

Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.

7° anno, 2026, mese di aprile

pubblicato sul sito ente www.casariposocupra.it

**NUOVA ESPERIENZA CULTURALE /
RICREATIVA DELLA FONDAZIONE**

A FORISMA 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.

D'aprile, l'agnello va col vile

Ad aprile non fidarti del bel tempo, il temporale è sempre in agguato.

Quando aprile mette la vesta, la terra fa festa

Nel mese di aprile la terra si copre del verde della vegetazione.

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...



La primavera

La domanda che pongo ai nostri amici questo mese è “Cosa vi ricordate del periodo di Pasqua di una volta? Si mangiava fino a scoppiare come accade oggi?” La Pasqua non cominciava la domenica, ma molto prima. Già a metà Quaresima si sentiva l'aria cambiare. La cucina diventava il centro del mondo. “Me ricordo che mamma e nonna facìa e pizze di formaggio, ne facìa tante perché nuà lì casa eravamo 8”. “Io invece, me ricordo che mamma ne facìa mutevè, perché non era solo pe lì casa nostra e regalemmo ai parenti, a u prete che passava pe a benediziò, e ai vicininati.” E' una esplosione di ricordi, carichi di emozioni nostalgiche. “Non te poli fa 'nidea de che profumo c'era in tutta casa. Ne sapìa de pecorino e pepe che te facìa pizzicà u nasu!”, grossa risata compiaciuta, figlia di un ricordo ridestato a nuova vita. Le mettevano a lievitare vicino alla stufa, coperte con i canovacci di canapa pesante. I bambini avevano l'ordine tassativo di non correre e non sbattere le porte “Guai a chi fa corre, che a pizza non se lievita! Dopo je tocca!” diceva nonna. Era un rito sacro. Il Venerdì Santo c'era il silenzio. Le campane “venivano legate” e non suonavano più fino alla domenica. Si mangiava di magro, spesso solo erbe di campo e un po' di pane. Era il tempo dell'attesa. Ma la domenica... ah, la domenica mattina! La colazione di Pasqua era il momento più bello di tutto l'anno, altro che il pranzo. Ci si vestiva con l'abito buono — quello che doveva durare fino a Natale — e ci si sedeva a tavola presto. Non c'erano i cornetti o il caffè d'orzo veloce. “Nuà magnemmo a pizza de formaggio, 'n salame, e l'ova sode che avemmo colorato u giorno prima.” Era una festa per lo stomaco dopo quaranta giorni di sacrifici. Si mangiava con calma, parlando dei raccolti, del tempo (e speravamo sempre che aprile non facesse troppi capricci, come dicono i proverbi).

“Le uova di cioccolato?” domando in m maniera velatamente ironica, intuendo quale fossero le risposte. Sorprendentemente, una signora, proveniente dalla valle racconta “Eh, ne arrivava forse una in tutta la casa, piccola, da dividere in cinque. Ma non ci importava. Ci faceva festa”, un sorriso struggente fa capolino sul suo viso. “Invece gli altri?” domando. Pronta la risposta di un amico “La nostra sorpresa era il primo morso a quella fetta di pizza di formaggio con il pecorino a pezzetti che spuntava fuori.” Aggiunge un'altra partecipante “figurate te dopo a Quaresima. Lavò mica era come adè che nisciù a fa'. Lavò ce se tenìa. Guai a te se non facisci u fiorittu, che po già da magnà era pocu. Dovisci sentì a nonna come sbiattolava se non se facià e cose come volìa essa”. Oggi vediamo tutto pronto nei supermercati, tutto imbustato nella plastica. Ma il profumo di quella cucina, con il fumo della legna e l'odore del formaggio che stagionava in cantina... quello non lo trovi in nessun negozio. Era una Pasqua di fatiche e privazioni, sì, ma era una Pasqua vera. Sapeva di famiglia e di terra.

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



La misticanza di campo (erbe amare). I contadini uscivano a raccogliere caccialepre, dente di leone (tassaco) e crespigno. Mangiare queste erbe amare a inizio pasto era considerato il segreto per "pulire il sangue" dopo l'inverno. Queste erbe sono ricchissime di potassio e antiossidanti. Il sapore amaro stimola la digestione, evitando il gonfiore addominale che, spingendo sul diaframma, rende il respiro più corto.

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *Ma l'amore no di Caterina Caselli*. Uno degli anziani del gruppo, si, e domanda "me ricordo che Caterina Caselli cantò Ma l'amore no, me sbaglio?". Non si sbagliava! Tutti ricordano la Caselli per "Nessuno mi può giudicare", ma in questa reinterpretazione di un brano degli anni '40, Caterina tira fuori un lato malinconico e sofisticato. È un brano che dimostra come i "giovani" degli anni '60 sapessero riprendere la tradizione e trasformarla in qualcosa di moderno e pop.

LA RICETTA DI NONNA ANITA

PIZZA DI FORMAGGIO

Ingredienti

- Farina
- Uova
- Lievito
- Latte
- Olio o Strutto
- Pecorino Romano grattugiato
- Parmigiano o Grana grattugiato
- Pecorino a cubetti
- Sale e pepe
- Noce moscata



Preparazione

1. Il Lievitino (Il segreto per la morbidezza)

Inizia sciogliendo il lievito di birra (25g) in un po' di latte tiepido con un cucchiaino di zucchero. Aggiungi circa 100g di farina (presa dal totale) fino a formare una pastella densa. Lasciala riposare coperta per circa 30 minuti finché non vedi le bollicine.

2. L'Impasto

In una ciotola capiente (o nell'impastatrice):

- Sbatti le uova con il pepe abbondante.
- Aggiungi il lievito che ha iniziato a fermentare.
- Versa l'olio (o lo strutto) e il resto del latte.
- Aggiungi gradualmente la farina rimanente e i formaggi grattugiati (Parmigiano e Pecorino Romano).

3. La Lavorazione

Lavora l'impasto energicamente per almeno 15-20 minuti. Deve diventare elastico e staccarsi dalle pareti.

- Solo alla fine: Aggiungi il pecorino a cubetti. Impasta brevemente per distribuirli senza romperli troppo. I cubetti in cottura creeranno quelle meravigliose "caverne" di formaggio fuso.

4. La Prima Lievitazione

Forma una palla e mettila in una ciotola unta d'olio. Copri con un panno e lascia lievitare in un posto caldo per circa 2 ore (il volume deve raddoppiare).

5. La Seconda Lievitazione (Nello stampo)

Ungi bene uno stampo dai bordi alti (quello classico svasato per la crescita). Metti l'impasto all'interno: deve occupare circa un terzo dell'altezza dello stampo.

- Lascia lievitare ancora finché l'impasto non arriva quasi al bordo (ci vorranno altre 1.5 - 2 ore). Questo passaggio è fondamentale per non farla venire "gnocca" (pesante).

6. La Cottura

Inforna in forno statico preriscaldato a 180°C.

- Cuoci per circa 45-50 minuti.
- Consiglio: Se vedi che la superficie scurisce troppo velocemente, coprila con un foglio di alluminio a metà cottura.
- Fai sempre la prova stecchino: deve uscire asciutto.

Una volta sfornata, lasciala raffreddare bene prima di toglierla dallo stampo

Buon appetito!

