nel punto di chiusura (*ju cellitte*, "ucelletto"), donato ai bambini, oppure a forma abbozzata di una donna (la "pupa") con l'uovo al centro, per le bambine. Si presenta all'esterno di un colore simile a quello del panettone, ma la parte esterna è sottilissima e dopo la cottura quasi si sfoglia. All'interno la pasta è alveolata, di color giallo chiaro, morbida e leggera. Il profumo è fragrante e inteso. Il sapore delicato ma persistente.



5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per la preparazione si consiglia l'uso di farine di grano tenero poco raffinate o miscelate tra loro, tipo 0 e 1, pasta madre per la lievitazione, poco zucchero, 10 uova intere per ottenere 3 forme. La ricetta classica, in quanto dolce povero, non prevedeva l'uso di grassi per cui non si dovrebbe usare né burro né olio. Latte quanto basta per sciogliere gli ingredienti e olio solo per non far attaccare l'impasto durante la lavorazione.

La sera prima, in un recipiente si battono le uova intere con la pasta madre sciolta in un po' di acqua tiepida, un po' di farina e si lavora come se fosse pane. Si forma un panetto che va riposto in un contenitore, facendo attenzione che sia abbastanza capiente, perché alla fine della prima lievitazione, il panetto cresce di circa 3 volte.

Il recipiente va appoggiato su un pentolino pieno di acqua calda bollente, facendo attenzione che venga scaldato dal vapore ma che non vada a contatto diretto con l'acqua. Il tutto va coperto con un panno pulito e spesso, anche di lana. Il panetto dovrà riposare così per tutta la notte (circa 12 ore). La mattina seguente, si lavorano le uova rimaste, la farina e si incorporano anche gli aromi, i semi di anice, scorze di limone e di arancia grattugiate, poco zucchero, un bicchierino di liquore di anice e di sambuca, e si aggiunge alla pasta già lievitata. Ottenuto questo grosso impasto, si spennella con pochissimo olio per non farlo appiccicare sulla spianatoia, così da non "maltrattarlo" durante la lavorazione. Questa fase va eseguita a mano, con grande energia e per un tempo



prolungato per favorire la formazione delle maglie interne e dare all'impasto la giusta forza lievitante. In alternativa si può usare un'impastatrice a braccia tuffanti. La pasta va toccata per capire quando ha raggiunto la levigatezza necessaria e la giusta elasticità. A questo punto il tutto va fatto riposare nuovamente per 12-16 ore. Passato il giusto tempo, si riprende, si rovescia sul tavolo da lavoro e si procede alla divisione dei pezzi, generalmente 3. Si prendono dei recipienti ampi in cui si lavorano le pezzature modellate secondo la tradizione: ad anello, a bambola o a filone. Di nuovo si lascia riposare per altre 6-8 ore. La lievitazione va seguita per evitare che l'impasto s'accucchi, ovvero si sgonfi perdendo forza. I pezzi vanno infornati in forno ben caldo per quasi un'ora. Finita la cottura, si tirano fuori dal forno e si avvolgono in un panno di cotone o di lino per farli "schiudere", ovvero per far terminare la cottura gradualmente. La Viscotta di San Felice va tagliata con un coltello a seghetta, per far sì che la pasta delle fette si presenti ben pareggiata ed evitare un aspetto "maltrattato".

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti in plastica e metallo, spianatoie di legno, impastatrice a braccia tuffanti (se disponibile) o planetaria. Forno a legna con combustione separata. Forno a gas, cucine domestiche, forni professionali.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Forni professionali, cucine domestiche, locali della ristorazione

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La Viscotta è un dolce di buon augurio, consumato soprattutto durante la colazione pasquale, durante la quale si accompagnava ai salumi, o nelle occasioni di festa. Non è però inusuale mangiarlo anche a natale o come dolce a fine pasto. In segno di fertilità, veniva donata ai bambini nella forma ad anello con due uova incorporate alla base (ju'cellitte o uccelletto) e alle bambine nella forma abbozzata di donna, con l'uovo posto al centro (la pupa). Gli adulti invece lo mangiavano a fettine tagliate da un filone che richiedeva una forma meno elaborata.

La ricetta è stata tramandata di madre in figlia in ogni casa di San Felice fino a qualche decennio fa. Una versione raccolta dalle "nonne" locali è stata trascritta in un volume dedicato ai piatti storici del posto. Questa raccolta di ricette è stata pubblicata nel 1996 e prende emblematicamente il titolo proprio dalla Viscotta.

La Viscotta si compone di pochissimi ingredienti e rispetto a dolci pasquali simili, molto diffusi in tutta la tradizione gastronomica del Lazio e di altre regioni, si distingue per non prevedere l'utilizzo di grassi animali o vegetali. Anche lo zucchero è pochissimo, proprio perché è un dolce di umili origini. La lunga lavorazione e l'uso di molte uova procurate facilmente nelle aie o nei cortili delle case contadine sono le sue caratteristiche distintive.

A causa dei tempi di preparazione e della complessità del lavoro, la tradizione della Viscotta è quasi del tutto persa e oggi è tenuta viva solo da pochissimi forni locale.

Bibliografia

Bassani, A., *La viscotta. Ricette di S. Felice Circeo, 1996.*



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pan di Via

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Lazio

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



Soffice e profumato il Pan di Via è un tortino di medie dimensioni, e non troppo alto. Recuperato da un'antica ricetta a base di farina (ad esempio farina di farro) e di altri pochi prodotti disponibili al momento (nocciole, mele), oggi si presenta arricchito con farina di riso, grano, lievito, burro e confettura di frutta soprattutto di visciole. Dolce ma non troppo, presenta una superficie liscia, dorata; la pasta all'interno è morbida, priva di alveolature.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Ingredienti per la preparazione del Pan di Via sono: burro, zucchero, miele, misto d'uovo, Acqua, emulsionanti, nocciole, farina di riso, farina di grano saraceno, sale, lievito, vaniglia, confettura di visciole. E' prevista l'aggiunta di aromi e conservanti.

Si inizia con la pesatura delle materie prime da utilizzare e la miscelazione dei primi ingredienti che sono il burro, lo zucchero, e le uova, emulsionate a velocità media, fino ad ottenere una massa compatta, alla quale si aggiungono le polveri: farina di riso, farina di grano saraceno, sale e lievito, vaniglia. La miscelazione continua sempre a velocità media fino ad ottenere una massa compatta.

A questo punto si aggiungono il miele, la granella di nocciole e la confettura di frutta (preferibilmente di visciole) e si continua a miscelare.

Ultima fase della miscelazione è quella di aggiungere l'acqua fino ad ottenere una massa cremosa (prendere come riferimento una massa simile al pan di spagna semi montato).

L'impasto ottenuto viene riversato negli stampi; ogni stampo contiene circa 200 g di impasto; posti poi nelle teglie di cottura. Una volta ultimate le teglie si procede alla cottura in forno a 220°C per circa 15 minuti. Finito il tempo di cottura le tortine di Pan di Via vengono posizionate in una zona dedicata al raffreddamento.



6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Planetaria per la miscelazione degli ingredienti, teglie e carrelli per la cottura, forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni locali/professionali.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

“Pan di via” era il nome che, un tempo, i pellegrini davano al cibo che portavano nella bisaccia: pane, spesso da ammolare nell'acqua, focacce preparate con farine e ingredienti vari, oppure da preparare al momento su fuochi improvvisati. Anche i legionari dell'antica Roma usavano un loro



“pan di via” da cuocere, alla sera, su pietre previamente scaldate sul fuoco. L'ingrediente più antico del “pan di via” legionario era il farro: una specie di grano più duro del normale “grano extra-duro”, e assai nutriente perché la pianta aveva letteralmente prosciugato il terreno delle sue proprietà nutritive. Infatti, dove si è piantato il farro, l'anno seguente non vi si può piantare alcun tipo di cereale o legume, tranne le fave le cui foglie erano usate per rimpinguare il terreno. Il grano che oggi usiamo nella nostra alimentazione arrivò sulla mensa romana, dapprima dei più ricchi, solo nel quinto secolo avanti Cristo quando fu importato dall'Egitto. Il legionario portava con sé il suo farro già macinato, o da macinare in modo più o meno grossolano su improvvisati mortai. Ciò avveniva alla fine delle marce giornaliere che potevano anche superare i quaranta chilometri percorsi con indosso armi e bagaglio. I romani non consumavano, come noi, il pasto forte del giorno a pranzo ma, dopo una colazione più o meno sostanziosa, al tramonto del sole. La farina priva di lievito veniva impastata con acqua e la pasta semiliquida, versata su pietre arroventate, cuoceva rapidamente formando delle schiacciate simili alle nostre piadine. Quando le risorse naturali lo permettevano, alla farina venivano aggiunti ingredienti specialmente nutrienti offerti dalla natura come, ad esempio, noci e nocciole. Dopo che l'Egitto divenne provincia romana, le legioni stanziati sul territorio aggiungevano alla farina i datteri per via del loro alto contenuto di zuccheri. Se conservato adeguatamente, facile da trasportare per la sua leggerezza e il minimo ingombro, il “pan di via” resisteva nel tempo senza guastarsi fornendo un buon apporto calorico. Al “pan di via” poteva aggiungersi miele (unico dolcificante dell'antichità greca e romana), o, come

amavano fare i romani, lo si poteva consumare assieme alle olive, o ad altri frugali companatici “legionari” quali cacio, o carne secca salata. Per i romani ciascuno degli ingredienti usati per il “pan di via” era dotato di un valore simbolico. Un valore che, spesso, rendeva sacro il cibo. Il farro, ad



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

esempio, era sacro a Saturno, primo re del Lazio che aveva insegnato a coltivarlo; le focacce usate nei riti, fino alla fine del mondo romano, erano preparate col farro, mai col grano; quando Roma era ancora giovinetta, al soldato distintosi per valore era consegnato in premio un sacco colmo di farro, sacro premio assai ambito. Le noci erano sacre a Giove, come ricorda il nome botanico del noce: “*Juglans regia: Jovis glans*”, “frutto regale di Giove”. Alle nocciole era attribuito il potere di difendere dal morso di insetti e serpenti velenosi sicché i greci usavano portarle nella cintura, prestigio magico durato almeno fino agli inizi del Novecento quando, prima di partire per la transumanza, i pastori abruzzesi ricavavano dalla pianta del nocciolo i loro bastoni. I datteri condividevano il prestigio sacrale della palma le cui fronde, premio riservato ai condottieri vincitori, ornavano la quadriga del trionfo e il cui nome “phoinix”, in greco è il medesimo della mitica Fenice che muore e rinasce dal fuoco, ed è lo stesso della porpora con la quale erano tinte le vesti dei re e, a Roma, dei consoli e dei magistrati. In effetti, il primo sapore – il più grossolano – viene percepito con la lingua, l’altro (che s’accompagna piacevolmente al primo e ne esalta il gusto) viene percepito con la mente e col cuore.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pascotta di Traetto (Pascotta di Minturno)

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Comprensorio del Sud Pontino con particolare riferimento ai comuni di Minturno, Castelforte, Santi Cosma e Damiano (LT)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO



Pane tostato dal colore dorato, si caratterizza per la forma circolare con un buco al centro o rettangolare senza buco. La dimensione in genere è grande: circa 20 cm di diametro. Vengono prodotte anche con dimensioni più piccole. Presenta una superficie frastagliata irregolare, usata per il condimento, dovuta al taglio del coltello effettuato al pane prima della tostatura; la parte sottostante è liscia. Si mantiene per molto tempo. Il peso è di circa 150-200 g. La pascotta storica contiene anche i semi di finocchio. La presenza del foro centrale serviva soprattutto in passato per raccogliere e legare insieme più pascotte per essere facilmente trasportate, ad esempio attaccate alla cintura oppure i pescatori le appendevano nella barca con un filo per evitare che si bagnassero. Ottimo come piatto unico o come spuntino condito, previo bagno in acqua, con sale, olio, origano, pomodoro, legumi e con il pesce.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Ingredienti per la preparazione del Pascotta di Traetto (Pascotta di Minturno) sono: farina 00, farina integrale, acqua, sale e lievito naturale, chiamato "criscito" o "crescenza".

Tutti gli ingredienti vengono miscelati per circa 20 minuti con l'impastatrice meccanica a braccia tuffanti che solleva l'impasto in maniera lenta in modo da simulare il movimento delle braccia e per far entrare aria all'impasto.

L'impasto viene fatto riposare per 4 ore poi tagliato a coltello in varie porzioni da cui si lavorano delle palle di circa 300 g che a sua volta vengono fatte riposare a temperatura ambiente all'interno del forno che deve essere acceso nel momento in cui si formano le palline di pasta. La temperatura del forno raggiunge la giusta temperatura per la cottura delle pascotte quando la lievitazione è



terminata. Le tempistiche sono importanti: se la lievitazione delle pascotte non è pronta e il forno è pronto, questo per evitare che si raffreddi, deve essere alimentato nuovamente con le fascine di legno (nocciolo e castagno). La temperatura del forno e la lievitazione devono andare di pari passo.

Successivamente le palline vengono schiacciate con le mani, forate, allargando l'impasto al centro con le mani, e infornate nel forno a legna. Si ha una cottura preliminare per qualche minuto, dove si formano delle pagnotelle che poi vengono tolte da forno, fatte raffreddare e divise a metà con il coltello; durante il taglio si forma una sfresatura in superficie, ovvero una superficie frastagliata e irregolare in quanto all'interno la pasta è ancora un po' umida e poco cotta. Le pascotte tagliate vengono rinfornate nel forno a legna, fino a prendere il caratteristico colore dorato.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Impastatrice meccanica anche a braccia tuffanti per la miscelazione degli ingredienti; tavole di legno e teli di cotone puro al 100% per la lievitazione dell'impasto; teglie; pale di legno per prelevare le pascotte dal forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni locali/professionali.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

Il termine "pascotta" nel dialetto minturnese è la trasposizione del termine "vascott", o anche "vascuott", maggiormente diffuso in area campana, benché ad esso venga preferito il termine "fresella" o "frisella" per indicare probabilmente una certa friabilità dell'alimento. Esso deriva dall'italiano "biscotto" e trova una sua corrispondenza anche nello spagnolo più arcaico ("bizcocho") ed indica una produzione di panetteria sottoposta a doppia cottura, molto diffusa soprattutto per l'alimentazione dei marinai.

A Minturno i fornai ancora oggi producono un primo impasto composto di acqua, farina, sale, addizionato di lievito cui viene assegnata una forma cilindrica; a metà cottura esso viene tagliato a fette, forato al centro ancora morbido e ricollocato in forno per una seconda cottura utilizzando il calore residuo della cottura del pane. La materia prima utilizzata era una farina poco setacciata, in origine a macina integrale dell'intera cariosside ed oggi anche con farina di tipo 0, 1 e 2. I frumenti utilizzati erano in origine il Serino (oggi detto Serena) ed il Romanella, maggiormente coltivati nella zona, come risulta da uno studio specifico pubblicato nel 1923 a firma di C. Campbell. (*1 Cfr. C. Campbell, I frumenti della valle del Liri e del Garigliano, in Rivista di Biologia, vol. V, fascicolo I, Ed. G. Bardi Roma, 1923.*)



Figura 1 - "pascott' di Minturno"- con e senza il foro centrale

La tradizione di lasciare il foro centrale viene documentato da un antico testo della metà del Seicento, che si riporta integralmente

***Il pane biscotto è quello, che si cuoce due volte. Communemente dopò la prima cuocitura si risor-
na un'altra volta nel forno tagliato in pezzi, e perche questi pezzetti chiamansi
in latino Bucella, perciò questo pane biscotto fu chiamato Bucellatum, & era
quello, che i Soldati portavano con essi loro alla guerra. Fu ancora chiamato Nao-
tico, perche s'usa sù le Navi. Modernamente lo fanno in forma di ciambella, oue-
ro di Focaccia con un buco in mezzo, accioche mediante una fune, ò lo stesso mic-
chio, ò la cintura commodamente da ogni Soldato possa esser portato.***

Fonte: Tanara V., *L'economia del cittadino in villa*, Ed. P. Brignonci, Venezia 1665.

L'origine nautica della preparazione viene documentata già nella marineria amalfitana nel XIII secolo [...] "Mandatum quod fiant cantaria biscotti duomillia in Amalfia et eius ducatus in anno 1297" [...].² L'antico porto di Minturno era già in epoca romana un nodo centrale per gli scambi commerciali tra la costa e l'entroterra e la popolazione locale contadina recepì ben presto questo metodo di consumo differito del pane. L'uso del pane biscottato per l'alimentazione dei marinai viene altresì documentato all'interno degli *Statuta, privilegia et consuetudines civitatis Caietae, risalenti al 1554, della città di Gaeta che testualmente riferiscono "Panecteriis fornariis, et aliis quibuscumque tam Caietanis, quam exteris volentibus facere, vel vendere, aut emere biscoctum in Caieta, vel eius districtu pro eorum vascellis, aut eorum necessitatibus, liceat biscoctum facere impune"*. La coltivazione dei campi presupponeva in epoca medioevale il rientro serale all'interno delle mura del borgo e ciò obbligava i contadini al trasporto nei campi di un pasto facile da consumare. Lentamente la tecnologia della "biscottatura" si diffuse anche nei borghi dell'entroterra, sostituendo il pane raffermo che non poteva essere tagliato perché indurito. Il pezzo di pane indurito poteva solo essere reidratato e sbriciolato per utilizzi alternativi; viceversa "la pascotta", affettata prima di essere cotta per la seconda volta, si presentava molto più versatile, fungendo da supporto per qualsiasi tipo di condimento o integrazione alimentare. I fornai del territorio escogitarono la tecnica di "biscottare" utilizzando il calore residuo del forno dopo la cottura del pane. La strategia di utilizzare il pane biscottato come fonte di carboidrati rispondeva a numerosi requisiti, quali:



- Maggior contenuto energetico, per la minor presenza di acqua rispetto ad un pane tradizionale;
- Un indice glicemico più ridotto per la diversa conformazione cristallina dell'amilopectina in esso contenuta;
- Ridotta probabilità di contaminazioni batteriche;
- Facile trasportabilità;
- Reidratazione con acqua e, più anticamente, con acqua di mare;

Il foro centrale oltre ad assicurare una cottura omogenea anche della parte centrale, era funzionale all'inserimento di una corda che ne permetteva la sospensione ad un supporto.

Era una tipologia di pane molto popolare al punto che esso viene riportato in alcuni testi teatrali del 700 napoletano [...]”*stamattina quatto onza de fave, e seje de vascuotto, comme stisse ngalera*”[...]3*dai quali emerge una agevole fruizione di questo alimento [...]*”*Abbìa, mietteti lo bauglio ncuollo, ca io porto lo saccocolli vascuotti*”[...]4, *abbinato con legumi [...]*”*venneva arrobba ‘n quantetate magna de vascuotto, tosino, caso, e fave*”[...]5.

Il termine “vascotta” e “biscotto” è stato convertito nel dialetto minturnese in “pascotta” per semplice sostituzione della consonante labiale iniziale: “p” al posto della “b” e “v”.

² Cfr. Camera M., *Memorie storico-diplomatiche dell'antica città e ducato di Amalfi*, Stab. Tip. Nazionale, Salerno 1876, vol. I pag. 497.

³ Cfr. Palomba G., *Le nozze in campagna*, Atto primo, scena XI, Stamp. Flautina Napoli 1811.

⁴ Cfr. Frate Bernardino, *Opera sacra*, Atto secondo, scena XI, Ed. L. Migliaccio, Napoli 1802.

⁵ Cfr. Accademici Filopatri, *Vocabolario delle parole e del dialetto napoletano, che più si scostano dal dialetto toscano*, Ed. Porcelli, Napoli 1789, pag. 168.



**SCHEDA DI RILEVAMENTO
DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO
(ai sensi del D.M. 350/99)**

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pinsa Romana

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Lazio

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Soffice e profumata la Pinza Romana, si caratterizza per la forma ovale e l'aspetto di una nuvola: ricca di bolle di lievitazione che conferiscono leggerezza ma al tempo stesso croccantezza della crosta, che rimane piuttosto sottile. La Pinza Romana, conosciuta oggi in tutto il Lazio e non solo, nasce dall'esigenza di creare un prodotto ipocalorico e altamente digeribile; caratteristica ottenuta grazie alla miscela di farine (frumento 00, soia, riso) ed alla lunga lievitazione. Studiata e sperimentata fino ad ottenere il prodotto desiderato, la Pinza Romana ha un contenuto in acqua maggiore rispetto alla classica pizza. La farina di riso conferisce croccantezza e morbidezza all'impasto; la farina di frumento trattiene acqua nell'impasto; quella di soia riduce la presenza di grassi e fornisce un maggiore contenuto di proteine.



5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

La preparazione dell'impasto della Pinza Romana prevede l'impiego di una miscela di farine di frumento, soia e riso alla quale si aggiunge, olio extravergine di oliva, olio di semi, poco sale e soprattutto il lievito madre, ottenuto dalla stessa miscela di farine e acqua e lasciato acidificare, lievitare per poi essere utilizzato nell'impasto e rinfrescato con aggiunta delle farine e acqua.

All'impasto miscelato con l'impastatrice meccanica o manualmente viene aggiunta una grande quantità di acqua (80% di idratazione) e lasciato lievitare dalle 48 alle 72 ore in cella di lievitazione a 4°C.

Terminata la lunga lievitazione, l'impasto, che si presenta piuttosto umido, deve essere lavorato esclusivamente a mano e con abbondante farina di riso per renderlo meno appiccicoso; poi deve "pinsato" ("pinsatura") in superficie con le mani per conferire la classica forma ovale allungata e favorire la formazione delle bolle di lievitazione, che aumentano con la cottura. All'interno la pinza è quasi vuota. La cottura avviene in forno. Nel caso della lavorazione industriale è prevista una precottura per qualche secondo a 300 – 350°C che favorisce una gelificazione dell'amido che permette il mantenimento della caratteristica forma ovale della pinza

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti per l'impasto, banchi di lavoro in acciaio, nastro trasportatore (lavorazione industriale a catena); linea di cottura al forno.



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; pinserie, pizzerie

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

PIZZA LONGPAST
CRISP
"UN CONCENTRATO DI QUALITÀ"
Migliora e protegge ogni tipo di impasto di pizza, pasticceria, etc.

CLASSE: Prodotto semilavorato per paste lievitate destinato ad uso professionale.

INGREDIENTI: Farina di Frumento 00 - Farina di Soia - Aromi Emulsionante: Lecitina di Soia

DOSE D'IMPIEGO: Minimo 30% in sostituzione della farina
Massimo 70% in sostituzione della farina

PRODOTTO DA: DI MARCO CORRADO - ROMA
Tel. 06/8803795 Via Colli della Serpentara, 39

AVVERTENZE: LONGPAST aumenta notevolmente l'assorbimento di acqua "ALLUNGA LA VITA" della pasta lievitata. Si consiglia di mantenere gli impasti più morbidi. Dopo 15 minuti di riposo fare un breve rimpasto.

CONSERVAZIONE: In luogo fresco ed asciutto come normale farina.

Servizio di Assistenza
Il mattino dalle ore 8.00 alle 10.00 e a Vs. disposizione il tecnico pizzaiolo (preparatore di campioni del mondo) per **CONSULENZE GRATUITE** relative a: **ISTALLAZIONI DI PIZZERIE, IMPASTI, RICETTE, etc.**
Tel. 06/88.04.798

Peso netto Kg 05
Da consumarsi preferibilmente entro il: _____

LONGPAST - 1978

La storia della Pinsa Romana risale a metà degli anni '90 per una vera e propria invenzione del Sig. Corrado Di Marco, figlio e nipote di pizzaioli e panificatori romani.

La sua attività, negli anni '70, era inizialmente dedicata alla produzione di farine monovarietalì o sottoforma di miscele, che venivano distribuite ai pizzaioli e fornai di tutta Roma e non solo. Ricordandosi che il nonno, fornaio degli anni 15-18, per testare la temperatura del forno faceva cuocere delle piccole porzioni di impasto schiacciate con le dita ("pinsate"), provò a realizzare un impasto per la pizza a base di una miscela di farine appositamente studiata. La sua idea era quella di creare impasto più leggero della pizza, altamente digeribile e meno calorica. E fu così che dopo varie studi e prove di fermentazione, fu "creata" la "pinsa", il cui nome deriva da "pinsare" ovvero schiacciare, pressare con le mani. La ricetta è stata perfezionata agli inizi degli anni 2000 dando vita alla "Pinsa Romana"; il cui nome e la cui ricetta nel 2002 è stata depositata presso EUIPO (European Union Intellectual Property Office); ma dal 2015, vista la notevole produzione e diffusione commerciale della Pinsa Romana, la registrazione è stata revocata, al fine di rendere accessibile a tutti l'uso degli ingredienti e del nome del prodotto. Oramai la Pinsa Romana è diventato patrimonio gastronomico del territorio laziale e non sono. Si tratta infatti di un prodotto che nell'arco di più di 20 anni ha trovato un crescente interesse da parte dei pizzaioli, dei fornai e soprattutto dai consumatori; ed oggi la Pinsa Romana è conosciuta non solo a Roma, nel Lazio, ma anche all'estero tant'è vero che si stanno diffondendo molte pinserie in Italia e nel mondo, che per la produzione della vera Pinsa Romana vengono formate e sopportate tecnicamente per garantire la corretta produzione della Pinsa. La storicità della Pinsa Romana è attestata, oltre che dalle testimonianze orali, anche da etichette, articoli di giornali, documenti commerciali dei primi anni 2000;

Tradizione e qualità: un matrimonio di successo nelle pizzerie romane
Il segreto della pizza: è nella pasta

Centro Bontà
Tradizione
Vendita espone di pizza alla pizza
Quando vai e torni dal mare
porta un'impastatura

La Pinsa Romana al Centro di Roma
Servizio a domicilio
PINSO E RESTAURANTE
2000: Anz. Casal Publico, Belmonte

Acqua, Farina, e Fantasia!
Il ricevimento per realizzare il tuo sogno.
BAR PASTICCERIA GASTRONOMIA

Via Dei Gergolli, 91
00147 Roma
Tel. 06.5186600

premi.

(Fonte: Articolo de Il Tempo (anno 2003) racconto della nascita della Pinsa Romana e pubblicità della storica e prima pinseria romana: La Pratinin



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pizza con le noci

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Salto Cicolano (RI) - Borgorose, Concerviano, Fiamignano, Marcellino, Petrella Salto, Pescorocchiano, Varco Sabino

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



La pizza con le noci è una “pizza” rustica dolce costituita esternamente da sfoglia lavorata a mano o con l’impastatrice a base di farina, uova intere, olio extravergine di oliva, vino; internamente invece viene posto un condimento o ripieno a base tipicamente pepe, miele, uva sultanina e gherigli di noce grossolanamente spezzetta, filo d’olio, La pizza viene prima arrotolata su se stessa e nuovamente arrotolata a formare una spirale. La cottura avviene a forno preferibilmente a legna. Indissolubilmente legata alle feste natalizie.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per la preparazione della sfoglia gli ingredienti sono: farina 00, uova intere, olio extravergine di oliva, vino bianco. L’impasto viene lavorato a mano o con l’impastatrice per il tempo necessario di far amalgamare bene gli ingredienti e far riposare l’impasto almeno per mezz’ora, ricoperto con la pellicola o per una notte intera.

L’impasto poi viene lavorato a mano con il mattarello di legno su un banco ruvido (ad esempio di marmo) fino ad ottenere una sfoglia sottile, quasi trasparente.

La Pizza con le noci è tipicamente farcita con un filo d’olio, pepe, miele, uva sultanina e gherigli di noce grossolanamente spezzettati. La cottura avviene in forno, previa foratura con piccoli fori superficiali, per circa 30-40 minuti a 180°C.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L’IMBALLAGGIO:

Recipienti in acciaio e/o plastica; coltelleria; mattarello di legno, banco di lavoro in marmo, teglie per la cottura.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratorio aziendale e/o cucine della ristorazione dove avvengono tutte le lavorazioni.



8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

E' un prodotto da forno, che più di ogni altra pietanza identifica il Cicolano, ed è sufficiente menzionarla per far venire in mente quella terra a chi la conosce; tanto che nel tempo ne è diventata quasi identificativa: «[un] cibo elemento caratterizzante della località» (Bindi, 2007, 30).

La singolarità del preparato è stata oggetto di una lunga indagine etnografica della Pro Loco di Fiamignano, che nel 2018 gli ha dedicato un'apposita monografia (Adriani e Morelli, 2018, 1-220).

L'uso tradizionale è legato alla versatilità della preparazione. La sfoglia, infatti, prima di essere doppiamente avvolta su se stessa, costituisce una sorta di contenitore in grado accogliere le farciture più diversificate e stagionalmente disponibili,

La Pizza con le noci è un immancabile elemento della «dimensione segnica» natalizia del territorio che la esprime, ed «È [proprio] la dimensione segnica ciò che fa ritenere buono da mangiare il panettone a Natale o la colomba a Pasqua, rendendoli inadatti al consumo in rapporto a qualunque altro momento dell'anno» (Madel Crasta, Sito 1). Tipicamente farcita con un filo d'olio, pepe, miele, uva sultanina e gherigli di noce grossolanamente spezzettati, nonostante le mutate condizioni economiche e l'odierna possibilità di avere sulla tavola prodotti di ogni parte del mondo, ancora oggi nel Cicolano la Pizza con le noci non può mancare nelle feste di fine anno.

Solitamente, in passato, nella maggior parte delle famiglie altro non si poteva pretendere, condizione sostanzialmente perdurata finché il cibo è rimasto «indissolubilmente legato alle vicende del clima [delle produzioni domestiche] e delle stagioni» (Montanari, 2008, 200). L'avvento (anche a livello familiare) delle moderne tecniche di conservazione delle derrate deperibili, della capillarizzazione dei commerci e della velocizzazione dei trasporti, ha consentito di «sconfiggere le stagioni» (idem, 202), tanto che oggi il «mangiar fragole a Natale, pesche a Capodanno è un piacevole lusso ma è anche causa di stranimento, di spaesamento» (idem, 199).

(Fonte: Il Folklore d'Italia - WWW.FITP.ORG. TRADIZIONE E INNOVAZIONE NEI DOLCI DEL CICOLANO DALLA PIZZA CON LE NOCI AL FARROTTONE di Settimio Adriani, Riccardo Fornari, Ludovica Vecchiarelli, maggio/giugno 2020)



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pizza di ricotta

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Salto Cicolano (RI) - Borgorose, Concerviano, Fiamignano, Marcellino, Petrella Salto, Pescorocchiano, Varco Sabino.

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



La pizza di ricotta, come dice il nome, consiste in una pizza nel cui impasto è incorporata ricotta ottenuta dal latte di pecora. È un alimento di chiara matrice pastorale e locale, come si evince dagli ingredienti fondamentali ottenuti da prodotti tipici dell'Altopiano di Rascino e del Salto Cicolano: la ricotta di latte di pecora di razza sopravissana e farina di frumento tenero di varietà locale Biancola. Sia la razza sopravissana sia il frumento Biancola sono tutelate dalla Legge regionale 15/2000 in quanto risorse autoctone del Lazio a rischio di erosione genetica e per questo iscritte nel Registro volontario regionale.

Oltre alla ricotta e alla farina, l'impasto di questa pizza prevede uova intere, sale quanto basta, olio evo.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:



La preparazione dell'impasto della Pizza di ricotta inizia col fare sul tavolo di lavoro una fontana con la farina, possibilmente di Biancola o eventualmente farina 00. La quantità di farina sarà quella assorbita dall'impasto e può variare in base all'umidità della ricotta. Al centro della fontana si dispone la ricotta di pecora e 2 uova intere. Si procede amalgamando gli ingredienti e incorporando la farina che "si prende l'impasto" fin quando non assume un aspetto elastico, umido e morbido. Non c'è bisogno di aggiungere lievito. A questo punto si procede stendendo il tutto con le mani in una teglia da forno e schiacciando qua e là con le dita in modo tale che la pizza cruda abbia uno spessore di circa un centimetro e mezzo. Si cosparge la superficie di olio evo (circa 2 cucchiaini) per evitare che la pizza si secchi troppo. Dopodiché la pizza può essere infornata a 180° per circa 20-25 minuti, a seconda della quantità di siero della ricotta, comunque fin quando non raggiunge una bella doratura. L'interno



della pizza dovrà avere un aspetto summo, ovvero compatto e senza alveolature, però a mangiarlo risulterà davvero morbido.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti per l'impasto, tavolo da lavoro in acciaio o ripiano da cucina, teglia in acciaio per la cottura, forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La pizza di ricotta rimanda a un piatto povero tipicamente pastorale, i pochi ingredienti necessari erano facilmente recuperabili in casa, senza doverne acquistare all'occorrenza.

Per questo la strofa sotto riportata, dice che riesce a soddisfare l'appetito anche quando la dispensa è quasi vuota.

La ricetta di Elisa Pacilli, casalinga (1927-2020), è pervenuta dalla nuora Donatella Di Cesare (1959), pensionata.

Ingredienti: ½ kg ricotta, 1 uovo, la farina che raccoglie nell'ottenere un impasto morbido, sale q.b.

Preparazione: si lavora bene l'impasto, si stende piuttosto sottile (circa 1 cm) e si mette in una teglia.

Cottura: in forno a 180°C per circa 20 min, è pronta quando imbiondisce (a piacimento).

*Quanno alla micragna c'ò 'na pezza
preché dello magnà' mancu la puzza
se pò' ricorre' a de ricotta 'a pizza.
Che 'l padreterno benedire pòzza
la pecorella sana, e quella pazza:
non va' da chi te segna e pó' ricatta
m'addòpri della casa la ricotta!*

Berardino Cesarini (pastore, Fiamignano 1927-2004)

Strofa inedita, raccolta dalla Pro Loco di Fiamignano APS durante un'indagine di campo condotta nel 1981.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Ricocè e Ricoc'ha

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Fiamignano (RI)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Dolce al cucchiaio a base di ricotta lavorata e posta su fondo di biscotto a pezzi. Nella variante così detta povera (ricocè - ricotta con quel che c'è), la crema si ottiene usando ricotta vaccina con aggiunta di caffè d'orzo tostato o surrogato, addolcita da un cucchiaino di miele; nella forma "ricca", la ricotta utilizzata è di pecora cui si aggiunge zucchero bianco, caffè, gocce di cioccolato (ricoc'ha - ricotta con quello che uno ha). I dolci sono simili nella modalità di preparazione ma diversi per gusto e soprattutto per significato: nel nome portano la demarcazione di status che c'era tra chi poteva permettersi ingredienti di lusso e chi invece doveva arrangiarsi con quanto c'era.



5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

In una ciotolina o sul fondo di un bicchiere si mette pan di spagna a pezzi o biscotti rotti a pezzi grossolani.

Per la crema del Ricocè si prende qualche cucchiaio di ricotta di mucca, si bagna con un goccio di caffè d'orzo e si mescola insieme a un cucchiaino di miele millefiori fin quando la ricotta non si è sciolta per bene. Dopodiché si adagia sul fondo di biscotto e il dolce è pronto per essere mangiato. Volendo si può bagnare con l'orzo anche il biscotto sottostante per renderlo più morbido. Il procedimento per la preparazione del Ricoc'ha è lo stesso, ma la ricotta di pecora, preferibilmente sopravissana, va mescolata con un goccio di caffè, lo zucchero bianco e gocce di cioccolata.



6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti e ciotole per impiattare.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

Il Ricocè (ricotta con quel che c'è) e il Ricoc'ha (ricotta con quel che c'ha) sono due preparazioni tradizionali del comune di Fiamignano. Il paese aveva e ha una lunga consuetudine con la pastorizia e la transumanza degli ovini, così come con l'agricoltura di montagna ben rispecchiata dall'ingrediente principale alla base di questi dolci: la ricotta. Il Ricocè si chiama così perché gli ingredienti con cui è fatto erano quelli che c'erano nelle case dei contadini o dei pastori più umili, che non potevano mangiare la ricotta fresca di pecora tutto l'anno. Infatti durante i periodi di transumanza invernale, quando le greggi stazionavano nell'agro romano, i paesani che avevano poche pecore e lavoravano anche in campagna, d'inverno non avevano a disposizione il latte ovino. Al contrario, avendo uno o due animali da lavoro per l'aratura dei campi, potevano contare su una piccola quantità di latte vaccino. Per questo nel Ricocè si usa ricotta fresca di mucca con l'aggiunta di ingredienti più umili come il caffè d'orzo e il miele. Diversamente, i proprietari di greggi con migliaia di pecore, avevano personale che periodicamente portava la ricotta fresca dall'agro romano. Per questo "chi aveva", poteva permettersi di preparare il Ricoc'ha e addolcirlo con zucchero bianco e gocce di cioccolato. Per la velocità di preparazione e la loro consistenza, queste preparazioni dolci erano consumate nella quotidianità e offerte come merenda pomeridiana ai bambini. Le ricette di questi dolci al cucchiaio sono ben presenti nella memoria storica di Fiamignano e sono state ironicamente descritte in una satira popolare dal titolo *Quantu pecora guadagna tramandata oralmente e trasmessa da una casalinga (1901-1983) e un contadino (1900-1989) di Marmosedio (Fiamignano) alla Pro Loco durante un'indagine sul campo svolta nel 1981.*

Quantu pecora guadagna
quànno sta lassù in montagna?
Per il pascolo a Rascino
'na ricotta, è assai pochino!
Solamente un pó' de sale
e direi che non è male.
Quànno sta qui giù al paese
molte più sono le spese
ma almeno del suo frutto
réschi a venne' guasci tutto
e se a questo se fa pecca
ci poi fa' ricotta secca
o sennó, chi lo pò' fa,
ci prepara 'o **Ricoc'ha**:

biancu zùccaru e caffè
ttè repósti allu buffè
cinichilli e' cioccolata
pó' 'na bella mestecàta.
Chi non se lo pò' permette
quella de vacca ci mette:
órzu e pochittu e' mèle
ma se fa scoppà' lo fèle
mentre mméstec' alla scoppa
quella che non è mai troppa.
Quistu è ittu **Ricocè**
che se fa a cucù e cecè!
E il pastore se ne lagna
al calar dalla montagna!



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Bistecca santeliana (peperone fritto)

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Sant'Elia Fiumerapido (FR)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

La Bistecca Santeliana a dispetto del nome, è a base esclusiva di prodotti vegetali. Piatto contadino di umili origini, consiste in una fetta di peperone rosso, fritto in olio evo o di semi, e adagiato su una fetta di pane morbido che ne assorbe il sughetto.



5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per la Bistecca di Sant'Elia è necessario scegliere peperoni rossi e carnosì, preferibilmente di varietà locali come il Peperone Cornetto di Pontecorvo. Questo perché il peperone, per assumere l'aspetto di una "bistecca" deve avere uno spessore tale da renderlo succulento. I peperoni, se coltivati in serra sono già disponibili a giugno, mentre per quelli coltivati in campo bisogna aspettare i mesi di luglio-agosto. Si prende un peperone, si spacca a metà, si ripulisce del colletto e dei semi interni, si sciacqua e poi si asciuga. Intanto si mette sul fuoco una padella capiente con olio evo, se si prepara in casa o olio di semi, quando è necessario preparare grandi quantità. Quando l'olio ha raggiunto una buona temperatura, si mettono a friggere le "bistecche" fin quando i peperoni non prendono un bel colore rosso brillante. A questo punto si rimuovono dal fuoco, si lasciano scolare su un recipiente bucato o su carta assorbente e poi si adagia su una fetta di pane casareccio senza levare la pelle e con l'aggiunta di un pizzico di sale.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Banconi da cucina, padelle in acciaio o antiaderenti.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Cucine domestiche, cucine della ristorazione.



8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La coltivazione del peperone ha una lunga tradizione in tutta l'area a cavallo tra le province di Frosinone e Latina che un tempo ricadevano nella regione storica di Terra di Lavoro. In una descrizione agronomica di quest'area risalente ai primi anni dell'Ottocento, si legge che il peperone, detto anche "peparuolo" o "peparulo", si coltivava «in gran quantità dappertutto [...] perché [...] riesce vantaggiosissimo, nelle stagioni calde, per cibo, e per condimento» (Notarianni, 1815). Una produzione presente anche nel dipartimento, poi circondario, di Sora, come attestano diverse fonti successive (Del Nero, 1907; Mancini, 1882).

Il peperone per i contadini di Sant'Elia Fiumerapido ha rappresentato una grande risorsa economica e alimentare. Oltre a essere venturo nelle piazze e nei mercati delle città vicine, i peperoni erano prodotti per consumo familiare e considerati una fonte di approvvigionamento importante per chi doveva affrontare il lavoro nelle campagne. Testimonianze orali di ortolani anziani ricordano come i genitori e i nonni mangiassero nei campi i peperoni con le patate, oppure una fetta spessa di peperone fritto sul pane con la mollica morbida, perché ne raccoglieva il succo. I peperoni locali avevano consistenza carnosa e molta polpa, per cui quando erano spaccati a metà e poi cotti nell'olio, assumevano l'aspetto di una bella "bistecca" di carne ed erano particolarmente saporiti. La carne non era un alimento accessibile, per cui il peperone tagliato e cotto in quel modo aveva lo scopo di riempire non solo la pancia ma anche gli occhi.



Esistono diversi aneddoti locali su questo piatto, alcuni dei quali risalgono ai primi anni '60 del Novecento. A chi chiedeva se a Sant'Elia Fiumerapido avessero "buone bistecche", i paesani rispondevano «noi le bistecche le coltiviamo!».

La Bistecca di Sant'Elia è uno dei piatti principali offerti durante la manifestazione "Sant'Elia tra i vicoli", passeggiata gastronomica tra le stradine del paese che si svolge ogni anno in agosto e che nel 2024 è giunta alla 18esima edizione.

Bibliografia

- ✓ Del Nero, *L'economia agraria e l'agricoltura nel circondario di Frosinone*, Tipografia Reali, Veroli 1907.
- ✓ Mancini, M., *Sulle condizioni agrarie del circondario di Sora, Allegato alla Relazione sulla III Circoscrizione, Atti della giunta per la inchiesta agraria e sulle condizioni della classe agricola, Vol. VII, 1882.*
- ✓ Notarianni, F., *Memoria sulle piante economiche della Provincia di Terra di Lavoro*, Giornale enciclopedico di Napoli, 9, 1815.



**SCHEDA DI RILEVAMENTO
DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO
(ai sensi del D.M. 350/99)**

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Cinghiale alla cacciatora/Cinghiale a bujone/cinghiale alla viterbese (o maremmana)

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Lazio

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Nel Lazio, esistono diversi modi di preparare secondi piatti a base di carne di Cinghiale: tra questi citiamo la cacciatora, a bujone e alla viterbese (o maremmana), preparazioni a base di spezzatino di spalla, prosciutto e polpa di costole, cotta in umido, con l'aggiunta di aromi e spezie o talvolta di salsa di pomodoro a seconda delle versioni. I secondi piatti a base di cinghiale in umido si ritrovano in tutte le province laziali anche se molti ricettari riportano preparazioni attribuite alla zona della maremma laziale o confinanti con l'area tosco-umbra della Tuscia viterbese. Una delle ricette proposte infatti è detta "cinghiale alla viterbese" o alla maremmana e si caratterizza per la marinatura aromatizzata con la maggiorana.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per queste preparazioni si consiglia l'impiego di tagli di prosciutto, spalla e rifilature di costola, prelevati da animali della stessa dimensione, preferibilmente introno all'anno di età e del peso di circa 1 quintale. La carne, tagliata a cubetti di circa 2-3 cm, deve essere abbattuta in congelatore.

Cinghiale alla cacciatora. Non è necessaria la marinatura, ma la carne si fa spurgare sul fuoco. Si pone la carne in un tegame e si lascia sul fuoco per una decina di minuti, finché non ha rilasciato la sua acqua. Per levare ogni impurità, si getta il liquido di cottura e si risciacqua sotto l'acqua corrente. A questo punto, si prende un tegame ampio in cui si pone una base di olio evo, sedano, carota e cipolla a pezzettoni con aggiunta di salvia, rosmarino, peperoncino e alloro. La carne viene fatta rosolare e poi sfumata con del vino bianco a metà cottura e poi di nuovo sfumata con l'aceto. Intanto a parte si prepara un condimento a base di olio evo, aceto, rosmarino, prezzemolo, aglio e acciuga.

Cinghiale a bujone: si procede come per la cacciatora fino alla sfumatura con il vino, dopodiché si fa cuocere a tegame coperto per un paio d'ore con aggiunta di un paio di bicchieri di acqua calda e concentrato di pomodoro (o qualche cucchiaino di salsa), ma solo quanto basta a colorire il piatto. Per un buon bujone si consiglia di aprire il meno possibile il tegame, ma di agitarlo spesso per evitare che la carne si attacchi al fondo.

Cinghiale alla viterbese o maremmana. Per questa ricetta è necessaria la marinatura. I pezzi interi di spalla e costole vanno sciacquati e messi a bagno in una marinata precedentemente scaldata sul fuoco a base di vino rosso, mezzo bicchiere d'aceto, 2 spicchi d'aglio schiacciati, 1 rametto di rosmarino, qualche foglia di maggiorana, mezza cipolla picchiettata con 2 chiodi di garofano. Lasciata riposare la carne per il tempo necessario, in una padella sufficientemente



capiente si prepara un soffritto a base di olio evo, 2 spicchi d'aglio, un rametto di rosmarino a cui si aggiunge la carne estratta dalla marinata e ridotta a pezzetti piccoli. A questo punto si lascia rosolare a fuoco vivace per qualche minuto e poi si sfuma con poco succo della marinata. A questo punto si aggiunge qualche pomodoro pelato già scolato, peperoncino, sale quanto basta e qualche mestolo di acqua calda per mantenere il tutto umido e sughoso e si prosegue a tegame coperto fin quando non è terminata la cottura.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Coltelleria, mestoli e cucchiari di metallo o in legno. Tegami.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

L'uso della carne di cinghiale nella cucina del Lazio si perde nella notte dei tempi. Lo testimoniano le raffigurazioni artistiche di scene di caccia e gli utensili per la preparazione della carne di questo animale presso gli etruschi che usavano cuocerlo alla brace o bollirlo con erbe aromatiche. In epoca romana sono altrettanto numerose le testimonianze materiali e scritte che descrivono non solo scene di caccia ma anche la presenza del cinghiale tra la cacciagione offerta per banchettare o le ricette per cucinarlo.

Il cinghiale popolava i boschi dell'Appennino, la macchia mediterranea che degradava verso le aree paludose della costa o gli incolti lasciati a riposo. Come tutta la selvaggina, il diritto di caccia per questo grosso animale era privilegio riservato a nobili, signori e alti prelati e per tutto il periodo medievale venne praticato più per diletto, obbligo sociale, rapporti di potere che strettamente a scopi alimentari. Oltretutto essendo un animale aggressivo, in grado di caricare l'uomo, la caccia avveniva con l'aiuto di squadre di uomini e mute di cani mastini.

Dato quasi per estinto con l'espansione delle bonifiche nella maremma toscano laziale tra gli anni '40 e '50 del Novecento, il cinghiale è tornato a popolare i monti e le campagne italiane e laziali alla fine degli anni '70 con l'abbandono di molte zone agricole e la conseguente espansione degli incolti e della boscaglia. Si è assistito quindi a un altrettanto rinnovato interesse nel consumo di questa carne ricca di ferro, magra e a basso contenuto di colesterolo, a cui vengono dedicate numerose sagre in ogni provincia della regione e in cui si propongono piatti tradizionali o rivisitati in chiave più moderna.

Nel Lazio, soprattutto nel Viterbese, la cucina a base di cinghiale si accosta per alcuni versi a quella maremmana e della Toscana interna sebbene abbia le sue peculiarità.

Tra le numerose preparazioni a base di cinghiale, ci sono gli spezzatini e gli stufati, oppure i condimenti a base di macinato per la pasta all'uovo, in particolare per le pappardelle, o la preparazione di insaccati come il prosciutto, le salsicce o i salami stagionati.

Oggi in tutto il Lazio sono presenti diverse sagre dedicate al cinghiale. Tra quelle che vantano più edizioni si segnala la Sagra delle pappardelle al cinghiale di Torre Alfina (Acquapendente, VT) che ha visto la sua prima edizione nel 1986. La maggiore disponibilità di cinghiale macellato e lavorato inoltre ha favorito l'inserimento di piatti a base di cinghiale nei menù di numerosi ristoranti regionali.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

Bibliografia

- ✓ *Italiana della cucina, La cucina del Bel Paese, TCI, 2002.*
- ✓ *Arieti, I., Tuscia a tavola. Ricette, curiosità, tradizioni gastronomiche della provincia di Viterbo, Quatrini 1987*
- ✓ *Cambi, C., Il gambero rosso. Guida alle osterie e trattorie d'Italia,*
- ✓ *Giuda alla Maremma turistica e gastronomica, 1985*
- ✓ *Santini, A., La cucina maremmana. Storie e ricette, Tarka 2014*
- ✓ <http://mangiareintuscia.blogspot.com/2016/03/il-bujone.html>



**SCHEDA DI RILEVAMENTO
DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO
(ai sensi del D.M. 350/99)**

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Cinghiale in agrodolce (all'uso della Maremma laziale)

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Lazio

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Nel Lazio, esistono diversi modi di preparare secondi piatti a base di carne di Cinghiale: tra questi citiamo il cinghiale in agro dolce a base di spezzatino di spalla, prosciutto e polpa di costole, marinato con vino rosso, aceto, aromi e spezie che conferiscono aromi e profumi intensi a cui si aggiunge la salsa agrodolce a base di zucchero, acqua, due dita di aceto, un pugno di uvetta, ed eventualmente per arricchire anche scaglie di cioccolato fondente grattugiata, visciole o prugne secche.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Per questa preparazione si consiglia l'impiego di tagli di prosciutto, spalla e rifilature di costola, prelevati da animali della stessa dimensione, preferibilmente introno all'anno di età e del peso di circa 1 quintale. La carne, tagliata a cubetti di circa 2-3 cm, deve essere abbattuta in congelatore.

Cinghiale in agrodolce (all'uso della Maremma laziale).

Per questa ricetta è necessaria la marinatura che va preparata con vino rosso, aceto, una costa di sedano, carota a pezzi grossi, alloro, maggiorana, 2 chiodi di garofano, aglio, qualche grano di pepe, prezzemolo, timo e alloro. La marinata deve essere scaldata sul fuoco per circa 15 minuti. A questo punto si aggiunge un altro bicchiere di vino rosso, un po' di aceto e si lascia stemperare. Il cinghiale deve riposare nel liquido almeno per una nottata. Lasciata riposare la carne per il tempo necessario, si può optare per cuocere i pezzi interi, oppure spezzettarli in cubetti. Intanto in una padella sufficientemente capiente si prepara un soffritto a base di olio evo, una noce di burro, una fettina di prosciutto tritato. Si fa rosolare il cinghiale (legato con uno spago, se lasciato a pezzi interi), si aggiungono alcuni cucchiaini di marinata e gli odori tritati, quanto basta a coprire la carne, due cucchiaini di zucchero e si lascia cuocere a tegame coperto agitando di tanto in tanto per non far attaccare la carne al fondo. In un pentolino a parte si sciolgono sul fuoco qualche cucchiaino di zucchero con 1 cucchiaio di acqua, due dita di aceto, un pugno di uvetta. A questo punto si aggiungono scaglie di cioccolato fondente grattugiata, visciole o prugne secche.

Ultimata la cottura, si estrae il cinghiale dal tegame e si taglia a fette. Si consiglia di passare in un colino il sugo di cottura e versarlo nel tegame insieme alla salsa agrodolce che andrà rimessa sul fuoco per qualche minuto con aggiunta di pinoli. Servite la salsa sulla carne tagliata e impiattata.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Coltelleria, mestoli e cucchiaini di metallo o in legno. Tegami.



7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

L'uso della carne di cinghiale nella cucina del Lazio si perde nella notte dei tempi. Lo testimoniano le raffigurazioni artistiche di scene di caccia e gli utensili per la preparazione della carne di questo animale presso gli etruschi che usavano cuocerlo alla brace o bollirlo con erbe aromatiche. In epoca romana sono altrettanto numerose le testimonianze materiali e scritte che descrivono non solo scene di caccia ma anche la presenza del cinghiale tra la cacciagione offerta per banchettare o le ricette per cucinarlo.

Il cinghiale popolava i boschi dell'Appennino, la macchia mediterranea che degradava verso le aree paludose della costa o gli incolti lasciati a riposo. Come tutta la selvaggina, il diritto di caccia per questo grosso animale era privilegio riservato a nobili, signori e alti prelati e per tutto il periodo medievale venne praticato più per diletto, obbligo sociale, rapporti di potere che strettamente a scopi alimentari. Oltretutto essendo un animale aggressivo, in grado di caricare l'uomo, la caccia avveniva con l'aiuto di squadre di uomini e mute di cani mastini.

Dato quasi per estinto con l'espansione delle bonifiche nella maremma toscano laziale tra gli anni '40 e '50 del Novecento, il cinghiale è tornato a popolare i monti e le campagne italiane e laziali alla fine degli anni '70 con l'abbandono di molte zone agricole e la conseguente espansione degli incolti e della boscaglia. Si è assistito quindi a un altrettanto rinnovato interesse nel consumo di questa carne ricca di ferro, magra e a basso contenuto di colesterolo, a cui vengono dedicate numerose sagre in ogni provincia della regione e in cui si propongono piatti tradizionali o rivisitati in chiave più moderna.

Nel Lazio, soprattutto nel Viterbese, la cucina a base di cinghiale si accosta per alcuni versi a quella maremmana e della Toscana interna sebbene abbia le sue peculiarità.

Tra le numerose preparazioni a base di cinghiale, ci sono gli spezzatini e gli stufati, oppure i condimenti a base di macinato per la pasta all'uovo, in particolare per le pappardelle, o la preparazione di insaccati come il prosciutto, le salsicce o i salami stagionati.

Oggi in tutto il Lazio sono presenti diverse sagre dedicate al cinghiale. Tra quelle che vantano più edizioni si segnala la Sagra delle pappardelle al cinghiale di Torre Alfina (Acquapendente, VT) che ha visto la sua prima edizione nel 1986. La maggiore disponibilità di cinghiale macellato e lavorato inoltre ha favorito l'inserimento di piatti a base di cinghiale nei menù di numerosi ristoranti regionali.

Bibliografia

Italiana della cucina, La cucina del Bel Paese, TCI, 2002.

Arieti, I., Tuscia a tavola. Ricette, curiosità, tradizioni gastronomiche della provincia di Viterbo, Quatrini 1987

Cambi, C., Il gambero rozzo. Guida alle osterie e trattorie d'Italia, Guida alla Maremma turistica e gastronomica, 1985

Santini, A., La cucina maremmana. Storie e ricette, Tarka 2014

<http://mangiareintuscia.blogspot.com/2016/03/il-bujone.html>



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia.

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pappardelle al ragù di cinghiale.

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Lazio

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

La pappardella è una varietà di pasta lunga all'uovo che rimane un po' alta e larga circa 1,5 cm. Proprio la porosità della pasta e la sua larghezza si addicono particolarmente bene a raccogliere il ragù di cinghiale, che nel Lazio viene proposto in bianco, o leggermente colorato con l'aggiunta di salsa di pomodoro.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Pappardelle. Uova intere, farina 00. L'impasto deve essere consistente e duro, di un colore giallo che cambierà di intensità a seconda delle uova utilizzate. Su una spianatoia preparare la farina a fontana, rompere le uova al suo interno (solitamente un uovo intero ogni 100 gr di farina) e con una forchetta cominciare a raccogliere la farina fin quando il liquido delle uova non è stato assorbito. Dopodiché si prosegue a mano, incorporando la farina residua e impastando a mano per circa 10-15 minuti fin quando non si ottiene un panetto ben sodo, liscio ed elastico. Prima di stendere la pasta, bisogna lasciarla riposare. La pasta va stesa con un mattarello di legno – lungo circa 1,20 - fino a ottenere una sfoglia dello spessore desiderato. A questo punto si arrotola partendo da entrambe le estremità che, una volta incontrate al centro, vanno sovrapposte senza schiacciarle troppo l'una sull'altra. Con il coltello si taglia la pasta così da ottenere tanti rotoli della larghezza di circa 1,5 cm. Le pappardelle si cuociono in acqua bollente e salata per qualche minuto fino a ottenere la cottura desiderata.

Ragù di cinghiale. Si consiglia di utilizzare macinato ricavato da ritagli di coscia, spalla e pancetta di cinghiale precedentemente congelato in abbattitore. In base alla grassezza dei pezzi scelti, si può valutare se aggiungere una piccola percentuale di macinato di maiale.

La cottura si esegue come per un normale ragù, avviando dapprima un soffritto con sedano carota, cipolla in pezzi grossi così da poterli rimuovere facilmente, a cui si aggiunge un rametto di alloro e peperoncino secondo il gusto. Appena la carne comincia a cambiare colore, si sfuma leggermente con vino bianco, si aggiusta di sale, pepe e si spolvera con poca noce moscata. Volendo, si può colorare il sugo con qualche cucchiaino di salsa di pomodoro. Si aggiunge acqua o brodo per non far attaccare il macinato al fondo del tegame e si lascia a fuoco basso per circa 2 ore fin quando non avrà raggiunto la giusta consistenza.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Per il ragù di cinghiale: coltelleria, mestoli e cucchiaini di metallo o in legno. Tegami.

Per la pasta all'uovo: recipienti in plastica o acciaio, spianatoia, mattarello in legno, coltelleria.



7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Cucine domestiche o della ristorazione

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

L'uso della carne di cinghiale nella cucina del Lazio si perde nella notte dei tempi. Lo testimoniano le raffigurazioni artistiche di scene di caccia e gli utensili per la preparazione della carne di questo animale presso gli etruschi che usavano cuocerlo alla brace o bollirlo con erbe aromatiche. In epoca romana sono altrettanto numerose le testimonianze materiali e scritte che descrivono non solo scene di caccia ma anche la presenza del cinghiale tra la cacciagione offerta per banchettare o le ricette per cucinarlo.

Il cinghiale popolava i boschi dell'Appennino, la macchia mediterranea che degradava verso le aree paludose della costa o gli incolti lasciati a riposo. Come tutta la selvaggina, il diritto di caccia per questo grosso animale era privilegio riservato a nobili, signori e alti prelati e per tutto il periodo medievale venne praticato più per diletto, obbligo sociale, rapporti di potere che strettamente a scopi alimentari. Oltretutto essendo un animale aggressivo, in grado di caricare l'uomo, la caccia avveniva con l'aiuto di squadre di uomini e mute di cani mastini.

Dato quasi per estinto con l'espansione delle bonifiche nella maremma toscano laziale tra gli anni '40 e '50 del Novecento, il cinghiale è tornato a popolare i monti e le campagne italiane e laziali alla fine degli anni '70 con l'abbandono di molte zone agricole e la conseguente espansione degli incolti e della boscaglia. Si è assistito quindi a un altrettanto rinnovato interesse nel consumo di questa carne ricca di ferro, magra e a basso contenuto di colesterolo, a cui vengono dedicate numerose sagre in ogni provincia della regione e in cui si propongono piatti tradizionali o rivisitati in chiave più moderna.

Nel Lazio, soprattutto nel Viterbese, la cucina a base di cinghiale si accosta per alcuni versi a quella maremmana e della Toscana interna sebbene abbia le sue peculiarità.

Tra le numerose preparazioni a base di cinghiale, ci sono gli spezzatini e gli stufati, oppure i condimenti a base di macinato per la pasta all'uovo, in particolare per le pappardelle, o la preparazione di insaccati come il prosciutto, le salsicce o i salami stagionati.

Oggi in tutto il Lazio sono presenti diverse sagre dedicate al cinghiale. Tra quelle che vantano più edizioni si segnala la Sagra delle pappardelle al cinghiale di Torre Alfina (Acquapendente, VT) che ha visto la sua prima edizione nel 1986. La maggiore disponibilità di cinghiale macellato e lavorato inoltre ha favorito l'inserimento di piatti a base di cinghiale nei menù di numerosi ristoranti regionali.

Fonte:

- ✓ *Accademia Italiana della cucina, La cucina del Bel Paese, TCI, 2002.*
- ✓ *Arieti, I., Tuscia a tavola. Ricette, curiosità, tradizioni gastronomiche della provincia di Viterbo, Quatrini 1987*
- ✓ *Cambi, C., Il gambero rozzo. Guida alle osterie e trattorie d'Italia,*
- ✓ *Giuda alla Maremma turistica e gastronomica, 1985*
- ✓ *Santini, A., La cucina maremmana. Storie e ricette, Tarka 2014*
- ✓ <http://mangiareintuscia.blogspot.com/2016/03/il-bujone.html>



**REGIONE
LAZIO**

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

**SCHEDA DI RILEVAMENTO
DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO
(ai sensi del D.M. 350/99)**

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Pecora alla cottóra

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Salto Cicolano (RI) - Borgorose, Concerviano, Fiamignano, Marcellino, Pescorocchiano, Petrella Salto, Varco Sabino

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

La pecora alla cottóra è un piatto legato alla cultura pastorale. Quando le greggi rientravano in paese dopo aver svernato nell'agro romano, alcuni grandi proprietari avevano l'usanza di offrire a pastori e paesani un pranzo a base di pecora in brodo, in un momento di riposo e grande convivialità. La cottóra non è altro che un grande calderone capace di contenere grosse quantità di carne di pecora intorno a cui si riunivano tutti gli abitanti. Il piatto consiste in uno spezzato di parti magre e grasse della pecora, cotto nel brodo aromatizzato con carote, sedano, aglio, patate, timo e bacche di ginepro, lasciato cuocere per almeno tre ore fin quando la carne non si sfilaccia e le patate non si sfaldano.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

La carne impiegata per la preparazione del piatto proviene dalla pecora adulta. Considerato che si tratta di una preparazione pensata per pranzi conviviali con molti commensali, di solito le quantità prevedono l'impiego di almeno mezzo animale in modo tale che le parti magre e pregiate come la spalla o i cosci si alternino ad altri tagli più grassi. La carne deve essere spezzettata in bocconi di media grandezza. Si riempie una pentola capiente di acqua fredda, cui si aggiungono i bocconi di carne, sedano e carote a pezzi grandi, aglio intero e qualche patata in base alla quantità di pecora da preparare. Si aggiungono inoltre timo, bacche di ginepro, talvolta qualche pomodoro. Si aggiusta di pepe e sale e si lascia cuocere a fuoco lento per almeno 3 ore, in base all'età della pecora. Il piatto è pronto quando la carne si sfilaccia e le patate si sono sfaldate nel brodo.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti, tavolo da lavoro in acciaio o ripiano da cucina, eventuale macchina per stendere la pasta, coppapasta in acciaio inox o bicchiere di vetro con bordo circolare, teglia in acciaio per la cottura, forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La pecora alla cottóra è strettamente connessa alla tradizione pastorale e alla transumanza stagionale delle pecore. La memoria locale lega questo piatto a un momento preciso dell'anno, in cui le greggi facevano ritorno in paese dopo lo svernamento nell'agro romano. I grandi proprietari di armenti a questo punto festeggiavano il ritorno dei pastori e degli animali offrendo un grande pranzo per tutti gli abitanti del paese che si ritrovavano intorno alla cottóra, ovvero ai grandi calderoni dove veniva messa a bollire la carne delle pecore che si erano azzoppate durante il viaggio di ritorno o che ormai erano giunte alla fine della loro carriera produttiva. La carne quindi era di animali maturi di razza sopravvissana, fino a qualche decennio fa, l'unica razza allevata nella zona del Salto Cicolano, in provincia di Rieti.

Una descrizione della ricetta e della festa si ritrova nella satira tramessa oralmente dal pastore Berardino Cesarini e raccolta nei primi anni '80 dalla proloco di Fiamignano, e che prende il titolo proprio dal nome del piatto.

Pecora alla cottóra – satira di Berardino Cesarini, famiglia Pighittu, pastore (1927-2004)

Revenùtu è Cardarini
coi pastori e li biscini,
stanchi de' lungo viaggio
servirà nuovo coraggio
per salire su in montagna?
Lo darà quel che se magna!
Li riunisce st'anno ancora,
tutti intorno alla cottóra,
arde il fuoco alla Tracerna,
pòzza avere vita eterna,
sia le zénghe e l'accioppàte,
già da témpu destinate,
che ridotte a spezzatino
cuoceranno nel catino
acconciate come d'usu:
pepe, sale e vinu sfusu,
o l'aceto sopraffino
che sarebbe il nostro vino,
qua' ramittu de serpullu,
sentirai che pane ammulu,

tantu sèllaru, cipolle,
ciciarélli, e intantu bolle,
pumidóri, se ce l'hai,
altrimenti non so' guai,
più qua' pézzu e' ràica gialla.
Pé' scartà' quello vvè a galla
a 'na mani 'a schiumarola,
pó' a quell'atra l'ogliaròla.
Có' l'aggiunta e' qua' patata
la ricetta è sistemata.
Già durante la cottura
il paesano va e s'attura
perché insieme al pecorale
è invitato al baccanale.
So' arrivati a panza vòta
perché almeno questa òta
sor Lisandro Cardarini
darà ai grandi e ai bambini
ciccìa e vinu a volontà
finu a ... falli crepà:

tutti elogiano a tard'ora,
vecchia pecor'a cottora
e sólu a callara scórna
che ognuno a casa torna.
Dopo mesi e' rapazzòla,
né coperta, né lenzòla,
mó tra 'e pezze có' la moglie,
nove lune e avrà le doglie.
Pare tutta 'na magia
che la notte porta via.
Domattina, al farsi giorno,
la vitaccia avrà ritorno
e pe' fasse 'na magnata
della pecor'azzoppata,
o e' quell'atra, a zampe ddu,
ci perdoni il buon Gesù,
alla prossima saglita,
quanno 'a gente è 'ntisichità!

La satira è stata presentata per la prima volta al pubblico l'11 ottobre 2014 a Roma, presso il Museo Nazionale delle Arti e Tradizioni Popolari (Sala Carpitella), in occasione del convegno: *Terre rurali d'Europa e transumanza UNESCO: sviluppo innovativo del Territorio, in un intervento di Settimio Adriani intitolato: Cicolano: il magico ritorno dei pastori transumanti in una satira di Berardino Cesarini*



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Prodotti della gastronomia

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Recolatura di Lenticchie di Rascino

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Fiamignano, Petrella Salto (RI)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:



La Recolatura di lenticchie è un piatto di recupero tipico della cultura pastorale e contadina di alcuni comuni del Cicolano. La ricetta è semplicissima così come gli ingredienti: pane raffermo o tostato, bagnato con l'acqua di cottura di lenticchie lessate in acqua salata; spolverata di pepe, un filo di olio extravergine di oliva a crudo. Nonostante l'essenzialità degli ingredienti, il sapore dell'acqua di cottura deriva dall'uso della varietà di lenticchia coltivata sull'altopiano di Rascino, a circa 1200 metri di altitudine. Questa varietà locale a rischio di erosione genetica è patrimonio della biodiversità agricola e alimentare del Lazio (tutelata dalla LR 15/2000 e iscritta al Registro Volontario Regionale). Si distingue per essere una lenticchia di piccolissime dimensioni (microsperma), dal colore eterogeneo che può variare dal rossiccio al marrone chiaro o scuro, ricca di proprietà

organolettiche, sapida e veloce da cuocere.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:



La ricetta della Recolatura ha bisogno di pochissimi ingredienti: Lenticchie di Rascino, sale grosso da cucina, olio evo, pepe, pane raffermo o tostato. Le Lenticchie di Rascino non hanno bisogno di ammollo, per cui si possono mettere direttamente in una pentola insieme alla giusta quantità di acqua fredda (orientativamente per 4 persone ci vogliono 2 litri d'acqua per 150 gr. di prodotto). Una volta raggiunto il bollore, si aggiunge sale e si tengono in cottura per circa 30 minuti a fuoco basso, con la premura di non far scuocere le lenticchie. Se desiderato, si può insaporire l'acqua di cottura con l'aggiunta di una costa di sedano, carota intera o a pezzi e 2 spicchi d'aglio interi così da poterli rimuovere facilmente. Intanto in un piatto fondo o in una terrina si preparano alcune fette non troppo sottili di pane raffermo o tostato. Quando le lenticchie sono pronte, con il mestolo si raccoglie l'acqua di

cottura, ovvero la "recolatura", che si cosparge abbondantemente sul pane in modo tale da farla assorbire per bene. Condire con un pizzico di pepe nero e un filo d'olio evo a crudo. Si mangia con il cucchiaio.



La ricetta è nata dalla necessità di non sprecare nulla, dall'acqua di cottura al pane indurito, per questo non è prevista l'aggiunta delle lenticchie che venivano consumate come secondo piatto o in un altro momento. Oggi che il bisogno non è più così stringente, una mestolata di lenticchie può aggiungere consistenza, ma il sapore del piatto è tutto nell'acqua!

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Recipienti, mestoli di legno o metallo, pentole per la bollitura, vasellame.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori e forni professionali; cucine domestiche o della ristorazione.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La Recolatura è ancora oggi un piatto di consumo familiare in uso presso le case degli abitanti di Fiamignano e dei comuni limitrofi ed è strettamente legato alla produzione della Lenticchia di Rascino. Le prime testimonianze bibliografiche della coltivazione di lenticchie in queste zone risalgono ai primi decenni del XIX secolo, ma probabilmente affonda le radici in tempi più remoti. Ad ogni modo, la Lenticchia di Rascino è risultata essere una varietà locale ben adattata al clima e al suolo dell'altipiano, il cui seme è stato conservato e riprodotto ai contadini locali per generazioni, garantendone la sopravvivenza attraverso il perdurare della coltivazione.

La ricetta della Recolatura invece è stata raccolta e trascritta per la prima volta nel 1971 quando la Pro Loco di Fiamignano ha iniziato a valorizzarla proponendola agli ospiti sin dalla prima Sagra della Lenticchia di Rascino. Molto apprezzata per la bontà e per la filosofia del recupero e non spreco che porta con sé, è stata proposta ininterrottamente fino alla più recente edizione della sagra dell'agosto 2024.

Bibliografia:

Adriani, Settimio (a cura di), *La Lenticchia di Rascino. Storia e tradizioni di un ecotipo*, 2015



SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA:

Prodotti vegetali allo stato naturale o trasformati

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI:

Tartufo di Colli sul Velino

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE:

Provincia di Rieti

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO:

Il tartufo è il nome comune dato ai funghi ascomiceti sotterranei, ovvero a un «corpo fruttifero di funghi appartenenti al genere *Tuber* che compie il proprio intero ciclo vitale sotto terra (ipogeo). Deve obbligatoriamente vivere in simbiosi con piante arboree per produrre il prezioso sporocarpo. È formato da una parete esterna detta peridio, che può essere liscio o sculturato e di colore variabile [...] La massa interna, detta gleba, di colore variabile dal bianco al nero, dal rosa al marrone è percorsa da venature più o meno ampie e ramificate che delimitano gli alveoli in cui sono immerse le grolle cellule (aschi) contenenti le spore» (<https://www.tuber.it/centro-nazionale-studi-tartufo/>)

La provincia di Rieti, in particolare la zona della Valle Santa, in prossimità di zone umide, come le sponde del Velino o i Laghi Lungo e Ripasottile, o di boschi in cui sono presenti particolari piante arboree, è ricca di tartufi. In tutta la provincia se ne contano 5 varietà: Tartufo Estivo, Nero pregiato, Bianchetto, Uncinato, Bianco pregiato. Le varietà sono espressione di condizioni pedoclimatiche differenti e si distinguono per espressione ed epoca di maturazione come segue:



Tartufo Estivo: si trova principalmente nelle zone collinari, tra i 300 e i 700 metri di altitudine, predilige terreni calcarei e si associa a formazioni boschive composte da nocciolo, carpino nero, rosa canina, ginepro, roverella. Ha peridio nero con gleba color nocciola e striature bianche. Si trova quasi in superficie fino a circa 15 cm di profondità.

Cresce in tartufaie e il periodo migliore per la raccolta è intorno al mese di luglio.

Ha un profumo e un gusto gradevole, elegante, dolce, con intensità che variano in base alle piante simbiotiche, con sentori di frutta secca e di fungo, con una caratteristica nota lattiginosa,

sempre presente. Questo tipo di tartufo è molto indicato per essere grattugiato, anziché lamellato. Si presta alla preparazione di salse in bianco a base di olio evo, aglio, acciuga, sale e pepe, per il condimento di paste, in particolare gnocchi o fettuccine, bruschette, scamorze, o per accompagnare carni, crostacei o per arricchimento finale sulla pizza.



Nero pregiato: Questo tartufo è sempre più raro sia a causa dell'innalzamento delle temperature, sia per la mancanza di pascolo ovicaprino all'interno dei boschi per cui il sottobosco resta ostruito. Il nero pregiato cresce tra i 400 e i 1000 metri di altitudine, in formazioni sparse, a macchia di leopardo su terreni con buona presenza di scheletro, con ph 7-8,2, su piante simbiotiche simili a quelle predilette dal Tartufo Estivo, ma su tartufaie diverse. Si raccoglie tra fine dicembre fino a tutto marzo. Per maturare ha bisogno del freddo, per

cui da qualche anno i mesi principali di raccolta si concentrano tra gennaio e febbraio; a marzo si trovano solo a quote superiori. Ha un peridio con piramidi poco pronunciate, gleba quasi nera con sfumature violacee o marroni, striature bianche. Al tatto non deve essere legnoso, altrimenti perde in aromi.

Presenta sentori di polvere di caffè, tabacco, cuoio, cioccolato fondente, e a livello gastronomico sopporta bene il calore e quindi risulta molto versatile. Si adatta molto bene in combinazione con olio extravergine di oliva.



Bianco pregiato: si trova dal fondo valle fino agli 800 metri, predilige terreni sabbiosi o argillosi, e le piante simbiotiche sono pioppo argentato, nocciolo, corniolo, roverella, carpino. Si trova a profondità variabili, da appena sotto il pelo del terreno fino a un metro di profondità, soprattutto se si è sviluppato cercando l'umidità. Predilige terreni in prossimità dei laghi o dei fiumi.

Peridio color ocre spento o color avorio, talvolta con sfumature verdastre, gleba color nocciola con venature bianche

Profumo delicato ma presente, si distinguono sentori di erbe secche di campo, floreali, di agrumi e di frutta secca. La

produzione è scarsa per cui tra tutte le varietà è quella più ricercata e costosa.

Bianchetto: La raccolta avviene tra gennaio e aprile, ma il periodo migliore cade a marzo, per cui è detto "marzuolo". Il peridio è liscio, il colore varia dal crema al giallo ocre con sfumature rossicce, gleba nocciola più o meno scura a seconda del grado di maturazione con striature bianche.

Le piante simbiotiche sono il pino, la quercia, il nocciolo, si trova su tartufaie non molto estese ma che si formano qui e là in formazioni sparse. Il bianchetto ha piccole dimensioni, che variano dalla dimensione di una nocciola a quella di un mandarino.

L'odore e il sapore tendono all'aglio. Tagliato a lamelle si adatta benissimo alle preparazioni a base di grasso animale (fondi di panna o burro fuso).



Uncinato:

Questo tartufo si raccoglie in autunno e si trova tra i 700 metri di altitudine fin oltre i 1500, soprattutto nei periodi di caldo fuori stagione. Infatti come il Nero pregiato, per maturare correttamente ha bisogno del freddo e anche di piogge estive abbondanti. L'Uncinato si presenta con peridio nero, e piramidi accentuate, deve il suo nome proprio al fatto che la scorza si presenta con grosse verruche con la caratteristica forma ad uncino. A piena maturazione ha gleba color nocciola con striature bianche.



Molto profumato, ha sentori di cioccolato al latte, profumi di sottobosco, fieno, erba secca, in base alle piante simbionti.

Si adatta a ogni preparazione in cui è presente l'olio di oliva extravergine, per condire le paste o, come si usava un tempo, i fagioli al tegame.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

I tartufi si raccolgono nei boschi con l'aiuto di cani addestrati per il riconoscimento delle tartufaie. Si sviluppano sottoterra, per cui vanno scavati a profondità variabili, estremamente superficiali, fino a un metro di profondità. La scalzatura avviene con uno zappino di metallo. Dopodiché si avvolgono in panni umidi o carta assorbente e si ripongono in frigorifero, avendo l'accortezza di cambiare l'involucro umido ogni due giorni. Così possono mantenersi anche per due settimane. In questo arco di tempo, si deve eseguire la cernita e la lavorazione.

Infatti i tartufi sono esaminati per valutarne gli eventuali difetti, poi vengono puliti e spazzolati. Sono conservati sottovuoto, abbattuti a -18°. In cella frigo si mantengono anche per un anno. Va però sottolineato che il Nero pregiato, il Bianco pregiato, l'Uncinato sono molto richiesti anche all'estero per cui trovano subito un mercato e quindi sono consumati prevalentemente freschi.

A seconda delle tipologie e della varietà sono destinati al consumo fresco (tagliati a lamelle, grattugiati), oppure destinati alla macinazione per la preparazione di salse, creme o oli aromatizzati. Sia i primi che i secondi vengono usati in cucina per condire vari formati di pasta sia secca che all'uovo, o in abbinamento con formaggi, fagioli, carne e, come è usanza in provincia di Rieti, per condire la trota.

Fino a qualche tempo fa, in provincia di Rieti, nelle case, si usava preparare una frittata spessa il cui unico ingrediente era un pizzico di tartufo grattugiato al momento di sbattere le uova.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO:

Zappino di metallo per la scalzatura dei tartufi; contenitori per il trasporto

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA:

Laboratori aziendali dove avviene la pulitura, lo stoccaggio e l'eventuale trasformazione; cucine della ristorazione

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

La raccolta del tartufo nell'alto reatino e nella Sabina è praticata da molto tempo nonostante sia poco documentata. Alcune guide commerciali degli anni '30 del novecento riportano comunque tra i prodotti locali di alcuni paesi reatini anche i tartufi. Inoltre anche nella memoria locale è ben impresso il ricordo di genitori e nonni che già prima della seconda guerra mondiale andavano alla ricerca di tartufi accompagnati dal maiale di casa. I tartufi per consumo casalingo si cercavano soprattutto a dicembre, per poterli consumare a Natale. Ogni famiglia ha tramandato di generazione in generazione i propri luoghi in cui le tartufaie si rinnovano ogni anno, e ciascun raccoglitore ha nel tempo adottato pratiche e modalità tali da assicurare la ricrescita dei tartufi, in un'ottica di preservazione e rispetto della risorsa e dell'habitat boschivo necessario per la sua riproduzione.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

A Colli sul Velino (RI) nel 1993 durante una festa patronale si è svolta una gara tra cani cavatori di tartufo e la prima edizione di una sagra che è stata riattivata nel 2008 e che continua ancora oggi. A fine anni '90 risale la realizzazione di una delle poche aziende in tutto il Lazio dedicata all'allevamento, trasformazione e vendita di tartufi.





REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

SCHEDA DI RILEVAMENTO DEI PRODOTTI TRADIZIONALI DELLA REGIONE LAZIO (ai sensi del D.M. 350/99)

1. CATEGORIA

Paste fresche e prodotti della panetteria, della biscotteria, della pasticceria e della confetteria

2. NOME DEL PRODOTTO, COMPRESO SINONIMI E TERMINI DIALETTALI

Bastoncini mandorlati di Cori

3. TERRITORIO INTERESSATO ALLA PRODUZIONE

Cori (LT)

4. DESCRIZIONE SINTETICA DEL PRODOTTO

I Bastoncini mandorlati, leggeri e friabili, si ottengono dall'impasto di farina tipo 0 o 00, zucchero, vino bianco, olio di semi di arachidi, agente lievitante, bicarbonato di sodio, cacao amaro, sambuca, farina di mandorle. Le mandorle, precedentemente tostate e macinate finemente, sono l'ingrediente principale che conferisce ai bastoncini un sapore particolarmente apprezzato dal consumatore.

Presentano forma allungata di 10 cm, colore marrone chiaro e la superficie è irregolare con alcune crepature causate, durante la cottura, dalla presenza dello zucchero in superficie.

5. DESCRIZIONE DELLE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA

Si mescolano tutti gli ingredienti nell'impastatrice meccanica o a mano per circa 5 minuti e comunque fino ad ottenere un impasto omogeneo e morbido; successivamente si lavorano manualmente piccole quantità di impasto a formare strisce di pasta,

A questo punto i Bastoncini mandorlati vengono disposti nelle teglie, cosparse di zucchero, dove i bastoncini vengono rivoltati per favorire una copertura omogenea con lo strato di zucchero sulla superficie. La cottura avviene in forno a 150-180°C per circa 25 minuti.

6. MATERIALI, ATTREZZATURE SPECIFICHE UTILIZZATE PER LA PREPARAZIONE, IL CONFEZIONAMENTO O L'IMBALLAGGIO

Per la preparazione dei Bastoncini mandorlati è previsto l'impiego dei seguenti materiali: banco di lavoro in acciaio; impastatrice, recipienti di plastica, coltelleria, teglie per la cottura, forno.

7. DESCRIZIONE DEI LOCALI DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE E STAGIONATURA

Laboratorio aziendale provvisto di tutte le attrezzature per la preparazione del prodotto e forno per la cottura.

8. ELEMENTI CHE COMPROVINO CHE LE METODICHE DI LAVORAZIONE, CONSERVAZIONE, STAGIONATURA, SONO STATE PRATICATE IN MANIERA OMOGENEA E SECONDO REGOLE TRADIZIONALI PER UN PERIODO DI TEMPO NON INFERIORE A 25 ANNI:

"I Bastoncini mandorlati sono una vera e propria invenzione!" Così esordisce il Signor Alessi Ernesto, che dal 1976 ha avviato, insieme alla moglie, l'attività di produzione e vendita di biscotti.



REGIONE
LAZIO

ARSIAL
Agenzia Regionale
per lo Sviluppo e l'Innovazione
dell'Agricoltura del Lazio

Racconta che la sua famiglia fin dal passato era legata alla lavorazione del pane e dei dolci; ha iniziato la madre, che aveva la licenza di cottura domestica, grazie alla quale poteva cuocere il pane e i biscotti presso la propria abitazione e il forno locale, e che preparava scrupolosamente nel rispetto delle metodiche tradizionali tramandate dalle massaie di Cori.

I Biscotti mandorlati sono stati realizzati per proporre un prodotto nuovo partendo dall'impasto delle ciambelline e aggiungendo le mandorle, tostate e macinate finemente, Con il tempo i Bastoncini mandorlati sono stati talmente apprezzati dal consumatore da diventare prodotto di punta del biscottificio.

