



REGIONE DEL VENETO



FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE: L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI

L'Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP

“Passione & Intelletto”

Parte Seconda

Testi di Enzo Gambin

Editore: Le Cronache SRL



Veneto
The Land of Venice

www.veneto.eu

FONDO EUROPEO AGRICOLO PER LO SVILUPPO RURALE L'EUROPA INVESTE NELLE ZONE RURALI

Iniziativa finanziata dal Programma di Sviluppo Rurale per il Veneto 2014-2020

Organismo responsabile dell'informazione: Consorzio di Tutela dell'Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP

Autorità di gestione: Regione del Veneto Direzione FEARS Bonifica ed Irrigazione

INDICE

II Parte

Introduzione alla seconda parte	3
L'Olio d'Oliva alla nascita della civiltà.	4
La Bibbia e l'olio	7
L'olio in Grecia	10
Omero e l'olio.....	12
L'olio presso gli Etruschi.....	14
E l'olio arrivò a Roma	15
La focaccia sacrificale	18
Da focaccia sacrificale a dolce prelibato	23
Focaccia un prodigio dell'olio e della farina	27
La focaccia di Platone.....	29
Dalla Focaccia alla “Fugazza” alla “Ciambella di Homar Simpson”	31
Concludiamo	352

Introduzione alla seconda parte

Nella prima parte di “Passione & Intelletto” vi ho raccontato la storia della frittura, ora tento di narrare quella delle focacce, per un semplice motivo: chi sa resistere a una morbida **focaccia all'Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP**? Nessuno

Le focacce per gli Italiani sono una consuetudine familiare rassicurante, un modo per prolungare il piacere della tavola e un inappagato bisogno di amicizia.

Lungo lo Stivale, la focaccia ha i mille volti, è dolce pasquale in Piemonte, è la “Resta” o “Resca” in Lombardia, la “Pizza di formaggio” nelle Marche, la “Zambela” in Emilia-Romagna.

Dal Veneto viene la “Fugassa”, una morbida specialità, un dolce senza il quale non ci sarebbe vera Pasqua. A Genova, invece, la “Fugassa” è acqua, farina, lievito di birra, sale, Olio Extra Vergine d’ Oliva, e, per farne sentire il profumo, ci vuole proprio una poesia:

Ode a Fugassa

*Focaccia gustosa sei della mia gola golosa
il primo amore del mattino.*

*Lo sò che tu ti accompagni volentieri con un bicchierino
di vino bianco, non importa se di Coronata o di Sant’ Olcese,
basta che sia come te genuino e genovese.
Ti voglio dire ancora che sei la mia passione,
che senza te non posso stare e
che ogni boccone che mando giù
è una benedizione; e ti mangio e ti inghiotto
e non ti lascerò mai. Fragrante dal forno con la cipolla o senza,
(devo dire in coscienza) che ti mando nel mio cuore,
per non dire in pancia a grossi bocconi
perché di sbocconcellarti non ho pazienza!
(tratto da “Poesie de Zena ” di Ernesto Beraldo)*

Prima, però, Vi racconterò degli episodi del passato dell’olio extravergine d’oliva, certamente non saranno approfonditi o esaurienti, ma ritengo siano necessari per invogliarVi a conoscere sempre più l’Olio Extra Vergine d’Oliva Veneto DOP, una materia molto complessa.

Il Vostro

Olio Extra Vergine d’Oliva Veneto DOP

L'Olio d'Oliva alla nascita della civiltà.

Raoul Maria De Angelis 1908 – 1990, è stato un recente scrittore, giornalista e pittore italiano, in poche righe ha ben descritto la funzione dell'olivo, una pianta intimamente legato alla terra e all'uomo:

“Il dolce olivo

Dovunque l'aria sia mite e il clima non troppo mutevole, ne umido, ne secco, l'olivo resiste: all'opera attenta dell'uomo è legata la sua lunga vita.

Beato chi ha piantato l'albero d'olivo, nella propria terra, a difesa del grano che non ama essere investito dal vento invernale; beato chi può raccoglierne le bacche, appena macchiate di violetto o biancastre, o screziate, o verdoline, in questo mese dolce, dopo il primo temporale d'autunno, sulla terra ancora dura che odora di vendemmia!

Dalle vigne ove rare piante segnano i confini, alle coste ondulate delle colline, alla pianura gialla e nera di ristoppie arse dal fuoco, il paesaggio di questa terra agli olivi affida la sua decorazione: quel distacco ricco di ombre ferme che variano dal grigio all'argenteo, dal verde al cupreo, a seconda dei riflessi della luce, dello splendore del giorno, della trasparenza della sera.

Tra gli spazi di questo paesaggio, ecco donne ricurve: soltanto le mani si muovono, e il grembiule si gonfia di olive. Qualcuna è salita sull'albero e scrolla con grazia esitante i rami più alti.”

L'uomo e l'olivo sono, dunque, legati l'uno all'altro, e, a ragionarci bene è così.

Le olive degli olivastri erano raccolte e mangiate dall'uomo già da millenni quando, all'inizio dell'età del bronzo, circa il IV millennio a.C., iniziò nel Medio Oriente, tra la Siria e la Palestina, una vera e propria addomesticazione e, poi, coltivazione dell'olivo olivo gentile.

Erano i tempi in cui sorsero e si svilupparono le città di Uruk, di Ebla, di Hebron, sulla riva del fiume Giordano. Era l'età della civiltà Sumerica e, proprio dalla decifrazione di alcune tavolette cuneiformi sumeriche, sappiamo che questo popolo produceva del pane all'olio d'oliva.

I Sumeri preparavano anche una sorta di sapone all'olio d'oliva, mescolavano grassi animali e olio di oliva, aggiungevano della cenere di legno e acqua e con questa lavavano le pelli di ovini e caprini e le e le lane, servivano anche per i riti di purificazione.

Resti di questi saponi sono stati rinvenuti in Babilonia e datati 2500 a.C..



Famosa era la produzione di saponi all'olio di Aleppo, dove ogni anno, a novembre, conclusa la spremitura delle olive, si produceva ponendo in grandi recipienti di pietra l'olio d'oliva, l'acqua, la liscivia, ottenuta dalla cenere di legno, e si riscaldava lentamente. Conclusa questa cottura, durante il raffreddamento, si aggiungeva dell'olio d'alloro, che dava un

profumo delicato di erbaceo.

Questi saponi prendevano un colore verde e erano lasciati a maturare all'aria sino a che non assumevano un colore dorato, dovuto all'azione della luce sulla clorofilla presente.

Simile al sapone di Aleppo era quello di Nablus, città palestinese dell'attuale Cisgiordania, che conteneva solo olio d'oliva, senza aggiunta di olio d'alloro.

Queste tecniche si perfezionarono nei secoli, gli Egiziani, aggiunsero sali alcalini, ottenuti da un minerale raccolto nella valle del Nilo e chiamato “Trona”, ricco di soda, e diffusero l’uso del sapone intorno al 1550 a.C., come dimostra il papiro di Ebers, un rotolo di papiro lungo 20 metri ed alto 20 centimetri, suddiviso da 108 pagine e databile alla XVIII dinastia egizia, più precisamente al regno di Amenhotep I, data di morte 1504 a. Cristo, anche se il testo potrebbe essere notevolmente più antico.

Tali procedimenti di fabbricazione furono l'origine di tutti i saponi del mondo.

Dell’olio d’oliva troviamo riferimenti nel Codice di Hammurabi, una fra le più antiche raccolte di leggi scritte, risalente al XVIII secolo a.C. e appartenente alla civiltà babilonese, conteneva regole di produzione e commercio.

L’articolo 104 imponeva: *“Qualora un mercante dia ad un agente frumento, lana, olio, o qualunque altra merce da trasportare, l’agente dia una ricevuta per il valore, e compensi all’uopo il mercante. Quindi ottenga una ricevuta dal mercante per il denaro che gli dà”*.

Il successivo articolo 178 riportava: *“[...] se poi suo padre muoia, allora i fratelli di lei terranno il suo campo e giardino, e le daranno frumento, olio, e latte in ragione della sua quota, [...]»*.

Le lingue semitiche antiche, parlate in Africa e Asia, indicavano la pianta d’olivo con i termini di ‘sait’, ‘zait’ e ‘zeit’.

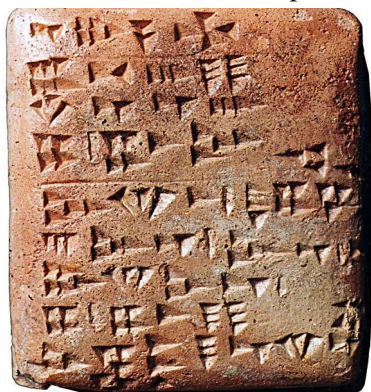
Ancora oggi ‘zeitun’ è il termine arabo utilizzato in Nord Africa per indicare l’albero dell’olivo e l’olio d’oliva è “zayt”, " e “zaytūna” l’oliva.

In Sicilia troviamo ancora la varietà d’oliva chiamata “zaituna” e potrebbe essere la prima oliva coltivata in Sicilia.

Scavi archeologici nelle terre dei Filistei, non lontano da Tel Aviv, a Tel Mique Akron, hanno portato alla luce un frantoio risalente al 1.000 a.C. circa, con 100 presse e macine.

L’olivo e l’olio appartengono ai mondi culturali e agricoli dell’Antico Vicino Oriente, alla cultura semitica, poi a quella greca e romana, l’olio era un prodotto prezioso e genuino, fonte di ricchezza e oggetto di commercio e di scambio.

Nel mondo semitico dell’antico vicino Oriente vi fu così una larga diffusione della coltivazione dell’ulivo e dell’olio che svolsero importanti funzioni simboliche nel campo delle arti e delle religioni.



Nella *“Leggenda di Keret”*, nota anche come *“Epoepa di Keret”*, un poema epico cananita risalente al Tardo Bronzo, 1500-1200 a.C., rinvenuto nel 1930–31 a Ugarit, in Siria, l'attuale Ras Shamra, a pochi chilometri dell’attuale città di Latakia, racconta la storia della quasi estinzione della casa reale hurrita di Keret, o Kirta. Dove vi sono due precisi riferimenti all’olivo e all’olio: *“Egli ha inaridito gli olivi, il prodotto della terra e il frutto degli alberi; l’altissimo Baal ne è spaventato”* (RŠ 5[67]-2-5) e *“Sollevarono la testa gli aratori, verso l’alto i lavoratori del grano; è*

esaurito il pane nei loro depositi, è esaurito il vino nei loro otri, è esaurito l'olio nelle loro giare” (RŠ 16[126]-3-16).

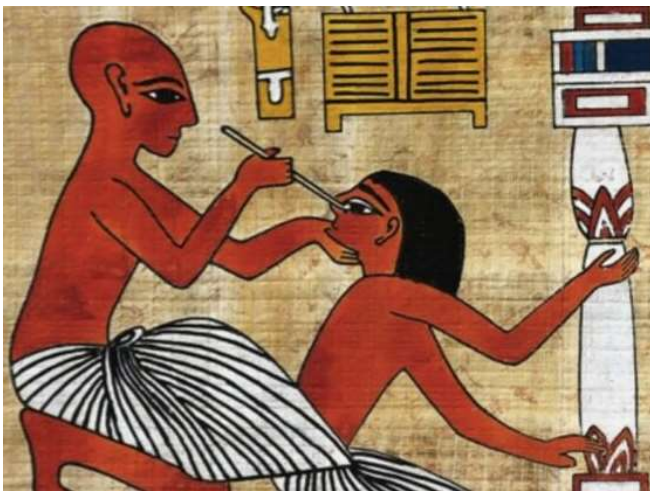
L'olio d'oliva aveva così funzione sacrale e, pure, nell'antico Egitto manteneva questo livello, si ritiene che Ramses II, 1303-1213 a.C., in un papiro risalente al 1000 a.C. circa, esprimeva la propria devozione al dio del sole Ra con: *“Ho piantato uliveti nella tua città, Heliopolis, con giardinieri e numerosi lavoratori incaricati di estrarre puro olio egizio di prima qualità per mantenere accese le lampade del tuo sontuoso palazzo sacro.”*

Pure il faraone Ramses III, 1197 – 1165 a. C., come riportato su di un'iscrizione del tempio del dio Ra a Eliopoli, aveva un'intera piantagione di olivi per offrire agli dei “il primo olio d'Egitto per far salire la fiamma nel palazzo sacro”.

Famosi erano i profumi egiziani a base di olio d'oliva, miscelato a mirra, cardamomo e spezie, erano densi e si cospargevano come pomate sulla pelle ed emanavano aromi intensi e speziati, peraltro molto persistenti.



Una giornata di Asim - sacerdote guaritore



Nel grande tempio di Edfou, sulla riva sinistra del Nilo, a un centinaio di chilometri a sud di Luxor, non era ancora spuntata l'alba e già il giovane sacerdote Asim era sveglio, scese la lunga scalinata che portava ai luoghi di culto e, da una porta nascosta, entrò nella sala dei profumi.

Era il luogo dove si preparavano gli aromi da bruciare e l'olio profumato destinato agli dei.

Quella era anche la stanza dove Asim preparava i suoi rimedi per curare i malanni del corpo, come

disturbi gastrointestinali, arteriosclerosi, vaiolo, peste, tubercolosi, lebbra, appendicite e polmonite; curava anche i disturbi mentali con esorcismi. In questa camera si espandeva un profumo di mescolanze di lino, ricino, fico, canapa, incenso, mirra, assenzio, melograno, giusquiamo, oppio, coloquintide, senape e su tutto troneggiava la statua Khonsu, il dio della guarigione e dell'arte medica.

Postosi sopra un tavolo di pietra Asim iniziò a pestare foglie e fiori di anice, lentamente unì del ladano, una resina marrone e appiccicosa, dal profumo dolce e legnoso, amalgamò il tutto e ottenne una crema densa, che rese fluida con dell'olio d'oliva.

Il sole era alto e nel tempio si affollavano pellegrini e viandanti, in una sala del tempio vi era il dispensario con ammalati in attesa e un soldato che pazientemente attendeva Asim, da tempo aveva una ferita sanguinante che non rimarginava, soffriva pure di una tosse continua, in cuor suo sperava che il sacerdote gli avesse preparato un buon medicinale.

La Bibbia e l'olio

Nella Bibbia ebraica l'olivo e le olive erano indicati come “zayit”, ma pure “es - s'emen”, l'albero dell'olio, mentre l'olio prendeva il nome di “s'emen”, mentre come “yizhar”, s'indicava per lo più l'olio appena spremuto, fresco e profumato, anche se per s'indicava pure come "olio verde" “s'emen ra'anan”, Salmo 92,11

“Gat šemanîm” era il frantoio, da cui ne è derivato il termine “Getsemani”, il piccolo oliveto, poco fuori dalla città vecchia di Gerusalemme, sul Monte degli Olivi, dove Gesù Cristo, secondo i Vangeli, si ritirò dopo l'Ultima Cena, prima di essere tradito da Giuda e arrestato.

Nella lingua ugaritica del XIV e il XII secolo a.C. parlata nella città perduta di Ugarit, in Siria, e scoperta nel 1928, il termine “s'emen”, olio, era sinonimo di fertilità, prosperità, abbondanza; era utilizzato come aggettivo e indica ciò che è grasso, come “terra grassa e fertile” che produce abbondanza di frutti, forse anche equivalente a “*rugiada dei cieli*”.

Alcuni autori in questa “s'emen” “*rugiada dei cieli*” hanno visto un riferimento al libro dell'Esodo e, più specificatamente, all'episodio in cui il popolo ebraico si rifugia nel deserto per sfuggire alla persecuzione del faraone egizio.

A sostentarli in questo esilio sarà una sostanza nutritiva, la manna, che Dio metterà loro disposizione per ben quarant'anni, dopo la promessa fatta a Mosè “*Allora l'Eterno disse a Mosè: “Ecco, io vi farò piovere del pane dal cielo; e il popolo uscirà e ne raccoglierà giorno per giorno quanto gliene occorrerà per la giornata, perché io lo metta alla prova per vedere se camminerà o no secondo la mia legge.”.*

La manna era indicata come “*al-Mann wa al-Salwa*” e nel termine “*salwa*”, poteva trovare significato anche il “*ristoro fisico*”, si è vista una possibile radice con “s'emen”, olio.

Da considerare pure che “*salwa*”, ha pure il significato di “quaglia” e le quaglie furono il secondo dono che Dio diede agli Ebrei nel deserto: “*Così, verso sera, salirono delle quaglie, che ricoprirono il campo e, la mattina, c'era uno strato di rugiada intorno al campo. Quando lo strato di rugiada fu sparito, ecco sulla superficie del deserto una cosa minuta, tonda, minuta come brina sulla terra. E i figli di Israele, quando la videro, dissero l'uno all'altro: «man hu?» (che cos'è?), perché non sapevano che cosa fosse. E Mosè disse loro: Questo è il pane che l'Eterno vi dà a mangiare ---- La casa di Israele chiamò quel pane Manna [man hu?]; esso era simile al seme di coriandolo; era bianco, e aveva il gusto di schiacciata fatta con il miele.*” Dal Libro dell'Esodo.

Non mancano preparazioni e ricette con l'olio, come nel primo libro dei Re, nel racconto di Elia e la vedova: “*il vaso di farina non finì mai e l'olio nella brocca non venne meno, come aveva detto il Signore per bocca di Elia*”.

Quello che potrebbe essere stato un dolce è presente in Ezechiele: “*fior di farina, miele e olio*”.



Prodotti di olio e farina, come pani e focacce, rappresentano insieme all'incenso le tipiche offerte presentate al Signore: *“quando una persona offrirà un sacrificio farinaceo al Signore, il suo sacrificio sarà costituito da fior di farina, vi verserà sopra olio e vi aggiungerà incenso”*.

Numerose sono i richiami dell'Antico Testamento alla sacralità dell'olio, basti pensare al termine “Cristo”, la cui origine latine è “*Christus*”, che deriverebbe dal greco “*Χριστός*”, “*Unto*”, a sua volta tradotto dell'ebraico “*Māshīah*”, “*Unto del Signore*”.



Interessante è quella parte delle Bibbia, Esodo 30,22-33, in cui si riporta la preparazione da parte di Mosé dell'Olio Santo: *“L'Eterno parlò ancora a Mosè, dicendo: “Prenditi anche i migliori aromi: di mirra vergine, cinquecento sicli; di cinnamomo aromatico, la metà, cioè duecentocinquanta; di canna aromatica, pure duecentocinquanta: di cassia, cinquecento, secondo il siclo del santuario; e un hin di olio di oliva. E ne farai un olio per l'unzione sacra, un profumo composto con l'arte del profumiere: sarà l'olio per l'unzione sacra. E con esso ungerai la tenda di convegno e l'arca della testimonianza, la tavola e tutti i suoi utensili, il candelabro e i suoi utensili, l'altare dei profumi, l'altare*

degli olocausti e tutti i suoi utensili, la conca e la sua base. Consacrerai così queste cose, e saranno santissime; tutto quello che le toccherà, sarà santo. E ungerai Aaronne e i suoi figli, e li consacrerai perché esercitino per me l'ufficio di sacerdoti. E parlerai ai figli di Israele, dicendo: «Quest'olio sarà per me un olio di sacra unzione, di generazione in generazione. Non lo si verserà su carne di uomo, e non ne farete altro simile, della stessa composizione; esso è cosa santa, e sarà per voi cosa santa. Chiunque ne comporrà uno simile, o chiunque ne metterà sopra un estraneo, sarà eliminato dal suo popolo»”.

Nella Bereshit, la Genesi per i cristiani, il primo dei cinque libri che compongono la Torah, l'olio è versato per consacrare un luogo: *“Giacobbe partì da Bersabea e si avviò verso Carran. Capì in un posto dove passò la notte perché il sole era già tramontato. Lì prese una pietra, se la pose sotto il capo come guanciale e si coricò. Fece un sogno: una scala poggiava a terra e la sua cima raggiungeva il cielo; su di essa salivano e scendevano angeli di Dio. Il Signore gli stava dinanzi e gli diceva: «Io sono il Signore, il Dio di Abramo e di Isacco. La terra sulla quale sei coricato, la darò a te e ai tuoi discendenti: essi saranno innumerevoli, come i granelli di polvere della terra.*

Il mattino seguente Giacobbe si alzò presto, prese la pietra che aveva usato come guanciale, la drizzò in piedi e vi versò sopra dell'olio per consacrarla a Dio. Chiamò quel posto Betel (Casa di Dio), mentre prima il suo nome era Luz.”

Non meno importante è l'unzione dei re, come risulta dall'episodio in cui *“Samuele prese l'ampolla d'olio, la versò sul capo di Saul, poi lo baciò e disse: il Signore ti ha unto [cioè ti ha reso messia] sopra il suo popolo”*. Scene analoghe le troviamo per la consacrazione dei successori di Saul, David, Salomone, e come i re sono unti pure i sacerdoti.

L'olio d'oliva assume un significato negativo nel Salmo 55 *“il nemico cerca di colpire coloro che erano in pace con lui, profana il patto di amicizia; la sua bocca dispensa complimenti, ma il suo cuore si prepara alla guerra; le sue parole sono più fluide dell'olio, ma in realtà sono spade affilate”*.

L'olio è simbolo di alleanza con Osheà, quando denuncia la politica imprudente di Israele, che cerca alleanze sia con l'Egitto e sia con la Assiria, potenze tra loro in competizione militare: *“Efraim”, dice il profeta, “si nutre di vento e insegue il vento d'oriente [cioè il vento della guerra]; si rende colpevole ogni giorno di menzogna e violenza, stringe un patto con l'Assiria e porta olio all'Egitto”*.

Nella Torà l'olio d'oliva è metafora di purezza, perché anche se unito a altri liquidi in un vaso, così questa non è contaminato da sistemi legislativi, filosofici e religiosi e penetra in qualsiasi sostanza su cui viene versato, proprio come la Torà si diffonde e pervade ogni cosa.

L'olio in Grecia

I Fenici utilizzarono l'olio innanzitutto come unguento, per l'illuminazione e per l'alimentazione, piantarono uliveti nelle proprie terre, e con i loro viaggi portarono l'olivo a Cipro, XVI – XV sec. a.C. e nelle isole dell'Asia Minore.

L'olivo fu coltivato nelle isole di Rodi, Samos, Delos, Mileto e in Licia.

La coltivazione potrebbe però essere iniziata anche prima, antecedentemente alla civiltà greca, durante il Paleolitico o il Neolitico (5000 – 10000 a.C.).

A Creta, nel palazzo di Cnosso, furono trovate grandi anfore, alte anche due metri, destinate alla conservazione dell'olio.

A Festo sono stati scoperti resti di torchi, presse e tavolette d'argilla che riportano luoghi di produzione e destinazione dell'olio.

Sono veramente tanti gli episodi mitici e particolari riguardano la presenza e la nascita dell'olivo in Grecia, nella "Biblioteca", una raccolta di leggende e miti greci, di Pseudo Apollodoro, I secolo a. C. si racconta la contesa tra Atena e Poseidone per essere venerati in Attica:

"Cecrope, autoctono, che aveva un corpo misto di uomo e di serpente, regnò per primo sull'Attica e dal proprio nome chiamò Cecropia la terra prima detta Atte.

Ai suoi tempi, dicono, sembrò opportuno agli dei occupare delle città, nelle quali intendevano avere ciascuno onori propri.

Giunse dunque per primo nell'Attica Poseidon e avendo battuto (un colpo) con il tridente in mezzo all'acropoli fece apparire il mare che ora chiamano Eretteide.

Ma dopo di lui giunse Atena e avendo reso Cecrope testimone dell'occupazione piantò un ulivo che tuttora è visibile nel Pandroseion.

Ed essendo nata una lite tra i due riguardo al territorio, ad Atenae a Poseidon, dopo averli separati, Zeus assegnò come giudici non, come dissero alcuni, Cecrope e Kranaos, né Erisichthon, ma i dodici dei.

E in base al verdetto di costoro il territorio fu giudicato di Atena, avendo Cecrope testimoniato che per prima aveva piantato l'ulivo.

Atena dunque in base al proprio nome chiamò Atene la città, e Poseidon spinto all'ira inondò la piana Triasia e sommerse l'Attica" (Ps. Apollod. Bibl. 3.178-9).



Vi è poi Ovidio che nel Libro XIV delle "Metamorsi", racconta una leggenda sulla nascita dell'oleastro o olivo nella terra dei Messapi, l'attuale Salento. La storia ha inizio quando Venulo, araldo dei re Catillo e Cora, alleati di Turno nella guerra contro Enea, è inviato come ambasciatore da Diomede, l'eroe acheo che, reduce dalla guerra di Troia, si era stabilito presso le tribù degli Iapigi. La missione è vana e Venulo rientra, ma, sulla via del ritorno la sua attenzione è

richiamata da *“una grotta adombrata da fitti boschi e trasudante umidità... e anticamente abitata dalle ninfe”*.

In quel luogo ombroso e oscuro, Venulo viene a conoscere un passato inquietante delle ninfe: *“Un pastore, Apulo, le aveva spaventate e grazie alla paura che era riuscito a incutere loro in un primo momento le aveva fatte fuggire dalla zona.*

Poi però quando le ninfe si ripresero e l'inseguitore non fece più loro soggezione alcuna, si misero a intrecciare danze muovendo i piedi a ritmo. Il pastore le derise e, imitandone rozzamente il ballo, rovesciò su di loro parolacce e insulti da bifolco e non la smise prima di essere tramutato in un albero che gli tappò la bocca.

Ora è dunque un albero, un oleastro, e il suo carattere si può riconoscere dal sapore dei frutti : che sono amari, perché conservano l'impronta della sua linguaccia ; l'asprezza delle sue parole è passata alle bacche”.

Omero e l'olio

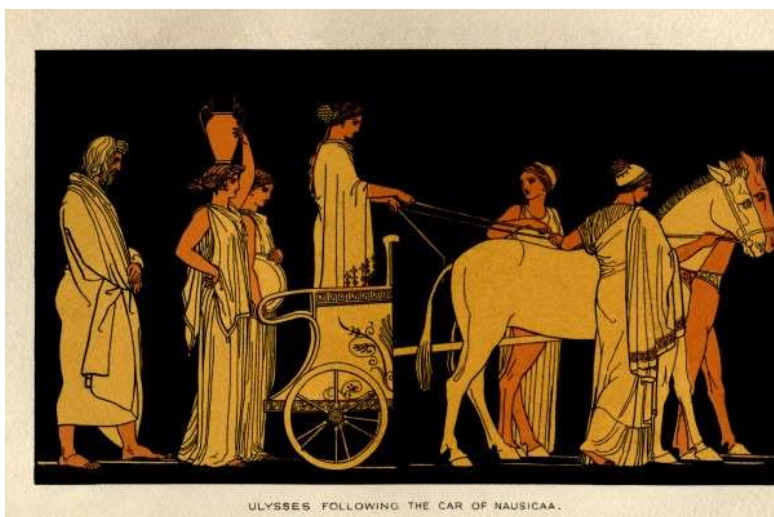
L'olio, in miscela con alcool, migliorava la morbidezza e la resistenza della pelle, era alla base dei profumi per i dopo bagno, per ungere e massaggiare gli atleti.

È Omero che ci rivela la "cultura" del bagno e della frizione con l'olio profumato nella Grecia antica, basti ricordare l'incontro tra Nausicaa e Ulisse.

Ulisse è approdato, sfinito, sull'isola dei Faeci, forse l'odierna Corfù, dopo giorni passati alla deriva. Sull'isola è soccorso da Nausicaa, figlia del re Alcino, legata al sistema dei valori della "ξενία", "xenìa", l'ospitalità del mondo greco.

Omero racconta che Nausicaa, con delle altre ragazze *"Fatto il bagno e untesi copiosamente di olio esse presero il pasto sulla sponda del fiume: aspettavano che le vesti (lavate nel fiume) asciugassero al raggio del sole"* (Odissea VI, 96-97), si mettono a giocare a palle e i loro strilli svegliano Ulisse, addormentato sulla sabbia.

Destatosi, Ulisse si alza e, con circospezione, si avvicina al gruppo di fanciulle.



Nausicaa nel vedere Ulisse, coperto di salsedine e "maltrattato" dal mare, dopo una momentanea sorpresa, gli offre, come primo dono, l'opportunità di lavarsi: *"Il dono sia piccolo e caro. Ancelle, date all'ospite cibo e bevanda, fategli il bagno nel fiume, dove c'è un riparo dal vento ... Gli posero accanto le vesti, un manto e una tunica, gli diedero olio fluido in un'aurea ampolla, l'invitarono a lavarsi nell'onda fluente del fiume. Allora si*

rivolse alle ancelle il chiaro Odisseo: 'Ancelle, aspettate in disparte, così, che mi lavi io stesso dalle spalle la salsedine e mi unga con olio: l'olio da tempo non tocca il mio corpo ...' (Odissea VI, 208-220).

Ulisse *"Quando si lavò tutto e si unse copiosamente, mise indosso le vesti che gli diede la vergine casta; e Atena, la figlia di Zeus, lo fece d'aspetto più grande e robusto, e dal capo gli fece scendere riccioli simili a fior di giacinto ... Poi sedette in disparte, sulla riva del mare, splendente di bellezza e di grazia: l'ammirava Nausicaa"* (Odissea VI, 227-237).

Omero ritorna ancora a parlare dell'olio profumato da cospargere dopo il bagno quando Ulisse, tornato ad Itaca, ha liberato la sua casa da usurpatori e si sentiva nuovamente Re, orgoglioso della sua forza ed il suo indomito coraggio.

Era il momento di farsi riconoscere da Penelope, ma prima doveva ritornare bello e forte, come aveva lasciato Itaca venti anni prima.

Omero riferisce che il "ringiovanimento" di Ulisse fu attuato dell'astuta Atena con l'aiuto di una domestica: *"... la dispensiera Eurinome intanto lavò il magnanimo Odisseo, nella sua casa e l'unse con l'olio, gli gettò un*

bel manto ed una tunica indosso, mentre Atena gli sparse dal capo molta bellezza: d'aspetto più grande e robusto e dal capo gli fece scendere riccioli a fiori di giacinto.

Come quando intorno all'argento versa dell'oro un artefice, che Efesto e Pallade Atena istruirono sui segreti dell'arte e crea opere piene di grazia, così gli infuse la grazia sul capo e sugli omeri. Egli uscì dalla vasca simile agli immortali nel corpo; di nuovo sedette sul trono da cui si era alzato di fronte a sua moglie". (Odissea XXIII,153-164).

Omero, oltre all'olio profumato inserisce nel racconto anche l'albero dell'olivo, quale specie sacra ad Atena, forse un rafforzativo dell'unione che legava Ulisse alla dea, infatti la stanza matrimoniale era stata costruita attorno a un grande albero d'olivo: « ... Misera, fra le donne a te in grado sommo fecero duro il cuore gli dèi che han le case d'Olimpo; nessuna donna con cuore tanto ostinato se ne starebbe lontana dall'uomo, che dopo tanto soffrire, tornasse al ventesimo anno nella terra dei padri.

Ma via, nutrice, stendimi il letto; anche solo potrò dormire: costei ha un cuore di ferro nel petto».

E a lui parlò la prudente Penelope:

«Misero, no, non son superba, non ti disprezzo, non stupisco neppure: so assai bene com'eri partendo da Itaca sulla nave lunghi remi.

Sì, il suo morbido letto stendigli, Euriclea, fuori dalla solida stanza, quello che fabbricò di sua mano; qui stendetegli il morbido letto, e sopra gettate il trapunto, e pelli di pecora e manti e drappi splendenti».

Così parlava, provando lo sposo; ed ecco Odisseo sdegnato si volse alla sua donna fedele: «O donna, davvero è penosa questa parola che hai detto!

Chi l'ha spostato il mio letto?

Sarebbe stato difficile anche a un esperto, a meno che un dio venisse in persona, e, facilmente, volendo, lo cambiasse di luogo.

Tra gli uomini, no, nessun vivente, neanche in pieno vigore, senza fatica lo sposterebbe, perché c'è un grande segreto nel letto ben fatto, che io fabbricai, e nessun altro.

C'era un tronco ricche fronde, d'olivo, dentro il cortile, florido, rigoglioso; era grosso come colonna: intorno a questo murai la stanza, finché la finii, con fitte pietre, e di sopra la copersi per bene, robuste porte ci misi, saldamente commesse.

E poi troncai la chioma dell'olivo fronzuto, e il fusto sul piede sgrossai, lo squadrai con il bronzo bene e con arte, lo feci dritto a livella, ne lavorai un sostegno e tutto lo trivellai con il trapano.

Così, cominciando da questo, polivo il letto, finché lo finii, ornandolo d'oro, d'argento e d'avorio. Per ultimo tirai le corregge di cuoio, splendenti di porpora.

Ecco, questo segreto ti ho detto: e non so, donna, se è ancora intatto il mio letto, o se ormai qualcuno l'ha mosso, tagliando di sotto il piede d'olivo»". (Odissea Libro XIII)



L'olio presso gli Etruschi

Gli Etruschi ebbero un'economia prevalentemente agricola, con coltivazioni di cereali, della vite e pure dell'olivo, che era indicato come “elaia” per la pianta e “eleiva” per l'olio. Parole di derivazione greca, da “ἐλαιον”, “elaion”, olio, o “elaiwa” dal dialetto dorico, uno dei principali gruppi linguistici del greco antico.

Ciò ha suscitato in alcuni studiosi l'ipotesi, peraltro condivisa, che l'introduzione della coltivazione dell'olivo in Etruria, avvenne dall'VIII o dal VII secolo a.C. per influsso culturale dei coloni greci dell'Italia meridionale e della Sicilia.

Da considerare che l'olivo selvatico, l'oleastro, probabilmente era già presente da molti secoli nel territorio poi abitato dagli Etruschi.

In Etruria la coltivazione dell'olivo si diffuse soprattutto nel VII e VI secolo a.C., anche oltre il suo territorio, l'olio era utilizzato in cucina per condire gli alimenti e le olive erano consumate in salamoia.



Dopo la spremitura l'olio veniva venduto localmente e pure esportato fuori d'Etruria, come sembra mostrare la scena dipinta su una pelike, vaso utilizzato come contenitore di liquidi, con imboccatura larga e profilo continuo simile all'anfora, a figure nere del VI secolo a.C. attribuita al Pittore di Plousios, 520-510 a.C.. rinvenuta in una tomba di Caere (Cerveteri).

Il vaso mostra due personaggi, un uomo e una donna, davanti ad un contenitore, forse d'olio e l'iscrizione è un augurio: “*Oh padre Zeus, possa diventare ricco!*”.

In alcuni vasi etruschi, rinvenuti in relitto di nave etrusca dell'isola del Giglio, probabilmente del 600 a.C., si è rivelata la presenza di olive.

Olive sono state trovate anche a Cerveteri all'interno di una tomba, poi chiamata “Tomba delle Olive”, 575-550 a.C. dentro una coppa di bronzo che faceva parte del corredo del defunto, insieme ad altri vasi da banchetto.

L'olio era utilizzato anche per la preparazione di unguenti, per creme di bellezza e balsami, conservati in vasetti chiamati ariballi, anche questo nome di derivazione greca da “ἀρύβαλλος”, “arýballos”, forse attinente al termine “ἀρύω”, “aruo”, con il significato di “attingere”.

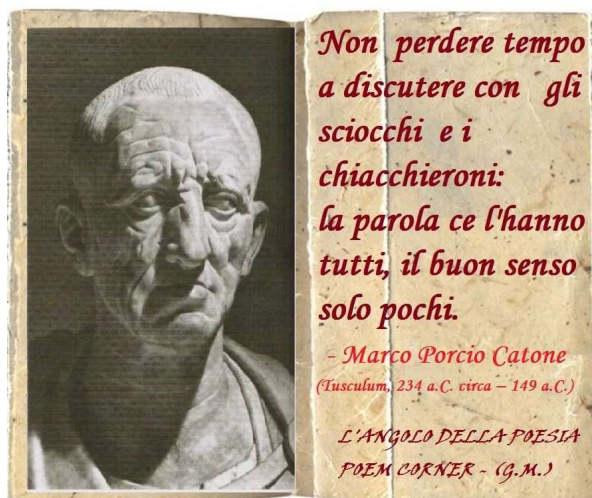
L'olio era usato anche come unguento per detergere la pelle da parte di atleti etruschi, come facevano i Greci, e per l'illuminazione.

Nella famosa “Tomba dei Leopardi” di Tarquinia, prima metà del V secolo a.C., sulla parete di fondo è dipinta una scena di banchetto, con raffigurati danzatori e musicisti in mezzo ad alberelli di olivo carichi di frutti.



E l'olio arrivò a Roma

I Romani, come gli etruschi, entrarono in contatto con l'olivo attraverso le colonie greche, ne migliorarono i processi di coltivazione, della spremitura delle olive, della conservazione dell'olio, diffusero la pratica



dell'olivicoltura.

Nel “Liber de agricultura” o “De re rustica”, Marco Porcio Catone, 234 a.C., scriveva: “*olea ubi lecta siet, oleat fiat in continuo, ne corrumpatur*”, cioè: “appena raccolte, bisogna subito estrarre l'olio dalle olive, per evitare che si sciupì” e proseguiva: “*Cogitato quotannis tempestates magnas venire, et oleam dejicere solere. Si cito sustuleris et vasa parata erunt, damni nihil erit ex tempestate et olea viridis et melius fiat. Si in terra et tabulato olea nimium diu erit, putescet, oleum fetidum*

fiet: ex quavis olea oleum viridius et bonum fieri potest, si tempori facies”(libro III,2-4), vale a dire: “Per evitare che riscaldi, bisogna subito estrarre l'olio dalle olive, appena raccolte. Pensa alle intemperie grandi che ogni anno avvengono e sogliono far cadere le olive. Se fai presto la raccolta, e i recipienti sono pronti, nessun danno viene da esse, mentre l'olio sarà più verde e migliore. Se rimangono troppo a terra o su un tavolato, le olive cominciano a putrefare e l'olio avrà cattivo odore».

Le indicazioni di Catone furono fondamentali anche per l'agronomo e naturalista romano Plinio il Vecchio, 23 – 79, che, nella sua “*Naturalis historia*” scriveva: Molte varietà di alberi sono consacrati a dei loro dei e per sempre si conservino così; come è il leccio a Giove, il lauro ad Apolline, l'olivo a Minerva, il mirto a Venere, e Poppin ad Ercole. Oltre a ciò crediamo che le selve abbiano i Fauni, i Silvani, e altri lor dei dati dal cielo.

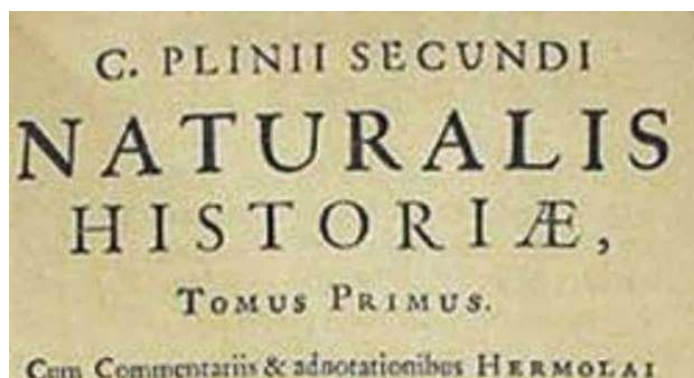
Gli alberi poi con i loro soave umori alleviarono gli uomini più che i cereali; dunque da essi è venuto l'olio, una sostanza medicamentoso che ristora le membra, e il vino, che dona le forze”

“Due sono i liquidi particolarmente graditi al corpo umano: dentro il vino, fuori l'olio ... [...]

... [...] L'olio è una necessità assoluta e l'uomo non ha sbagliato nel dedicare i suoi sforzi per ottenerlo

... [...] Teofrasto, uno dei più illustri autori Greci, intorno all' anno quattrocento quaranta dell' edificazione di Roma, disse che l' ulivo non nasceva discosto del mare più che quaranta miglia; e Fenestella dice, come non vi erano ulivi in Italia, in Ispagna, nè in Africa, quando regnava Tarquinio Prisco, centosettantatrè anni dal principio di Roma, i quali ora sono passati anche di là dall' Alpi, e in Francia, e fino in mezzo della Spagna.

... [...] Fabiano dice che l'oliva non cresce né in regioni molto fredde né in quelle molto calde.



Virgilio citò tre tipi di esse, orchiti, e radie e posie, e che non richiedevano rastrelli o falci o alcune cure. Senza dubbio anche per questa pianta conta soprattutto il suolo e il clima. Tuttavia in realtà sono anche potati, nello stesso periodo della vite, e amano anche essere sfoltiti. Subito dopo viene il momento della raccolta e l'arte ancor più difficile di ricavare l'olio nuovo. Da una stessa oliva si ricavano succhi diversi, il primo dei quali è fornito dall'oliva verde quando ancora non è cominciato il processo di maturazione: questo è il più gradevole di sapore. Anzi è molto gradita la prima colata del torchio che non attraverso più lavorazioni, come la spremitura dentro ceste o come quella scoperta da poco schiacciata con sottili assi assieme alle sanse. Quanto più l'oliva è matura, tanto più denso è il succo e meno piacevole al gusto. Ma il periodo migliore per la raccolta, al fine di conciliare qualità e quantità, è quando l'oliva comincia ad annerire, allora le chiamano drupe, invece i Greci dripetidi. Quanto più matura è la drupa tanto più denso è il succo e meno gradito. Del resto la qualità deferisce qualora che l'oliva sia lasciata a maturare in deposito nel frantoio o se rimanga sull'albero dove sia l'albero che l'oliva hanno bevuto solo dalle radici o dalla rugiada del cielo. L'invecchiamento rovina il sapore all'olio, contrariamente a quanto accade per il vino, e al massimo può arrivare ad un anno [...]. Uno sbaglio [della raccolta] consiste nel risparmiare, poiché, per evitare le spese che comporta la raccolta, si aspetta che le olive cadano. Coloro che adottano un criterio mediano, le scuotono con lunghi bastoni, danneggiando l'albero, rovinando la produzione dell'anno successivo. Esisteva infatti una regola antichissima per i raccoglitori di olive: «non strappare l'olivo e non percuoterlo». [...] L'olio ha la caratteristica di riscaldare il corpo e di difenderlo dal freddo, nonché di dare refrigerio alle vampate (mal) di testa. I greci, promotori di ogni vizio, ne hanno indirizzato l'impiego alla mollezza, diffondendone l'utilizzo nei ginnasi, i cui direttori, come noto, hanno venduto la raschiatura d'olio a ottantamila sesterzi. La maestà romana ha riservato all'olivo un alto onore, perché con esso vengono incoronati gli squadroni di cavalieri [...] Anche Atene corona i vincitori con l'olivo, la Grecia li corona ad Olimpia con l'olivo selvatico.” Non so perché, ma quando come Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP leggo Plinio il Vecchio, la mente mi porta ad accostarlo ad Aldo Palazzeschi, 1885 – 1974, dal linguaggio istintivo e diretto, peraltro vinse il premio “l'Ulivo d'oro per la poesia”. Non che Palazzeschi s'interessasse alla coltivazione dell'olivo però ne era attratto, come nel racconto “Pompona” del 1938: “[...] La sera, quando il sole incominciava la sua discesa ardente sopra la montagna, Pompona indugiava sola sotto un olivo, sempre lo stesso; un olivo grande, ricco di fronda, di biblica regalità, che si ciondolava dalla balza carico di frutti i quali nell'incipiente autunno incominciavano a fare la pelle viola. Sotto la pianta pareva ferma in ammirazione del fenomeno maestoso, ...[...]” “ Sempre del Palazzeschi è “La raccolta delle olive” dove troviamo una reciproca partecipazione tra la pianta d'olivo, che richiede di essere alleggerita, e le raccoglitrici, che cadenzano il lavoro di una giornata con il canto

*“Le olive sono ormai tutte nere e grasse
e a spremerle emanano il loro denso liquore;
gli olivi, poveretti, implorano di essere alleggeriti da tanto peso.
Non ne possono più.
E le raccoglitrici cercano in terra
e non lasciano che una sola bacca sfugga ai loro sguardi.
Cantano, intrecciano stornelli.
Una canta e le altre rispondono.
Così per tutto il giorno.
Verso il tramonto le lavoratrici si radunano
e partono intonando ancora una canzone.”*

La focaccia sacrificale

Una delle preparazioni più appetitose della cucina italiana è la focaccia, si ottiene con pochi ingredienti: Olio Extra Vergine d'oliva, farina, acqua, lievito e un pizzico di sale, le sue varianti vanno bene per la colazione, lo spuntino, la cena.

Il termine focaccia arriva dal tardo latino "focacia", femminile di "focacius", derivante da "fōcus", focolare, con il significato "cotto al focolare", infatti la focaccia è il prodotto da forno per eccellenza e rappresenta un'evoluzione culinaria di un'antichissima, risalente ai primi momenti di un'agricoltura nascente nella Mezzaluna Fertile, dove scorrono i fiumi della fertilità, il Tigri, l'Eufrate e il Nilo.

Il grano o frumento fu, probabilmente, una delle prime colture.

Le donne dell'Iran, dell'Iraq e dell'Egitto scoprirono il potere di questa e furono loro che, durante l'Equinozio di Primavera, offrivano una focaccia di grano e cannella alle divinità solari; da queste preparazione nacque il Lahmacun, una focaccia popolare in molti paesi del Medio Oriente, composto da una base di pasta rotonda, sormontata da una miscela di verdure, carne macinata e, talvolta, salsa.

A noi piace però immaginare che fu Enea a portare la focaccia tra i latini, come recitò Omero dal Libro VII dell'Eneide:



” Latino non tenne per sé la profezia e i consigli avuti nella notte silenziosa; la Fama volando dappertutto li aveva già portati per le città d'Italia quando i Teucri ancorarono la flotta lungo la riva erbosa del bel fiume. Enea, i capi supremi e Iulo si distendono sotto i rami d'un albero altissimo: preparano i cibi, mettendo sull'erba larghe focacce di farro come fossero tavole (consigliati da Giove), e riempiono di frutta i deschi cereali.

Allora, consumati quei poveri cibi, la fame li spinse a addentare le sottili focacce spezzandone l'orlo.

“Ahimè - fece Iulo, scherzando - noi mangiamo anche le nostre mense.” Quelle poche parole inattese portarono la fine del lungo errare: il padre le raccolse dalla bocca di Iulo e le meditò a lungo stupito dell'oracolo che si era avverato. Poi disse: “Salve o terra assegnata dai Fati, e salve voi, fedeli Penati di Troia; questo è il paese promesso, questa la nostra patria. Ricordo ciò che disse il padre Anchise: - Quando, o figlio, spinto a lidi sconosciuti, esaurito ogni cibo, la fame ti indurrà a divorare anche le mense, allora finalmente potrai sperare d'aver concluso le tue fatiche e trovato la nuova patria: potrai erigere con le tue mani le prime case e difenderle intorno con un bastione! - Ed eccola quella fame, una prova suprema che porrà fine alle nostre sventure ...”

Nell'antica Roma, Catone, nel suo “Liber de agri cultura”, composta intorno al 160 a.C., insegnava come preparare una serie di focacce, come quelle al formaggio, che chiamava “Libum”, da preparare come offerta agli dei: “Farai così il



Libum

libum. Sciogli bene in un mortaio due libbre di formaggio. Quando lo avrai reso del tutto liscio impasta bene col formaggio una libbra [circa tre etti] di farina o, se lo vuoi più leggero, mezza libbra. Aggiungi un uovo e di nuovo impasta tutto attentamente. Forma la pagnotta, ponila sopra un letto di foglie e falla cuocere lentamente in un forno caldo.”



Catone andò oltre e, sebbene non amasse la cultura greca, riportò la ricetta greca della “πλακοῦς”, “*plakous*”, Placenta, una focaccia ripiena al formaggio: “Preparerai così la placenta: 2 libbre (6 hg) di farina di grano tenero per preparare la base; per le sfoglie: 4 libbre (1,2 hg) di farina e 2 libbre (6 hg) di farina di farro.

Vergerai la farina di farro in acqua; quando sarà molto morbida, la metterai nel mortaio e la farai asciugare. Quindi la impasterai bene a mano: quando l’avrai lavorato bene, aggiungerai le 4 libbre (1,2 kg) di farina, a poco a poco. Con questo impasto farai le sfoglie: le sistemerai in un canestro, perché si asciughino. Una volta asciutte, le sistemerai come si deve.

Quando farai le sfoglie, una per una, una volta che le avrai bene impastate, le spalmerai con un panno unto d’olio [meglio se Olio Extra Vergine d’Oliva veneto DOP]: le strofinerai tutto intorno e le ungerai. Appena pronte le sfoglie, riscalderei bene il focolare e il coppo, per cuocerle.

Quindi stenderai 2 libbre (6hg) di farina e la impasterai bene: ne farai una base morbida. Metterai in acqua 14 libbre (4,2 kg) di formaggio di pecora, non aspro e molto fresco: lo farai macerare e cambierai l’acqua tre volte. Poi lo toglierai e lo asciugherai bene con le mani, lentamente: lo porrai nel mortaio una volta ben asciutto.

Quando avrai asciugato bene tutto il formaggio, lo impasterai a mano in un mortaio pulito e lo sminuzzerai il più possibile.

Poi prenderai uno staccio da farina pulito [pulito] e vi passerai bene il formaggio.

Quindi verserai 4 libbre e mezzo (1,3 kg) di buon miele nel mortaio e le mescolerai bene col formaggio. In seguito, su una tavola pulita, larga 1 piede (30 cm), stenderai una base rotonda: vi metterai sotto foglie di lauto unte d’olio [meglio se Olio Extra Vergine d’Oliva veneto DOP].

Comincerai a formare la placenta. Porrai come primo strato le sfoglie, una per volta; poi spalmerai le sfoglie con l’impasto del mortaio. Aggiungerai a una a una le sfoglie e le spalmerai con l’impasto, finché non avrai adoperato tutto il formaggio e il miele. Coprirai con sfoglie singole, poi tirerai su la base e guarnirai. Pulirai bene il focolare, lo riscalderei alla giusta temperatura, quindi vi porrai la placenta.

Coprirai con un coppo caldo, ricoprirai il coppo di brace. Vedrai di cuocerla bene e lentamente: alzerai il coppo, per vedere il punto di cottura, due o tre volte.

Quando sarà cotta, la toglierai dal forno e la spalmerai di miele. La placenta da mezzo moggio (4,3 kg) sarà pronta.”

Altra torta al formaggio dolce di Catone, diversa dalla *placenta*, è il “*savillum*”, un dolce al cucchiaio:



*“Preparerai il savillum in questo modo
Preparerai il savillum in questo modo: mescolerai
insieme mezza libbra (1,5hg), 2 libbre e mezzo
(7,5 hg) di formaggio, come per il libum, poi un
quarto di libbra (70 g) di miele e un uovo.*

*Ungerai di olio [meglio se Olio Extra Vergine
d’Oliva veneto DOP] un tegame di coccio.*

*Quando avrai bene impastato tutti gli ingredienti,
verserai nel tegame l’impasto.*

Lo coprirai con un coppo.

Vedrai di far cuocere bene il dolce nel centro, dove si gonfia di più.

*Quando sarà cotto, toglierai il tegame dal fuoco, spalmerai di miele il savillum, vi grattugherai sopra del
papavero, lo rimetterai per un po’ sotto il coppo, poi lo sfornerai.*



Focacci
a di
Recco

*Lo servirai così, nel tegame, con un
cucchiaino.”*

Con probabilità, dalla tradizione di Catone è
nata la “*Focaccia di Recco col formaggio*”, che,
nel 2015, ha ottenuto l’Indicazione geografica
Protetta (IGP) e, nei secoli, si è inoltrata nelle
terre siciliane dell’Agrigento trasformandosi in
“*mbriulata*”, a Roma si è trasformata in
focaccia bianca con ripieno di mortadella,

nell’Emilia Romagna nella “*chisola con grasei*”, focaccia con i ciccioli, in Toscana la “*schacciata*”, a Genova
la “*fugassa*”.

Nel Veneto il Libun si è ingentilito, è divenuto la “*fugassa veneta*” o focaccia veneta, un dolce lievitato, come
pure nel Trentino, con la “*Corona dolce*” o la “*Fochaz*”.

Nella Val Pusteria, ai confini con l’Austria, il Libun è tornato ad essere una focaccia con farina di segale ripiena
di ricotta, anche con aggiunte spinaci, di patate o crauti, chiamato *tirala*, o *tirtlen*, o *tirschtlan*,.

Insomma, la focaccia ha unito l’intero Stivale.



La focaccia è un importante motore di narrazione sia nelle favole “*I desideri inutili*” del
1693 e di “*Cappuccetto Rosso*” del 1697 di “*Charles Perrault*”:

“*I desideri inutili*”: “*Un boscaiolo si lamenta della sua triste sorte. Gli appare il dio Giove
che gli promette di realizzare tre desideri.*

*Torna a casa. si consiglia con la moglie sul da farsi e decidono insieme di rinviare al giorno
dopo la scelta dei desideri da esprimere.*

Ma inavvertitamente, mentre si riposa presso il fuoco del camino, dice che vorrebbe tanto poter mangiare una focaccia e subito la focaccia compare.

La moglie inveisce contro di lui che così stupidamente ha consumato una possibilità.

Irritato il boscaiolo reagisce e nella collera le augura che la focaccia le si attacchi al naso.

È subito fu accontentato.

Ora, anche se ottenesse di diventare re, come farebbe a presentarsi sul trono con la moglie deturpata in quel modo? Con l'ultimo desiderio a disposizione chiede a Giove che lei ritorni come era prima.

La vita di entrambi continuerà nella medesima condizione iniziali”



Cappuccetto Rosso: “C'era una volta una dolce bimbetta; solo a vederla le volevano tutti bene, e specialmente la nonna che non sapeva più che cosa regalarle. Una volta le regalò un cappuccetto di velluto rosso, e poiché le donava tanto, ed ella non voleva portare altro, la chiamarono sempre Cappuccetto Rosso. Un giorno sua madre le disse: "Vieni, Cappuccetto Rosso, eccoti un pezzo di focaccia e una bottiglia di vino, portali alla nonna; è debole e malata e si ristorerà. Sii gentile, salutala per me, e va' da brava

senza uscire di strada, se no cadi, rompi la bottiglia e la nonna resta a mani vuote. ...”

Ora Vi chiederete, perché l'Olio Extra Vergine d'Oлива Veneto DOP è così interessato alla focaccia?

Il legame che lega la focaccia all'Olio Extra Vergine d'Oлива veneto DOP nasce da uno dei racconti, l'VIII libro “L'Arcadia”, della “Guida della Grecia” di Pausania, un geografo greco del II sec. d.C., il quale attribuiva l'introduzione della focaccia

sacrificale a Cecrope, “Κέκροψ”, mitica divinità, figlio di Gea la madre terra, con il corpo metà uomo e metà serpente.

Cecrope, secondo la leggenda, fu giudice nella disputa, voluta da Zeus, tra Atena, dea della sapienza, e Poseidone, dio del mare, per il possesso dell'Attica e dell'attribuzione del nome alla sua città.

La gara consisteva a chi avesse fornito il dono più vantaggioso agli uomini.

Poseidone colpì una roccia con il suo tridente e diede vita al cavallo.

Atena, in risposta, colpì il terreno e fece nascere il primo olivo carico di frutti, un albero di grande utilità.

Cecrope votò a favore di Atena e l'olivo prese a vegetare sulla terra e da lui si ottenne l'olio, antenato dell'Olio Extra Vergine Veneto DOP.

“.. La dea [Atenna] ritrae se stessa con lo scudo con la lancia dalla punta acuta, con l'elmo e con l'egida che le difende il petto: rappresenta sulla tela la nascita dell'olivo pallido che spunta, già carico di bacche, dal



suolo percosso dalla lancia; gli dei sono meravigliati: la dea conclude la sua opera con la rappresentazione della sua vittoria ...] Da “Le metamorfosi” di Ovidio - 43 a.C. – 17 d.C.

Atena fondò la città di Atene e nominò Cecrope primo re.

Cecrope, avendo una doppia natura, umana e animale, sostituì subito i cruenti sacrifici di animali in onore di Zeus, con offerte di focacce dolci, chiamate “πέλανοι” , “*pelanoi*” e nei templi iniziarono ad esservi presenti tinozze per l’ acqua, la farina, il miele e l’ olio d’ oliva per preparare le focacce ed è per questo che come Olio Extra Vergine d’ oliva Veneto DOP ne sono particolarmente affezionato.

Questa focaccia aveva davvero un’antica origine, nel Vicino Oriente ritenuto la "culla della civiltà", poiché a quest'area è attribuita l'origine di alcune delle innovazioni più importanti della storia umana come la pratica dell'agricoltura, era preparato un impasto dalla forma circolare e dall’aspetto schiacciato, con poca mollica.

In alcuni casi queste le focacce erano riempite di frutta o realizzate in forma di frutta, erano indicate come “πανκαρπία” , “*pankarpia*” , con il significato di "tutta frutta o abbondanza di frutta", erano preparate aggiungendo sopra semi di sesamo e miele bollito per formare una crosta glassata.

Queste torte erano offerte a Zeus Ktesios, protettore e guardiano della dispensa di casa, e a Zeus Georgos, dio dei terreni agricoli e dei raccolti.

Proponiamo la “πανκαρπία” , “*pankarpia*” all’ Olio Extra Vergine d’ Oliva veneto DOP



Ingredienti

500 g di farina per pizza

200 ml di acqua

50 ml di Olio Extra Vergine d’ Oliva veneto DOP

60 g di miele

3 g di lievito di birra secco

10 g di sale

frutta fresca a scelta

Procedimento

In una ciotola, mescolare la farina con il lievito, il miele e il sale.

Intiepidire l'acqua e unirla all’impasto assieme all’Olio Extra Vergine d’ Oliva veneto DOP sino ad ottenere un composto liscio.

Coprire l'impasto e lasciarlo lievitare per 20 minuti.

Riprendere l'impasto, fare un giro di pieghe e trasferire in un contenitore ermetico da porre in frigorifero e lasciarlo lievitare per 12 ore.

Ricoprire una teglia quadrata di 22 cm con carta forno e stendere circa l’ impasto con le mani, unire della frutta a piacere (albicocche, prugne, pesche aprile, mele) tagliata a fettine sottili e distribuita sulla superficie della focaccia.

Lasciare lievitare ancora per un'ora.

Infornare nel forno preriscaldato e statico a 200°C per circa 30 minuti.

Da focaccia sacrificale a dolce prelibato

Le focacce sacrificali divennero ben presto le comuni offerte agli dèi, agli eroi, ai re e agli antenati e presero il nome di “πέλανος” , ” pelanós” ; erano in ugual modo utilizzate prima di ogni divinazione per conoscere il futuro.

Presso l'Oracolo di Delfi il consultante offriva, secondo la complessità del responso, quantità stabilite di focacce e se erano infarcite di miele per renderle più dolci e gradite prendevano il nome di μελιτόεσσα” , “ melitoessa” .



In onore di Artemide, dea greca della caccia, della natura selvaggia, protettrice delle ragazze e delle giovani donne, in concomitanza con il sesto giorno del mese di “Elafebolione” , nono mese dell’antico calendario attico, corrispondente alla seconda metà di marzo e alla prima metà d’aprile, si confezionavano focacce con sagoma di cervo, chiamate “ἔλαφος” , “ élaphos” .

Queste focacce sacrificali divennero poi dei dolci di pronto consumo, come quelle che ispirarono Anacreonte, 570 a.C. 485 a.C., poeta greco, quando scrisse *“L’amata cetra”*: *“Cenai con un piccolo pezzo di focaccia, ma bevvi avidamente un’anfora di vino; ora l’amata cetra tocca con dolcezza e canto amore alla mia tenera fanciulla.”*

Le focacce, addolcite con miele, si potevano acquistare dall’ “ἄρτοκόπος”, “artoicopos”, fornaio, delle focacce, con impasti ottenuti da diversi tipi di farine, grano o orzo, in combinazione con formaggio, erbe, frutta, sesamo, e ripieni o decorati con frutta fresca, secca o a guscio. Nella Grecia antica le focacce si diversificarono come quelle ottenute con farina d’orzo “μᾶζα” , maza” , che si facevano seccare in recipienti rotondi e, quando si mangiavano, si inumidivano con vino o con olio d’ oliva.

Si aveva l’ “ἀλείατα” , “aleiata” , quando si ponevano i chicchi di grano in acqua e si riducevano in pappa, triturati e ridotti in farina, erano impastati a formare focacce semplici, per la lievitazione si utilizzavano lieviti di vino, la cottura avveniva in contenitori con coperchio con sopra carboni.

Si aveva ancora il “πλακοῦς” , “plakous” una focaccia ripiena, probabilmente l’ anticipatrice dell’ odierna pizza calzone.

In scritti, autori come **Omero**, Esiodo, Erodoto, Euripide, Aristofane, Pindaro, e Ateneo di Naucrati fanno riferimento a diverse tipi di focacce, nelle celebrazioni religiose e nei simposi, anche con ricette, come pure compaiono in liste d’offerte, incise su pietra e tavolette d’argilla o metalliche. Presenza che a partire dal mondo greco-antico avrebbe attraversato il periodo classico, 480 – 323 a.C., transitato nel periodo ellenistico, 323 – 31 a.C., ed entrato nella cucina romana.

In molti luoghi di culto del mondo ellenico, tra cui Atene, la Beozia, Cartagine, Cipro, Creta, e Acanto, penisola Calcidica, non lontano da Salonicco, sono state rinvenute numerose immagini che rappresentano le diverse fasi di preparazione e cottura delle focacce. .

Rappresentazioni di focacce sacrificali sono visibili sul sarcofago cretese di Agía Triáda, datato al 1400 a.C. circa, nei lati del sarcofago è decorata la scena di una giovane donna, forse una sacerdotessa, con lo sguardo verso un cesto con focacce circolari bianche e rosse.

Probabilmente queste focacce sacre greco-antiche sono state la radice delle attuali torte di compleanno, di matrimonio, delle grandi occasioni, senza dimenticare che sono trasversali alle religioni greco classica, latina, ebraica e cristiana.

Nella religione ebraica la Challah è una focaccia dalla forma a treccia,, si realizza con un impasto di farina, acqua, lievito, olio d'oliva, sale e poco zucchero, cotto in forno è consumato il giorno dello Shabbat, la festa del riposo, celebrata dal tramonto del venerdì fino a tutto il sabato, ha gusto neutro e una consistenza morbida:

“Prenderai pure del fior di farina e ne farai cuocere dodici focacce; ogni focaccia sarà di due decimi di efa. *Le metterai in due file, sei per fila, sulla tavola d'oro puro davanti al Signore. Metterai dell'incenso puro sopra ogni fila, e sarà sul pane come un ricordo, come un sacrificio consumato dal fuoco per il Signore. Ogni sabato si disporranno i pani davanti al Signore, sempre; essi saranno forniti dai figli d'Israele; è un patto perenne. I pani apparterranno ad Aaronne e ai suoi figli ed essi li mangeranno in luogo santo; poiché saranno per loro cosa santissima tra i sacrifici consumati dal fuoco per il Signore. È una legge perenne*”. (Vaikrà/Lev. 24: 5-9)

Il numero delle focacce corrisponde alle dodici tribù di Israele, poste innanzi a Dio, al quale il pane dunque diventa offerta sacrificale, un pane particolare, ottenuto da farine selezionate che rimandano alla purezza e alla prelibatezza del cibo: “Farai una tavola di legno di acacia: avrà due cubiti di lunghezza, un cubito di larghezza, un cubito e mezzo di altezza” (Shemot/Es. 25,23). “Poi pani azzimi, focacce azzime impastate con olio e schiacciate azzime cosparse di olio: di fior di farina di frumento” (Shemot/Es. 29,2).



La Bibbia documenta la pratica di produrre focacce nel Libro dei Re (1, 17): “Elia, il Tisbita, uno di quelli che si erano stabiliti in Gàlaad, disse ad Acab: «Per la vita del Signore, Dio d'Israele, alla cui presenza io sto, in questi anni non ci sarà né rugiada né pioggia, se non quando lo comanderò io». A lui fu rivolta questa parola del Signore: «Vattene di qui, dirigiti verso oriente; nasconditi presso il torrente Cherìt, che è a oriente del Giordano.

Berrai dal torrente e i corvi per mio comando ti porteranno da mangiare».

Egli partì e fece secondo la parola del Signore; andò a stabilirsi accanto al torrente Cherìt, che è a oriente del Giordano. corvi gli portavano pane e carne al mattino, e pane e carne alla sera; egli beveva dal torrente. Dopo alcuni giorni il torrente si seccò, perché non era piovuto sulla terra.

Fu rivolta a lui la parola del Signore: «Alzati, va' a Sarepta di Sidone; ecco, io là ho dato ordine a una vedova di sostenerti».

Egli si alzò e andò a Sarepta. Arrivato alla porta della città, ecco una vedova che raccoglieva legna.

La chiamò e le disse: «Prendimi un po' d'acqua in un vaso, perché io possa bere».

Mentre quella andava a prenderla, le gridò: «Per favore, prendimi anche un pezzo di focaccia».

Quella rispose: «Per la vita del Signore, tuo Dio, non ho nulla di cotto, ma solo un pugno di farina nella giara e un po' d'olio nell'orcio; ora raccolgo due pezzi di legna, dopo andrò a prepararla per me e per mio figlio: la mangeremo e poi moriremo».

Elia le disse: «Non temere; va' a fare come hai detto. Prima però prepara una piccola focaccia per me e portamela; quindi ne preparerai per te e per tuo figlio, poiché così dice il Signore, Dio d'Israele: «La farina della giara non si esaurirà e l'orcio dell'olio non diminuirà fino al giorno in cui il Signore manderà la pioggia sulla faccia della terra»».

Quella andò e fece come aveva detto Elia; poi mangiarono lei, lui e la casa di lei per diversi giorni.

La farina della giara non venne meno e l'orcio dell'olio non diminuì, secondo la parola che il Signore aveva pronunciato per mezzo di Elia.

L'episodio del profeta Elia, nutrito dalla povertà della vedova generosa di Sarepta, che offre le ultime gocce del suo olio e l'ultima manciata di farina per il profeta, da l'idea di quanto, anche in questo caso, la focaccia sia stato un atto sacrificale,

Dio premiò l'ospitalità generosa della vedova, facendo sì che quell'olio e quella farina non venissero meno per tutto il tempo della carestia.

Focaccia di Sarepta

- 200 g di farina d'orzo integrale;
- 200 g di farina di grano Kamut;
- 30 g di lievito di birra fresco o 10 g di lievito di birra liofilizzato;
- 200 ml di Olio Extra Vergine di Oliva Veneto DOP;
- 1 cipolla rossa media;
- foglie di rosmarino fresco;
- acqua tiepida q.b.;
- sale q.b.



Procedimento

Lavare, mondare, sminuzzare la cipolla.

In una ciotola mescolare le due farine setacciate. Sciogliere il lievito fresco in poca acqua tiepida con $\frac{1}{2}$ cucchiaino di zucchero, oppure aggiungere il lievito liofilizzato direttamente con le farine e mescolare.

Aggiungere il sale, l' Olio Extra Vergine di Oliva Veneto DOP, le cipolle sminuzzate, il rosmarino e a filo l'acqua tiepida, impastare fino ad ottenere un panetto compatto.

Ricoprire con pellicola alimentare la ciotola e far lievitare in luogo tiepido fino al raddoppio del volume.

Riprendere l'impasto, lavorare ancora su un piano infarinato e stendere con le mani su una teglia rivestita di carta forno oleata.

Ungere la superficie e rimettere a lievitare in luogo tiepido fino a raddoppio del volume.

Infornare a 180° in forno preriscaldato per 25 min.

Sfornare è buona anche a temperatura ambiente.

Focaccia un prodigio dell'olio e della farina



Più di altri grassi l'olio d'oliva, meglio se Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP, porta alla focaccia una migliore croccantezza nella parte esterna e più morbidezza nell'interno.

L'olio d'oliva, infatti, è in grado di limitare la perdita d'umidità contenuta nell'impasto, perché i suoi grassi amalgamano meglio la farina e l'acqua, in questo modo la maglia glutinica si estende con facilità.

L'olio d'oliva poi, emulsionato con acqua e sale e si distribuisce nell'impasto, aiuta a amalgamare meglio l'amido e le proteine presenti nella farina, dando un maggior volume prima della cottura.

Da una doratura migliore e uniforme nella parte esterna.

Nella fase di cottura, l'olio d'oliva aiuta il calore a penetrare meglio, a distribuirsi in maniera uniforme e a trattenersi più a lungo.

Attenzione però, l'olio va immesso come ultimo ingrediente, alla fine dell'impasto, perché la sua velatura lipidica renderebbe difficoltosa la formazione della maglia glutinica.



Nella farina è presente il glutine, costituito principalmente da due proteine, la gliadina e glutenina, che, durante l'impastamento della farina con l'acqua, forma un reticolo, che prende il nome di “maglia glutinica”, una fitta rete filamentosa che, come una maglia dalle trame sottili, trattiene l'anidride carbonica prodotta dai lieviti, che altrimenti uscirebbe dall'impasto per disperdersi nell'ambiente, sgonfiando l'impasto.

È proprio l'anidride carbonica che, spingendo sulla maglia glutinica, riuscendo a gonfiare l'impasto o, meglio, a farlo lievitare. Questo processo di lievitazione è operato da funghi Ascomiceti che, nel loro metabolismo, danno origine a enzimi, che respirando e moltiplicandosi, producono l'anidride carbonica, così, la lievitazione sarà tanto migliore quanto più elevata è la produzione di gas da parte dei lieviti, ma anche quanto migliore sarà il contenuto in glutine di una farina e quindi la maglia proteica formatasi, che sarà più estesa e reticolata e quindi capace di trattenere maggiormente i gas che si sviluppano all'interno dell'impasto.

Nella costruzione della maglia glutinica diventa importante il giusto rapporto tra le proteine gliadina e glutenina contenute nella farina, in modo da ottenere un reticolo con proprietà elastiche e tenaci ad un tempo. Una quantità troppo elevata di gliadina darà vita ad una maglia proteica troppo elastica con il rischio che la focaccia prodotta si allarghi sulla base e resti bassa, se prevale la quantità di glutenina, la maglia sarà troppo rigida e darà una focaccia bassa.

Per ottenere una focaccia morbida l'olio d'oliva da inserire deve essere del 3% sul peso della farina, se ne aggiunge un altro po' prima di infornare, con la salamoia, poi, durante la cottura, tutte le componenti dell'impasto, sono alterate da reazioni e interazioni fisiche, chimiche e biochimiche, quali:

1. espansione del volume dell'impasto;
2. formazione del rivestimento esterno;
3. cessazione delle attività del lievito e enzimi;
4. coagulazione delle proteine e gelatinizzazione dell'amido;
5. caramellizzazione e Reazione di Maillard.

Durante la cottura nella focaccia si formano nuove sostanze, come zuccheri caramellati e i composti aromatici, che danno il sapore caratteristico, ma in tutto questo il valore principale della focaccia sta nella gelatinizzazione degli amidi, che li rendono assimilabili dall'organismo.

La doratura esterna dipende dalla caramellizzazione delle sostanze dolci e incolori presenti nella farina, gli amidi, che, sotto l'influenza del calore, reazione di Maillard, sono trasformate in composti che variano dal colore giallo chiaro al marroncino scuro, danno un sapore lieve e piacevole.

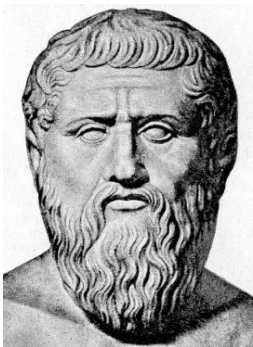
Olio Extra Vergine d'Oliva Veneto DOP e glutine sono, quindi, gli ingredienti che permettono di trasformare una massa di farina in una focaccia.

I cinesi avevano scoperto come ottenere il glutine fin dal VI secolo dopo Cristo e verso il 1000.

In Europa il glutine fu delineato dal gesuita Francesco Maria Grimaldi, 1618 –1663, più conosciuto per i suoi studi sulla rifrazione della luce, il quale osservò che l'impasto di semola di grano conteneva una sostanza collosa che asciugandosi diveniva dura e friabile. Il nome con cui indicò la sostanza, “gluten”, che in latino indicava “colla”. Nel 1745 il monaco e chimico Giambattista Beccari, 1716 –1781, analizzò accuratamente l' impasto percependo che, nel proprio interno, fossero presenti sostanze simili a quelle animale.

Pochi anni dopo, queste sostanze sarebbero state chiamate “proteine”, grazie agli studi condotti dal chimico e medico francese Antoine Fourcroy, 1755 –1809, a cui seguirono altri e più approfonditi studi, sino a che, non ne fu coniata la parola, che deriva dal greco “πρωτεϊος”, “proteios”, significa sostanza “primaria”.

La focaccia di Platone



Platone nacque nel 428 a.C. e morì nel 347 a.C. ad Atene, fu uno dei filosofi più importanti della storia umana, di famiglia aristocratica e divenne discepolo di Socrate dall'età di vent'anni.

Il filosofo ateniese s'interessò alla parità tra maschio e femmina partendo da un paragone con il ruolo dei cani femmine da guardia:

“Così: pensiamo che le femmine dei cani da guardia debbano collaborare nella sorveglianza degli stessi greggi custoditi dai maschi, partecipare alle loro cacce e fare tutto il resto in comune con loro, oppure che debbano restare dentro la casa, quasi che il parto e l'allevamento dei cuccioli le rendesse inette, mentre i maschi toccherebbe tutto il lavoro della cura dei greggi?” .

Così aggiunse, affinché le donne possano svolgere gli stessi compiti degli uomini *“si dovranno insegnare loro le stesse cose”* .

Platone rifletté e considerando che *“I saggi parlano perché hanno qualcosa da dire”* dichiarò che le donne avrebbero dovuto avere la stessa educazione degli uomini *“È dunque possibile affermare che per natura la donna non differisce, e di molto, dall'uomo?.. semmai la diversità è legata alla forza fisica, di cui gli uomini sono più dotati. e qui sta la differenza: la donna è “ασθενέστερον”, “asthenésteron”, “meno forte” fisicamente rispetto all'uomo.*

Socrate continuò ad esporre la sua posizione intorno alla natura della donna rispetto a quella dell'uomo, ragionando su quali siano i compiti e mestieri adatti all'uomo e alla donna e, tra questi, l'attendere alla cucina era ritenuto lavoro da donna, indipendentemente dalla posizione socio-economica.

Quando però Platone si mise a ragionare della preparazione della focaccia, per lui la “πόπανον”, “rópanon” , ebbe un ripensamento sulla capacità femminili e a questo dedicò un paragrafo nella sua opera “Πολιτεία” , “Politéia” , “Repubblica” : *“Bene, conosci qualche attività umana in cui il sesso maschile non è superiore a quello femminile in tutto questo? **Dobbiamo dilungarci a parlare della tessitura e della preparazione di focacce e dolci, in cui sembra che il sesso femminile valga qualcosa, e in cui sarebbe sommamente ridicolo che venisse sconfitto?**»*

«Hai ragione», rispose, «ad affermare che il sesso femminile è di gran lunga inferiore all'altro quasi in tutto. Certo, molte donne sono migliori di molti uomini sotto molti aspetti, ma nel complesso è come dici tu.» (Repubblica, V, 455c).

Ma cosa aveva questa “πόπανον” di così speciale, andiamo a verificarlo riproponendo la ricetta in forma facile da preparare, caratterizzata da un impasto morbidissimo a base fatto di: farina, lievito di birra, acqua, sale e Olio Extra Vergine d'Oлива Vento DOP.

Può essere cotta in forno dentro una teglia o in padella, utilizzata come un pane o farcita.

Ingredienti per l'impasto:

400 g farina 0

200 ml acqua

1 cucchiaio d'Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP

2 cucchiaini di sale

10 g lievito fresco

Ingredienti per il Condimento

q.b. sale fino

q.b. origano

q.b. Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP

Salsa tzaziki:

400 g yogurt con latte di capra

1 cetriolo

2 spicchi d'aglio

20 g Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP

Preparazione

Preparare l'impasto: sciogliete il lievito in un po' d'acqua a temperatura ambiente. Aggiungere la farina piano piano e impastare. Alla fine, aggiungere l' Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP e il sale. L'impasto dovrà essere soffice ma non appiccicoso. Lasciare lievitare per 1 ora, poi riprendere il composto e dividerlo in 4 panetti, si otterrà 4 focacce. Stendere con un mattarello e lasciare riposare, tutto coperto da un panno per altri 15 minuti.

Scaldare una padella antiaderente e aggiungere un filo d' Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP.

Adagiare una ad una le 4 focacce e cuocere finché non saranno dorate.

Pennellare la superficie delle focacce con Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP, sale e origano, girarle quando la parte inferiore risulterà ben cotta.

Preparare la salsa: grattugiare i cetrioli rimuovendo tutti i semi, lasciare riposare finché non avranno perso un po' di liquidi, ci vorrà almeno un'ora.



Versare in una ciotola lo yogurt, aggiungere Olio Extra Vergine d'Oliva Vento DOP, aceto e aggiustare di sale. Strizzare bene il cetriolo e immergerlo nella salsa, mescolare finché tutti i sapori non saranno amalgamati.

Riporre in frigo fino al momento dell'utilizzo.

Comporre la focaccia greca: tagliare le 4 focacce a metà e imbottire con la salsa tzatziki.

Questa focaccia che noi abbiamo chiamato di Platone è conosciuta anche con il nome di “pita”, in greco “πίτα”, un cibo tradizionale delle cucine del Medio Oriente e del Mediterraneo, chiamata anche “pane arabo” o “pane turco”.

Dalla Focaccia alla “Fugazza” alla “Ciambella di Homar Simpson”

Concluso il grande periodo dell’Impero Romano Durante il Medioevo la produzione e il consumo di focacce fu notevolmente frenato, il costo delle farine divenne molto alto e quelle che erano alla portata dei poveri erano, di fatto, poco adatte all’impasto. Questo passaggio tra l’età antica e quella moderna è compreso tra il 476, anno della caduta dell’Impero Romano d’Occidente, e il 1492, anno della scoperta dell’America.

In quest’arco temporale la cucina, come peraltro l’economica e la politica del Mediterraneo, non ebbe più una propria unità, che era una caratteristica dell’epoca antica. In Europa si formò un nuovo modello alimentare con una base comune di cibi che, benché abbiano diversità fra le diverse zone geografiche, ancora oggi hanno molto in comune.

Le invasioni barbariche che giunsero in Italia con migrazioni di popolazioni germaniche, slave, sarmatiche e di altri popoli di origine asiatica all'interno dei confini dell’Impero Romano d'Occidente, si concluse con la formazione dei regni romano-germanici e la fine definitiva della tarda antichità e l'entrata dell'Europa nel Medioevo.

Queste popolazioni, che si insediarono permanentemente nell’Impero Romano d’Occidente, inizialmente avevano un’alimentazione costituita da carni animali, riprodotti in cattività o frutto della caccia. Con il passare del tempo fecero uso del vino e apprezzarono la focaccia, un impasto di acqua, farina, sale e lievito, preparato non con farine di grano, come ai tempi degli antichi Romani, ma con cereali più miseri come l’orzo, la segale e l’avena.

Le focacce povere dei ceti bassi venivano farcite con ripieni di erbe selvatiche e vegetali dell'orto.

Chiaramente le versioni più ricche contenevano spezie e carni di vario tipo.

La *Codex diplomaticus cajetanus* è una raccolta di documenti storici risalenti al medioevo riguardante il territorio che fu del Ducato di Gaeta e territori limitrofi e in un “libellus” per la concessione di un mulino, sul fiume Garigliano, vale a dire il documento che incartava il contratto, nel quale erano previsti e specificati gli



obblighi gravanti sul livellario, si riportava che, oltre al pagamento dovuto ai proprietari, si dovevano dare anche delle dodici focacce a Natale e altrettante a Pasqua, indicate come “duodecim pizze”.

Ecco che la focaccia prende anche il nome di pizza, prodotto peraltro conosciuto già in epoca romana, tanto che una focaccia a forma circolare, che ricorda una pizza, è emersa da un dipinto su una parete, emerso in una casa dell’“insula 10 della Regio IX” a Pompei.

Insomma, pizze, focacce e chi più ne ha ne metta, sono dei compagni solidi e gustosissimi dell'uomo a cui, ancora oggi, in pochi riescono a rinunciare, come è per la “fugazza” o

“fugassa”, tipico dolce pasquale della cucina veneta che, fuori da tutti gli schemi, è un dolce e la tradizione vuole che ogni famiglia ne prepari una per festeggiare la Pasqua.

Gli ingredienti sono sempre i classici: farina, zucchero, lievito e Olio Extra Vergine d'Oliva veneto DOP, si aggiungono le mandorle per la copertura.

Il processo di lievitazione richiede maggior tempo e attenzione, così l'impasto è preparato con un giorno di anticipo, per lasciarlo lievitare durante la notte.

Focacce che anche nel Veneto, come per il Ducato di Gaeta, valevano anche per pagare i “libellus”, così noi troviamo il Pian delle Fugazze, un valico alpino a 1163 m s.l.m., che fa da confine tra le province di Vicenza e Trento, che prende il nome per l'antica usanza di pagare gli affitti in focacce. Non molto lontano vi è anche il monte “Beffelàn”, in cui si riconosce il termine cimbrio “bafel” “focaccia”, dialetto alto bavarese, parlato dai superstiti degli antichi coloni bavaresi del sec. XIII, nella parte più interna del territorio costituito dai Tredici comuni veronesi.

La “fugassa” è presente nel battistero della Basilica di San Marco a Venezia, nel mosaico del XIV secolo “Il banchetto di Erode”, sulla tavola si notano, tra i tanti alimenti, anche delle focacce, da cui si svilupperà la “fugassa”, un'occasione per riflettere sul piacere della gola nella festa di compleanno di Erode, che si concluderà con la decapitazione di Giovanni il Battista, storia, narrata nel Vangelo di Marco, ma che, probabilmente, ha ispirato fornai e pasticceri per fare della “fugazza” il dolce dei matrimoni, guarnita con dei granelli di zucchero sopra la crosta, simbolo della felicità dell'evento, a volte era donata alla famiglia della sposa con il prezioso anello nascosto al suo interno.

Il detto a metafora di un matrimonio festeggiato di recente era *“Beato ti che ti ga ancora la venexiana col suchero sora”* - *“Fortunato te, che hai ancora la veneziana con lo zucchero sopra”*, modo di dire per chi aveva ancora la “fugassa” fresca, con i suoi granelli di zucchero.

La “fugazza” veneta rovescia la visione della focaccia delle altre regioni italiane, qui è un dolce lievitato, probabilmente una variante della pasticceria veneziana per la produzione dei dolci matrimoniali,



In effetti, i dolci di nozze veneziani erano originariamente confezionati con ciambelle o cialde, poste una sopra l'altra, a forma di “scalette”, “scaleter”, e non forate al centro.

A Venezia più di una calle ha questo nome, a significare che vi era la bottega di un **pasticcere**.

Nel 1493, quando i pasticceri veneziani si riunirono in corporazione, nominarono questa loro associazione come “Arte degli Scaleter”.



Verosimilmente, con il tempo si creò un unico impasto, vale a dire una focaccia lievitata, con una forma rotonda, impreziosita da granella di zucchero e mandorle, di color giallo dorato e con la superficie lucida, che se si aspirava il suo profumo lo si sentiva elegante, di vaniglia, di agrumi, di lievito e di pasticceria, al palato esprimeva un ricco dolce, con pasta morbida e molto raffinata, che porta con sé una fetta di storia, di tradizione ed ingegno.

Per non tralasciare nulla della storia è da considerare che un antenato della “fugassa” è possibile scoprirlo nel “De re coquinaria” di Marco Gavio Apicio, I secolo, nella ricetta “aliter dulcia” che, per quanto incompleta, può la può ricordare: *“Aliter dulcia: Piper, nucleos, mel, rutam et passum teres, cum lacte et tracta coques. Coagulum coque cum modicis ovis. Perfusum melle, aspersum pipere inferes.”* –

“In altro modo dolci: pepe, gherigli, miele, ruta e passito pesta, con latte e tracta cuoci. Cuoci il coagulo con poche uova, coperto di miele, sparso di pepe servi”

La “tracta” era un impasto di farina e acqua, utilizzato come addensante *“cum furberit, tractam confriges, obligas”*, “quando bolle rompi una sfoglia di pasta e con questa addensa”, ottenuto lavorando l’impasto in modo che risultasse ben amalgamato, così lievitava meglio.

il mosto, chiamato “mulso”, era dolcificato con miele e forse fermentato, il pepe era molto usato presso la cucina patrizia e il miele sostituiva frequentemente l’odierno zucchero, poiché la canna da zucchero fu introdotta in Spagna dagli arabi solo verso l’800 d.C..

Proviamo ora a preparare la “Fugazza”



Ingredienti per 8 persone

500 g farina 0

300 ml latte

150 g zucchero

3 tuorli d’uovo

150 ml Olio Extra Vergine d’Oliva veneto DOP

15 g lievito di birra

Un pizzico di sale

Scorza di un limone grattugiata

Una manciata di mandorle spellate e tagliate

Preparazione

Sciogliere il lievito nel latte tiepido e versare in una zuppiera. Unire lo zucchero, un pizzico di sale, le uova e l’Olio Extra Vergine d’Oliva Veneto DOP a temperatura ambiente, alternando con la farina.

Una volta impastata bene, coprire con un canovaccio e lasciare lievitare per una notte in un luogo tiepido.

Il giorno successivo, impastare nuovamente aggiungendo la scorza di limone grattugiata.

Imburrare e infarinare una tortiera di circa 24 cm di diametro con i bordi alti.

Porre l'impasto e lasciare lievitare ancora per circa due ore.

Pennellare la superficie con un il latte e distribuire sopra le mandorle.

Cuocere in forno già caldo a 220 °C per circa 45 minuti.



Con le emigrazioni dei veneti della seconda metà dell'Ottocento la “fugassa” giunse negli Stati Uniti d'America e, con probabilità, fu l'antenata dei “Donuts”, le famose ciambelle americane, fatte di un impasto lievitato, fritte o cotte al forno, e ricoperte di glasse colorate o cioccolato o zucchero

semolato.

I Donuts giunsero in Italia, o meglio, tornarono famosi per essere i prediletti da Homer Simpson, tanto che molti li conoscono come “Ciambelle di Homar”.



Concludiamo

Se le focacce sono state una delle spine dorsali dell'alimentazione umana hanno inciso anche nel pensiero e nelle espressioni, basti pensare al detto "rendere pan per focaccia", che ora ha il significato di una vendetta per un torto subito, ma non sempre fu così.

Nell'antica Roma erano in uso affermazioni simili, come "*Par pro pari referre*", "Restituire pari a pari"; "*Par pari hostimentum dare*", "La stessa ricompensa per lo stesso servizio"; "*Nulli nocendum: siquis vero laeserit, multandum simili iure*", "Non si deve nuocere a nessuno: se qualcuno l'avrà fatto, sarà castigato allo stesso modo". (Fedro – La volpe e l'uva).

In origine questo detto aveva perciò un significato diverso e "*quid pro quo*", la traduzione di "pan per focaccia" si rifaceva a delle usanze di buon vicinato, chi aveva cotto delle focacce ne donava al suo vicino, il quale ricambiava con del pane.

Rappresentazione che utilizzò burlescamente anche il Boccaccio nell'ottava novella dell'ottavo giorno del Decamerone: " ... Il Zeppa, stato con la donna quanto gli piacque, scese della cassa, e domandando la donna il gioiello promesso, aperta la camera, fece venir la moglie, la quale niuna altra cosa disse se non: — Madonna, voi m'avete renduto pan per focaccia — e questo disse ridendo. ..".

Pure Dante Alighieri utilizzò un motto molto simile, ma più scrupoloso e moralista del Boccaccio:

"I son frate Alberigo; i' son quel da le frutta del mal orto, che qui riprendo dattero per figo." Inferno XXXIII, 118-120.

"Dattero per figo" sta a significare che al frate Alberigo, un gaudente, è stata comminata una pena grave come la colpa che commessa, infatti fece uccidere i suoi parenti dai suoi servi nel momento in cui "da le frutta" dopo il pranzo.

Le focacce continueranno i loro viaggi attraverso l'Italia e il Mondo, tra storia, cultura e tradizioni, e continueranno a soddisfare palati con il loro sapori dolci, salati, cotte in forno o fritte purché sempre unite all'Olio Extra Vergine d'oliva Veneto DOP.