Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.
2—anno 2021 mese di novembre
pubblicato sul sito ente www.casariposocupra.it

NUOVA ESPERIENZA CULTURALE/ RICREATIVA DELLA FONDAZIONE

AFORISMA DEL MESE

Gli aforismi marchigiani custodiscono un grande tesoro, invisibile ma assolutamente indispensabile: quello del buon senso e della sapienza. Essi provengono da un passato remoto che racconta i tempi antichi più di quanto riescano a fare i libri di storia. In mancanza della trasmissione ai posteri con la scrittura, la formula più efficace era quella del proverbio: una frase corta, spesso in rima o con assonanze, facile da ricordare e legata, il più possibile, alla lingua e alla realtà del luogo.

E' gitu a fa la terra pe lo cece

E' morto!

Mejo un tristu campà che un bellu morì

E' meglio vivere tristemente che una bella morte

SOMMARIO:

AFORISMA DEL MESE	1
QUESTA è LA NOSTRA STORIA...	2
CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA	3
UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE	4
LA RICETTA DI NONNA ANITA	4
POESIA	6
INFORMAZIONI	

Questa e' la nostra storia...

INFANZIA

Il nostro viaggio inizia facendoci raccontare ciò che più ricordano della loro infanzia. La seconda domanda posta è stata "Pensando alla vostra infanzia, raccontatemi com'era il pranzo nei giorni durante la settimana".

Uno degli argomenti più amato che da sempre accompagna la vita dei cittadini cuprensi è quello del mangiare. La modalità alimentare si è fortemente modificata nel corso del tempo, in modo evidente per ciò che concerne l'aspetto quantitativo (almeno per la maggioranza degli ospiti della Casa) di cibo che quotidianamente si consumava ai pasti.

Il pranzo settimanale aveva due variabili imprescindibili: l'elevato numero dei commensali, i membri della famiglia patriarcale la relativamente misera quantità di cibo a tavola.

"C'era l'indispensabile!", ribadisce una signora. "Minestra, minestrone, raramente la pastasciutta con sugo di solo pomodoro", precisa con tono consapevole, fiero, con un briciolo di tristezza. Subito dopo, però, come per riscattarsi aggiunge "l'estate, quanno in campagna c'era i lavori grossi, se magnava de più, quadrelli, tagliatelle, tagliolini! E a frutta non mancava mai, stacevamo in campagna nuà!"

Scenario simile sulla tavola del pranzo settimanale di un'altra signora "noi mangiavamo a pulenta co i cavoli", continuando a raccontare "mamma strascinava e foje del cavolo co l'oio e l'aio, poi le metteva sopra la pulenta come sugo".

Paradigmatici della tipologia di vita dei mezzadri locali nei primi anni '40 sono i "tajulì pelùsi", fatti solo con acqua e farina (per questo rimanevano grezzi,

porosi, da questo l'appellativo "pelùsi") conditi con le cotiche. Queste venivano fatte gonfiare cuocendole in una pentola con aglio e olio. Non c'era il secondo. Poteva esserci della verdura, magari con un tozzo di pane (talvolta stantìo, vecchio di una quindicina di giorni). Divertente la storia riportata alla memoria da una signora ultranovantenne "a mi fratellu je piacìa solo a pastasciutta, allora nonna je la facìa e dicìa che l'avìa fatta apposta pe u nipote. Ma in verità facìa a pasta perché pure a essa je piacìa magnalla! Pijava a scusa de falla pe fratimu!" fragorosa risata a seguire. Il pane, fatto con la farina "de casa", veniva impastato nella propria abitazione e portato a cuocere nel forno sul paese. Svariate file, una scorta che doveva essere sufficiente anche per 2 intere settimane "o pa se magnava anche co a muffa!"

Simpatico, con un velato senso del macabro, l'aneddoto raccontato da una signora. Quando era bambina approfittava del giorno in cui si portava a cuocere il pane nel forno del paese per realizzare una bambolina, fatta sempre di pane, "l'occhi erano fatti con 2 chicchi d'orzo", da mettere a cuocere nel forno insieme alle altre file di pane. "Poi, ci giocavi?", domando. "Per un po' di tempo ci giocavo poi la mangiavo!". La fame è, ma soprattutto era, una brutta bestia! Tra i residenti della nostra Casa non ci sono solo ex mezzadri, ma anche proprietari terrieri. Per questi, il pranzo settimanale si avvicinava a quello dei giorni nostri nel senso che era abbondante "noi c'avevamo tutto tagliatelle, vincisgrassi, poi il secondo pollo, coniglio, il contorno di insalata, verdura di stagione. Da mangiare ci avanzava. I contadini che lavoravano la nostra terra ci portavano ogni ben di Dio!" Mentre questa signora raccontava il suo momento del pranzo settimanale della propria infanzia, un'altra signora ex mezzadra seduta al suo fianco, ascoltava silenziosa e a bassa voce, diceva "beata te...beati voi".

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA

Il rimedio di questo mese serviva per alleviare i dolori all'interno della bocca, una bocca infiammata magari per l'estrazione di un dente o con calore diffuso. La cura consisteva nella preparazione di un infuso di malva o alternativamente di salvia e fare poi degli sciacqui. Suggerisce una signora un'ulteriore alternativa, quella di sfregare direttamente sulle gengive la salvia.

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE

Un'altra canzone che ha segnato profondamente l'infanzia dei nostri amici ospiti è stata Fratelli d'Italia, l'inno nazionale. L'abitudine di ascoltare e cantare l'inno italiano è figlia del periodo fascista, quando era obbligatorio conoscerlo a memoria e cantarlo ogni giorno a scuola prima dell'inizio delle lezioni. "Era bello quando cantavamo tutti insieme, ci sentivamo uniti". "Anche se non te ne gìa sempre, ce l'avìa fatta cantà talmente tante volte, che a cantai semza pensacce". Ascoltare, ma soprattutto cantare Fratelli d'Italia insieme agli altri bambini faceva sentire i nostri anziani odierni allora pargoli appartenenti ad una comunità, nella quale le allora più marcate disuguaglianze sociali in qualche modo si dissolvevano.

LA RICETTA DI NONNA ANITA

VITELLO TONNATO

Ingredienti

Vitello (girello), aglio, sedano, carote, cipolle, pepe nero, alloro, sale, olio evo, chiodo di garofano, vino bianco

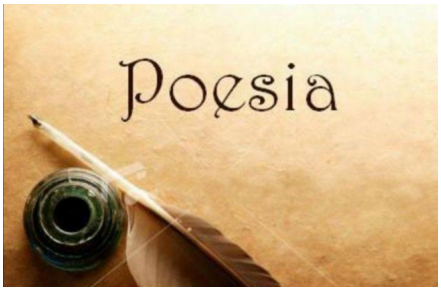
Per la salsa: maionese (meglio se fatta in casa), filetti di acciughe, tonno sott'olio, capperi

Preparazione

Mettere in una pentola il pezzo di girello, le verdure tagliate, la foglia di alloro, il pepe nero, chiodi di garofano. Coprire con il vino bianco e un po' d'acqua, aggiungere sale e olio. Far cuocere a fuoco basso per un'oretta. Una volta cotto il pezzo di carne, scolarlo e lasciarlo raffreddare completamente.

Versare il tonno in un frullatore assieme ai capperi, ai filetti di acciuga e a mezza carota lessata con il vitello e frullare. Aggiungere la maionese, frullare nuovamente per ottenere una crema, aggiungere ulteriore maionese se la salsa dovesse essere troppo densa.

Affettare finemente il vitello con un coltello, stendere le fette in un piatto e spalmare sopra la salsa tonnata (a piacere decorare con delle fette di limone).



LA POESIA