



# Il maiale nella tradizione della cucina del Friuli Venezia Giulia

Lucia Pugliese  
Trieste 2018



# Il maiale nella tradizione della cucina del Friuli Venezia Giulia



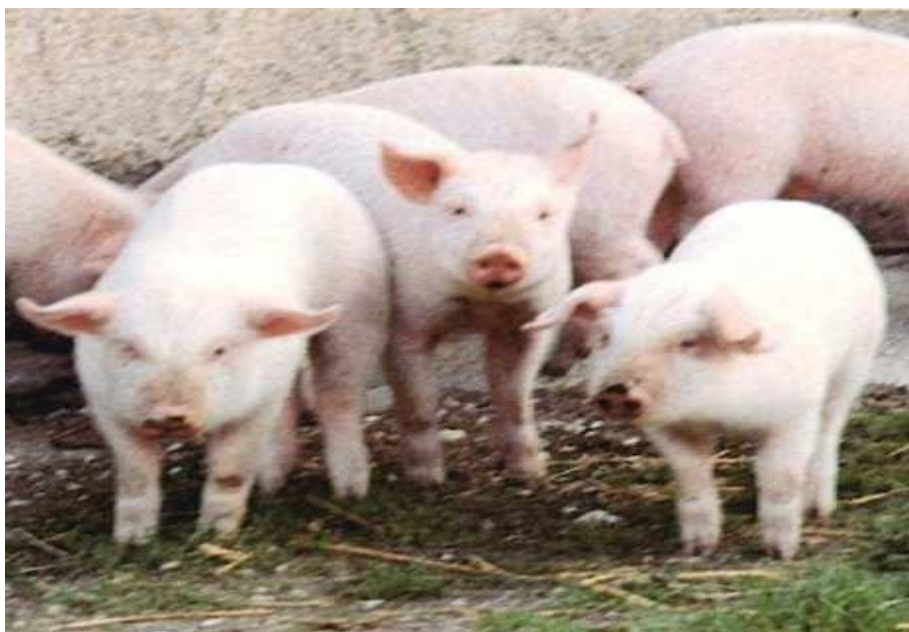
Fresco del XV sec., *Dicembre* (particolare), chiesa di San Pietro, Magredis di Povoletto (Udine)

La cultura del maiale abbraccia tutte le epoche, dall'antichità ai nostri giorni e tale aspetto vale a maggior modo per la nostra regione in quanto molti prodotti tradizionali sono ricavati dal suino le cui carni, interiora e grassi hanno costituito una delle principali componenti della cucina che arricchivano i piatti dei popoli latini, germanici e slavi.

Già dai tempi dell'antica Roma la nostra terra era famosa per le foreste glandifere considerate preziose perché consentivano l'allevamento in grandi dimensioni del maiale.

A quei tempi l'allevamento era costituito da mandrie sorvegliate dal cosiddetto "porcarius", il quale era un pastore tenuto in stima superiore di ogni altro mandriano proprio per imposizione legislativa (Editto di Rotari), in quanto si era compreso che la carne grassa si conservava nel tempo senza perdere morbidezza e

sapore - o attraverso il processo di salatura (di origine romana) o di affumicatura (di origine celtico germanica), - e di cui pertanto se ne poteva fare ampia scorta per i motivi più vari.



Tale prezioso animale diventa grasso per la sua ingordigia cibandosi, nel pascolo, di ghiande e di frutti arborei ed è proprio per tale ragione che in epoca romana l'allevamento del suino ebbe la sua età dell'oro. Nel medioevo, però, diventando i boschi della nostra Regione più "poveri", per i soventi tagli cui erano soggetti

causa l'incremento della popolazione, il pascolo divenne meno praticabile con la conseguenza che il suo allevamento si ridusse.

Cambiò così il metodo dell'allevamento che veniva svolto nelle casere vicino alle abitazioni circostanza che consentì agli allevatori di offrire in strada il loro prodotto alla popolazione paesana, facendo così apprezzare le qualità del maiale anche ad un ceto più vasto ed agiato.

La terza stagione del maiale è proprio dei nostri giorni in quanto questo animale è considerato "il più disponibile, il più saporito e il più conviviale di tutti" (A. Capatti). Quando il maiale viene portato in tavola, in un clima di giovialità, infatti, offre tutto se stesso dai codini ai zampetti, dai ciccioli alla lingua, dal fegato alla cervella, dalle costole alla lonza al lombetto, dalla pancetta al prosciutto e dulcis in fundo, il sangue che si traduce in frittate, migliacci e sanguinacci

Infine, non si può tacere dei grassi del maiale, lardo e strutto che per secoli hanno costituito la ricchezza e il pregio di questo animale e che oggi, in tempi di grande attenzione alla dieta, anche per l'abbondanza in cui viviamo, vengono demonizzati. La convinzione diffusa è che la carne suina sia pesante da digerire e troppo grassa. In realtà un taglio magro di suino come l'arista o la coscia è meno calorica di un analogo taglio di carne bovina.



Un tempo la carne fresca di maiale veniva mangiata soltanto in occasione della sua uccisione per il resto veniva conservata. Oggi invece viene allevata una tipologia particolare di suino destinata alla produzione di carne fresca, si tratta di un animale che viene macellato ancora giovane ad un'età non superiore ai 7/8 mesi di vita.

I tagli più usati sono il carrè (braciola, arista, cotolette spiedini) la coscia, la coppa, la spalla e le costine.

Il maiale da salumi ed insaccati invece è più pesante, si tratta di un animale più grosso ma anche più maturo.

La produzione industriale di salumi ed insaccati di carne suina è, oggi, affiancata da un'attività di produttori artigianali legati alla tradizione del territorio apprezzata per l'alta qualità del prodotto.

La Regione Friuli Venezia Giulia è rinomata per i suoi prosciutti crudi: quello di San Daniele, noto in tutto il mondo, quello di Sauris altrettanto rinomato, e quello

di produzione prettamente artigianale realizzato a Cormons (GO) dalla famiglia D'Ossvaldo

denominato anche prosciutto del Collio che sta ottenendo

sempre più apprezzamenti sulle nostre tavole.

Il prosciutto di San

Daniele, una volta tagliate e rifilate le cosce posteriori, si scola il sangue premendo con le mani dallo zampetto giù, giù fino alla pera carnososa.

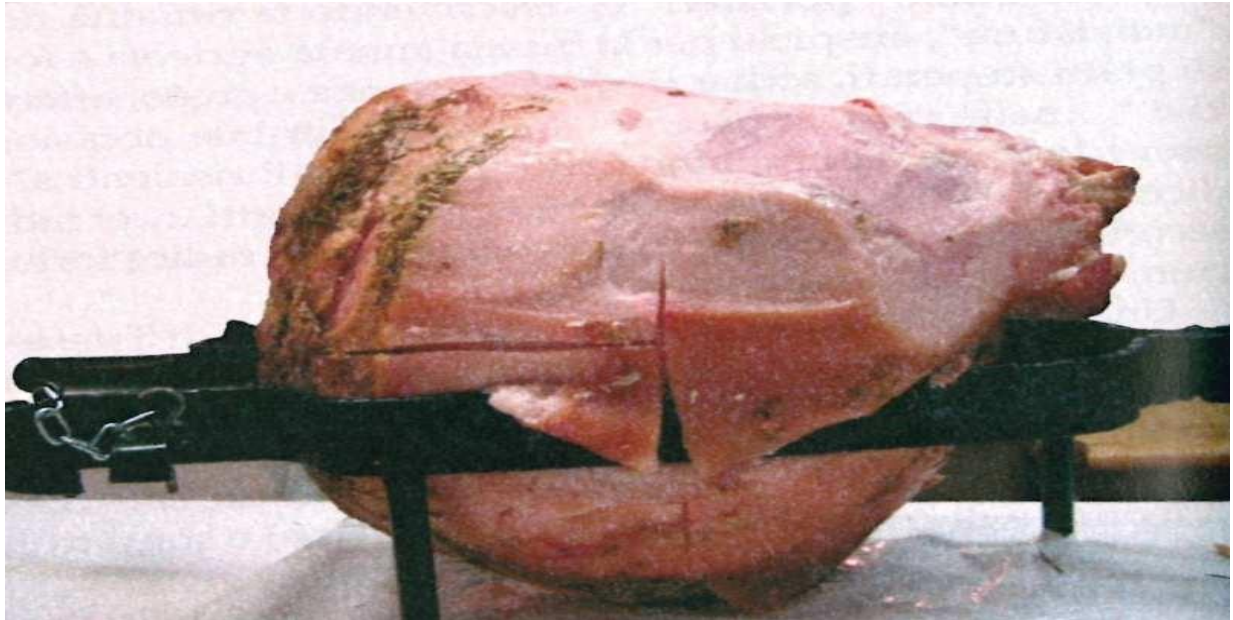


Si frega il prosciutto con sale grosso, soprattutto le carni scoperte, poi si sdraia su di un asse e lo si ricopre di sale. Una volta tolto il sale, il prosciutto si lava e si asciuga accuratamente, poi si fregano carni e cotica con pepe macinato grosso, e infine si dispone sotto pressa. Dopo circa una settimana, si toglie dalla pressione e si appende in appositi locali, freschi e ventilati, fino a primavera; una buona stagionatura, prima del consumo, necessita di almeno 6 mesi, ma il prosciutto si fa perfetto dopo 12.

Il prosciutto di Sauris, dopo il cerimoniale lavaggio delle carni con vino ed aceto ricchi di aromi di montagna, si fa asciugare ed affumicare nei pressi di appositi camini, dove arde legna di pino, faggio e ginepro. Trascorsi circa 2 mesi di affumicatura, il prosciutto passa nelle sale di stagionatura e si lascia riposare per un anno almeno.

Lo stesso è molto ricercato per il suo sapore dolce, ma soprattutto per la sua limitata produzione. Si presenta con carne di color rosa piuttosto intenso, dalle venature bianche e dal grasso periferico di color giallastro, in ragione della affumicatura, dalla parte superiore grassa della stessa coscia è poi ricavato lo speck affumicato.

Il prosciutto D'Ossvaldo si differenzia da quello di Sauris nella fase di affumicatura svolta in un ambiente con un ampio camino, dove esiste uno sfogo con riciclo di aria, qui si bruciano legna di ciliegio, soprattutto, ma anche di alloro e di vite. Segue la stagionatura con i prosciutti appesi ai graticciati. Dopo 6 mesi i prosciutti vengono rifilati, lavati, spazzolati. Dopo 7-8 mesi si stuccano con una pasta formata da sugna, pepe e paprica e si lasciano stagionare ancora 5 mesi. Non va sottovalutata anche la produzione del prosciutto cotto



tipicamente triestina, che viene cucinato al forno nella crosta di pane, dopo essere stato per una notte a mollo nell'acqua, asciugato ed avvolto in una pasta di pane (nero o bianco) già lievitata, alta un dito, e messo in forno per 4 ore, viene servito caldo accompagnato dalla senape e dal rafano (kren).

Tipicamente carnica é la spalla cotta (Schulta fumat) si tratta di spalla di suino disossata e trattata in due modi diversi. Nel primo viene scotennata, sgrassata, speziata e quindi cotta a vapore. Nel secondo, dopo la speziatura, viene messa in salamoia per 15 giorni, lavata, asciugata, affumicata e cotta al vapore. Altre parti del maiale vengono utilizzate per la realizzazione degli insaccati.

Il lardo viene ricavato dal filone della schiena del maiale che una volta disteso sopra un banco di legno inclinato, si ricopre di sale grosso e, rigirandolo, si uniforma l'operazione e dopo alcuni giorni si arrotola e si conserva per il consumo. Particolare è il Warake che è un impasto di lardo e pancetta crudi, in cui varia la speziatura ed il rapporto tra i componenti di base.

Luganiga (salsiccia) de Cragno è un prodotto tipico triestino, si consuma solitamente lessata, ma può essere anche frita in padella forellata e bagnata da vino bianco e si cucina a fiamma debole.

Muset (musetto), insaccato tratto dal muso del maiale, oltre a carni magre, cotiche e muscoli, il tutto macinato finemente e condito con cannella, pepe, peperoncino, coriandolo e vino bianco. Si consuma fresco e si cucina in acqua bollente, per servirlo affettato, accompagnandolo alla "brovada" (rape acide).

Ossocollo: il taglio ideale è il copìn la parte terminale delle braciocole, insaccato nel budello del manzo, dopo averlo spolverizzato con sale, noce moscata, pepe, cannella e peperoncino essiccato.

Salame friulano, prodotto nell'intera regione con carne scelta, miscelato con lardo e spezie. Di antiche origini sono anche la sopressa composta da carne in modo grossolano la lauganega (salsiccia, lujania) confezionata con carne della costa e della spalla e con i resti delle parti più grasse ed è aromatizzata, va servita cotta.

Lonza (filon de purcel) tipico delle valli del pordenonese si ottiene dalla lombata di maiale, disossata, rifilata per ottenere un filone di carne magra, in concia di sale, pepe ed erbe per 24 ore e poi affumicata per 3-4 giorni con fumo di legno di faggio e ginepro.

Tra gli insaccati vanno menzionati anche la polmonarie che è un preparato con frattaglie quali polmoni, cuore, reni, escluso il fegato, e lardo di maiale, il guanciaie di maiale speziato (sbarbot) con alloro e rosmarino ed affumicato ed il pestat che è un insaccato ottenuto miscelando lardo fresco macinato con verdure tritate, il sanghel, invece, si ottiene impastando il sangue rappreso e macinato del suino.

Pancetta è ricavata dal ventre del maiale, dal grasso di copertura e dai relativi tessuti muscolari, lasciata sotto sale grosso per 8 giorni e poi si insacca. Variante la pancetta affumicata, che dopo la salatura, passa all'affumicatura a freddo per un paio di giorni, sotto l'azione di fumi aromatici di faggio, di ginepro o di quercia.



## Ricette tipiche del Friuli Venezia Giulia

La cucina calda del maiale nella nostra regione è costituita da circa una trentina di piatti, una dozzina dei quali sono preparati nell'intero territorio poiché sono basati su salumi tradizionali da cuocere: salsiccia, muset, suac-bondiola, lingual, prosciutto in crosta.

Altri piatti diffusi si basano su carni fresche: bracirole, cicciolate con radicchio, riso e salsiccia, orzo fagioli con le cotiche, coste in umido con patate.

Altri piatti hanno diffusione solo locale sia per la rarità della materia prima (piedini ed ossa bolliti, stinco in forno, orecchie impanate fritte, sanguinella con verze, lingua con patè di cavoli), quanto per la tipicità locale della ricetta (porcina di Trieste).

Nel nostro territorio la genuinità del maiale si può assaporare da novembre a marzo periodo in cui vi è la miglior offerta di carne di maiale giunta a completa maturazione.

Di seguito saranno illustrati solamente alcuni piatti tipici.

### Bollito di maiale alla triestina:

In una capiente pentola si fa bollire abbondante acqua, si aggiungono poi le costine, la pancetta e le salsicce di cragno.

Quando riprende il bollore si aggiungono il cotechino e la porcina, si abbassa il fuoco e si fa sobbollire per una ventina di minuti. Trascorso questo tempo si aggiungono le salsicce fresche e si fa cuocere un'altra ventina di minuti. Si aggiunge infine le salsicce di Vienna (wurstel) e dopo 5 minuti sarà pronto.

Per preparare i crauti, si taglia a dadini la pancetta e la si fa rosolare lenta mente nel battuto di lardo, che volendo può essere sostituito con del grasso di prosciutto cotto.

Si aggiunge il kummel ed i crauti (cavolo cappuccio garbo acido), il sale, il pepe e si bagna con qualche mestolo d'acqua di cottura della carne.

Disponete su un vassoio caldo il bollito e servite, ricordandovi di salare le fette di porcina. Accompagnate con un'abbondante grattugiata di rafano, qualche cucchiaino di senape e qualche cucchiaino di crauti.

### Minestra Jota:

Si fanno bollire le costine di maiale affumicato o l'osso del prosciutto, assieme ai fagioli ed alle patate. Successivamente si scorpora metà dei fagioli e delle patate per passarli. Separatamente si fanno bollire i crauti con pepe, sale ed alloro finchè non si è asciugata completamente l'acqua. Si prepara un soffritto con olio, farina ed aglio, che verrà aggiunto ai fagioli, alle patate ed ai crauti precedentemente uniti e messi a bollire, mescolando il tutto per evitare la formazione di grumi.

Questa minestra acquista maggior sapore se si lascia riposare un paio di ore.

### Stinchetti di maiale:

Si cospargono gli stinchetti di sale e pepe, si infarinano e si pongono una teglia con dell'olio e si fanno cuocere per una ventina di minuti. Successivamente si bagna la carne con del brodo vegetale aggiungendo salvia, rosmarino ed alloro e si cuociono in forno per una 30-40 minuti.

Nel frattempo si tagliano cipolla, carota e sedano che si aggiungono allo stinco, unitamente a del burro, e si cuoce per altri 20 minuti. Alla fine si aggiunge o del vino bianco o della birra, e si cuoce per altri 40 minuti.

Si servono con patate in "tecia" (tegame) o con polenta.

### Kaiserfleisch (carne dell'Imperatore)

Specialità triestina del carrè di maiale affumicato): in una pentola si ricopre il carré di acqua fredda e si porta ad ebollizione, non troppo salata. Appena la carne

risulta cotta si serve accompagnata al cren (raffano) grattugiato, unitamente ai dei crauti (cavolo cappuccio acido).

### Salame con l'aceto

Si tagliano a fette piuttosto grosse il salame friulano, si sistemano le fette in una padella antiaderente e si fanno cuocere per 5 minuti.

Si aggiunge l'aceto e si prosegue la cottura per circa 10 minuti facendo evaporare l'aceto.

Una variante è quella di far soffriggere una cipolla rossa, affettata finemente, nel burro, per poi aggiungere il salame tagliato a fette ed irrorato di aceto e bagnato con un mestolino di brodo.



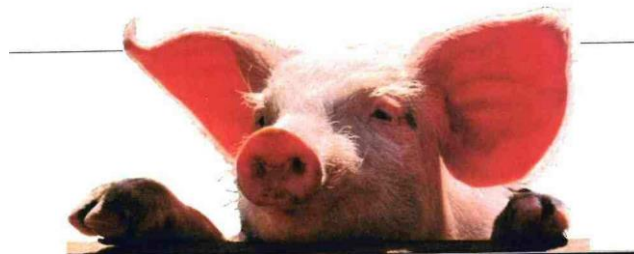
Si serve il salame caldissimo accompagnandolo con fette di polenta arrostita.

### Mule o mules (sanguinaccio)

Per un litro di sangue di maiale, già filtrato, si aggiunge 2 litri di latte, 500 grammi di zucchero, 300 grammi di uva passa, un pizzico di cannella, 2 chiodi di garofano pestati, 40 grammi di pinoli, 500 grammi di farina, sale e pepe. Si fanno cucinare a

bagnomaria in una casseruola tutti gli ingredienti, portandoli a cottura, mescolando continuamente fino ad ottenere una consistenza cremosa. Si può accompagnare con patate lessate.

Numerosissimi sono i piatti nella cucina del Friuli Venezia Giulia in cui viene presentato il maiale e sopra ne sono stati indicati solamente alcuni caratterizzanti il territorio. Per la loro originalità ed anche per il fatto che sono divenuti desueti nella loro offerta, si può concludere questa piccola rassegna citando il crafus che si presenta sottoforma di polpette di fegato finemente macinato mescolato con pane grattugiato scorze di limone e di arance, mele a cubetti, uva sultanina, pepe e spezie da cuocersi nello strutto avvolte nel budello e la marcundela che sono delle frittelle di trito di fegato, milza, reni e polmoni, carni sanguinolente innaffiate con vino rosso conciate, salate ed arrotolate nella “rete” che è quella parte del peritoneo denominata omento.



Lucia Pugliese  
Trieste 2018