

*Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.*

*5—anno 2024 mese di settembre*

*pubblicato sul sito ente [www.casariposocupra.it](http://www.casariposocupra.it)*

**NUOVA ESPERIENZA CULTURALE /  
RICREATIVA DELLA FONDAZIONE**

### **A F O R I S M A   D E L   M E S E**

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.

***Agustu goèrna, settembre sottèrra.***

Agosto ritempra e rifocilla, settembre manda all'altro mondo.

***Chi ara de settembre, fà lu surgu e ppóco rènnè.***

Chi ara in settembre, traccia il solco e avrà poca resa.

#### **S O M M A R I O :**

**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...



### MATURITA'

Il nostro viaggio continua facendoci raccontare dai nostri cari anziani ciò che più ricordano della loro maturità. La domanda posta questo mese è stata “Hai mai avuto la vespa, la moto, la lambretta?”. “I fratelli mia c’avia ’na Lambretta. A me non m’a facia portà perché dicia che no a sapio guidà perché e donne non sapia fa a guidà pe’ loro”. Sì, i maschi guidavano, le donne, tendenzialmente no. Tendenzialmente. “Io c’avevo ’na vespa, non me ricordo se 50 di cilindrata, ma aivolgia te se la guidavo! Mi serviva per andare a lavorare. Non è che facevo tutta sta strada e la prendevo solo per andare a lavorare, ma babbo non faceva distinzione tra me e mio fratello. A lui, prima che c’avessi io la vespa, babbo gli aveva comprato una moto, Gilera mi pare che fosse, da un mio zio. Quando poi è servito a me, mi ha comprato la vespa”. C’erano hai tempi famiglie e famiglie. Quelle che vivevano nei borghi più popolosi, dai centri delle cittadine, avevano una visione della donna meno da novella vergara, potremmo dire. Nelle campagne ancora, benchè non in maniera vincolante come nel passato, vigeva una visione del ruolo della donna come principalmente di casalinga e mamma. Le prime donne che si emanciparono da questo ruolo arcaico furono quelle che trovarono lavoro nelle fabbriche, magari di tessuti. “Io me ricordo sorema, che è più grande de me, che essa avia trovatu da fadigà li a filanda, mo’ però non me ricordo do’, e babbu e mamma j’avìa comprato na vespeta pe gicce a fadigà. Non me vorrìo sbaglià, ma pare che nonno e nonna che jela avìa pagata”.

“ Io guidavo la moto de babbo. C’aveva una moto Guzzi 65 Cardellino se chiamava. Ancora me ricordo! Pensa te! Babbo me la faceva guidare intorno casa, c’avevo boh! 12—13 anni. Non voleva che c’andavo in giro. Dopo, quando ho comiciato a fadigà, piano piano me so messo da ‘na parte qualche soldo e me ne so comprata una usata. Era ‘na Gilera Extra Sport, me pare B 300”. La soddisfazione per aver ricordato quei dettagli di un passato lontano lontano, faceva risplendere di luce gli occhi canuti del nostro amico. Ho poi controllato, si è ricordato correttamente entrambe i modelli di moto. Che segno indelebile quelle emozioni motoristiche hanno lasciato nella mente del nostro amico! “Mi zio c’avia ‘na Lambretta, grija me pare. Era bella mutuè! Me ce portaa pure qualchevvo’! Me tenio forte che c’avio paura de casca’! Tante vo’ calaa jò, mettìa u cavallittu, a tenìa ccesa e cellerava, cellerava, cellerava! Me tappao l’orecchie io! Me ricordo ‘na vo’ babbo je disse “te consumi tutta a miscella cuscì! Lonzò!”. Molti rimasero senza neanche una bicicletta fino all’età adulta ed il loro primo mezzo fu l’automobile “io a prima cosa che c’ho avuto, che ho guidato è stata a 500!”.



***I RIMEDI  
DELLA NONNA***

## **CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA**

I rimedi richiesti con maggiore frequenza erano senza dubbio quelli relativi a piccoli malanni stagionali, come il raffreddore, l'influenza, la gola infiammata o la tosse.

La nonna per tali evenienze consigliava di effettuare i fumenti, o suffumigi, inalando il vapore caldo, coprendo il capo con un telo, da un recipiente in cui si erano fatti bollire alcuni rametti di rosmarino, che secondo la nonna avevano un'azione balsamica, fluidificante delle secrezioni, espettorante, antimicrobica, associate all'azione benefica dello stesso vapore caldo.

Potevano aiutare a calmare l'infiammazione, liberare il naso chiuso favorendo l'eliminazione del catarro dalle vie nasali e dai bronchi, calmando la tosse, e agendo positivamente anche sulla presenza di catarro auricolare e

## UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *Pugni chiusi*. Brano musicale cantato dai Ribelli. Pugni Chiusi è caratterizzata dall'incredibile interpretazione del cantante del gruppo, il greco Stratos, la cui potente e originale estensione vocale aggiunge ulteriore suggestione all'emotività del testo. Il brano è tutt'oggi un ever green malgrado una partenza non entusiasmante. Il ricordo del nostro amico si lega strettamente al testo della canzone. Difatti l'amico anziano ricorda questa canzone perché ascoltata in un periodo amaro, di amore non corrisposto nei confronti di una ragazza benestante e quindi fuori dalla portata di un semplice uomo del popolo.

## LA RICETTA DI NONNA ANITA

### GNOCCHETTI FRITTI



#### Ingredienti

- Latte fresco
- Panna liquida
- Zucchero
- Tuorli d'uovo
- farina 00
- Sale
- Albumi d'uovo
- Pangrattato
- Olio di arachide

## Preparazione

Iniziare la preparazione della crema fritta dalla realizzazione della crema pasticcera. Mettere in una ciotola i tuorli aggiungere lo zucchero e mescolare con una frusta. Poi aggiungere la farina e amalgamare il tutto. Versare il latte e la panna in un pentolino e accendere il fornello a fuoco dolce. Inserire anche il composto di tuorli e continuare a mescolare con la frusta fino a far addensare completamente la crema. A questo punto spegnere il fuoco e versare la crema ottenuta dentro una pirofila bassa e larga rivestita con la pellicola trasparente, livellarla in superficie e lasciarla raffreddare per 2-3 ore a temperatura ambiente (senza coprirlo in modo da farla indurire). Trascorso questo tempo, estrarre la crema ormai fredda e solida dalla pirofila e tagliarla a cubotti. In 3 contenitori differenti mettere rispettivamente farina, albumi leggermente sbattuti e pangrattato. Ora, uno a uno, rotolare i cubotti di crema nella farina, poi nell'albume e infine nel pangrattato, avendo cura di rivestirli completamente in superficie. Poi riporli tutti su una teglia foderata con carta forno. Scaldare l'olio di arachidi portandolo a 170°, quindi immergervi i "cremini" pochi alla volta, girandoli spesso con una schiumarola. Una volta che saranno ben dorati scolarli su un piatto rivestito di carta assorbente da cucina per eliminare l'olio in eccesso. Procedere così fino a esaurire tutti i cubotti di crema.

Buon appetito!

