WEEK WE END

Leccornie DUCALI alla TAVOLA SFORZESCA

LA CURIOSITÀ

Secondo il giudizio di un nobile francese, gli Italiani, a confronto degli altri popoli europei, si segnalavano per l'eleganza nel mangiare. Il tovagliolo era ormai presente su tutte le mense di un certo livello, come anche il cucchiaio, la forcina e il coltello. La forcina, solitamente a due rebbi, d'argento o d'oro, serviva per portare alla bocca i bocconi di carne, frutta, pane, verdure. Gli Italiani infine, sempre secondo questo nobile si segnalavano per il bel modo di bere il vino. Bevevano moderatamente e solo vini di qualità. Spesso ogni commensale aveva un suo proprio bicchiere.

Le paste alimentari

Il nostro discorso sulle paste alimentari in epoca medievale continua, ricordando che, se il pomodoro non era ancora arrivato dall'America, anche una salsa come il pesto accompagnava le carni piuttosto che condire la pasta. Formaggio e pepe, con poco brodo o sugo di carne erano condimenti classici per la pasta. Altra preparazione classica per l'epoca era la pasta ripiena con carne, verdure e ricotta oppure carne e verdure insieme. Il ripieno di carne era pestato nel mortaio insieme al lardo e alle spezie e con questi ingredienti si preparavano torte con carne, con pesce, oppure con ricotta e verdure, soprattutto per i giorni di magro. La cottura delle torte avveniva in forno, mentre i tortelli e i ravioli erano bolliti o fritti. Le torte e i pastelli erano i progenitori dei nostri timballi. La carne pestata nel mortaio e insaporita con le spezie era avvolta in una sfoglia di pasta e coperta con un'altra sfoglia. Questa pasta poteva essere semplice pasta di pane oppure più elaborata con olio e grasso, come la nostra pasta sfoglia. Il ripieno di queste preparazioni era dettato dal rispetto per i giorni di magro, per il venerdì e la Quaresima. Per il contadino la verdura era nell'orto e la si poteva usare con la cagliata prodotta con il latte della propria capra. Nelle grandi città, la verdura era talvolta più cara della carne. Il prezzo delle uova variava a seconda delle stagioni e la farina per fare la pasta era anch'essa costosa. Spesso la carne era la cosa meno costosa. Ecco perché i ravioli erano un lusso che si permettevano anche le persone di ceto medio basso. Anche le carestie sono state superate grazie ai piatti unici, come diremmo noi ai nostri giorni. La pastasciutta condita, la minestra con la carne, sono tutti piatti completi che affondano le radici nel Medioevo ed anche prima.

Abbiamo scelto, essendo in Quaresima, una ricetta a base di pesce, semplice, dietetica e di facile esecuzione, arricchita da una splendida salsa gialla dal colore del sole.

Tonno in salsa gialla

INGREDIENTI

800 gr. di tonno in un pezzo solo, 15 gr. di sale grosso per litro.
Per la salsa gialla: 1 fetta di pane casereccio, 1 bicchiere di brodo di carne, ½ bicchiere di aceto, 1 pizzico di zenzero in polvere, 1 pizzico di stigmi di zafferano (1 bustina di zafferano in polvere).

Lavate e asciugate il pesce. Mettetelo in acqua fredda salata. Portate a ebollizione e fate cuocere per 20 minuti.
Intanto che cuoce il tonno, preparate la salsa nel modo seguente. Togliete la crosta dal pane e fatelo tostare nel forno. Quindi mettetelo a bagno nel brodo. Quando è morbido, schiacciatelo, unite le spezie e mettete il tutto sul fuoco. Poi unite l'aceto e cuocete a fuoco bassissimo. Salate, e se volete ottenere una salsa più densa passatela al setaccio.
Disponete infine in un piatto di portata il tonno, versatevi sopra la salsa gialla e servite subito

di Grazia Rossanigo

Torinese, storica di enogastronomia, Grazia Rossanigo da tempo svolge ricerche storiche sulla gastronomia dell'epoca rinascimentale ed è autrice di diverse pubblicazioni sull'argomento. Il suo impegno è quello di proporre informazioni e curiosità per far conoscere la storia attraverso i gusti e le tradizioni della famiglia ducale milanese. Tra i libri realizzati, ricordiamo "Amandole e Malvasia per uso di corte. Cibi e ricette per la tavola dei duchi di Milano", scritto con Pier Luigi Muggiati, e "La Tavola del Vescovo - L'alimentazione nel territorio di Vigevano a metà Cinquecento dai documenti del primo Vescovo Galeazzo Pietra", scritto con Marco Bianchi e Carlo Ramella.