



Cibo di magro Ma con quanto sapore di storia

Il pesce, grande classico della Quaresima Dal Concilio di Trento una tradizione che in Lombardia ha lasciato il segno

FRANCESCA NEGRI *

Il periodo della Quaresima, i quaranta giorni che nel calendario liturgico precedono la Pasqua, è tra i più interessanti, nella storia della cucina. Soprattutto per l'attenzione riposta nella cosiddetta "cucina di magro", in cui trionfa il pesce.

Inserito nell'alveo delle riforme promosse dal Concilio di Trento (1545-1563), il regime alimentare impostato alla rinuncia e alla penitenza, prediligeva il consumo del pescato, rispetto alle carni.

Ma è soprattutto per merito di un padre conciliare, tale Olaf Manson, autore di un pamphlet sulle virtù del baccalà, che il consumo del pesce si impone progressivamente da Trento ai territori alpini, per poi scendere in pianura. Oltre a promuovere, con un'abile operazione di marketing, un prodotto della sua terra, il Nord Europa, questo prelado incontrava di fatto un'esigenza diffusa: quella di un alimento economico e conservabi-

le. Non dimentichiamo quanto fosse acuto, nel Cinquecento e Seicento, il problema di come evitare il deterioramento dei cibi. Poi, la Quaresima concludeva il periodo invernale, in cui non si avevano a disposizione cibi sostanziosi. In breve, il baccalà o stoccafisso, divenne il nutrimento ideale delle classi più povere, arricchito dagli aromi dell'orto.

Alla Milanese o alla Mantovana, si affermò come un piatto via via sempre più sapido e ricercato. Chi poteva un po' di più, rispettava i dettami della Quaresima cucinando pesce fresco: salmerini, tinche, persico. Ma anche qui, il problema della conservazione si imponeva: ecco dove trova origine l'uso del "carpione", una speciale marinatura, capace di dare un vestito della festa anche alla cucina di magro.

* Giornalista, food blogger e scrittrice. Ha collaborato alla mostra "Progetto cibo. La forma del gusto" al museo Mart di Rovereto.

La ricetta qui proposta è suggerita da Francesca Negri, che l'ha tratta dal suo libro "La cucina di montagna" (Ponte alle Grazie, 221 pagine, 16 euro), nella collana "Il lettore goloso", curata da Allan Bay. Vengono presentati 315 piatti della tradizione. La ricetta è stata adattata per i lettori de "La Provincia".



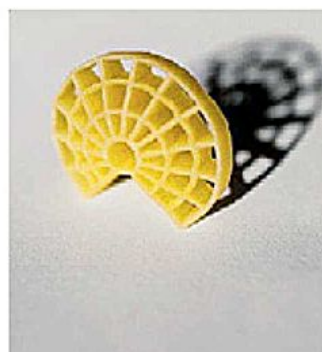
Croc Croc

Biscotti che sembrano sculture: il firma la food designer belga Delphine Huguet.



Policrome

Le torte ideate da Martin Guixé, di Barcellona, il più visionario artista del gusto.



Trafofo

Pasta a cupola, con finestrelle: il prototipo di Felicetti esposto a Rovereto si lega a qualsiasi sugo.

PESCI IN CARPIONE

per 4 persone: 4 tinche pronte per la cottura, o trote, salmerini, coregoni, persici, farina bianca, olio di semi di arachidi per friggere

PER IL CARPIONE

- 1 bicchiere di aceto
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 2 spicchi d'aglio o qualche foglia di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- timo
- maggiorana
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 cucchiaio di farina bianca
- 1 cucchiaio di zucchero
- sale e pepe

Preparate il carpione: fate bollire nell'aceto mescolato al vino bianco la salvia, il rosmarino, l'olio, il timo, la maggiorana, la carota, il sedano e l'aglio; aggiungete la farina e lo zucchero, regolate di sale e pepe e fate ridurre. Infrinate i pesci e friggeteli, trasferiteli in una bacinella dotata di coperchio, versatevi sopra il carpione e lasciate in infusione per qualche giorno in frigorifero. Servite freddo o caldo, con polenta.