

MEDIOEVO

Medioevo è un termine piuttosto generico per definire un lasso di tempo di quasi dieci secoli, dal VI al XV compreso, ma per quel che riguarda la gastronomia i ricettari che ci hanno lasciato i cuochi del passato e da cui possiamo dedurre come fossero l'alimentazione, i gusti, la tavola dei nostri antenati, partono più o meno dal Trecento.

È opinione comune che la cucina medievale fosse rozza e poco raffinata; che si riversasse sugli alimenti un quantitativo enorme di spezie per coprirne l'odore e il sapore di avariato; che le persone si cibassero esclusivamente di carni arrostiti su grandi fuochi, magari un po' troppo sanguinolente o al contrario ridotte a dei pezzi di carbone. Ma non è così.

Per lo meno per la cucina tardo medievale, mangiare era una ricerca costante di sapori, colori, abbinamenti, il tutto finalizzato a dare il massimo piacere possibile.

La cucina medioevale era un'arte che richiedeva molta dedizione e molta inventiva. Ma soprattutto scopriremo sapori inconsueti come la delicatezza del latte di mandorle o dell'acqua di rose, la forza dell'agrodolce.

Gli uomini e le donne del Medioevo erano senz'altro dei forti mangiatori e per i loro pasti e soprattutto per i loro banchetti venivano realizzate enormi quantità di piatti.

Il gusto dell'epoca prediligeva la sovrapposizione dei sapori, tipico è il caso dell'agrodolce, e il largo uso dello zucchero di canna.

Fra i condimenti quello preferito era senz'altro il trionfo cacio, zucchero e cannella e fra gli animali c'era una certa predilezione per i quadrupedi e i volatili, spesso presentati rivestiti della loro pelle o del loro piumaggio, decorati d'oro o riempiti di animali più piccoli vivi.

La gran parte dei ricettari danno solo indicazioni piuttosto vaghe circa le quantità ed i tempi di cottura

Attenzione: entrando nel Medioevo dovrete dimenticarvi di un certo numero di alimenti oggi molto comuni come il pomodoro, la patata, il peperoncino, il mais, il caffè perché sono di origine americana e l'America, si sa, non era ancora stata scoperta, il quotidiano dei cuochi medievali è consigliabile seguire il più possibile le stagioni (consiglio valido anche per chi cucina contemporaneo) e cercare di acquistare sempre prodotti freschi e di qualità.

Inoltre ricordatevi che in base alle regole imposte dalla Chiesa si doveva mangiare di magro il mercoledì, il venerdì e il sabato, le viglie delle festività e naturalmente durante la Quaresima, il che significava sostituire la carne col pesce, i grassi animali con quelli vegetali e il latte animale con quello di mandorle.

Un'ultima annotazione: le ricette che i ricettari medievali ci hanno fatto pervenire riflettono tutte una cucina delle classi elevate, poiché le classi popolari non affidavano le loro ricette e il loro modo di cucinare alla scrittura, quindi tutti i piatti si

riferiscono ad una cucina aristocratica e borghese. Vi accorgete di quanto la cucina medievale non sia poi così lontana.

Gli ingredienti venivano forniti in gran parte dai contadini che lavoravano nei campi che non erano di loro proprietà e che versavano periodicamente le "decime" ai loro proprietari. (La decima è il 10 %)

Ricettari

I primi ad iniziare sono sempre i monasteri, e specialmente in Francia. Si susseguono poi diversi altri tentativi, e solo alla fine del 1200 si hanno i primi veri ricettari di cucina. Ricettari si, ma comprensibili solo agli addetti ai lavori.

Infatti all'epoca non esisteva un sistema di misurazione dei pesi e dei tempi. Tanto meno un sistema per definire il calore del fuoco o la temperatura dei forni.

Insomma una ricetta era scritta così:

Agliata.

Agliata a ogni carne, toy l'aglio e coxilo sotto la braxa, poi pestalo bene e mitili aglio crudo, e una molena de pan, e specie dolçe, e brodo; e maxena ogni cossa insema e fala un pocho bolire e dala chalda.

La ricetta è stata scritta nel 1300 da un cuoco Veneziano e appare abbastanza complessa e astrusa.

In epoca moderna, con dosi equilibrate, dovrebbe invece essere trascritta così:

AGLIATA

Prendi 2 teste di aglio e cuocile sotto le braci. Prendi 5 spicchi di aglio crudo, frullalo e mischialo con della mollica di pane, 2 pizzichi di spezie dolci (mix di cannella, noce moscata e zenzero) e un mestolino di brodo di verdura tiepido. Mescola tutto nel bicchiere del mixer. Spella l'aglio abbrustolito e metti tutto nel mixer e trita finemente. Scalda il composto e servilo caldo aggiustando all'ultimo il sale.

È importante esaminare i metodi di conservazione dei cibi adottati nel Medioevo. Possiamo elencare quattro "elementi" a cui si ricorreva per conservare i generi alimentari:

GHIACCIO, ARIA, SALE, FUMO

perciò gli alimenti si conservavano per:

RAFFREDDAMENTO, ESSICCAZIONE, SALATURA, AFFUMICAZIONE.

Sappiamo che, nel regime alimentare di tutte le classi sociali, erano fondamentali i cereali e la loro conservazione fu sempre un urgente problema di sopravvivenza. Potevano essere immagazzinati sotto forma di chicchi interi o già macinati in farina. Inoltre potevano anche essere tostati e utilizzati lungo tutto l'arco dell'anno.

La tavola

I tavoli sono sempre ricoperti da grandi tovaglie, decorate che testimoniano lo status sociale del padrone di casa, soprattutto prima del 1400, mettevano in scena davanti agli occhi affamati del popolo il rito del banchetto del nobile.

Nelle pause tra una portata e l'altra i commensali erano intrattenuti da intermezzi animati, danze, recite, canzoni, pantomime, spettacoli circensi.

..... e ricordati di pulirti la bocca prima di bere dal bicchiere.....

E questa una delle raccomandazioni che nel tardo 1200 un anziano signore dà ad un giovane che vuole ben figurare nell'alta società dell'epoca. Consiglio che tutto oggi vale, e che ha passato indenne il corso dei secoli. Infatti già nel Medioevo vengono codificate una serie di regole di buona educazione a tavola.

Per ogni commensale veniva posta una ciotola di ceramica o di legno stagionato dove era servita la zuppa o qualsiasi piatto a base di brodo. Un secondo e un piatto piano era messo sotto alla ciotola, e poteva essere sia di ceramica che di legno. In alcuni casi si utilizzavano dei piatti fatti di un pane speciale chiamati Mense (da qui la nostra parola mensa).

Veniva messo a disposizione del commensale un cucchiaio ed era cura dell' invitato portarsi un coltello. Ogni due persone era posto un boccale da cui bere.

La forchetta nasce a Venezia nel tardo trecento mentre il coltello viene posto a fianco del commensale solo dal seicento in avanti. Infine il tovagliolo era già conosciuto ed utilizzato, ma era disponibile solo per i più ricchi.

Di conseguenza nasce il "galateo" dove le regole più importanti erano:

- Quando mangi non parlare con la bocca piena, ma mastica silenziosamente senza far vedere cosa hai in bocca.
- Pulisciti la bocca prima di bere, in modo tale da non mettere in imbarazzo il tuo vicino che si servirà della stessa coppa.
- Non nettarti le dita sulla giubba o sulla tovaglia, ma puliscitele sul tovagliolo e lavale nell'acquamanile.
- Non pulirti i denti con il coltello e non emettere nessun rumore sgradevole che possa indurre il tuo vicino ad avere schifo di te.
- Non prendere il boccone più grosso e non rovistare nelle parti già tagliate cercando la più prelibata.
- Si accorto a non sporcare ne' il tuo vestito ne quello dei commensali.

- Non stropicciare il tovagliolo e non fare dei nodi con lo stesso, ma usalo per pulirti la bocca e le mani.

Questa cura per le buone maniere delinea perciò che il medioevo non fu un'epoca dove sontuosi banchetti venivano preparati per gozzovigliare allegramente senza un minimo di decoro, ma erano eventi ben codificati, dove il modo di presentarsi e comportarsi erano molto importanti tanto quanto era importante indossare un bel vestito.