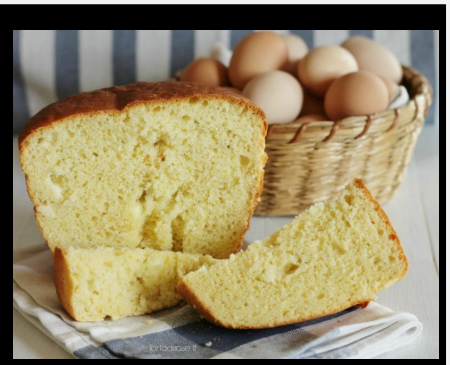




La Tradizionale Colazione Salata Pasquale nelle Marche

Ileana Bussani
Trieste 2016



La “prima colazione” o “colazione” ha un’importanza e caratteristiche molto diverse in Italia e nei paesi mediterranei rispetto all’Europa del Nord, al mondo anglosassone, al Nord America, il fatto è anche riscontrabile nel Dizionario storico il Battaglia che con molta semplicità definisce la colazione come un “leggero pasto che si fa al mattino appena alzati, per lo più a base di latte, caffè e pane”.

Usualmente al pane e al caffelatte (o al caffè della moka o alla cioccolata in tazza o al the) si uniscono la marmellata o il burro o entrambi magari accompagnati da biscotti talora caserecci, per lo più industriali o di panetteria, o dalla moderna nutella.

La differenza profonda con le colazioni nordiche e statunitensi, ricche di molte vivande salate (carni, insaccati, pesci affumicati, formaggi e derivati, uova soprattutto in varie foggie e con pancetta), dolci e bevande calde e fredde (il caffè nero lungo) che costituiscono un vero e proprio primo pasto che prepara alle fatiche della giornata o ai rigori del clima invernale è evidente.

Oggi le due tradizioni, nel mondo globale si sono vicendevolmente contaminate

La *colazione italiana* ha integrato ingredienti importati dalla cultura nordica e statunitense (fortemente promossi sia dalla pubblicità che dalla grande *imagerie* cinematografica e televisiva) come le fette biscottate o i *cornflakes* o i *toasts* o i frutti in particolare sotto forma di succhi e spremute o i panini con prosciutti e formaggi, merendine varie e lo yogurt (in realtà già fortemente presente da secoli tra Grecia e Turchia e in molte aree slave anche al posto del latte)

Il *breakfast* anglosassone e statunitense si è “alleggerito” di cibi, bevande e calorie conseguenti, in virtù di mode di derivazione mediterranea o giapponese, di esigenze dietetiche, di tempi stretti dettati da ritmi sincopati di lavoro fin dal primo mattino.

I ceti sociali, le condizioni economiche, i tempi di lavoro e di riposo (i giorni festivi consentono ritmi più lenti al mattino e perciò colazioni più articolate, preparate con più cura e consumate meno freneticamente) influenzano queste tendenze

Ma in molte regioni d’Italia, la mattina di Pasqua, il giorno della Resurrezione, si è scelto nel tempo e nella storia di festeggiare per celebrare la vittoria del Cristo contro le tenebre della morte preparando, soprattutto nei paesi, in campagna, nel mondo rurale, abbondanti colazioni tutte speciali, segnate da molti ingredienti salati a forte valenza simbolica di rinascita e di abbondanza quali uova benedette, cacio, fave, salame, torte e/o pizze salate o “pasqualine” a cui l’industria moderna del consumo ha aggiunto le uova di cioccolato con sorpresa, le colombe dolci e così via.

L’eccezionalità di questa consuetudine molto praticata nell’Italia centrale (ho esperienze dirette per la parte marchigiana/umbra) sottolinea il contrasto e la particolarità della stessa rispetto alla quotidiana e feriale colazione veloce costituita da pochi ingredienti.

Questa usanza si crede abbia origini orientali, dato che la ricca colazione pasquale è un rito da consumare proprio alla fine della lunga veglia concomitante con la messa di Pasqua che nel rito cattolico è molto lunga, ma nel rito bizantino può durare ancora di più e protrarsi fino all’alba. Essa è strettamente collegata al digiuno precedente che segna anche la fine del lungo periodo di rinunce (la Quaresima) e alla successiva celebrazione del ritorno alla vita con una grande voglia di festeggiare la Resurrezione.

Oggi, soprattutto per le ultime generazioni e le famiglie non praticanti ove il digiuno quaresimale è poco praticato, è difficile capire perché proprio a Pasqua, quando siamo attesi da un ricchissimo pranzo, il primo pasto della giornata debba essere così abbondante ma la tradizione ci tramanda questa usanza che rende da subito più allegra e più celebrata questa festività.

La Pasqua nel calendario liturgico cade sempre a primavera quando la natura si risveglia in tutto il suo vigore, diventando segno di rinascita e gli ingredienti principali fin dall'antichità risultano essere alcuni prodotti con un alto valore simbolico che si lega alla tradizione cristiana

- L'Uovo che aveva un forte valore simbolico (*l'uovo cosmico*, legato ai miti della creazione del mondo e dell'Universo), nella tradizione cristiana è il segno della Resurrezione. Il suo guscio rappresenta il sepolcro, da cui Cristo resusciterà, l'interno dell'uovo è segno di forza, di potenza, della nuova vita. Nel Medioevo nasce la tradizione di regalarsi le uova (vere), mentre la tradizione golosa dell'uovo di cioccolato è molto recente, a partire dal XIX secolo.
- Il Pane, *Il chicco di grano se non muore non genera frutto*. Evidente quindi il richiamo alla morte e resurrezione. E' il simbolo dell'Eucaristia, il pane spezzato dell'Ultima Cena. Per il pane abbiamo molte varianti sia per cottura, sia per eventuali ingredienti aggiunti nella lievitazione o nella forma. Così da avere prodotti unici nel gusto e nell'aspetto, da essere tramandati fino ai giorni nostri.

Nelle Marche si usa festeggiare la Pasqua in bellezza, sin dalla colazione

Questa antica usanza diffusa ancora oggi in molte famiglie, consiste in un abbondante pasto a base pane casereccio, uova (quelle benedette del prete durante la benedizione delle case), salumi, pizza di formaggio, coratella d'agnello, frittata con la mentuccia e non solo. Il tutto accompagnato con del buon vino e presentato su una bianca tovaglia di fiandra.

Andiamo ad elencare le portate principali partendo dalla più caratteristica

La Pizza di Formaggio ("pizza cascio e oe" o "crescia brusca")

Senza la quale non c'è Pasqua nelle Marche. Questa pizza in cui il formaggio riempie di gusto il palato e il cui profumo inebria la casa e stuzzica l'appetito ha un posto d'onore nella gastronomia marchigiana ove ha preso lo stesso valore simbolico che la colomba ha in altre regioni. Va ricordato che nelle aree vicino al confine ha degli aspetti comuni con la pizza ternana.

E' ottima da gustare con i salumi (ciauscolo i.g.p., soppressata, coppa e l'immane salame di Fabriano), ha la stessa forma del panettone, ma anziché essere dolce è salata ed ha una consistenza molto più spugnosa.

Sembra abbia avuto origine a Jesi ma è una preparazione classica in tutta la regione.

La ricetta originale – che un tempo prescriveva 40 uova (tante quanti i giorni della Quaresima) – veniva preparata con grande impegno, di spesa e di tempo, il Giovedì o il Venerdì Santo, e secondo la tradizione non si doveva assaggiare finché non si "scioglievano le campane", a conclusione cioè del periodo di digiuno e penitenza rappresentato dalla Quaresima. Le pizze si portavano poi a cuocere nei forni, prenotando la cottura in alcuni registri ove ogni famiglia si accreditava.



Nella provincia di Ascoli Piceno alla pizza di formaggio si aggiungono

I piconi al formaggio

una semplice ricetta della tradizione contadina che vede protagonista il formaggio, sempre molto abbondante in questo periodo dell'anno grazie alla nascita di tanti agnelli nei greggi di pecore. Sono ravioli salati che hanno per ripieno un impasto di uova e formaggio e che si cuociono al forno.



Entrambi si accompagna all'assaggio di alcuni

Salumi

- Il ciauscolo, il salame dalle origini antichissime rinomato per la sua morbidezza e spalmabilità tipico dei Monti Sibillini e del maceratese. Viene ottenuto da vari tagli di suino

tra cui spalla, la pancetta, la carne ricavata dalle coste con l'aggiunta di lardo che varia in base alla consistenza che si vuole conferire al salame infatti è questo l'ingrediente che lo renderà spalmabile. Le carni sono condite con sale, spezie, vino, aglio, semi di finocchio e quindi macinate tre volte ed infine insaccate. Successivamente viene lasciato asciugare e leggermente affumicare ed è pronto ad essere consumato dopo meno di un mese anche se la stagionatura si protrae per due/tre mesi. Il suo colore al taglio è rosso tendente al rosa, nel profumo note affumicate si aggiungono all'odore caratteristico del salame e il sapore è dolce con sentori di finocchio. E' diversamente caratterizzato dalla zona di produzione: nella provincia di Ascoli è più magro mentre in quella di Macerata è più morbido. Ha ottenuto nel 2009 il marchio I.G.P.

- Il **salame lardellato di Fabriano** ottenuto dalle parti pregiate dei maiali nati nell'entroterra dell'Appennino umbro-marchigiano. Il fiocco della spalla e della coscia senza aggiunta di altri tagli che non siano di prima qualità sono la base a cui è aggiunto il grasso (fra l'8% e il 12%) prelevato dalla fascia adiposa dorso-lombare e tagliato a cubetti di un centimetro. L'impasto magro e i lardelli con l'aggiunta di sale e pepe sia macinato che in grani e vino bianco è inserito nel budello gentile più adatto alle lunghe stagionature è in grado di conferire aromi particolari. Deve stagionare due/tre mesi in cantine e/o solai areati ma può maturare anche cinque/sei mesi. Ricoperto di muffa marrone scura è duro e ruvido al tatto, al taglio la sua carne è compatta, di colore rosso scuro con i lardelli bianchi e la grana fine.
- La **coppa (di Ascoli Piceno)** ottenuta dalla lavorazione di cotenne, cartilagini, orecchie, lingua e muso del maiale: Le varie parti sono prima fatte bollire per alcune ore assieme alle ossa del maiale, infine spolpate queste ultime la carne viene macinata ed insaporita con pepe, cannella, noce moscata, aglio, noci tritate e pistacchi. Il composto viene insaccato in budelli e fatto nuovamente bollire per consentire agli ingredienti di amalgamarsi ed eliminare il grasso in eccesso attraverso i fori praticati sulla superficie. La coppa è di fatto una soppressata infatti dopo la bollitura viene sottoposta a pressatura per conferirle la consistenza compatta: Il sapore è intenso, pieno e dotato di buona armonicità
- Il **capocollo** ottenuto dalla lavorazione della porzione superiore del collo del maiale e da una parte della spalla. Nel corso della lavorazione sono aggiunte spezie ed erbe aromatiche che possono essere diverse da località a località.



Fra i piatti salati, sulla tavola della colazione pasquale, non può mancare

La Frittata con la mentuccia

(La mentuccia è una pianta erbacea, molto aromatica, verde-grigiastra conosciuta anche come nepetella, calamento, poggio selvatico. E' dotata di un rizoma strisciante che produce numerosi stoloni, comune in terreni aridi, pascoli (che tende ad invadere essendo rifiutata dal bestiame), nelle macchie, vigne, frutteti, negli incolti, sulle rupi e terreni sassosi. Si utilizzano i rametti apicali o le singole foglioline possibilmente appena colte)

Frittata alle erbe aromatiche preparata con uova, un trito fino di erbe aromatiche fresche (mentuccia, maggiorana, erba cipollina, origano fresco e finocchietto), sale, olio extravergine, un pizzico di parmigiano, una punta d'aglio. A volte può essere aggiunta della pancetta a dadini.

Questa frittata cambia gusto a seconda della località:

- Vicino ad Osimo si può scegliere tra la versione rognosa (con pancetta) e quella con la vitalba, oppure con i carciofi o le cipolle novelle.
- Ad Avacelli e ad Urbino è molto rinomata quella con asparagi selvatici
- Nella zona di Jesi usano mazzetti di erbe aromatiche varie (salvia, rosmarino, basilico e menta).
- Nella zona di Matelica assieme alla pancetta si fanno dorare alcune fette di soppressata di carne e di fegato tagliate a dadini
- Nel maceratese gli ingredienti più comuni sono la borragine e la mentuccia.



Infine a colazione, secondo l'antica tradizione non poteva mancare

La Coratella d'agnello

La coratella è il nome con cui si indicano le interiora dell'agnello (fegato, cuore, polmoni, animelle) è cucinata in umido oppure in bianco con la cipolla, olio, rosmarino. Viene salata a cottura ultimata e prima si servire è spruzzata di succo di limone



e per concludere in bellezza

Le Fave fresche e pecorino

Le fave sono consumate fresche a crude e fra esse quelli di Ostra novelle, le prime dell'anno, sono le preferite. Tenere, leggermente erbacee e piacevolmente dolci hanno consistenza cedevole e non fibrosa.

Se colte in piena stagione il loro sapore è invece più ricco ma sono più tenaci ed allappanti e quindi solo dopo cotte assumono dolcezza e consistenza pastosa e cedevole. Essiccate dopo l'ammollo sono destinate a cotture prolungate ed hanno pieno sapore. Erano l'ingrediente principe della "cucina" povera e del secolo scorso ed ora sono elemento di tipicità sempre più impiegato nella gastronomia innovativa ed hanno subito una continua rivalutazione .



A tutte le prelibatezze salate si aggiungono anche dei piatti dolci tipici

Pizza dolce di Pasqua

E' contraddistinta da una sofficiatà davvero unica e il suo impasto è incredibilmente profumato, grazie all'aggiunta di aromi naturali, canditi e uvetta sultanina. Completa il tutto la candida "fiocca" che altro non è che una dolce glassa di zucchero, decorata infine con confettini colorati.

Ciambelle di Pasqua

Preparate secondo una ricetta antica perfezionata dalle cosiddette "vergare" – le donne di casa marchigiane – che iniziano ad impastare le ciambelle il Venerdì Santo, giorno della passione di Cristo per farle riposare e poi cuocerle il giorno di Pasqua. La tradizione dice che, per una riuscita ottimale, le ciambelle devono essere cotte nel forno a legna.

L'agnello dolce

Uno dei dolci tipici del periodo pasquale delle Marche, in particolare della zona del maceratese (Loro Piceno, San Ginesio), è l'agnello dolce. Si tratta di un guscio di pasta frolla dalla caratteristica forma d'agnello che racchiude un ripieno di cioccolato, uova, mandorle tritate, zucchero e canditi. Il tutto finemente decorato con una glassa di zucchero a velo e albumi montati a neve o con cioccolato. Un tempo erano le monache a preparare questa delizia, poi intorno agli anni cinquanta la ricetta uscì dal convento per finire nelle mani di un'artigiana di Loro Piceno che da allora custodisce e realizza la deliziosa ricetta e che nel suo forno artigianale regala ancora sapori antichi e genuini



La tradizione della colazione di Pasqua in questa regione è sentita in maniera talmente forte che nelle piazze di alcune cittadine vengono organizzate delle colazioni tipiche con valore simbolico, ad esempio

- **la colazione di Pasqua a Camerino (MC) il lunedì dell'Angelo**: organizzata in piazza con la pizza pasquale, il salame, la frittata, la coratella d'agnello e le uova sode e sono previste attività di animazione come la decorazione delle uova per i bimbi.
- **"Punta e cul" di Urbania (PU)**: le uova sono al centro del divertimento pasquale di Urbania. La mattina di Pasqua e il lunedì dell'Angelo, nella piazza centrale e presso il Santuario di Battaglia, impazza questo tradizionale gioco. Le persone si sfidano facendo cozzare la punta delle loro uova sode, prima da un lato e poi dall'altro, fino alla designazione di un vincitore: colui che, a fine gara, avrà ancora in mano l'uovo intatto.



La Pizza di formaggio

Rifacendo un focus su questa prelibatezza vorrei trascrivere ciò che ricordo della ricetta e del rito che mia nonna materna usava nel prepararle ogni Pasqua con cura amorevole ed entusiasmo.

Vivendo con noi a Trieste si faceva poi inviare dai nipoti rimasti nelle Marche i salumi tipici di lì (ciauscolo, il lardellato di fabiano che chiamava il “salame con la lacrima”) e inviava mia madre alla ricerca della “mentuccia” non così comune da noi per la frittata.

Ingredienti:

- 25 gr di lievito di birra
- 500 gr. di farina (metà manitoba e metà farina 0)
- 150 gr. di parmigiano reggiano grattugiato
- 150 gr di pecorino grattugiato misto (pecorino romano e pecorino dei monti Sibillini)
- 1 dl di olio extra vergine
- 50 gr. di burro
- 1 pizzico di sale
- 3 uova intere
- 100 ml di latte (o acqua) tiepida

Procedimento :

Preparare il composto mescolando in una ciotola le uova, con i formaggi grattugiati i grassi (olio e strutto), sale e lasciarlo insaporire bene.

In un altro contenitore mescolare il latte (o l'acqua a seconda di quanto si voglia caricare il gusto e ammorbidire l'impasto) leggermente tiepido con la farina ed il lievito disciolto precedentemente e attendere la sua lievitazione

A questo punto incorporare il composto uovo-formaggio piano in modo da non smollare l'impasto mescolando dal basso verso l'alto e sempre senza cambiare verso e continuare a lavorarlo sino a raggiungere l'incordatura. Al termine si otterrà un impasto molto morbido e leggermente appiccicoso...

Rovesciare l'impasto su un piano leggermente infarinato (e volendo si possono incorporare dei cubetti di pecorino lavorandolo in modo da distribuirli equamente) e lasciarlo riposare l'impasto coperto da un panno.

Rammento che mia nonna rilavorava l'impasto a distanza di tre/quattro ore (rammento che la lavorazione la teneva occupata tutta la giornata) e per la lievitazione era importante metterlo vicino ad una fonte di calore che però non fosse secca (ricordo una pentola di acqua bollente che

evaporava fianco del calorifero della cucina , il tutto sotto una tovaglia e lasciato riposare lì per la notte, la cucina era “occupata” e dedicata a questa attività).

Ungere bene la teglia con il burro (sul fondo a volte veniva messo un cerchio di carta da forno). Riprendere l’impasto, allargarlo e dare un giro di pieghe per dargli forza all'impasto (prendendo i lembi e portandoli al centro) e successivamente rovesciarlo mettendo le pieghe sotto e arrotolarlo a palla.



Trasferire l'impasto nella teglia (deve riempirne circa la metà coprirlo con un panno) e attendere la lievitazione che dovrebbe generare il doppio del volume iniziale. Anche per questa fase si può usare il forno spento ed attendere. A seconda della temperatura esterna e del lievito in tre/quattro ore anche l’ultima lievitazione si completa.

Cottura

Accendere il forno a 190° con lo sportello aperto e dopo circa 5 min mettere sul fondo un pentolino con acqua calda e infornare la pizza coperta con un foglio di alluminio, dopo 40 min. togliere il pentolino e il foglio di alluminio e proseguire la cottura per almeno altri 20-25 min

I gradi e i tempi sono variabili (dipendono dal forno), è necessario regolarsi con la prova dello stecchino che dovrà essere asciutto e pulito una volta infilzato nella pizza

Farla raffreddare e attendere la mattina di Pasqua per affettarla e “gustarla”

Non sono certa di aver ricordato esattamente tutto, ma sicuramente raccontandolo ho rivissuto quei momenti gioiosi vissuti da bambina che preparavano alla festa con leggerezza e calore.