CASTAGNO
CITTA' del
ASSOCIAZIONE NAZIONALE
CITTA' DEL CASTAGNO

Città vive dove vive il castagno

di Romano Veroli, Valentino Valentini, Enrico Borghi

Si fa presto a dire 'bosco'. Come se i boschi fossero tutti uguali. All'inizio era una foresta infinita. Sulle Alpi e negli Appennini, sotto la fascia delle conifere, nei boschi misti prevalevano i querceti. Poi, quasi all'improvviso, quasi ovunque nello stesso momento, querce ed altre specie calarono drasticamente di numero, per far posto al castagno. Sembra niente, ma la differenza è notevole.

Le querce davano da mangiare ai cinghiali: i castagni erano in grado di nutrire direttamente gli uomini. Vi par poco? La nuova fonte alimentare ebbe un tale sviluppo che la montagna si popolò, i villaggi crebbero di numero e di dimensioni, i rari e impervi sentieri si fecero via via più agevoli, diventando viottoli, mulattiere, carrarecce. Nacquero borghi e città: le Città del Castagno.

Si potrebbe dire che all'*Età della Quercia*, protrattasi dalla notte dei tempi fino all'anno Mille, sia seguita l'*Età del Castagno*, proprio come all'Età della Pietra seguì l'Età del Metallo.

Oggi quella civiltà millena-

sembra finita.
Effettivamente, lo è: la superficie dei castagneti è considerevolmente calata, e con essa la produzione di castagne e marroni, il cui uso gastronomico è ridotto a poca cosa. Ma il guaio vero è che all'*Età del Castagno* si è alternata l'*Età del Niente*! L'abbandono delle cure del bosco ha portato molte zone alto-collinari e montane ad un preoccupante degrado, con pericolo per il suolo, che frana, e per gli uomini, che lasciano ambienti a dimensione umana per concentrarsi negli agglomerati metropolitani, perdendo storia e identità. Non siamo nostalgici del passato, sia pure millenario e glorioso, e del progresso non possiamo che dir bene. Purché sia progresso. Meglio: purché sia sviluppo: uno sviluppo sostenibile.
Abbandonare i territori montani non è segno di progresso: men che menodi sviluppo sostenibile. È, semplicemente, alla lettera, perdere terreno sotto i piedi. Non ce lo possiamo permettere. È come lasciar morire Lecce perché il barocco è roba di quattrocento anni fa, o Venezia perché il gotico è stagione tramontata da otto secoli, o Roma perché il Colosseo ed i Fori sono relitti vecchi addirittura due millenni. Sarebbe da matti. No, pensiamo proprio che non si può perdere un patrimonio a questa maniera. Non si tratta di conservarlo in naftalina, privo di vita e ridotto a un museo a cielo aperto. Va tutelato, va valorizzato e va vissuto.
Ecco perché dal Piemonte al Veneto, fino alla Lucania ed alla Sicilia, quasi cento fra Comuni e Comunità Montane hanno dato vita all'Associazione delle Città del Castagno. Ecco perché l'Uncem , l'Unione delle Comunità Montane, sostiene con convinzione le iniziative di questo club. Ecco perché, infine, l'Associazione Res Tipica, promossa dall'Anci e che riunisce i territori d'identità, ha contribuito alla realizzazione della presente guida, che è quasi un manifesto per proclamare, agli abitanti di questi territori montani come a coloro che vi si recano in viaggio o in vacanza, che le cento Città del Castagno sono altrettante città vive: città vive, dove vive il castagno.

Esce la nuova Guida delle Città del Castagno. Pubblichiamo la prefazione di ***Romano Veroli***, presidente dell'Associazione Nazionale Città del Castagno, ***Enrico Borghi***, presidente dell'Unione delle Comunità Montane, e ***Valentino Valentini***, presidente dell' Associazione Res Tipica.

Nelle pagine succesive, il racconto di una grande civiltà che ha caratterizzato le Alpi e l'Appennino: dal Piemonte alla Sicilia, dal Trentino alla Basilicata.

Segue, infine, un insolito ricettario che, ripercorrendo un gusto che ha mille e più anni di storia, lancia l'operazione *"Adotta una ricetta"*: una singolare proposta per salvare piatti in via d'estinzione.

In che castégn, u si ved...

Una passeggiata in un castagneto, qualunque sia la stagione, è sempre una buona idea: aria buona, bei colori, un dolce rumorio, gli odori del sottobosco... Non era niente di più che si aspettava ***Claudio Betti****, quando capitò sul Monte La Fine, non distante dalla sua Imola.*
Ho sempre con me una fotocamera: ho guardato i castagni, ho fatto scatti. Tornato a casa, ho letto qualcosa: mi interessava quella pianta. È unica, particolare. Sono tornato, sono stato in altri castagneti, ho chiacchierato con i vecchi. Mi dicevano *"Guarda in che castégn... U si ved..."*, guarda in quel castagno, ci si vede...
Ho guardato. Ho aiutato i miei occhi con quelli dell'obiettivo, ho usato anche l'infrarosso. Ho scelto il bianco e nero per la stampa, perché il colore è la realtà, ma il bianco e nero lascia venir fuori i segreti. Finalmente ho iniziato a capire quel *"u si ved"*, ci si vede.
I greci dicevano che gli dei vivono sulle chiome degl alberi: se guardi con attenzione un castagno, anche tu vedrai volti di persone, di personaggi da leggenda. Hai presente Paul Valery, le sue poesie sugli alberi antropomorfi? Ecco, i castagneti sono giardini magnifici, i loro fusti, le chiome, il sottobosco. In quei giardini affatati i castagni raccontano storie: le stesse che raccontano i vecchi. Storie di fatti strani, di personaggi fiabeschi che tirano burle o ti fan venire la pelle d'oca. Da allora ho iniziato a girare l'Appennino, fin giù in Campania e Lucania. Ho fatto migliaia di scatti. Ho stampato centinaia di foto. Ho raccolto storie, le ho messe in mostra, con successo, specialmente fra i giovani.
Ma è una mostra 'incompiuta', debbo andare ancora in Sicilia, in Calabria, sulle Alpi.
Ho ancora un sacco di storie da raccogliere. I castagneti non smettono mai di raccontare.

Claudio Betti

Cento città da cogliere in castagna

Testi di *Filippo Radaelli*
Progetto grafico di *Fabrizio Malandruccolo*

Quando le castagne avevano gli occhi a mandorla

Avevano probabilmente gli occhi a mandorla le prime piante di castagno comparse sulla faccia della terra. È infatti dall'Estremo Oriente che è cominciato il lungo viaggio del genere *Castanea* in giro per il mondo e che ha dato origine ad oltre una trentina di specie. Le prime nacquero quasi certamente in Cina, dove è tuttora diffusa la *Castanea mollissima*. Da lì, hanno intrapreso la loro lenta e duplice migrazione: verso est (come la *Castanea crenata* in Giappone e la *Castanea dentata* in Nord America) e verso occidente, facendosi strada fino in Turchia. Qui, i maestosi alberi dai frutti aculeati hanno preso confidenza col clima mitigato del Mediterraneo, assumendo caratteristiche ad esso più adatte e dando origine, dopo qualche mila anni, alla *Castanea sativa*, che è già il nostro comune castagno. Il quale, finalmente, si decide a passare il Bosforo: su per i rilievi balcanici, giù per l'Appennino italiano, su per l'intero arco delle Alpi, uno scarto verso il Massiccio centrale francese e di nuovo giù, verso i Pirenei e la penisola iberica. È così che nei boschi d'Europa, già da remotissime epoche, il castagno europeo viene ad affiancarsi alla quercia ed al faggio, suoi lontani cugini.

Anno Mille: nei boschi una vera rivoluzione

Una mano a compiere questo lungo percorso tra i boschi delle montagne di mezzo mondo devono avergliela data anche gli uomini primitivi, e gli ominidi loro antenati, che certamente ne apprezzavano il frutto: gustoso, facile da raccogliere e conservare e ricco di amido: dunque energetico. Molto energetico.
Già da quei tempi remotissimi, dunque, e fino a meno d'un secolo fa, la raccolta delle castagne è sempre stata largamente praticata. Per lo più, ci si accontentava di prendere quelle cadute da piante spontanee o fatte nascere in mezzo ad altre specie boschive da frutto o da legno: noci, querce, faggi, noccioli e così via.
Ma il castagno è stato anche il grande ed inatteso protagonista di una vera rivoluzione, destinata a segnare, fin quasi alle soglie del Duemila, la storia dell'alimentazione delle popolazioni montane del Sud Europa.
Caduto l'impero romano sotto la spinta cruenta delle invasioni barbariche, in Italia, come in tutto il mondo mediterraneo, si era verificato un notevole crollo demografico. Passati i tempi peggiori, con la ripresa delle comunicazioni e dei commerci, attorno al Mille città e campagne si vennero ripopolando. Per soddisfare l'aumentato bisogno di cibo, in pianura e in bassa collina si disboscarono ettari ed ettari di foreste per far spazio alle colture di frumento. In montagna, invece, gli appezzamenti utilizzabili sarebbero risultati troppo piccoli: buoni per un orto, non per la coltivazione di cereali. Sicché, nei territori prealpini (dal Piemonte al Triveneto) e dell'Appennino (dalla Liguria alla Calabria e alla Sicilia) non vi fu disboscamento: semplicemente, i castagni presero il posto dei querceti.

Al posto di ghiande e cinghiali

Perché proprio i castagni? Bella domanda! E sorprendente la risposta: fino ad allora, nei querceti pascolavano cinghiali e maiali bradi: grandi mangiatori di ghiande e grandi fornitori di proteine per le mense umane.

Ma la carne di suino, prodotta in quantità sufficiente per ben nutrire, nei tempi bui, le rarefatte e isolate popolazioni montane, dopo il Mille non bastava più a soddisfare le crescenti esigenze della maggiore popolazione del territorio. Divenne un cibo per ricchi, o per i giorni di festa. Meno cinghiali, meno ghiande. Le querce non servivano più, o quasi, per sfamare i suini bradi.

Le castagne, invece... Mica parlo delle ghiotte (e costose) caldarroste, degli squisiti (e costosi) marron glacé o delle deliziose (e costose) confetture. Macché... Quello è niente! Di castagne si viveva da sei a otto mesi all'anno: mica era possibile immaginare di andare avanti a marron glacé, a caldarroste o marmellate!

Castagne secche e farina! Le castagne venivano essiccate e ci si faceva farina: tantissima farina, come coi cereali ed i legumi.



Un'infornata di pani d'albero

La castagna essiccata, può durare per più di metà dell'anno, fino a primavera inoltrata: finché non arrivano, appunto, i raccolti di legumi ed i cereali. Sfarinata, è ottima per fare minestre, polentine, focacce: tale e quale, manco a dirlo, ai cereali ed ai legumi.

Anche il castagnaccio, bravi! Che è, infatti un 'relitto alimentare' di questa importante economia della castagna, di cui oggi son rimaste poche e preziosissime testimonianze.

Il frutto amidaceo racchiuso nel riccio era la materia prima per il pane dei montanari. Per questo la gente di città, che considerava gli alpigiani gente rozza e misera, definiva *pane dei poveri* il ghiotto alimento a base di acqua e farina di castagna; mentre loro, la semplice ma saggia e buongustaia gente di montagna, designava quello stesso prodotto di forno come pane d'albero.

Un legno tutto da spremere

Pane d'albero, proprio: è una definizione azzeccatissima. *Pane*, perché la farina di castagne aveva (ed ha tutt'ora, chiariamoci: solo che non si sfrutta più) la stessa versatilità dei cereali: ci si fa tutto quello che col grano si può fare nel forno o in pentola. *D'albero* perché il castagno è un albero, si capisce! E che albero! Cresce abbastanza in fretta. Dà legno, e legno buono, durevole, indeformabile e ad ottima tenuta termica. Fu anche per questo un'inesauribile risorsa: tutt'oggi è sfruttato (lo potrebbe essere di più) per fare travi per costruzioni, soffitti, parquet, mobili da interno o strutture - ponti, staccionate ed altro - da esterno, attrezzi agricoli... Che altro volete spremere, dal legno di castagno? Tannino per la concia delle pelli o la tintura di tessuti pregiati, pellets per il riscaldamento domestico, barriere fonoassorbenti o altre avveniristiche ed estetiche opere di bioingegneria e bioarchitettura.

Castagno alcolico

Certo, niente rispetto alla valorizzazione che il legno di castagno ebbe nel passato. Oggi è quasi un obbligo bere vino barricato: maturato, cioè, in pregiate botti di rovere francese. Peccato. Peccato perché, come accade spesso, si appiattisce il gusto sulle mode, perdendo il gusto della diversità dei gusti: cioè, senza giochi di parole, l'inestimabile ricchezza delle differenti tradizioni. Perché in Italia le botti erano spesso in castagno, ricco di tannino e quindi perfetto per rafforzare in cantina i vini usciti deboli dalla vigna.

Speriamo che si riprenda l'uso, recuperando caratteristiche che vanno scomparendo. C'è già chi ci prova: merita successo. Come successo sta avendo già chi torna ad adoperare nel vigneto tutori in castagno, anziché sostegni in cemento: guadagnando in maggiore resistenza agli urti e -vantaggio raffinato e assai apprezzabile- in minore riflessione della luce, causa di sgradevoli alterazioni nel bouquet dei grappoli più vicini.

Castagne con la schiuma

Ah! A proposito di vino, quasi dimenticavo... C'è anche la birra. Quando il luppolo ancora non aveva preso il campo, la birra veniva aromatizzata con altre essenze e... Che ve lo dico a fare? La birra di castagno andava forte. Per la verità, era birra di castagne: anzi, di farina di castagne. Ad un certo punto, è sparita. Adesso – evviva! - ritorna. La producono in diverse zone dell'Appennino e delle Alpi. Birra con tutti i crismi, birra da pasto, da carni e formaggi stagionati, anche da dolci secchi. Prosit.

Castagno benedetto

Ma , tornando al legno, fate un salto a Santa Maria Maggiore o a Santa Bibiana, a Roma, o a Santa Maria in Forcassi, a Viterbo, o a Sant'Antonio, a Tarquinia, o nel Castello Orsini di Bracciano, nel Palazzo Doria Pamphili di San Martino al Cimino, e vi basterà un'occhiata per scoprire quello che una ricerca realizzata da Sanzio Baldini e Angela Lo Monaco, dell'Università della Tuscia, ha statisticamente dettagliato: oltre il 90% - novanta, dico novanta, percento! - di 400 elementi campionati nelle chiese laziali è in castagno. Castagno benedetto.

castagno



Cavalli, la Nave ed altri giganti

Bene. Almeno nell'ultimo millennio il castagno è stato talmente importante che non hanno lasciato solo una bella eredità di boschi, una tradizione gastronomica ed artigianale tutta da riscoprire e perfino opere artistiche di gran pregio. Secoli secoli e secoli di castagno significano anche castagni plurisecolari. E dire castagni plurisecolari significa parlare di veri monumenti botanici, apprezzabili per la loro bellezza ed imponenza. Si tratta di una specie agro-forestale da vero Guiness dei primati sia per l'ampiezza della chioma che per la circonferenza del fusto.

I due più spettacolari sono in Sicilia, entrambi sull'Etna: il primo, il "Castagno dei Cento Cavalli", si trova a Sant'Alfio (CT). Sembrava fosse l'albero più grande d'Italia: in realtà, è ormai una sequenza di ceppaie che di circonferenza fa 52 metri. Sicché il primato, con 20 metri tondi tondi, lo detiene il "Castagno La Nave", sito nel comune di Mascali (CT). Gli altri castagni monumentali raramente superano un perimetro di 10 metri: ma andateli a vedere che cosa sono! Giganti dei boschi della montagna: ecco cosa sono. Giganti buoni, ospitali: da accoccolarsi tranquilli fra le loro braccia.
Ne volete un elenco? Non ve lo do. Ve lo dovete guadagnare. Però vi fornisco una traccia, per una vera caccia al tesoro: digitate, su un motore di ricerca, "castagni monumentali", e buon divertimento.

La strada del Barone Rampante

Ma veri e grandi monumenti sono i boschi di castagno in sé. Non sono più infiniti come un tempo, quando, saltando di ramo in ramo come il Barone Rampante, avreste potuto attraversare l'intero stivale, a partire dalle isole, fino a passar la frontiera e continuare in Francia, in Spagna... Una "Strada europea della castagna"? È un'idea eccellente: tanto che è già un progetto UE su cui, a dir la verità, l'Italia è ancora un poco indietro: le buone iniziative non sempre corrono veloci.

Meglio va con i diversi musei del castagno realizzati in giro per l'Italia e con la composita "Mostra documentaria sul Castagno" resa itinerante dall'Accademia dei Georgofili e curata con raffinata competenza e contagiosa passione da ***Elvio Bellini***, accademico egli stesso : mostra assai godibile, ricca di materiali (200 varietà di frutti, 250 esempi di prodotti trasformati) e di documentazione (250 volumi e 600 immagini raccolte in magnifici poster tematici per conoscere tutto quello che avreste voluto sapere sul castagno) impreziosita dalle pregevoli fotografie dovute alla sensibilità speciale di ***Claudio Betti***, che ha ritratto, in bianco e nero, l'intimità segreta di alcuni magnifici esemplari dei nostri migliori castagneti.

Per informazioni sulla Mostra documentaria sul castagno: Professor Bellini, Direttore del Dipartimento Ortoflorofrutticoltura, Polo Scientifico e Tecnologico, Università di Firenze, Viale delle Idee, 30 50019 Sesto Fiorentino (FI) tel. 055 4574053 e-mail elvio.bellini@unifi.it

Cosa sta cambiando dentro il riccio italiano



foto di Massimiliano Pellerino

Tirando le somme: l'Italia è da sempre il paese europeo con la maggiore estensione di castagneti ed il maggior produttore di castagne del vecchio continente. Solo che, fino a cent'anni fa o giù di lì, tale produzione superava perfino il milione di tonnellate all'anno, mentre oggi sarebbe un risultato eccezionale superarele settantamila. Questo crollo repentino un po' è dovuto al fatto che è cambiato lo stile alimentare delle popolazioni di montagna, ed un po' ad alcune gravi malattie che hanno distrutto gli estesissimi castagneti di mezza Europa: niente rispetto al pericolo di un insettino (guarda un po', d'origine cinese come la pianta) che oggi minaccia solo il frutto, la castagna, e non l'intero albero.
Ma dopo questa brutta notizia, ve ne do subito una buona: la tendenza sta, lentamente ma chiaramente, invertendo la rotta. La coltura del castagno, insomma, è in ripresa un po' in tutta la penisola.
E ve ne do anche un'altra, migliore: le castagne sono sempre più buone.
Alcune sono decisamente buonissime.
Sì, davvero! Dico sul serio! Solo un secolo fa si raccoglievano castagne più o meno selvatiche, cresciute multiple dentro ciascun riccio: le nuove varietà selezionate su quelle autoctone e le tecniche innovative di coltivazione permettono oggi di raccogliere marroni cresciuti in tutta comodità, massimo tre per riccio: più grossi, più sani, più saporiti.
Non si tratta di 'castagne geneticamente modificate', badate! Si tratta di selezioni di varietà tradizionali sulle quali occorrerà mettere un po' di ordine, con studi genetici approfonditi: ma vantano il lavoro attento, paziente, millenario, dei coltivatori.
Tanto che l'Unione Europea ha già ammesso al marchio di Indicazione Geografica Protetta (Igp) il *Marrone del Mugello*, il *Marrone di Castel del Rio* ed il *Marrone di San Zeno*, la *Castagna del Monte Amiata* e la *Castagna di Montella*. E c'è anche una Dop, Denominazione d'Origine Protetta: la *Farina di Neccio della Garfagnana*.
Altre richieste di riconoscimento sono in corso, ma già quelle ottenute danno gran prestigio ed ottime opportunità al prodotto italiano

Cento città da cogliere in castagna

Infine, una terza ottima notizia: la castagna è energetica, ma fa bene. Ha proteine, ha vitamine, è ottimamente assimilabile. Ed è adattissima al crescente numero di persone affette da celiachia, cioè intolleranti al glutine: infatti, le castagne non ne contengono nemmeno un po'.

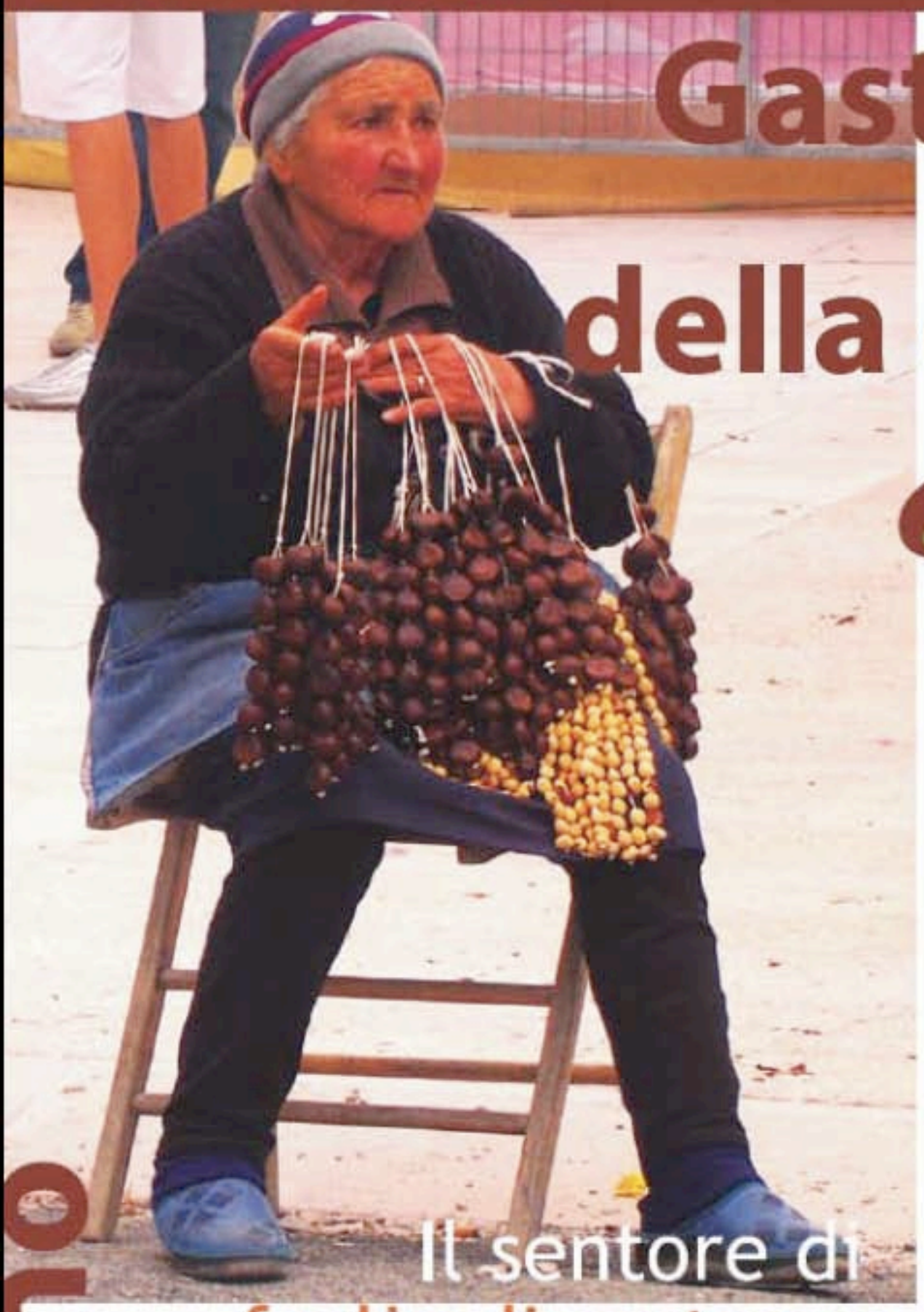
Castagne e castagneti significano questo: un alimento squisito e salutare e un paesaggio, un ambiente, di gran pregio.

E LE CITTÀ DEL CASTAGNO?
AH! LE CITTÀ DEL CASTAGNO, RACCOLTE NELLA GUIDA,
SON TUTTE DA SCOPRIRE: È UN VIAGGIO AVVENTUROSO
E PIACEVOLISSIMO DI CUI NON VI DICO ALTRO:
SONO CENTO CITTÀ CHE SARANNO FELICI
DI FARSI COGLIERE IN CASTAGNA.



Gastronomia verace della castagna

di F.R



Il sentore di foglie di castagno

Come la polenta è lo stadio evolutivo che precede il pane, la *pattona* è il grado che precorre il castagnaccio. Non supera mai il centimetro di spessore né presenta mai screpolature ed è più molle. Ma la vera particolarità che distingue la pattona dal castagnaccio è il letto di foglie. Non si può assolutamente rinunciare al letto di foglie di castagno: debbono tappezzare completamente la base della teglia, per versarvi sopra la pastella poco meno che liquida. Le foglie non sono un banale supporto antiaderente, ma conferiscono la giusta fragranza: quel sentore di foglie di castagno che, se è apprezzabile in un buon vino, è irrinunciabile nella pattona.
A cottura ultimata, le foglie bruciate si eliminano senza difficoltà e... Voilà la pattonà, da gustare da sola o con pecorini freschi, salumi, selvaggina... Vino rosso, sempre. Con ricotta e mosto cotto diventa un dessert.

Adotta una ricetta

Perché no? Può essere un'idea. Se, leggendo una delle ricette che seguono, viene curiosità ed acquolina in bocca, adottarla, sperimentarla, proporla agli amici, perfino tentarne il commercio, può salvarla.
Comincerei con le *ballotte*, o *succiole*: che non sono altro che le *caldallesse*, cioè castagne bollite in acqua aromatizzata con alloro, finocchio o altri sapori. Il piatto è semplicissimo, ma merita segnalare un fatto curioso: un tempo era proverbiale andare in sollucchero non con il brodo di giuggiole, ma con quello di succiole, evidentemente povero ma assai prelibato.
Conosciutissimo anche il *castagnaccio*, (in Toscana conosciuto anche come *castaneccio*, o solo *neccio*, per farla breve: che l'importante è mangiarlo).
La versione oggi conosciuta, quasi unico relitto alimentare di una stirpe numerosa e variegata, si prepara mescolando farina e acqua o latte tiepidi: l'impasto deve avere la consistenza semiliquida dello yogurt. All'amalgama si aggiungono mezzo bicchiere di olio extravergine, mezz'etto di pinoli e noci e mezz'etto di uva passa; lo si stende in una teglia rotonda, bene unta, per uno spessore massimo d'un paio di centimetri: s'usa dare a questo punto una spolverata di aghi di rosmarino, con riuscito equilibrio di sapori. Prorio questo prova che il castagnaccio è più una alternativa del pane di grano che un dolce, quale oggi comunemente è considerato.
Prima di infornare per un'oretta a 160°, si cosparge tutto con un altro cucchiaio d'olio. A cottura completata, la superficie dell'impasto deve risultare d'un bel colore marrone e screpolata. Si mangia caldo o freddo, da solo o accompagnato da ricotta e formaggi.

castagno

Mica solo caldarroste!

Caldarroste e formaggio... Caldarroste e prosciutto... Ve l'immaginate? Mangiamo più caldarroste noi di quanto usassero i nostri nonni. Per il companatico occorre il pane: ed in montagna c'era il *pane d'albero*. Cioè il *pane di castagne*. Tantissimi i modi per prepararlo: si parte sempre da un impasto base (una miscela di farine di castagna e di frumento, acqua e sale) per dare vita ad una variegata vetrina di pagnotte. Volete farne esperienza? Una ricetta semplice ma efficace? Eccola: si amalgamano due parti di farina di grano tenero con 3 di farina di castagne in mezzo litro d'acqua e un po' di lievito di pane (non di birra: quello a fermentazione naturale che si può trovare in una buona panetteria). Un pizzico di sale, magari un goccio d'olio (ma non in tutte le famiglie se ne aveva disponibilità: dunque, è un optional), almeno due ore - meglio una notte - per la lievitazione, ed il gioco è fatto: s'inforna a 180° e, dopo una mezz'ora o poco più avete il pane di castagna. Pane scuro, ma pane buono, saporito, come fosse di cioccolato.

Alta cucina barocca o romana

E se con la farina di frumento si fanno besciamelle e altre salse, la farina di castagne - niente miscele, in questo caso - non è da meno: sciogliendone un etto a fuoco lento in latte, acqua, olio sale e pepe, si ottiene una rinascimentale *salsa di castagne* ottima anche per carni importanti.

Ricchissimo, il web, di pietanze moderne, che reinterpretano la castagna in versione fastosa: cercarne di appetitose è poca fatica. Hanno caratteristiche un po' medievali, un po' barocche: dai *ripieni di marroni* in selvaggina, in cappone, in maialino arrosto, al *coniglio con castagne* e altre squisite fantasie.

Ma una ricetta strepitosa, da triclinio imperiale più che da mensa contadina, risale a duemila anni fa o poco meno. Si deve ad Apicio, gourmet romano, che fornisce le istruzioni per cucinare le *castagne come fossero lenticchie*: "*Scegli una pentola nuova* [degna, cioè, di un piatto importante] *e mettici le castagne pulite con cura: cuocile e, quando sono cotte, pesta nel mortaio pepe, cumino, semi di coriandolo, menta, ruta, radice di laser e pulegio* [se riesci a trovarli...]. *Trita tutto, metti l'aceto, il miele, il garum* [salsa di pesce da cui discende l'odierna colatura di alici, eccellente specialità di Cetara, sulla Costiera Amalfitana] *e di nuovo aceto. Versa tutto sulle castagne cotte, aggiungi olio e porta a bollore; quando sarà bollito bene, schiaccia tutto come se usassi il mortaio. Assaggia e, se manca qualche sapore, aggiungilo. Scodella nella zuppiera e condisci con olio verde* [cioè di buona qualità: insomma un extravergine Dop]".



E per finire?

Ma che domande! Per chiudere, ci vuole un dessert.
Un budino di castagne è dessert per eccellenza. Sbucciato, lessato e spellicolato mezzo chilo di marroni, se ne fa purea e si aggiungono due cucchiaiate di zucchero in polvere e una noce di burro; si cuoce tutto in una casseruola mescolando bene affinché non si formino grumi.
Quando la purea si sarà addensata, si leva la pentola dal fuoco e si amalgamano bene un paio di tuorli d'uovo e l'albume montato a neve. Si versa tutto in una casseruola capiente, bene unta con burro, e si cuoce a bagnomaria fino a che il budino rassodi.
Un passito, o il vino dolce che più preferite, e... Viva le castagne, viva i castagneti e viva le città del castagno!
Prosit!



Questa guida
è quasi un manifesto
per proclamare,
agli abitanti dei territori montani
come a coloro che vi si recano
in viaggio e in vacanza,
che le cento Città del Castagno
sono altrettante città vive.
Città vive, dove vive il castagno.

Su www.restipica.it
e su www.cittadelcastagno.it
tutte le informazioni per l'acquisto della guida.

Associazione Nazionale Città del Castagno:
Coordinamento tecnico
c/o C. M. Appennino Modena Est
Via Mauro Tesi, 1209
41059 Zocca (MO)
info@cittadelcastagno.it