

Istituto Comprensivo Campolungo

Regione Campolungo

14049 Nizza Monferrato

Asti

Mail: Atic80700a@istruzione.it

Insegnanti referenti: Maria Ausilia Quaglia

Collaboratori esterni: ingegner Piercarlo Albertazzi, fiduciario della condotta Tullio Mussa di Slow Food, Coldiretti, nonni ortolani, Comune di Nizza Monferrato, Associazione Verdetera, Produttori vari di olio, Slow Food, la madrina dell'orto signora Baldizzone, Panetteria Careglio, Università degli Studi di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, Mulino Marino, biologo dottor Fausto Marino, botanico dottor Stefano Zaccone, consulenza artistica Piana Elisa, formatori Slow Food dottor Vassallo e dottor Vincoletto

PROGETTI DI EDUCAZIONE AMBIENTALE

1. Il re Gobbo (il cardo gobbo, sovrano dell cucina nicese)
2. Scopriamo i sapori: dall'orto alla tavola...
3. Riscopriamo il pane e...
4. Che buoni gli ortaggi!
5. Cibo è cultura
6. Erba erba delle mie brame, chi è la più buona del reame?
7. Puro come il latte, buono come il formaggio
8. Bando allo spreco
9. Progetti di futuro
10. Un gusto "laureato"
11. Tradizione: oh che bontà!
12. Le piante che ci nutrono: i cereali e..
13. È festa: nutriamoci. Cibo e religioni, il cibo nelle feste



i cereali tra scienza e arte

A CURA DI ELISA PIANA

grano, campi di grano e covoni



La storia dei cereali si identifica con la più remota storia dell'uomo.



Addirittura vengono citati nel libro della Genesi (Bibbia):

“ecco io vi do tutte le erbe che producono seme, che sono sopra tutta la terra e tutti gli alberi fruttiferi che fanno seme.

Queste cose vi saranno cibo”



Si delineano culti delle dee madri tutelari dei raccolti, posti sotto il segno della femminilità feconda, creando analogie tra il grembo della terra e quello materno.





Il legame con i prodotti della terra ha trasformato l'uomo da nomade a sedentario, determinando la nascita e lo sviluppo della civiltà.

Giugno, Benedetto Antelami



Castello del Buonconsiglio, Trento



Castello del Buonconsiglio, Trento



Luglio è rappresentato da un contadino che indossa lunghi calzoni e un grande cappello. E' a piedi nudi e usa un falchetto corto per mieterne il grano, poco sotto la spiga.

Bobbio, mosaico pavimentale



Il seminatore
Millet e Van Gogh

Il seminatore
Van Gogh













...dai cereali il pane





L'Ultima Cena è un dipinto parietale a tempera grassa di Leonardo da Vinci, databile al 1494-1498 e conservato nell'ex-refettorio del convento adiacente al santuario di Santa Maria delle Grazie a Milano. Si tratta della più famosa rappresentazione dell'Ultima Cena, capolavoro del Rinascimento. Nonostante ciò l'opera, a causa della singolare tecnica sperimentale utilizzata da Leonardo, incompatibile con l'umidità dell'ambiente, versa da secoli in un cattivo stato di conservazione, che è stato almeno fissato e per quanto possibile, migliorato nel corso di uno dei più lunghi e capillari restauri della storia, durato dal 1978 al 1999 con le tecniche più all'avanguardia del settore.









Da un cereale una bevanda: la birra



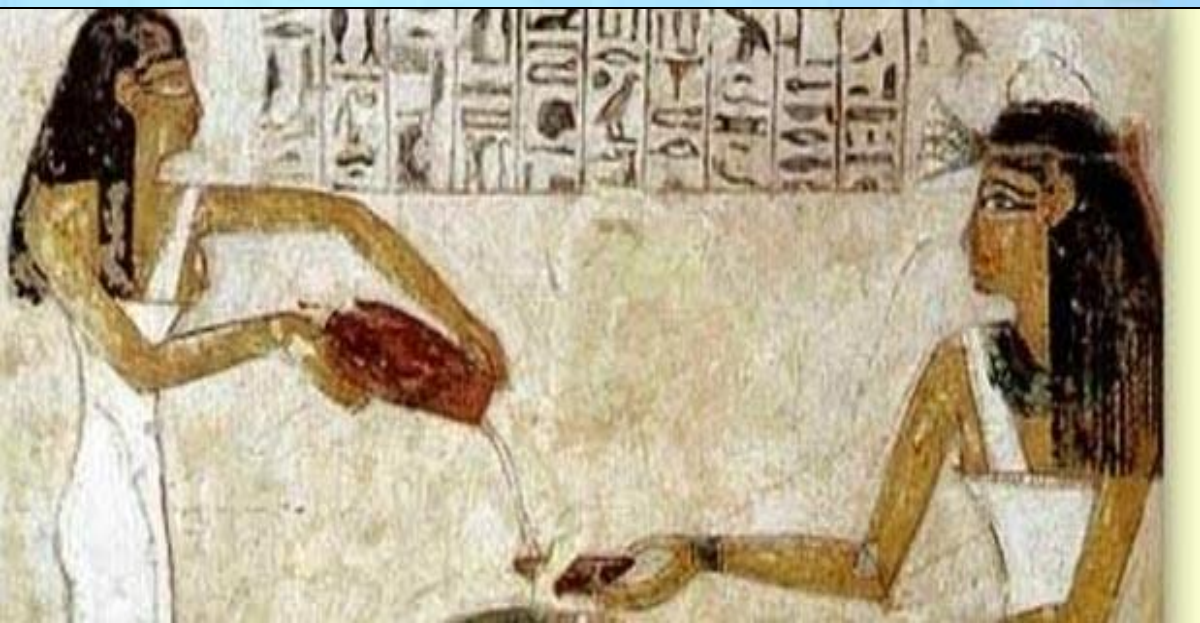
Il pane e la birra erano la base dell'alimentazione degli antichi egiziani e pertanto costituivano anche la base delle offerte funerarie per i defunti. A conferma dell'importanza di questi alimenti venivano deposti nelle tombe dei modelli di servitori che raffigurano donne in atto di macinare cereali o di preparare la birra per l'anima del defunto.





La birra è una delle bevande più antiche prodotte dall'uomo. Si hanno testimonianze di produzione della birra già presso i Sumeri e gli Egizi.

Il Codice di Hammurabi condannava a morte chi non rispettava i criteri di fabbricazione indicati o apriva un locale di vendita senza autorizzazione.



Presso gli antichi egizi la produzione della Birra era divenuta una vera e propria industria di proprietà dei faraoni.







...da un cereale il cioccolato









Le piante che ci nutrono

Con Elisa Piana, Fausto Marino e
Stefano Zaccone





Grazie per l'attenzione!!!
Ciao ragazzi!

GLUTINE (70)











Istituto Comprensivo DALLA CHIESA

Scuola Primaria E. Rossignoli
PROGETTO EDUCAZIONE AMBIENTALE- Anno Scol 2013-2014

...la terra non appartiene all'uomo, ma è l'uomo che appartiene alla terra...

Destinatari

Tutti gli alunni delle 19 classi della scuola primaria Rossignoli e le loro famiglie

Attori del progetto

I Docenti dell'Istituto, che realizzeranno percorsi educativi, ciascuno nel proprio ambito disciplinare e in rapporto alla classe di appartenenza.

Esperti esterni quali formatori e/o promotori di attività

Collaborazioni

Enti e Associazioni presenti sul territorio (Ente parchi astigiani, Slow Food, Outdoor, Valle Belbo pulita, CAI, Assessorati al turismo...)

Premessa

L'Educazione all'ambiente presuppone quella allo sviluppo sostenibile e all'utilizzo delle risorse.

Salvaguardare l'ambiente vuol dire innanzi tutto conoscerlo e sentirsi parte integrante.

Educare all'ambiente significa educare alla formazione della persona, del cittadino, del lavoratore quale soggetto attivo e responsabile verso l'ambiente dove vive e dell'intero Pianeta.

Tocca tutti gli aspetti della vita e riguarda fundamentalmente i valori, al centro dei quali vi è il rispetto: per sé, per gli altri, per la diversità, per l'ambiente, per le risorse. La scuola ha l'importante compito di indirizzare gli studenti verso scelte e comportamenti a favore dell'ambiente, così da renderli capaci di risposte positive ai problemi posti dall'evoluzione della società e creare le basi di una cittadinanza attiva e responsabile.

Le discipline sono vari linguaggi che possono concorrere all'acquisizione di un sapere unitario. In tutti i percorsi il filo conduttore è costruire consapevolezza per i

futuri cittadini, attenti alla tutela del patrimonio comune, capaci di assumersi responsabilità e impegni.

Finalità

- Favorire la creazione di un legame fra i ragazzi e il territorio
- Promuovere una cultura del cambiamento, attraverso la diffusione di metodi e di strumenti per l'analisi della realtà vicina e di quella lontana, sempre più complessa e globale
- Sviluppare la consapevolezza della complessità delle problematiche ambientali e di come esistano punti di vista diversi e, a volte, contrastanti
- Sviluppare capacità critiche e propositive
- Favorire la responsabilizzazione individuale nei confronti della gestione delle risorse e dei consumi
- Conferire la capacità di legare la sfera locale a fenomeni ambientali di portata globale
- Facilitare la comprensione degli effetti che hanno i nostri stili di vita sull'ambiente per intervenire positivamente sui comportamenti individuali o di gruppo
- Favorire lo sviluppo di qualità personali quali: l'autonomia, lo spirito di iniziativa, la collaborazione
- Migliorare l'autostima tramite il coinvolgimento diretto nella soluzione di problemi
- Sviluppare la creatività
- Migliorare la capacità di partecipazione attiva nei processi cognitivi
- Modificare gli stili comportamentali

Attività

I percorsi prevedono attività laboratoriali, anche all'esterno dell'ambiente scolastico. Adesione ad iniziative sull'ambiente proposte da Enti ed Associazioni che si occupano di questi temi (l'arte del camminare, orientamento, I quattro elementi- adattamento agli ambienti naturali, a scuola di viaggio, lo zaino intelligente, il passato delle rocce, tracce, ecosistemi...): Slow Food- Ente Parchi Astigiani-Outdoor) Partecipazione a concorsi sui temi della salute personale e dell'ambiente, della lotta alle tossicodipendenze...(LILT) Visite in zone di rilevanza storico-ambientale (Val Sarmassa, Rocchetta Tanaro, Asti...)

Per i progetti specifici promossi dagli Enti ci si rifà alle proposte inviate anno per anno.

Tematiche interdisciplinari

La nostra impronta ecologica

Gestione e tutela delle acque (uso, consumo, riutilizzo)

Produzione e gestione dei rifiuti-raccolta differenziata-compostiera

Inquinamento idrico, atmosferico e del suolo (GAIA)

Le coltivazioni nel nostro territorio (possibilità di visite a aziende)
L'impatto delle attività umane sull'ambiente
L'utilizzo delle materie prime e la crescita dei consumi; il miglioramento delle condizioni di vita
Dall'agricoltura tradizionale alle innovazioni tecnologiche
Prodotti alimentari industriali: occhio all'etichetta
La pubblicità, ponte tra prodotto e consumatore: consumi intelligenti
Dal locale al globale: come coesistere sul pianeta Terra; modelli di produzione e consumo
Squilibri ecologici e sociali del nostro tempo
La gestione delle risorse naturali
Energia: produzione e consumo
L'impatto delle attività umane sul pianeta
Inquinamento acustico ed elettromagnetico
Gli illeciti ambientali
La crescita demografica e lo sviluppo sostenibile
Le sfide del millennio per vincere la fame, le malattie, la povertà e il sottosviluppo
La tutela della biodiversità
Cambiamenti climatici

Verifiche e valutazione

Le verifiche, intermedie e finali, mireranno a rilevare: il grado di partecipazione e di coinvolgimento degli alunni alle attività proposte, il grado di autonomia, la maturazione di abilità e l'acquisizione di conoscenze

Il materiale prodotto nel corso delle attività programmate potrà essere raccolto ed esposto al termine dell'anno scolastico, in forma di testi divulgativi elaborati dagli alunni, manifesti, ipertesti e pubblicizzato in mostre temporanee e/o permanenti e tramite il sito web della Scuola.

Nizza Monferrato, 30 ottobre 2013

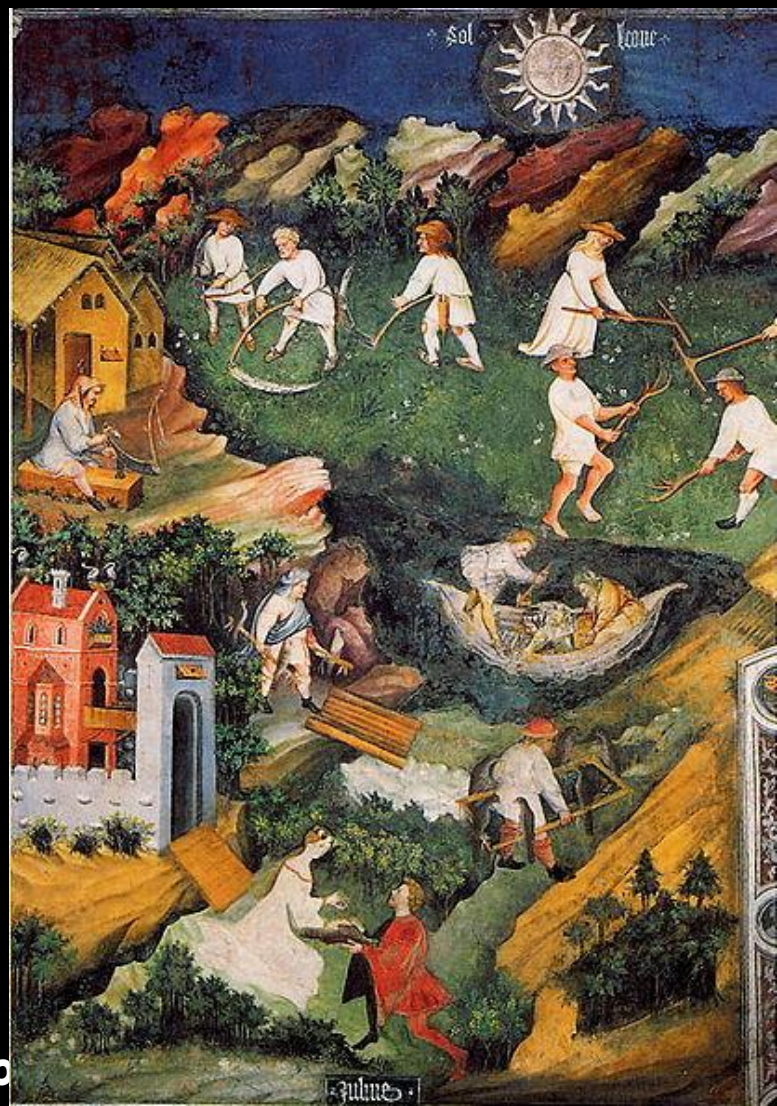
La referente
Maria Ausilia Quaglia



Le piante nella scienza e nell'arte

A CURA DI ELISA PIANA

Il Ciclo dei Mesi è un gruppo di affreschi della Torre dell'Aquila nel Castello del Buonconsiglio di Trento, attribuiti al boemo maestro Venceslao. Risalgono alla fine del XIV secolo - inizio del XV e sono il migliore esempio di Gotico internazionale in Trentino e uno dei più significativi dell'Italia settentrionale.



Antelami profuse una straordinaria cura nei particolari, con un'attenta descrizione degli utensili, delle piante e dei frutti, tutti scolpiti secondo un realistico naturalismo.

Marzo, luglio

Epoca egizia: il papiro e il fior di loto

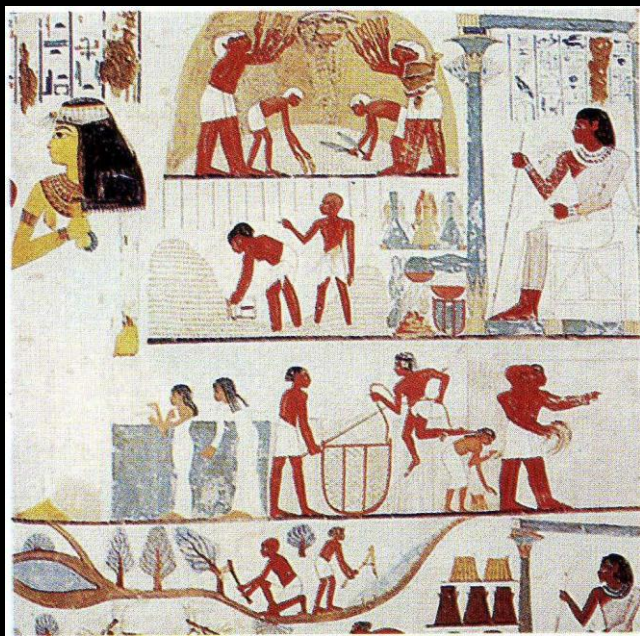




Le piante e l'ambiente vegetale acquatico sono resi fedelmente e con dovizia di particolari. I paesaggi nilotici sono soggetti frequenti tra le decorazioni dei palazzi e dei templi e sono ricchi di movimento e di immediatezza.

Osservandole si comprende meglio come la natura imponesse i suoi ritmi ciclici alla vita umana, determinandone le condizioni.

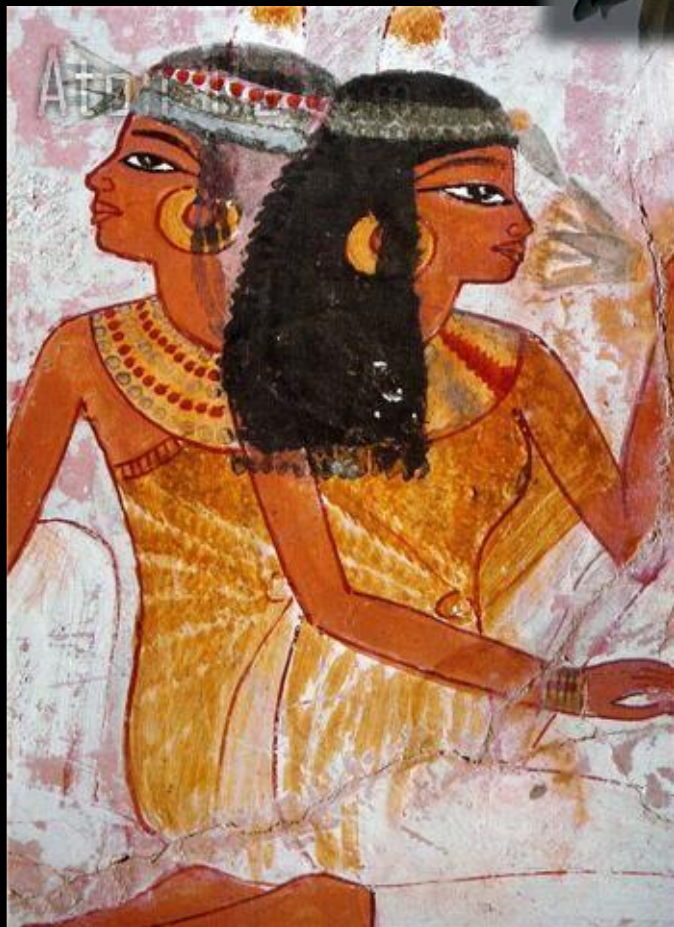
Da questa integrazione tra tempo naturale e attività umana nacque il profondo senso religioso con il quale gli egizi si rapportavano al creato





Scene di caccia e pesca sul Nilo: ambiente vegetale (papiro e fior di loto)

...Poichè il fiore di loto alla sera si chiude e si immerge sotto la superficie dell'acqua, per poi risollevarsi e dischiudersi nuovamente al mattino, esso divenne facilmente un simbolo del sole e della creazione.





I Lotofagi accolsero bene i compagni di Ulisse e offrirono loro il dolce frutto del loto, unico loro alimento, che però aveva la caratteristica di far perdere la memoria (oblio), per cui Ulisse dovette imbarcarli a forza e prendere subito il largo per evitare che tutto l'equipaggio, cibandosi di loto, dimenticasse la patria e volesse fermarsi in quella terra (Odissea)



Popolo della Libia, rammentato anche da Omero, Erodoto e Senofonte, che usava cibarsi di loto, specie di giuggiolo, dai frutti saporiti e fragranti; il quale reputavasi tanto gradito alimento, da ritenere che i forestieri, che ne avevano gustato, non tornassero più a casa loro.

i papiri del Nilo





La lavorazione del papiro



Così nasceva la carta egizia
Prima venivano recisi gli steli della
pianta (1), veniva tolta la sottile
corteccia (2) e poi tagliata in
striscioline (3) che erano adagiate
su una tavola di legno in modo da
formare un graticcio (4). Coperte
da una pezza di lino (5), erano
pestate con un sasso (6) o con una
mazza (7) perchè le fibre s'impastassero
le une con le altre. I fogli ottenuti
venivano fatti essiccare al sole.

La lavorazione del papiro



Statua di scriba, 2470 a. C



Rotoli di papiro

L'acanto: la foglia più famosa dell'arte



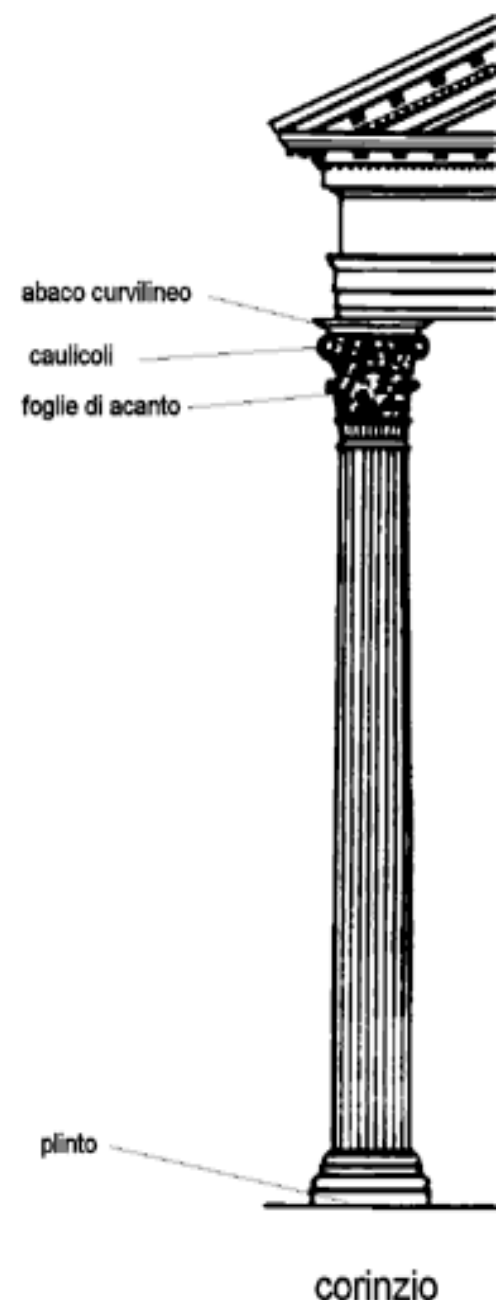
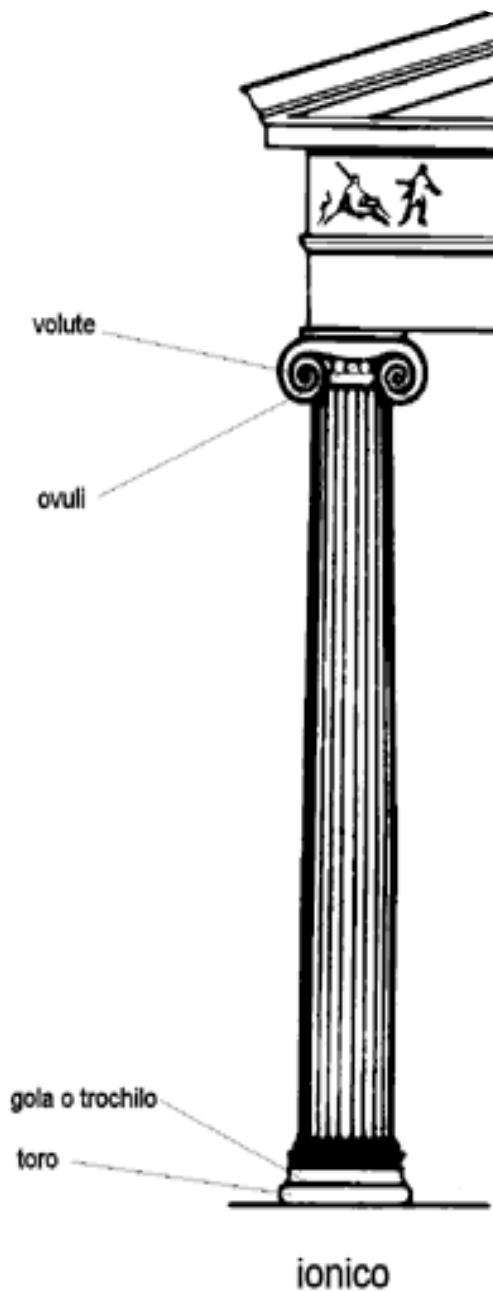
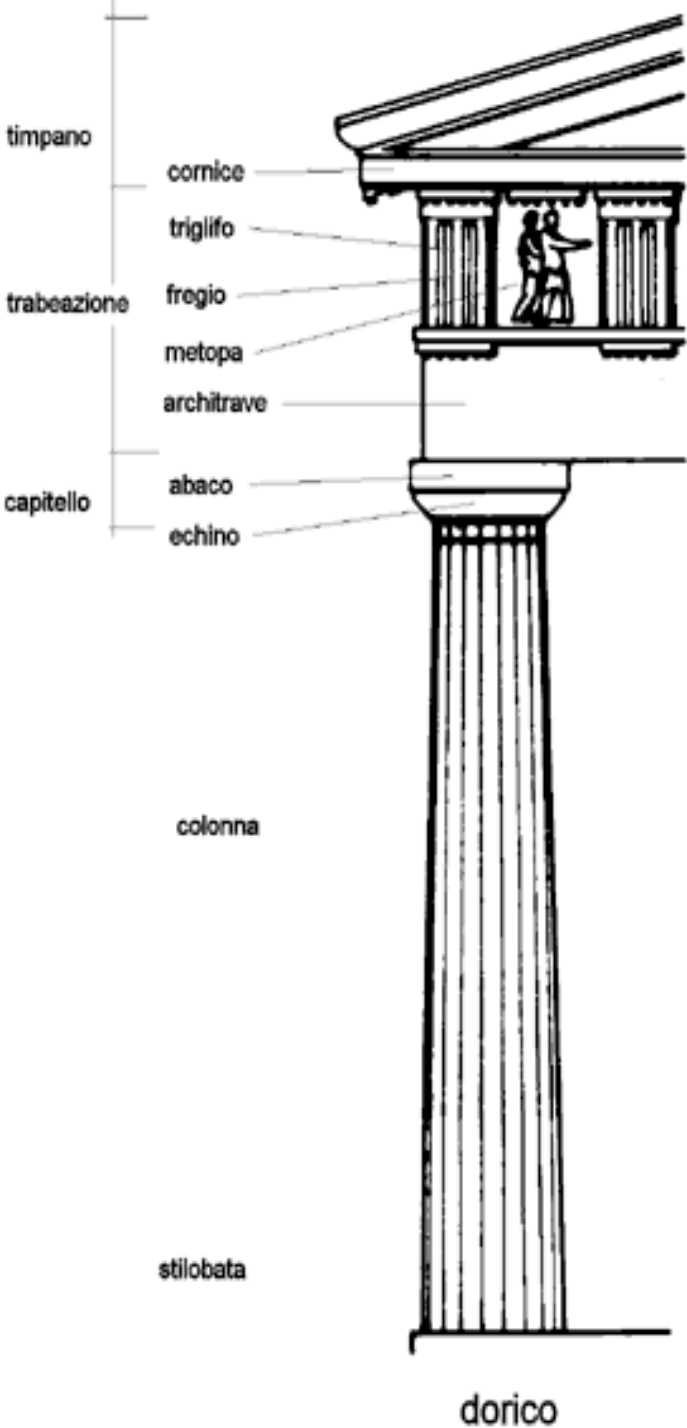
Acanthus spinosus



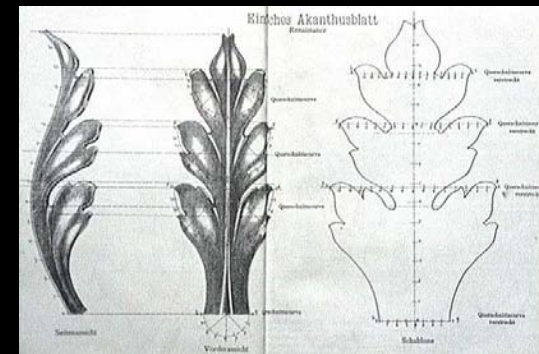
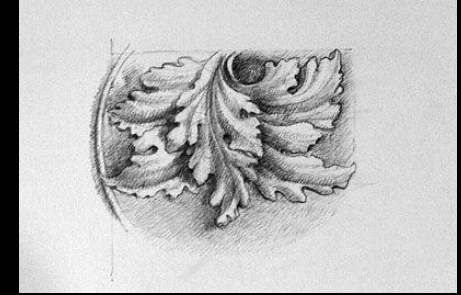
La leggenda racconta che l'ordine corinzio sia stato inventato da Callimaco, uno scultore ed architetto greco, che vi sarebbe stato ispirato dalla vista di un cesto votivo, lasciato su una tomba da una giovinetta. Esso conteneva alcuni giocattoli e una pianta di acanto era cresciuta attraverso l'intreccio del cesto.



La classificazione degli ordini



**Il capitello composito
(medievale),
con foglie d'acanto**

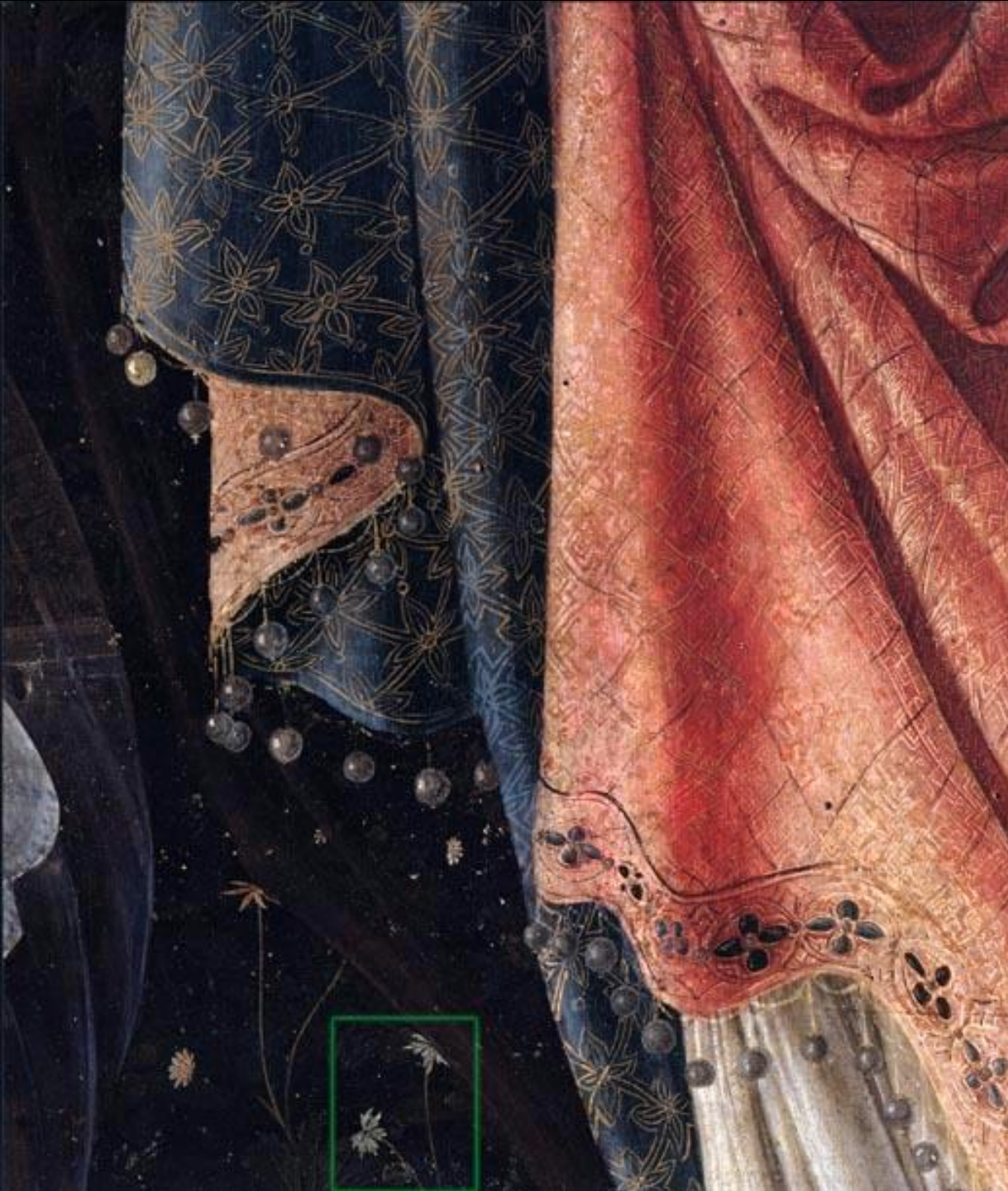




Il Rinascimento e i fiori di Botticelli







CICORIA:

L'azzurro particolarmente piacevole dei fiori ha fatto nascere la leggenda che essi abbiano il colore degli occhi di una giovane che piange il suo amato partito per un viaggio senza ritorno.



Nome scientifico: *Cichorium intybus* L.

Nome comune: Cicoria amara, radicchio



ROSA

Curiosità e significato: Il fiore della rosa è il simbolo stesso dell'amore, della bellezza e della tenacia. La rosa bianca viene associata all'idea di amore puro, casto; quella gialla indica il sentimento della gelosia; quella rossa amore passionale.



Caratteristiche: Nell'emisfero settentrionale la rosa è il fiore più noto e diffuso; le rose crescono spontanee in natura, ma vengono anche intensamente coltivate, infatti quasi in ogni giardino vi sono cespugli di rose o piante di rose arrampicate a ricoprire i muri dell'abitazione. La Rosa centifolia è un ibrido creato dall'uomo e non una specie esistente in natura; si tratta di un arbusto, normalmente ricoperto da spine più o meno fitte, dalle foglie alterne, terminanti con una fogliolina, caduche o persistenti (a seconda delle varietà). La rosa gallica produce grossi fiori ammiratissimi ed eternati dai pittori in famosi dipinti.



VIOLA



PIANTAGGINE



ORNITOGALO



RANUNCOLO



CAMOMILLA

Il nome camomilla deriva dal greco khamaimelon il cui significato è "mela nana", nome dovuto forse al fatto che le foglie della camomilla profumano di mela. Le proprietà calmanti e rilassanti della camomilla, e inoltre quelle febbrifughe, sono note sin dai tempi antichi: gli Egizi dedicarono questa pianta al Sole, loro principale divinità





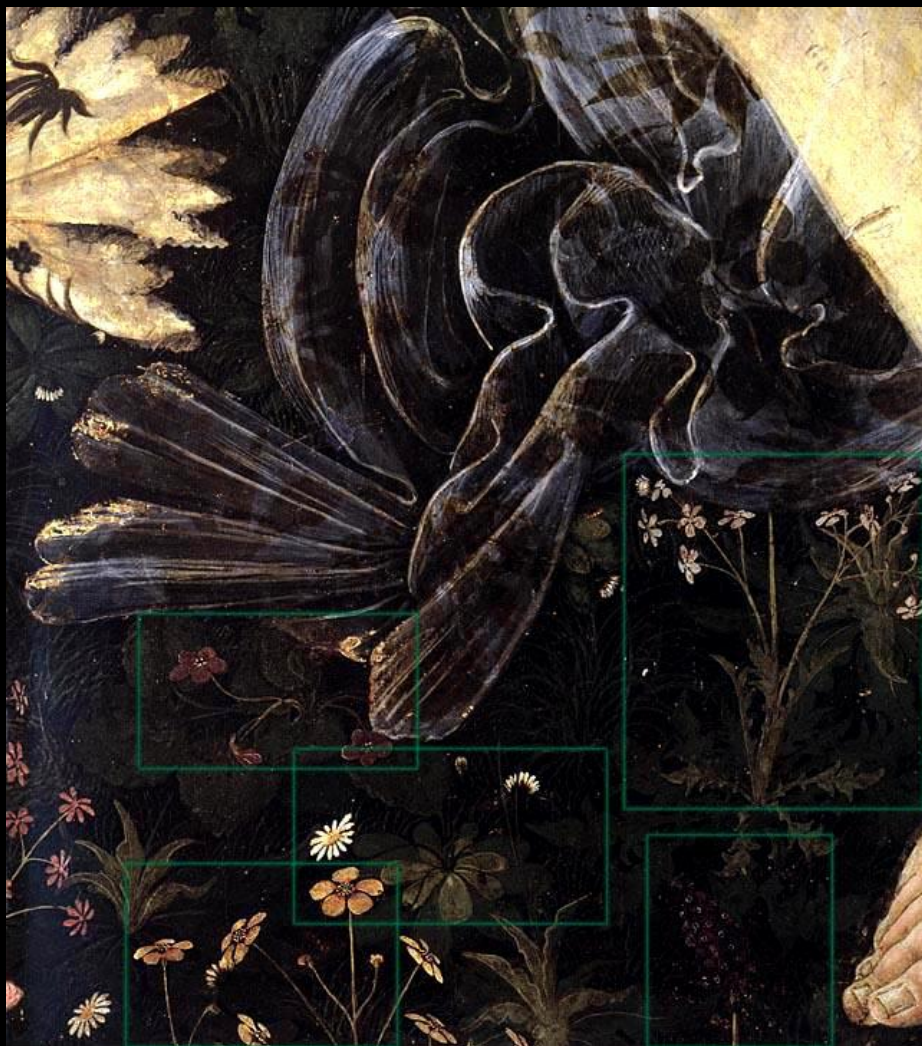


ARANCIO AMARO

Curiosità e significato:
I fiori d'arancio sono ritenuti simbolo di matrimonio perché si pensava fossero arance i frutti d'oro donati dalle Esperidi in occasione del matrimonio di Giove e Giunone.

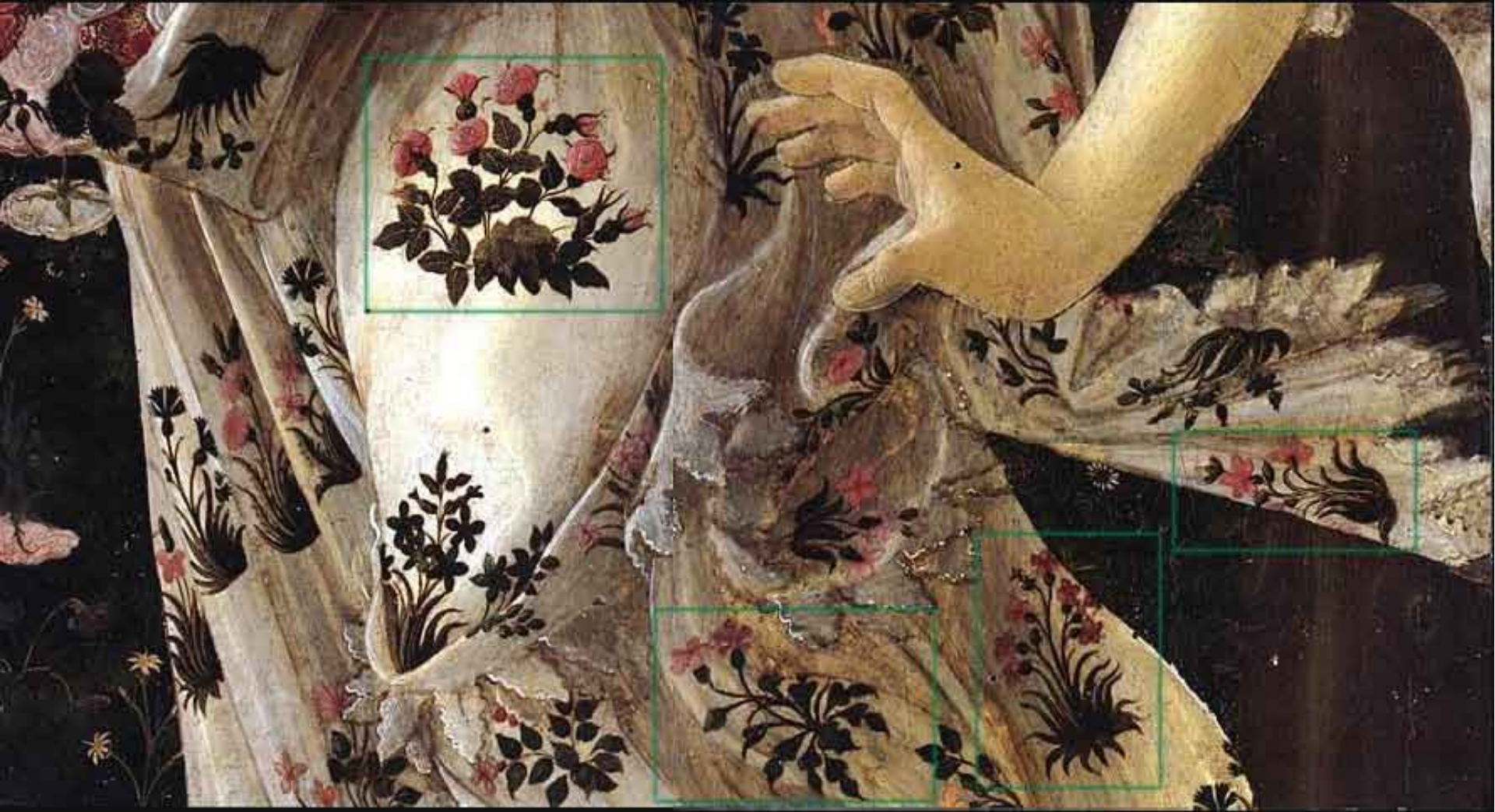
Nome scientifico: *Citrus aurantium* L.

Nome comune: Arancio amaro, melangolo



NON-TI-SCORDAR-DI-ME

Attorno a questo fiore, di delicata bellezza, sono nate diverse leggende, una dice che Dio dopo aver dato un nome a tutte le cose che popolano il creato udì una voce che lo pregava di non dimenticarsi di lui: "Non ti scordar di me, o Dio" e Dio decise che il nome del fiore parlante sarebbe stato appunto "non ti scordar di me". Altre leggende narrano di persone che si amavano costrette a separarsi che, nel momento dell'addio, raccolsero alcuni piccoli fiori azzurri promettendosi di pensarsi a vicenda ogni volta che avrebbero rivisto simili fiori.

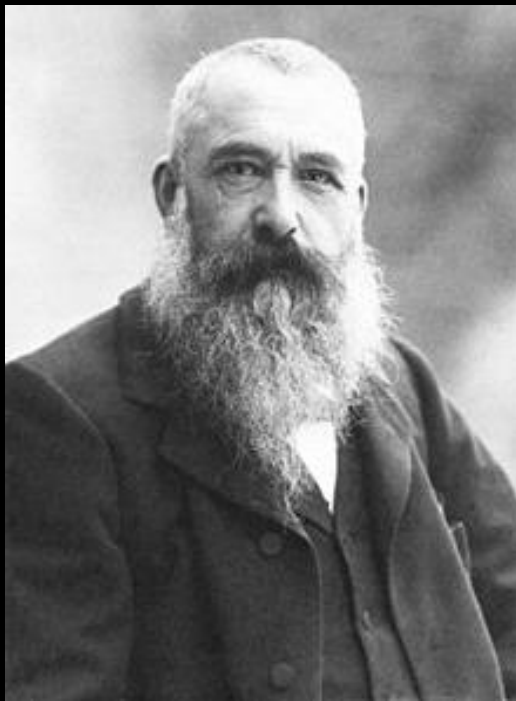






Monet: piante acquatiche a Giverny





« En dehors de la peinture et du
jardinage, je ne suis bon à rien ! »
Claude Monet



Benvenuti nel mondo di Claude Monet, pittore e giardiniere. Per oltre quarant'anni, fino alla sua morte nel 1926, Giverny era la sua casa e il suo luogo di creazione. I colori e i ricordi, la casa dove l'artista viveva e la sua straordinaria collezione di stampe giapponesi. I giardini sono costituiti aiuole e acqua, ricchi di piante orientali e salici piangenti, con il suo ponte giapponese dipinto di verde e di gigli.





"Sono estasiato, Giverny è un posto splendido per me!"

"acqua con erba che ondeggia sul fondo..."





La ninfea
diventa un piccolo grumo
di colore, sospeso
in un mare di verde

“la terra è colorata dal vapore
dei profumi, il cielo rivestito
da un mistero”

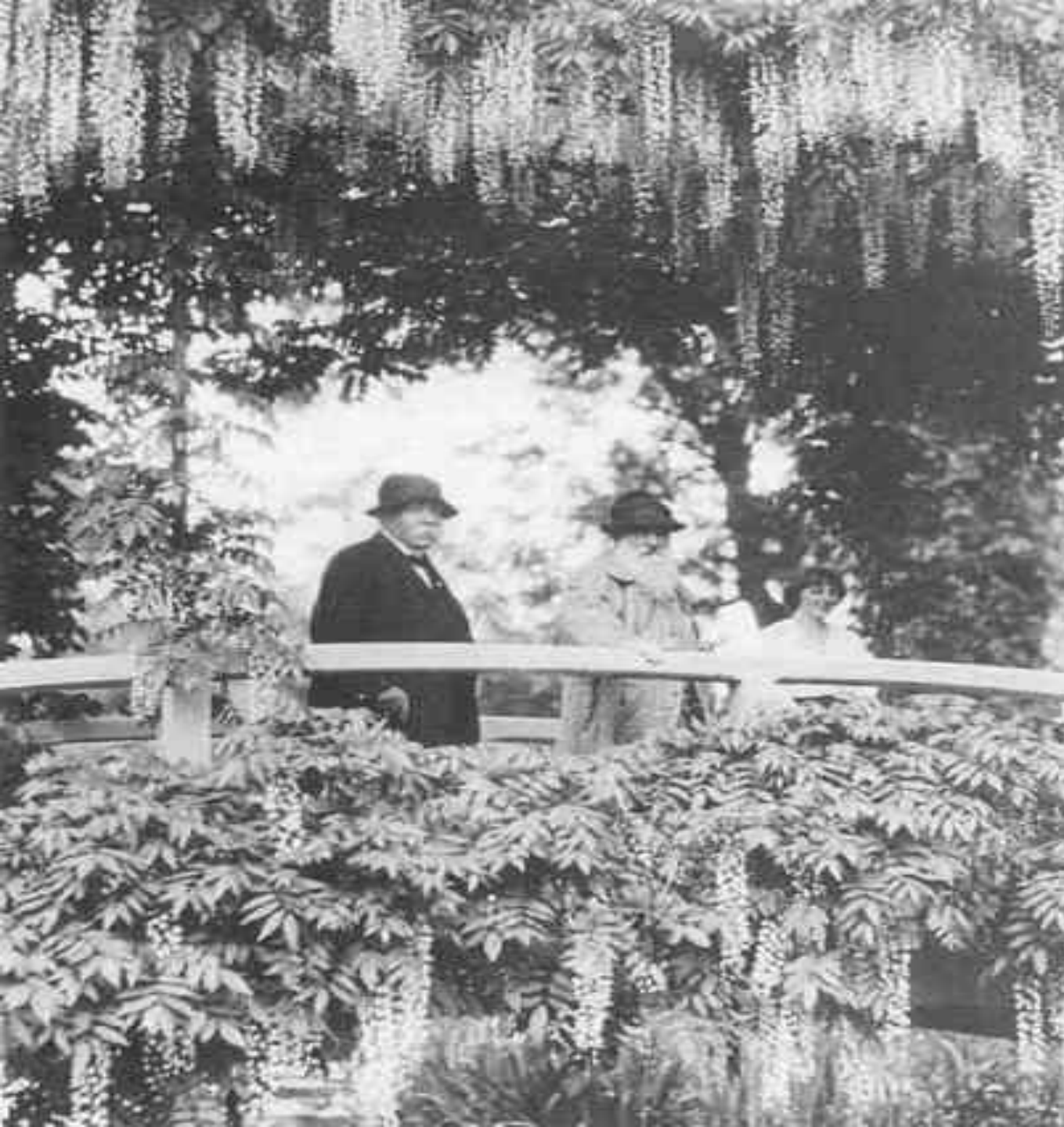
Monet, a proposito di Giverny



“Ho bisogno di qualche tempo, per capire le mie ninfee...

Le avevo piantate per puro divertimento; le coltivavo senza pensare a dipingerle. Un paesaggio non entra sottopelle nell'arco di un giorno. E poi, all'improvviso, ebbi la rivelazione di quanto fosse magnifico il mio stagno, e presi la tavolozza.





Nella disposizione
delle specie floreali
si riconosce l'occhio
di un esperto:
fiori ed arbusti
vengono disposti per
creare combinazioni
di colore precise ed
armoniose.
Il suo giardino
si trasforma
in un'opera
d'arte
totale.



Il corso della Senna a Giverny, ricco di vegetazione offre a Monet condizioni ottimali per lo studio dei mutamenti della luce nel corso della giornata.



Maison et Jardins de Claude Monet



FONDATION CLAUDE MONET
GIVERNY
www.fondation-monet.com

- 1 Entrée des groupes
Eingang der Gruppen
Group's entrance
- 2 Entrée des individuels
Eingang der besunders
Individual's entrance
- 3 Sortie
Ausgang
Way out
- 4 Atelier des Nymphéas
(Notre Boutique)
- 5 Boutique Décoration
- 6 Restaurant Salon de Thé
Les Nymphéas
- 7 Parking de la Fondation
(gratuit)
- 8 La Maison de Claude Monet
- 9 Passage Souterrain
entre les Jardins
- 10 W.C. (Toilettes)
- 11 Parking public (gratuit)
voitures et autocars à 200 m
de l'entrée des groupes

Copyright ©
Reproduction,
même partielle, interdite

Création et réalisation : Cartographie Informatique - tél. : 01 30 38 01 04

L'albero più antico della storia: l'albero dell'Eden







Catacombe del SS. Marcellino e Pietro: Adamo ed Eva



Bacco: la viticoltura come civilizzazione del mondo





L'edera e la vite sono
l'emblema
dell'immortalità





Scaletta "Le Piante nell'arte" di Elisa Piana

1) epoca egizia: il papiro + i cereali ritrovati nelle sepolture



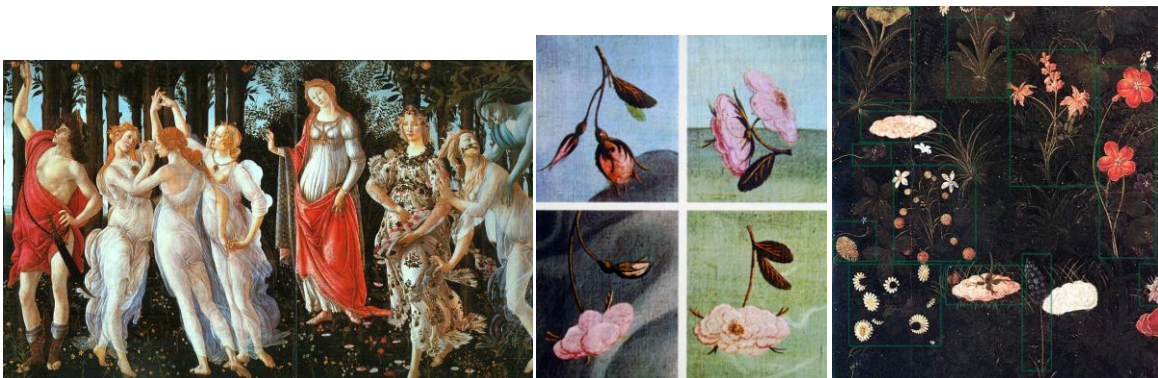
1

2) epoca greca: l'acanto, la foglia più celebre dell'arte



3) epoca rinascimentale: i fiori di Botticelli

(sito interessante: <http://freeforumzone.leonardo.it/discussione.aspx?idd=9939101>)



4) 1500-1600: la frutta (antica) La fruttivendola di Vincenzo Campi



5) la patata: I mangiatori di patate di V. Van Gogh



6) le ninfee e le piante acquatiche: Monet



7) piante rampicanti ("edere"): Art Nouveau



I cereali



MULINO



MARINO

MULINO A PIETRA NATURALE DELLA LANGA



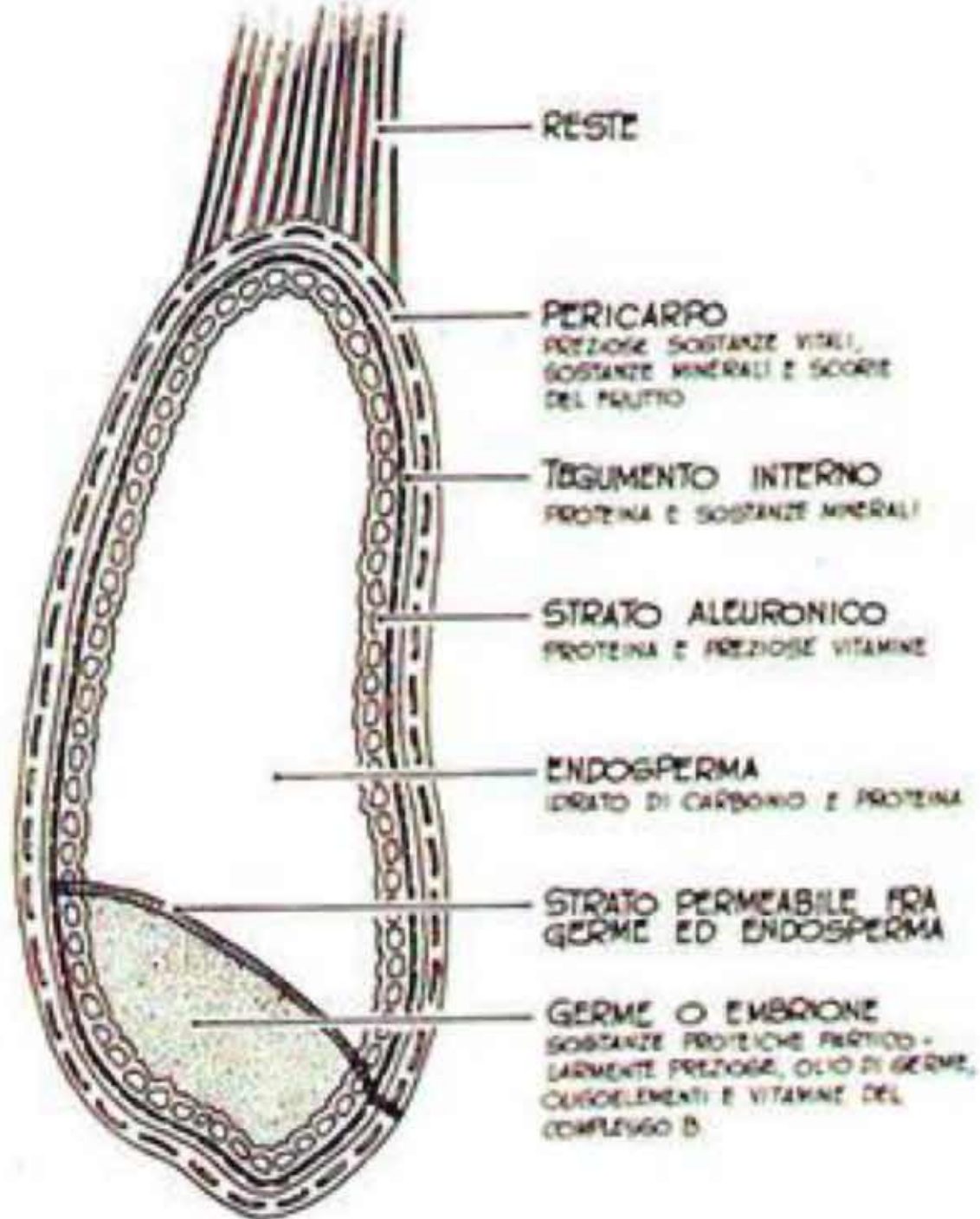
La nostra attività molitoria ha preso avvio verso la meta' degli anni 50, quando nostro padre venne a sapere che a Cossano Belbo era in vendita un piccolo mulino attrezzato per la macinazione a [pietra naturale](#) e a cilindri. Affascinato dalla professione di mugnaio, lo comprò. Con nostra madre ed i nonni materni iniziò a produrre farine. Nel 1955, Felice Marino, ormai innamorato del mestiere, decide di rilevare l'attività acquistando il mulino delle Langhe costituito da tre palmenti azionati con forza idraulica. Questo sistema di macinazione è una vera e propria arte e, come tutte le forme d'arte, richiede passione ed esperienza.





UNDUETRE.COM - UNDUETRE.COM - UNDUETRE.COM - UNDUETRE.COM - UNDUETRE.COM - UNDUETRE.COM





I CEREALI MACINATI A PIETRA NATURALE

- Il consumo di cereali macinati a [pietra naturale](#) fornisce all'organismo proteine, grassi (pochi e prevalentemente insaturi), vitamine, minerali (tra cui calcio, ferro, fosforo, iodio, magnesio, potassio), enzimi
- Questi sono così rimineralizzanti, rinfrescanti e antinfiammatori da essere assolutamente inseriti nella dieta quotidiana in caso di deperimento organico, eccessiva stanchezza (fisica o psichica) ed esaurimento nervoso, oltre che in tutte quelle fasi della vita in cui al nostro organismo è richiesto uno sforzo particolare (gravidanza, allattamento, crescita e pubertà, menopausa)
- La presenza abituale di cereali macinati a [pietra naturale](#) sulla propria tavola contribuisce alla prevenzione delle malattie cardiovascolari
- Il germe, all'interno delle nostre farine macinate a [pietra naturale](#), racchiude le sostanze nutritive più preziose (proteine, vitamine, enzimi, sali minerali)

IL FARRO



IL FARRO



LA SEGALE



IL KAMUT



IL MAIS OTTO FILE O "MAIS DEL RE"



IL GRANO SARACENO





- L'Enkir è il primo cereale addomesticato sulla terra, 12000 anni fa.
- E' un cereale selvatico e pertanto non necessita di alcun tipo di concimazione, è per questo che viene anche indicato come il vero cereale biologico.

L'ENKIR (*triticum monococcum* - monococco)

- Cereale antico selvatico l' Enkir è un cereale "vestito" appartenente alla specie diploide addomesticata nel vicino Oriente 10-12 000 anni fa
- E'considerato il padre dei cereali e cresce spontaneo ancora oggi in alcune zone della mezzaluna fertile (Turchia e Iran)
- E' ritenuta una specie fondamentale per la nascita dell'agricoltura moderna, ha un' ampia adattabilità, minime esigenze nutrizionali ed è naturalmente resistente a patogeni e parassiti e pertanto si adatta bene ad ambienti colturali marginali
- Viene anche indicato come il vero cereale **biologico** . Possiede un alto contenuto proteico , in media il 18 % (con punte fino al 24%) ed un elevata quantità di carotenoidi che hanno importanti ruoli nelle funzioni cellulari e che sono efficienti antiossidanti. La farina di Enkir è di colore giallo naturale



Grazie per
l'attenzione!!!!

Ciao ragazzi!

Dal campo al sacco

LE FONTI DI ENERGIA



motori di ultima generazione e mezzi elettrici

1° CAMPIONATURA
il prodotto viene vagliato visivamente e analizzato in laboratorio

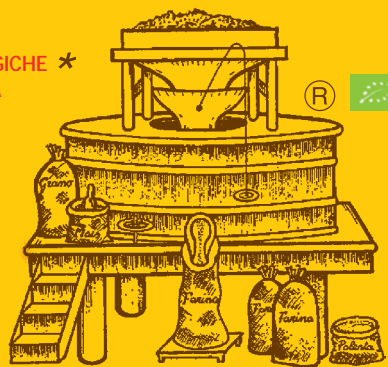


1

**ANALISI REOLOGICHE *
E DI SICUREZZA ALIMENTARE**



3



CAMPO



2

2° CAMPIONATURA
allo scarico



MULINO

4

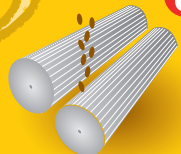
- * Assenza di 148 pesticidi, OGM, microtossine, fitoregolatori di crescita
- ** Selezionatura ottica con tecnologia BUHLER-SORTEX



5

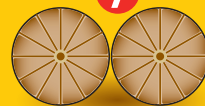
PULITURA **
6 cicli di prepulitura, selezionatura ottica-cromatica 2 cicli di pulitura

6



MACINAZIONE A CILINDRI
con diagramma corto le farine "0" e "00" sono rimacinate il meno possibile

7



MACINAZIONE A PIETRA NATURALE
i cereali precedentemente puliti vengono trasportati ai singoli palmenti per essere macinati in purezza



RABBIGLIATURA (MARTELLATURA)
delle macine. Operazione manuale per ottenere la miglior farina

8

**ANALISI REOLOGICHE *
E DI SICUREZZA ALIMENTARE**



FARINA



Relazione sul Medioevo

2° media

La nostra classe ha avuto tre incontri con una guida che ci ha parlato del Medioevo. Nel primo incontro ci ha raccontato la vita quotidiana nel Medioevo e ci ha fatto vedere alcune diapositive.

Nel secondo incontro abbiamo preparato alcune pietanze di quel tempo.

Nel terzo incontro siamo andati a visitare le zone medievali nel centro Firenze

Vita quotidiana nel Medioevo

In passato, quando si trovavano dei resti archeologici Medievali, si prelevavano solo gli oggetti considerati belli e gli altri reperti erano lasciati al loro posto.

Oggi, si cercano anche gli oggetti che possono fornirci informazioni sulla vita quotidiana nel Medioevo, e non si lascia nulla senza prima di averlo esaminato.

Per migliorare la ricostruzione dei fatti si confrontano varie fonti, così si ha una ricostruzione completa della storia.

L'agricoltura nel Medioevo era un'attività molto importante perché forniva l'unica fonte di cibo per i contadini, se un raccolto andava male, tantissime persone morivano di fame.



A quei tempi la tecnologia non era evoluta, e i raccolti erano molto magri, perché ogni spiga dava in media solo quattro semi. Ogni anno i contadini erano in costante ansia perché potevano non riuscire a produrre abbastanza farina per fare il pane.



Inoltre, i contadini lavoravano dalla mattina alla sera e vivevano in delle capanne che avevano una sola stanza con un focolare all'interno e poche aperture.

Più tardi nel tempo, fu inventato l'aratro a versoio, che aiutava molto la produzione agricola.

L'aratro a versoio è trainato da due buoi allineati con il giogo, e ricopre le zolle dopo aver solcato il terreno, in questo modo, i semi sono protetti e più spighe possono crescere.



Nel mese di Luglio il grano era mietuto, ma, contrariamente a quanto si fa oggi, lo si tagliava in alto per lasciare il foraggio per gli animali e per ingrassare il terreno bruciando le rimanenze. Dopo la mietitura, il grano era trebbiato, cioè i chicchi erano separati dalla pula. Quest'operazione era svolta da un cavallo che pestava i chicchi di grano.

Una volta trebbiato il grano, i contadini lo consegnavano al mugnaio, che lo trasformava in farina con un mulino ad acqua.

Il mulino poteva sfruttare l'acqua corrente di un torrente o di una cascata. La macina era molto pesante, e aveva bisogno di un movimento orizzontale per schiacciare i semi e produrre la farina, questo movimento era ottenuto con una ruota dentata che trasferiva la forza dell'acqua corrente alla macina.

Il grano non era venduto dal contadino ma dai servi dei signori. Il contadino cedeva al signore il grano che non gli serviva e questo provvedeva a venderlo.

Il vino era molto diffuso ed aveva molti impieghi: serviva a dare forza, era usato come antisettico, ed aveva un valore sacro. La domenica si mangiava sempre pane e vino.

Se il vino andava a male e diventava aspro, veniva bollito e bevuto addolcito con il miele.

In montagna, dove la coltivazione del grano non era possibile, ci si nutriva di castagne e dei prodotti della pastorizia.

Il macellaio vendeva la carne del maiale e della capra, ma non quella del bue, che non veniva mangiata perché era un bene troppo prezioso in quanto utilizzato per arare.

I ricchi mangiavano la carne anche due volte al giorno, mentre i poveri la mangiavano una volta la settimana se non meno.

I poveri solitamente mangiavano il pane nero o addirittura quello di farina di paglia.

Il pane nero era fatto con la segale.

A volte tale pane era fatto con la segale cornuta, cioè infestata da un fungo microscopico, ed in questo caso, mangiandolo si avevano delle allucinazioni, ma la povertà di cibo era tale che si mangiava questo pane anche sapendo delle conseguenze.

L'alimentazione dei ricchi era esagerata.

Le uova venivano conservate assodandole e costituivano una pietanza da ricchi.

Il pesce era un cibo molto importante per le feste religiose, durante le quali non era permesso mangiare carne.





Il menù dei ricchi era arricchito dalle spezie che coprivano il sapore della carne, spesso andata a male.

Le spezie erano: il coriandolo, la cannella, il pepe, lo zafferano, la noce moscata, lo zenzero e i chiodi di garofano.

Tali spezie erano un cibo costoso perchè provenivano da lontano.

La cottura avveniva in un gran calderone, dotato di scomparti, dove venivano collocati barattoli con le varie pietanze. Nel Medioevo si mangiava dal piatto di portata, senza avere un piatto personale. I piatti erano di legno, si mangiava con le mani, e la forchetta era usata soltanto da qualche dama.



L'istruzione dei figli dei ricchi era affidata ai monaci o ai preti, e si svolgeva tramite lezioni private. Le materie più insegnate erano il canto ed il latino. Vennero anche create delle scuole per i figli dei mercanti, nelle quali, il maggiore insegnamento riguardava il far di conto. I libri scarseggiavano e per questo gli alunni dovevano imparare a memoria tutto quello che diceva il maestro. Il maestro poteva infliggere punizioni corporali.

I pastori portavano un abito corto con calze lunghe e avevano un cappuccio di pelliccia di pecora. I ricchi amano molto i vestiti di velluto. Nel corso del medioevo i vestiti diventano sempre più stretti. Abiti maschili e femminili non sono molto diversi.

Le dame avevano acconciature molto elaborate che, a volte, erano arricchite da intelaiature metalliche. Le donne sposate dovevano portare sempre un velo sopra i capelli, mentre le non sposate potevano stare a capo scoperto.

Preparazione di pietanze medievali

Durante quest'incontro abbiamo preparato tre ricette medioevali:

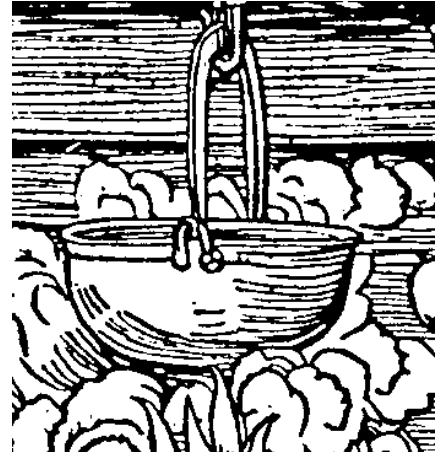
la salsa camelina

la salsa verde

una torta con i frutti secchi

Il mio gruppo ha preparato la salsa camelina.

La salsa camelina prende il nome dal cammello per via del suo colore.



Gli ingredienti sono:

- 70 g. di mandorle spellate
- 40 g. di uva passa
- 40 g. di mollica di pane raffermo (una fetta)
- 20 cl. di aceto di mele diluito in 10 cl. d'acqua
- 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 1/4 di cucchiaino di chiodi di garofano in polvere sale

Ricetta

Lavare e poi mettere a bagno per 1 ora l'uva passa in acqua tiepida.

Tritare finemente le mandorle, quindi stemperarle in un po' d'acqua.

Frullare l'uva passa insieme alle spezie e alla mollica di pane ammollata in un po' d'acqua.

Aggiungere il latte di mandorle con l'uvetta ed aggiungere l'aceto di mele.

Amalgamare bene, salare un po'.

Visita alla Firenze medievale

All'inizio della visita, siamo andati a vedere il Duomo.

La guida ci ha spiegato che al posto del Duomo c'era precedentemente una chiesa chiamata Santa Reparata.

La costruzione del Duomo durò 140 anni.

La città non poteva stare tanto tempo senza una cattedrale, allora il duomo fu costruito come una scatola sopra Santa Reparata, che continuò ad essere utilizzata.

Solo dopo aver ultimato la costruzione del Duomo, la vecchia chiesa fu distrutta.

La costruzione durò così a lungo anche perchè i finanziamenti per far proseguire i lavori venivano trovati via via.

Ogni singolo cittadino poteva contribuire alla costruzione del Duomo anche solo

acquistando una delle pietre. La maggior parte dei finanziamenti venivano dalle "Arti", che erano delle corporazioni di artigiani.

La costruzione della cupola fu molto difficile perchè era alta 50 metri e di diametro 40 metri, fu impiegato il metodo dell'arco e delle pietre che si sostengono da sole. Per la costruzione del battistero, del campanile di Giotto e del Duomo, venivano impiegati dei marmi che non provenivano da cave vicine a Firenze e quindi anche il trasporto era molto costoso.

Nel battistero, fu utilizzato anche un blocco di pietra completamente diversa dalle altre, su cui erano riportate delle incisioni romane. Adesso può sembrare strano, ma allora capitava spesso che si mettesse insieme un blocco completamente diverso dal resto. Poi abbiamo visto Or San Michele, che è una chiesa strana, perchè non ha navate. Infatti, in antichità era un mercato, che fu trasformato in chiesa perchè al suo interno c'era un'immagine della Madonna molto venerata. Distrutto da un incendio, fu ricostruito a più piani dalle arti, con la funzione di magazzino e fu successivamente ritrasformato in chiesa.

Or San Michele è ornato esternamente da molte statue, che raffigurano alcune divinità protettrici degli artigiani. Le Arti si suddividono in Arti maggiori, medie e minori. L'Arte più ricca era quella "Calimala", da cui ha preso il nome l'attuale via, era la corporazione degli artigiani che lavoravano la lana.

L'Arte Calimala finanziò completamente la costruzione del battistero.

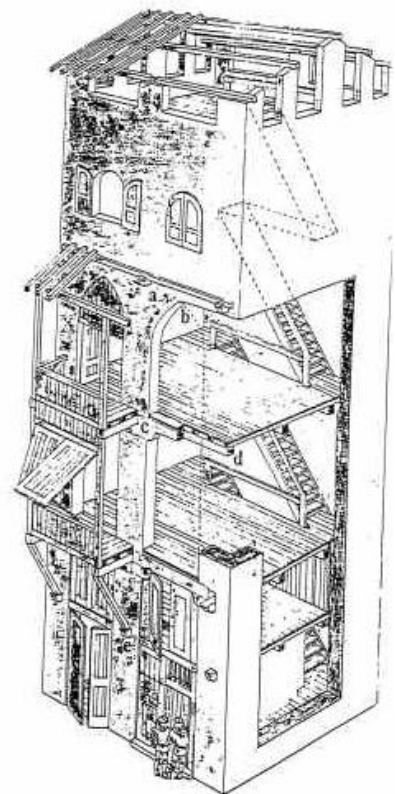
Poi abbiamo visto Palazzo Vecchio.

Palazzo Vecchio fu costruito dai Medici, che lo abbandonarono, perchè lo considerarono troppo piccolo, in favore di Palazzo Pitti.

Palazzo Vecchio diventò sede del governo di Firenze, mantenendosi fortificato.

Poi abbiamo visto le "case torri", che erano abitazioni di ricchi. Dopo un conflitto fra famiglie ricche, il vincitore imponeva al perdente l'abbassamento dell'altezza della torre. Una legge pose un limite alla competizione per avere la torre più alta, in quanto nessuno poteva costruire una torre più alta di quella di Palazzo Vecchio. Nelle case torri sono visibili dei particolari fori lungo le pareti, che segnano il punto in cui erano inserite le assi di legno utilizzate per la costruzione.

Abbiamo visto anche il Bargello, che fu la prima sede del podestà e più del capitano di giustizia o Bargello.



CON CARLIN PETRINI





Cari bambini delle classi prime,

sono Noemi, quella bambina che vi ha guidati quando abbiamo piantato l'ulivo. Vi ricordate di me? Che bello raccogliere le foglie e metterle intorno alle radici di quell'albero piccino, vero?

Oggi vi scrivo perché vi voglio raccontare qualche cosa della gita, con cui abbiamo inaugurato il nuovo anno scolastico e proseguito le attività sul cibo iniziate in quarta.

Il 14 novembre, la mia classe e le altre quinte siamo andati a Pollenzo, a visitare la scuola universitaria di scienze gastronomiche. Alle 8 ero già puntualissima con i miei compagni davanti alla scuola a attendere l'arrivo dei pullman. La maestra ci ha disposti a coppie, io ero con Simone. Arrivati a Pollenzo, la maestra ha suddiviso la nostra classe fra le varie quinte, in tre gruppi, quindi è iniziata la visita all'università. Questa scuola è stata creata da Carlo Petrini, ideatore di Slow Food.

Non voglio raccontarvi tutta la gita, ma solo mettervi desiderio di realizzarla, e per far ciò vi dirò che è bella, istruttiva e sorprendente.

Se ci andrete, probabilmente giocherete con delle carte che vi faranno capire cosa è utile o dannoso per l'orto o dovrete selezionare frutti e verdure in base alla stagione. Io mi sono divertita e ho scoperto che anche in una piccola città ci sono rovine romane straordinarie. Ma soprattutto che ogni pianticella è un mondo importantissimo e che solo studiando e trattando ogni essere con rispetto possiamo sperare di vivere meglio noi e coloro che ci seguiranno.

Cari bambini, avete fatto bene a iscrivervi alla Rossignoli! Nella nostra scuola c'è un orto fantastico, con frutti in ogni stagione e che è bello persino quando è spoglio, perché i nostri cartelli lo rallegrano. C'è un gelso, che piantammo anni fa quando era un fuscello e ora è abbastanza largo e visibile, ci sono delle mezze botti piene di erbe profumate...

Noi siamo estimatori dei buoni sapori e dei buoni odori!

Lo sapete che nella nostra aula ci sono i rami di rosmarino e di salvia, di menta e di origano che aspettano di essiccare? La nostra è l'aula più profumata e io sono solo un po' triste all'idea di lasciarla. Ma tornerò a trovarvi, e a trovare la mia maestra. Ciao! Noemi

Cari bambini,

vi voglio raccontare la visita fatta con la mia e le altre classi a Pollenzo, giovedì scorso, 14 novembre.

In questo paese, Carlo Petrini, fondatore di Slow Food, ha creato l'Università di scienze gastronomiche. Come avrete visto, nel cortile della scuola che avete iniziato a frequentare, è stato creato un piccolo orto che la mia classe continua a seguire da anni grazie all'aiuto soprattutto del sig Sandro, ma anche di Giorgio, i nostri nonni ortolani. Pensate che qualche anno fa lo stesso Petrini è venuto a visitarlo.

È una persona veramente simpatica...

Lo scorso anno ci hanno fatto visita anche gli studenti della terza età di Alessandria. In quella occasione, noi alunni abbiamo fornito loro delle informazioni su molti ortaggi e in particolare sulle erbe aromatiche, che essi hanno apprezzato molto. Abbiamo fatto, a seconda della maestra, una "lecti magistralis" e noi eravamo orgogliosissimi!!!

Tornando alla gita a Pollenzo, ho notato per la prima volta uno spaventapasseri vero, nell'orto dell'Università.

Dopo lo spuntino, abbiamo partecipato a diverse attività, ma preferisco non rivelarvele, così se deciderete, vivrete la sorpresa! Non dimenticate di gironzolare intorno all'Università: ci sono ancora case costruite sulle rovine di un antico foro romano, il palazzo reale e una chiesa gotica con le caratteristiche guglie a punta. Sotto la piazza principale sorgeva un tempo la necropoli. Questa gita mi è piaciuta particolarmente, come tutte le attività relative all'orto e a ciò che mangiamo; io so già molte cose e a casa mia sorella gemella e io spieghiamo a mamma e papà e anche a nostro fratello tante nozioni e curiosità che loro non conoscono.

Ci piacerebbe frequentare quell'università, ma c'è ancora molto tempo...

Però, cari bambini, quando noi di quinta saremo alle medie, tocca a voi curare l'orto e anche fare le belle esperienze nostre... Ciao Francesca

All'Università di Pollenzo

Cari primini conosciuti durante la festa degli orti, desidero raccontarvi una cosa bellissima.

Il 14 novembre 2013 tutte le classi quinte della nostra bella scuola Rossignoli sono andate a Pollenzo, una località vicino alla città di Bra, in provincia di Cuneo. Ci siamo arrivati con il pullman.

Io ero seduta accanto a Francesca, Noemi e Giulia. Appena giunti, i nostri tutor si sono presentati. Le maestre hanno diviso la mia sezione, la 5°A, in tre gruppi da sette-otto bambini ognuno.

Elisa, Simone, Valentina, Luca, Denis, Alessandro e io eravamo nel gruppo C.

Mentre la nostra classe si amalgamava con gli altri, la Signorina Eleonora, la responsabile di Sow food, ci ha consegnato dei porta-documenti da universitari e noi vi abbiamo inserito il nome, preparato in precedenza. Eravamo orgogliosi!

La prima attività svolta in una delle aule dell'università è stata quella di conoscere i profumi e i sapori delle varie piante del nostro Pianeta: la melissa che odora di limone, lo zafferano, la salvia...dei peperoncini, una pianta definita "falso pepe" proprio per l'aroma pungente...

Abbiamo assaggiato anche delle foglie; me ne ricordo una che sapeva di liquerizia.

Dopo questa gradevole esperienza due ragazze (che abbiamo saputo poi essere due studentesse) ci hanno guidati fino a un'ampia sala dove abbiamo giocato a squadre. Non c'erano vincitori; il gioco consisteva nel prendere un cartoncino dove era disegnata una pizza e arricchirla con i prodotti di una stagione. A noi è toccato "l'inverno", ma grazie alla presenza a scuola dell'orto, tutti i gruppi erano ben preparati.

Successivamente ci siamo spostati in una grande aula e, di nuovo divisi in gruppi, abbiamo giocato con le carte Slow Food e io mi sono aggiudicata il primo posto! È stata un'esperienza magnifica.

Intanto era giunto il momento del pranzo; siamo andati in sala mensa e abbiamo gustato riso con frittata (un ottimo piatto): evviva i cuochi!

Dopo pranzo siamo andati a giocare in giardino, dove c'era un piccolo campo da calcio, scivoli, corda e una sbarra alla quale appendersi: un dopomensa molto rilassante...

Dopo aver digerito tutto per bene, abbiamo fatto una visitina alla prima compostiera meccanica e il signor Marco, l'inventore, ci ha spiegato che quella macchina contiene tutti gli avanzi della cucina e quel poco avanzato da noi quel giorno. Essa può contenere 3000Kg di concime che impiegherà 30 giorni circa a maturare per diventare compost..

Alla fine di questa fantastica esperienza i tutor ci hanno regalato una penna, un libretto dell'Università e uno sull'attività di "orto in condotta".

Questa uscita e le attività proposte mi sono piaciute molto e spero che anche voi, quando sarete in 5°, potrete avere questa fortuna!

Eleonora T.

LA RICETTA DEL LITIGIO

Per incominciare prendere una terrina di "frutti del malumore", infarinarli con polvere di ossa e sbatterci insieme due uova marce (andate a male da almeno due mesi). Chiedere al marito di prendere del latte dal frigo, iniziare, già prima di mangiare il dolce che vi sto insegnando a preparare, a litigare perché il marito ha rovesciato il latte; riprendersi d'animo e aggiungere semi di pianta carnivora, fermare il gatto che cerca di "marcare" la vostra ricetta. Rilassarsi un attimo mentre il gatto fa i bisogni sulla vostra creazione, lanciare il gatto dalla finestra per l'irritazione aggiungere zucchero di tela di ragno o concentrato di veleno di scorpione. Infornare il tutto per alcuni minuti e causare un black-out generale a causa della pipì del gatto che ha rotto il forno. Mettere le scarpe per andare in Iraq per prendere un missile inesplosivo per impiattare, ma ragionare sul fatto che sarà sporco di terra e scegliere un piatto qualsiasi, dopo aver spremuto sopra un po' di sangue di cammello. Dividere l'impasto in sforma tini usando pelle di serpente. Impiattare con contorno di piatti, rotti nel precedente litigio e servire a temperatura ambiente. Tenete conto che i "frutti del malumore" crescono d'inverno (di solito dopo essersi sposati) e che le uova devono essere marce al punto giusto, e che ci metterete circa tre mesi per preparare questa ricetta e che quando la porgerete al marito avrete questo risultato: il solito litigio serale! (Questa ricetta deve essere preparata da sole mogli!)

Istruzioni d'uso:

sapersi moderare negli ingredienti, non distruggere la cucina ; il piatto é da servire molto caldo , litigare moderatamente.

Iniziare con uova, insalata e...molte puzze per dare un odore invitante .

Nell'impossibilitá di fare puzze usare puzza del giardino.

Disporre di un coltello per affettare chiunque ti disturbi.

Unire i tre ingredienti fino a creare un mix esplosivo.

Accoltellare il disturbatore che continua a chiedere ddl sale.

Infornare a 300 gradi.

Sfornare, mettere molto pepe.

Servire in tavola e se il vicino odiato sopravvive sei un gran cuoco.

Caro Marco, ormai ci conosciamo. Io sono Luca e ti ho accompagnato lunedì durante la visita all'orto.

Volevo raccontarti della mia gita a Pollenzo, all'università degli studi di scienze gastronomiche. Te la voglio raccontare perché tu capisca che l'esperienza manuale è molto importante; infatti se non avessimo messo le foglie per coprire le radici dell'ulivo alla festa degli orti, ora questo sarebbe quasi morto dal freddo. Adesso torniamo alla gita. Alle 8 puntuali di giovedì scorso eravamo sul pullman diretti a Pollenzo.

Esattamente un'ora ci separava dalla nostra meta. Appena arrivati lì, ci stupimmo della bellezza della chiesa in stile gotico e tutto quello che ci circondava era in mattoni a vista. Cosa importante, per riconoscerci, era il cartellino che, appena arrivati, ci fu consegnato. Breve visita all'orto, curato da alcuni studenti, e al frutteto.

Era possibile arrivare in questi due luoghi solo attraverso il giardino dell'albergo.

E dopo...focaccia per tutti!!! Questa squisita merenda ci è stata offerta dalla madrina dell'orto, Graziana, la stessa che ha donato alla nostra scuola quell'ulivo di cui ti ho parlato prima e intorno a cui ci siamo conosciuti.

E ora, il primo dei tre laboratori. Breve lezione di botanica con riconoscimento di profumi e scoperta degli utilizzi delle piante aromatiche, tutto in trenta minuti.

Ci spostammo di edificio per il secondo laboratorio: selezionare frutti e verdure di una determinata stagione, da posizionare su una pizza. E poi, il terzo spostamento. Ci trovammo in un oratorio in cui, divisi in gruppi, giocammo a una specie di "UNO" soltanto utilizzando carte di Slow food con sopra raffigurate le parti di una pianta edibili. Sfortunatamente, quando stavo per vincere, dovetti cambiare il mazzo e ricominciare da capo...

Il pranzo è stato il momento in cui ho potuto parlare con i miei compagni, perché i gruppi erano formati da elementi delle diverse classi.

Ci riunimmo in un luogo chiamato "tavole accademiche", dove abbiamo gustato un risotto al pomodoro e una frittata che ci venne servita dagli studenti. Finito il pranzo, un momento di gioco nel campo dell'oratorio ci attendeva.

Dedicammo il pomeriggio a visitare l'università. Marco, la nostra guida, ci accompagnò a vedere una macchina: "Il composter-one"; esso trasforma gli scarti di cucina e tutto ciò che è biodegradabile in compost.

Il compost è una sostanza organica e serve a concimare l'orto e il frutteto. Ci dirigemmo poi nella banca del vino, una cantina in cui sono custodite circa 80000 bottiglie provenienti da tutta Italia.

Ci è stato poi spiegato che la scuola possiede un laboratorio di assaggio in cui gli studenti degustano cibi e bevande; Marco, a volte, ha dovuto assaggiare diversi succhi o birre, ma in altri momenti si è trovato a dover mangiare della pasta alle 9 di mattina...

Ho scoperto anche che Pollenzo, un tempo, era utilizzata dai Savoia come residenza dei contadini che lavoravano per il Regno e coltivavano i campi.

Per concludere, ascoltammo il discorso del direttore dell'università che ci regalò una borsa di gadget.

Infine, il viaggio di ritorno. Quindi, Marco caro, spero che tu abbia ben capito l'importanza di questo "toccare con mano" perché l'uomo è nato con le mani non solo per giocare o schiacciare dei pulsanti, per

guidare, accendere e spegnere interruttori, ma per apprendere, perché solo sperimentando si impara veramente.

Spero di non averti fatto perdere del tempo! Luca

Cara Anita, ti voglio raccontare la mia esperienza a Pollenzo. Pollenzo è una città di origine romana, aveva il nome di Pollentia.

E' una città piccola, ma meravigliosa: ha tutte torri costruite con mattoni a vista.

Giovedì siamo partiti alle 8 in punto. Appena arrivati, siamo subito andati a visitare l'orto, che aveva soprattutto prodotti invernali, come finocchi, cavoli e tante erbe aromatiche sempreverdi.

In seguito, ci hanno accompagnato nel frutteto di meli, peri, susini. Finita la visita del frutteto ci hanno offerto presso l'Università enogastronomica, la focaccia, una delizia offerta dalla madrina del nostro orto, Graziana, che ha festeggiato con tutti noi il suo compleanno.

Successivamente abbiamo osservato un ruscello: era un pezzo del Tanaro che formava due cascate; una era piccola e semplice, l'altra azionava un piccolo mulino. Abbiamo svolto varie attività, ma quelle che mi sono piaciute di più sono state: il gioco delle carte (che consisteva nel riuscire a avere 4 carte diverse, con le caratteristiche tipiche di una pianta: allora si vinceva!!)

Ero a un passo dalla vittoria; mi mancava solo una carta, ma il tempo purtroppo è scaduto, così siamo passati alla seconda attività: le piante del mondo!

Due signori ci hanno mostrato piante europee, alcune le abbiamo annusate, altre le abbiamo assaggiate.

Sfortunatamente le ultime tre erano piccanti e mi sono piaciute poco.

Nel parco dell'università ci hanno concesso una pausa di gioco e di fotografie-ricordo prima di visitare Pollenzo. Una ragazza ci ha accompagnato in giro per le vie e ci ha raccontato un po' di storia. Finito il giro, siamo andati a prendere il pullman; ero dispiaciuta che la giornata fosse già finita. Questa gita è stata bella perché ho scoperto e imparato tante cose nuove. Spero che il mio racconto ti abbia suscitato la curiosità di andare anche tu a visitare Pollenzo e la sua università. Tanti saluti; a presto! Nena

Caro bambino che frequenterai la scuola l'anno prossimo, io che sono in quinta mi sento il dovere di raccontarti una mia esperienza. Si tratta di Pollenzo, una cittadina in provincia di Cuneo. Pollenzo nasce in epoca romana come accampamento e era chiamata Pollentia; nel medioevo fu ristrutturata perché distrutta dopo i diversi attacchi subiti dai Romani; in seguito diventò di proprietà reale: i Savoia, per poi trasformarsi in quello che oggi noi vediamo e dove si trova un'università unica al mondo.

A Pollenzo siamo arrivati circa alle 9; le maestre ci hanno suddivisi in tre gruppi per incorporarci nelle altre classi. Abbiamo visitato l'orto e visto un casotto dove non siamo entrati perché ci è stato detto che si svolgono esperimenti.

Dietro c'è la concimaia, molto simile a quella della nostra scuola.

Ci siamo radunati sotto un porticato dove ci è stata offerta della focaccia (dono della madrina dell'orto che ha voluto festeggiare con noi il suo compleanno), poi siamo giunti in un'aula con diverse piante e piantine in piccoli vasi. Queste piante sembravano normali ma avevano sapori o profumi particolari. Per esempio, una profumava di ananas, un'altra di limone; una che proveniva dall'America centrale l'abbiamo mangiata! Infatti è una pianticella conosciuta in erboristeria: zucchera 200 volte più dello zucchero, ma non so perché dopo che io l'ho masticata a lungo, sapeva poi di amaro.

Ci hanno detto che le verdure che conosciamo sono pronipoti di ortaggi diversi; il primo peperone era minuscolo e dorato di colore. Successivamente siamo giunti in una seconda stanza per creare una pizza estiva. Ci hanno fatto i complimenti perché sapevamo la stagionalità degli ortaggi; come faremmo, dato che abbiamo l'orto appena fuori la scuola, a essere indifferenti alla sua bellezza in ogni mese dell'anno?

Successivamente siamo andati a mensa dove ci è stato servito riso e omelette; per dolce c'erano biscottini e meringhe.

Per digerire abbiamo corso un'ora in un campo sportivo, chiuso e sicuro. Finito lo svago, siamo giunti in un giardino dove c'è un macchinario che dagli scarti della mensa crea compost per l'orto. Può contenere 50 Kg di scarti e ci vogliono parecchi giorni per ottenere il compost.

Per ultimo siamo arrivati alla mostra del vino dove erano esposte più di 80000 bottiglie provenienti dalle varie regioni d'Italia.

La gita si è conclusa quando abbiamo ricevuto un sacchetto per il compost, degli opuscoli, un segnalibro, una biro e un sacchetto di nocciole IGP, che significa: indicazione geografica protetta.

È stata una gita istruttiva, ricca e piena di sorprese che ti consiglio di fare, naturalmente frequentando la mia scuola, che ti offre un sacco di belle occasioni! Simone

Cara Alice, ti scrivo per raccontarti qualcosa di speciale. Giovedì scorso tutte le nostre classi quinte si sono recate a Pollenzo, come se fossimo tutti iscritti a quell'università. Sai che proprio lì si trova l'Università degli studi di Scienze gastronomiche, vero?

Ci è stato assegnato un cartellino di riconoscimento, ci sentivamo "grandi"!

L'istruttore ci ha condotti all'interno delle aule. In una un professore-vivaista ci ha spiegato le proprietà delle erbe tra cui la manta, il peperoncino, lo zafferano e la stevia, che è una pianticella dalle foglie dolci, più di 200 volte dello zucchero. Io l'ho assaporata: era dolcissima! In un'altra aula abbiamo addobbato delle pizze stagionali con dei cartoncini provvisti sul retro di velcro; il mio gruppo doveva preparare "La Primavera" e noi l'abbiamo poi denominata "Italia" per i suoi colori squillanti. Successivamente il mio gruppo ha fatto visita all'orto e a uno strumento chiamato "composter one" che in 90 giorni trasforma i residui e gli scarti di cucina in compost.

In seguito abbiamo mangiato riso, frittata le meringhe e certi biscottini ottimi nel ristorante universitario e poi siamo usciti a giocare in un campetto.

Ricomposti i gruppi ci siamo avviati al museo del vino, in un ambiente suggestivo che ricordava i documentari sull'antica Roma per quei pietroni che a volte si notavano nelle pareti. C'era una grande cartina d'Italia con le regioni colorate in modo differente e diversi tipi di vino, ognuno collegato alla sua zona d'origine.

Il nostro istruttore ci ha riferito che per entrare all'Università gli studenti devono superare delle prove. Quasi tutte le classi sono composte da 90 posti. Quel giorno una classe era in gita scolastica: ecco perché è stato possibile fare lo scambio con noi!

Alla fine ci hanno regalato una borsa con una biro, due giornalini e delle nocciole squisite. Sai, Alice; ritornato dalla gita ero sfinito ma ti assicuro che ne è valsa la pena perché adesso conosco più cose. Arrivato a casa, orgogliosamente, ho raccontato tutto alla mia famiglia, e a mia sorella grande, che però non sa tutto quanto so io!

Grazie per avermi ascoltato. Ciao, Denis

☺ LA RICETTA DELLA ROUTINE OVVERO LE “32 MOSSE”! ☺

La mia mamma è un’ ottima portatrice di buonumore, di noia, dolcezza, litigio, cortesia, scortesia ... ,
ma tutto questo , perché?

Spiegato il mistero, ogni giorno segna sul suo quadernino tutti gli appunti necessari.

E questo lo so perché una volta l’ho beccata!

Ecco la ricetta che ho copiato : “ LA RICETTA DELLA ROUTINE”

Sul quaderno c’era scritto:

-Ricetta della routine-

Ingredienti:

1-Sedersi sulla sedia

2-guardare dalla finestra

3-alzarsi dalla sedia

4-andare in bagno

5-tornare sulla sedia

6-rialzarsi

7-andare in cucina

8-prendere la pentola

9- riempirla d’acqua

10- aprire la dispensa

11-prendere la pasta ...

... io in quel momento ho pensato che da questo di vista, cioè vedere tutte queste azioni scritte, sembra noioso, ma chi lo sa dal vivo?

Non importa, continuiamo la ricetta.

12-Mettere la pentola sul fuoco

13- infilare nella pentola la pasta

14-cominciare a prendere un’altra pentola

15-prendere il basilico, i pinoli, il peperoncino e altre cose

16-frullare il tutto

18-mettere in frigo

19-raccomandare a Paolo di non toccare

20-andare in bagno

21-tornare in cucina ...

22- ... Vedere Paolo che mangia il pesto

23-rimproverarlo

24-fare altro pesto e prendere l’altra pentola

25-infilarci la pasta cotta e il pesto.

26-apparecchiare la tavola

27-chiamare Massimo, Paolo, Francesca e metterla sul seggiolone della pappà

28-darsi un pugno in testa!

29-cucinare la pappà, darla a Francesca

30-mangiare

31-sparecchiare

32-☺“FARE COME TUTTI I GIORNI ! ☺

La ricetta della dolcezza

Se alla vostra vita manca solo la dolcezza, eseguite la seguente ricetta:

“I dolci mille usi del cioccolato.”

1. Prendere 1kg di cioccolato al latte

2. Farlo cadere per terra

3. Dire al primo che capita che è solo colpa sua, perché vi ha distratto e consegnargli

il necessario per pulire

4. Uscire di casa sbattendo la porta

5. Ricordarsi, al negozio, di non aver portato i soldi

6. Ritornare a casa per prendere i soldi

7. Ritornare al negozio per comprare un altro kg di cioccolato

8. Ritornare a casa e metterlo, finalmente, a bagnomaria

9. Insieme al cioccolato, sciogliere anche 365 granelli di zucchero

10. Trasferire il tutto, aggiungendo 1,73 cl di miele, nella pentola più grande che avete

11. Accendere il forno a 250 gradi e lasciarci la pentola

Ricetta della cortesia

Vi racconto la ricetta della cortesia

Prepareremo il pane.

1. Prendere : farina, uova, sale, acqua, lievito, teglia e ciotola.
2. Aprire il pacchetto della farina, salutarla e metterla nella ciotola.
3. Prendere le uova, romperle nella ciotola, dopo essersi scusato per doverle rompere.
4. Aggiungere un pizzico di sale ,e ringraziarlo per il suo sapore
5. Mettere il lievito dopo aver scambiato due parole.
6. Mettere l'acqua.
7. Impastare il tutto e lasciarlo lievitare.
8. Una volta lievitato si saluta il panetto e lo si mette nella

teglia,

9. Lo si posiziona a cuocere nel forno.

10. Una volta cotto lo si tira fuori dal forno , lo si risaluta

e gli si chiede scusa per doverlo tagliare.

Il pane è pronto !

Elisa Prisco

La ricetta della scortesia

Oggi arrivano i cugini che odio tanto e ho deciso di preparare la “ricetta della scortesia”; questa ricetta l’ho trovata nello scantinato.

Ingredienti:

- 2 uova scadute
- Un bicchiere di salsa piccante
- Alcuni pasticcini ammuffiti
- 2 cachi marci
- Bucce di mela rosicchiata da vermicelli
- Gorgonzola
- Insetti viventi (qualsiasi genere)

Il procedimento per prepararla: prendo due uova scadute ma non le trovo così rimedio con una, unisco un bicchiere di

salsa piccante e mescolo per creare un miscuglio. Afferro dei pasticcini scaduti tuttavia li faccio cadere per terra; raccolgo tutto e lavo, sporcandomi la maglia lascio perdere le pulizie.

Successivamente prendo 2 cachi marci e mescolo con le bucce della mela, taglio a pezzi il gorgonzola e li aggiungo al composto; appena mi giro ricade la ciotola sul pavimento, raccolgo l'impasto con due formiche e quattro peli e penso che se anche questi ingredienti non erano nella lista, il piatto sarà più appetitoso.

Prendo le libellule che stava rincorrendo il gatto e quando le unisco al miscuglio riescono a scappare e le inseguo per tutta

la casa rovesciando, sul pavimento, pentole, coperchi, piatti,....

Riesco a portare la portata in tavola e lascio gli ospiti, appena arrivati e già seduti, a prelibare la squisitezza.

Soddisfatto rientro in cucina a prendere il contorno e mentre torno a tavola tutti scappano a gambe levate .

Suonano il campanello: - “I miei genitori!”

Prendo così la tovaglia e la metto in lavatrice e fra me e me penso: -“Ho la sensazione di aver dimenticato qualcosa, ma cosa?!”.

Rimedia una bella sgridata per la cucina in disordine:-“Ecco quello che mi ero scordato!”

LA RICETTA DELLA DOLCEZZA

L'altra notte mi è apparso in sogno una ricetta un po' strana ma proverò a mescolare gli ingredienti con il seguente procedimento:

1. Prendere dalla dispensa il marsala, le uova e lo zucchero;
2. Mescolare uova e zucchero, assicurarsi che non ci sia nessuno nei paraggi per assaggiare un bel cucchiaino di quella delizia;
3. Recuperare fiato;
4. Allontanare papà per assicurarsi che non si pappi tutto il preparato;
5. Togliere la gatta Kitty dal bancone;
6. Pulire il bancone;
7. Non ricordare come continuare;
8. Andare in crisi;
9. Riprendere coraggio;
10. Inventare come continuare;
11. Comprare gli ingredienti troppe volte usati;
12. Riuscire a continuare senza altre interruzioni;
13. Aggiungere il marsala;
14. Sbattere con il frustino il tutto;
15. Porzionare e mettere nelle scodelle;

Dopo che tutti assaggeranno la vostra creazione sapranno in cosa non vi specializzerete.

Oggetto: Ricetta della noia -Emma

Vi elenco gli ingredienti per la ricetta della noia, come la prepara Mago Merlino: scaldare il calderone, stare attenti a non bruciarsi, tenere a bada la scopa volante, distrarsi, bruciarsi due dita, sollevare il sacchetto di fiato di pesce, girarsi per prendere gli occhi di capra, inciamparsi, rovesciarsi il calderone addosso. Ricominciare, prendere il sacchetto di fiato di pesce, accorgersi che è vuoto, girarsi per prendere la scopa, cercare la scopa, non trovare la scopa, fare a meno del fiato di pesce, prendere gli occhi di capra, strappare i peli al gatto, farli a pezzettini, i peli, non il gatto. Afferrare il cucchiaino con le tre dita rimaste intatte, mischiare il tutto, prendere il calderone, spostare il calderone, essere graffiati dal gatto, perdere l'equilibrio, vedere il calderone volare dalla finestra, stupirsi nel vedere che vola davvero! Prendere un altro calderone, non sapere dove cercarlo, fare a meno del calderone, iniziare con gli altri

ingredienti, ricordarsi che erano tutti nel
calderone, arrendersi, aspettare che la scopa
ritorni, aspettare, aspettare, aspettare e annoiarsi
un pochino.

Cari bambini, sono Francesca della 5 A e vi voglio far sapere il lavoro svolto in questi cinque anni sui cibi e sulle tradizioni della cucina non solo piemontese, ma italiana.

Il motivo per cui vi scrivo è per convincervi a consumare le cose buone ora un po' dimenticate: pane e olio, la bruschetta, la mostarda, il pane col burro e lo zucchero...

Non dovete consumare troppe merendine: sono farcite di grassi e composte da zucchero e fanno più male che bene.

Sapete, in passato i nostri nonni e ancora i genitori avevano più rispetto del pane. Un tempo ai bambini se ne dava solo una fetta, visto che le famiglie erano tutte piuttosto povere.

Ancora oggi mi viene ripetuto di non sprecarlo e di pensare a quelle famiglie che neanche ce l'hanno!

La stessa cosa accade per la frutta. Cari bambini, sapete che fa bene,? In più, ci vuole acqua per coltivarla e lavoro per portarla in tavola, quindi non dobbiamo sciuparla. A me non piace molto, ma ho imparato a mangiarla, il più possibile. Questo l'ho imparato grazie alla mia maestra Ausilia, che in questi anni ci ha proposto molte attività inerenti la verdura e la frutta, con il responsabile di Slow Food, il signor Albertazzi.

Come vi ho già detto, la maestra ci ha insegnato a non sprecare i cibi che ci vengono dati. L'anno scorso abbiamo fatto con gli avanzi del pane della mensa una squisita torta chiamata "torta degli avanzi". Abbiamo preso il pane le mele, cioccolata latte...e abbiamo fatto cuocere in un forno portato a scuola per l'occasione. C'era un profumo.....

Adesso vi lascio e spero che quello che vi ho detto vi faccia riflettere sulla scelta dei cibi da consumare ogni giorno. A presto!

Francesca

Cose da risparmiare...

Acqua, luce, elettricità,
benzina per muoversi in città;
gas, gasolio e petrolio
biro e, di carta, anche il singolo foglio.
Euro, centesimi o bigliettoni,
chiedendo sempre nuovi doni,
abiti, giochi, cibi nutrienti
sbuffando insofferenti...
Accontentandosi di ciò che si ha
sicuramente meglio si sta...

E altre da non risparmiare!

Affetto, tempo, generosità
occorre dare in quantità;
pazienza, perseveranza,
fiducia e speranza:
semi da spargere e poi coltivare,
perché tutti possano sognare...
Buon esempio, lavoro e serietà
per diffondere serenità...
L'intelligenza e la fantasia
fan della vita una bella armonia;
un sorriso gentile è ricchezza
che si traduce in sicurezza....
Una parola che incoraggia
allarga il cuore, magica spiaggia!

Divieto di spreco











L'ALBERO DI CIOCCOLATO



C'era una volta un piccolo albero interamente fatto di cioccolato scuro e fondente, ad eccezione delle estremità dei rami che parevano ricoperti di neve. In realtà, era glassa bianca di zucchero.. Aveva fatto parte di una composizione molto attraente e squisita, che un bambino aveva regalato per Natale ad un'amica, con tanto di casetta, steccato, sciatore...e che era stata poi sbocconcellata golosamente.

L'albero si era temporaneamente salvato e aveva deciso di costruirsi un'altra vita, perché era coraggioso e avrebbe desiderato essere utile e restare a lungo in attività.


Così, un giorno, scivolando fuori dalla porta, in un momento di distrazione della bambina, infilò il vialetto che conduceva in fondo al giardino. Aveva visto, infatti, molti alberelli e contava di confondersi tra loro.

Lì per lì rabbrividì di freddo, ma poi si abituò e

si sistemò in un angolo riparato, accanto ad altri alberi spogli, che gli somigliavano abbastanza.

Il tempo passò...ci furono giornate miti, altre rigide...nevicò persino, ma l'albero non aveva freddo, anzi, si sentiva energico e forte.

I passeri che ogni giorno si ritrovavano per scambiarsi notizie lo notarono e qualcuno gli si avvicinò incuriosito; per l'alberello era tutto così straordinario che viveva con un'intensità particolare ed era l'unico a conversare, rispondere, dare suggerimenti, intervenendo nei piccoli dialoghi tra cince, ballerine, merli e scriccioli.

Temeva solo le gazze e i corvi. Un giorno (aveva fatto freddo e non si trovava  nulla di commestibile) li aveva visti, avidi, lanciarsi sui piccoli più indifesi ed aveva pianto per non essere stato in grado di far qualcosa.

Lacrime dolci e sciroppose erano penetrate così nel terreno, come semi.

Gli altri alberi erano abituati all'eterna violenza che si nasconde anche tra gli esseri che paiono più soavi e avevano riso della sua sensibilità...ma l'alberello, che amava la vita più di ogni altra cosa, non riusciva a capire perché non fosse possibile aiutarsi anziché combattersi.

Chiese al sole di illuminare di più, per rendere più gioiose le giornate agli animali che popolavano il giardino, ma esso rispose che non era ancora il suo tempo.

QUESTA È LA RICETTA DELLA DOLCEZZA:

ecco gli ingredienti:

- 500 g di fragole
- 40 g di ciliegie
- 70 g di gelato
- 800 g di cioccolato
- 900 g di tutta la frutta in casa
- 700 g di abbracci
- 60 g di sorrisi
- 110 g di baci

Per la preparazione seguite le mie
indicazioni:

- Prendere una ciotola e poggiarla sul tavolo;
- Impugnare un cucchiaio mentre Lola fa cadere la ciotola;
- Afferrare un'altra ciotola e metterla con il cucchiaio sul tavolo;

- Legare Lola con il guinzaglio alla sedia;
- Provare a sedersi mentre Lola tira la sedia;
- Cadere per terra e legare Lola al tavolino;
- Aprire il frigorifero per prendere le fragole;
- Scoprire che non ci sono le fragole;
- Racimolare allora la frutta presente in casa;
- Metterla nella ciotola;
- Togliere Lola dal lavandino e lasciarla fuori;
- Sentire Lola uggolare e farla rientrare;
- Aprire la porta, perdere equilibrio e cadere;
- Lavarsi le mani;
- Mescolare il tutto;

- Abbracciare la ciotola;
- Baciare la ciotola;
- Sorridere alla ciotola;
- Assaggiare;
- Realizzare che ha il sapore di peli di cane;
- Perdere la pazienza;
- Arrendersi o cambiare ricetta;
- Rinunciare alla cucina e uscire a comprare un torta già preparata.

Ljubica 😊









Erbe tutto l'anno











Erbe tutto l'anno













La rucola e il basilico sono diventati “spumeggianti”: i nonni provvedono a trapiantarli nei filari del nostro orto

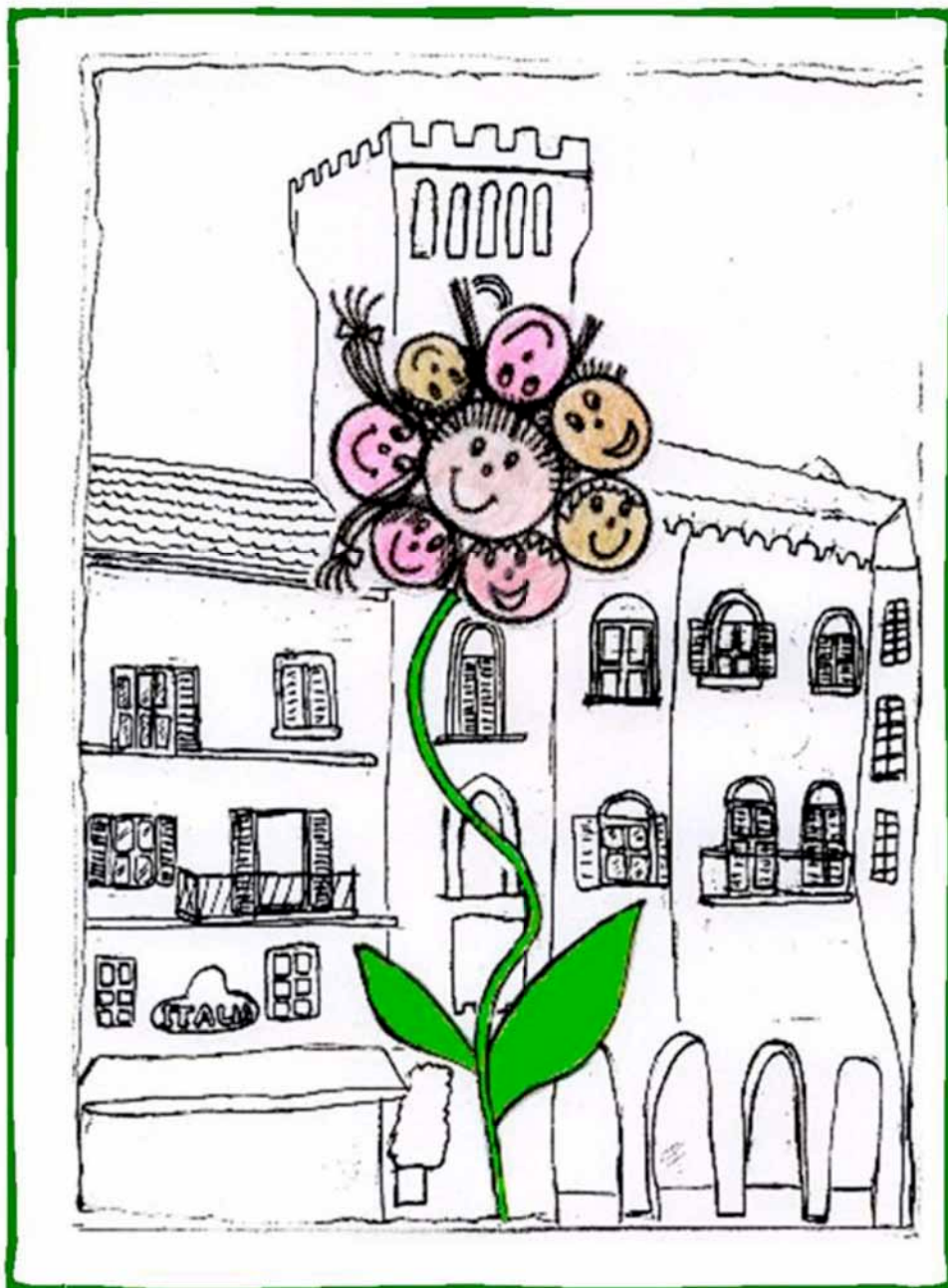




Scuola Primaria di Nizza Monferrato
Anno scol. 2010-2011
2011-2012



**QUI COMINCIA
L' AVVENTURA...**



Slow Food®

Condotta delle Colline Nicesi
"Tullio Mussa"



Entrate nel nostro orto





**Prima dell'intervento
di un "mago"**



... era così !

A rural landscape featuring a wire fence in the foreground, a dirt path leading into the distance, and a hillside covered in trees in the background. The sky is clear and blue. The text "Dopo la cura magica ..." is overlaid in red at the bottom of the image.

Dopo la cura magica ...

**la situazione
è decisamente migliorata !**







-3 -2 -1

tutto è pronto !





7 Aprile 2011

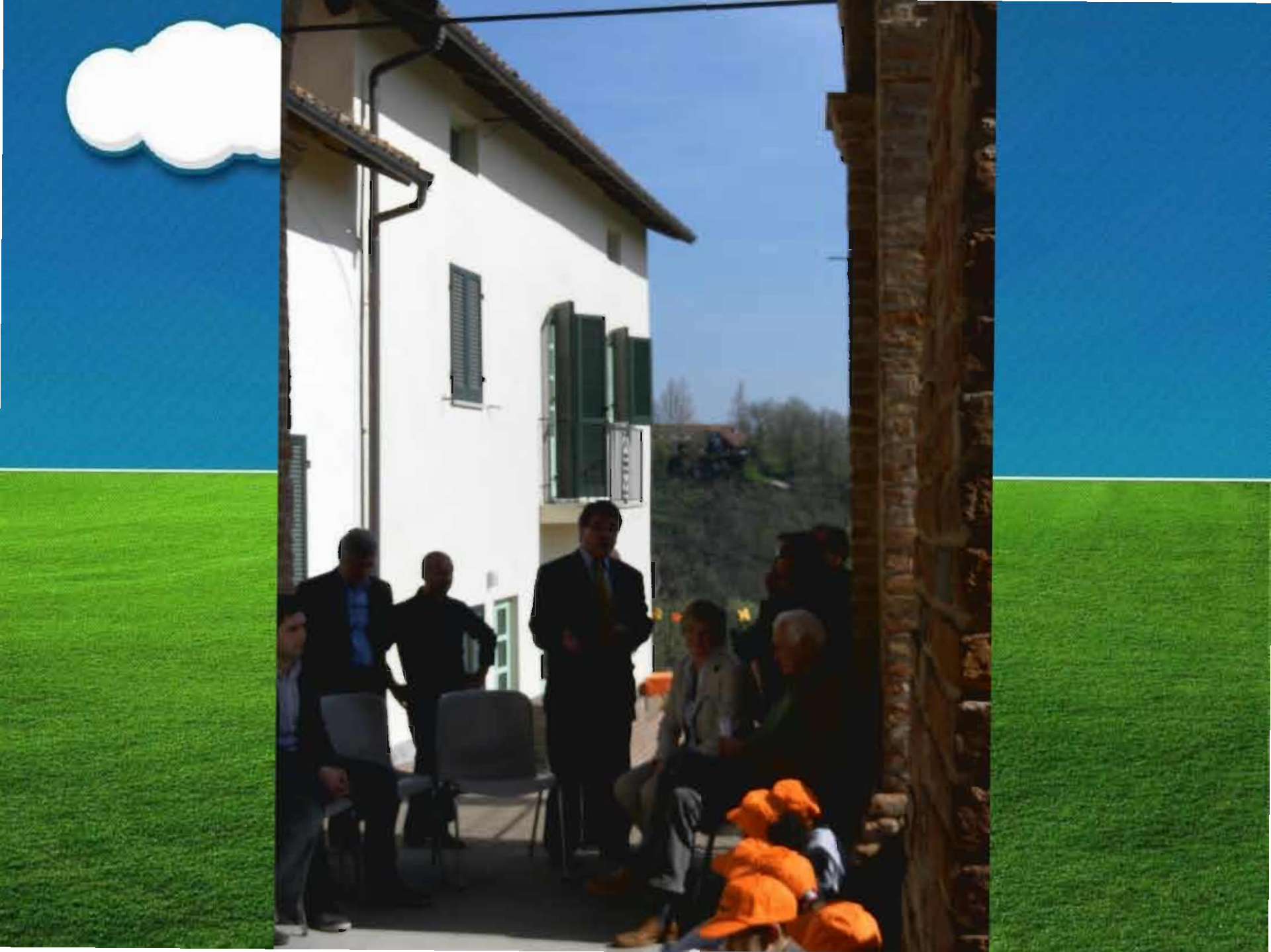
Festa della consegna delle sementi



**C' eravamo proprio tutti!
... anche i bimbi della
Scuola dell' Infanzia**



























Prova
Slow Food

Scuola Primaria Statale di Momaloro

391°



ORTO in
Condotta



Slow Food®

Condotta delle Colline Nicesi "Tullio Mussa"









06.04.2011 01:58



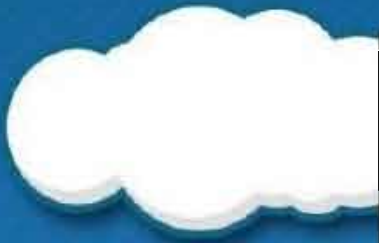




06 04 2011 01:53



02-08-2011 01:48





















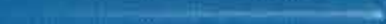








**... l'avventura
continua !**



PROGETTI DI...FUTURO









ADORO
IL
NOSTRO ORTO!

















FORZA ANDIAMO
A RACCOLGERE
I PEPERONI





LA RICETTA DELLA DOLCEZZA

L'altra notte mi è apparso in sogno una ricetta un po' strana ma proverò a mescolare gli ingredienti con il seguente procedimento:

1. Prendere dalla dispensa il marsala, le uova e lo zucchero;
2. Mescolare uova e zucchero, assicurarsi che non ci sia nessuno nei paraggi per assaggiare un bel cucchiaino di quella delizia;
3. Recuperare fiato;
4. Allontanare papà per assicurarsi che non si pappi tutto il preparato;
5. Togliere la gatta Kitty dal bancone;
6. Pulire il bancone;
7. Non ricordare come continuare;
8. Andare in crisi;
9. Riprendere coraggio;
10. Inventare come continuare;
11. Comprare gli ingredienti troppe volte usati;
12. Riuscire a continuare senza altre interruzioni;
13. Aggiungere il marsala;
14. Sbattere con il frustino il tutto;
15. Porzionare e mettere nelle scodelle;

Dopo che tutti assaggeranno la vostra creazione sapranno in cosa non vi specializzerete.

E' festa, nutriamoci!







SE...MI REGALI, REGALI SEMI!

C'era una volta un re che viveva con le sue tredici, bellissime, capricciosissime figlie in un regno vastissimo che spaziava dal nord al sud della terra, e dall'est all'ovest. Il suo territorio era così immenso che a percorrerlo tutto ci sarebbe voluto più di un mese! Neppure il re sapeva quanto fosse esteso.

Egli, naturalmente, impegnava ogni giorno molte delle sue ricchezze per vedere le figlie sorridere, ma pareva che esse sapessero solo lamentarsi.

Una notte in cui faceva molto caldo, il re stentava a dormire, pur avendo le finestre aperte per trovare refrigerio. A un tratto sentì un fruscio; balzò dal letto terrorizzato temendo la presenza di un ladro o di un brigante che volesse tagliargli la gola. In realtà trovò tra i piedi una grande foglia di platano, completamente incisa da una pagina e dall'altra, come una lettera. Il re, stupito, si avvicinò al candeliere e lesse: "Oh, Sire! La Vostra potenza è purtroppo uguale al Vostro egoismo! Il popolo alle porte del Vostro regno muore di fame e Voi non ve ne curate. Se la situazione non cambierà, Vi aspetta una rivoluzione!!

Il re, pallido per lo spavento, chiamò i domestici affinché scoprissero chi era il mandante della missiva.

I servi rivoltarono ogni camera, ogni angolo; frugarono tra le tende, sotto i tappeti, dietro gli armadi e sotto i tavoli...Niente!

Finalmente, mentre il re se ne stava tornando pensieroso a letto, dal baldacchino volò giù uno gnomo non più grande di una castagna, con lo sguardo fiero e diretto. Il re lo interrogò, ma il folletto non rispose; gli porse un sacchetto di seta rossa scintillante e se ne andò rapido come era venuto, con un balletto buffo e leggero come una foglia.

Il re naturalmente non chiuse occhio e al mattino dopo chiamò a raccolta le figlie, sempre occupate a organizzare balli. Esse, come al solito, scoppiarono a ridere scrollando le spalle indifferenti. Anzi, la più grande prese il sacchetto e lo lanciò, senza neanche aprirlo, fuori dalla finestra. Il sacchetto finì sul terreno e il suo contenuto si sparse ovunque. Dentro infatti c'erano dei granelli chiari e scuri, rotondi e allungati, lisci e bitorzoluti di tredici tipi diversi, come tredici erano le belle e egoiste principesse. Alcuni si fermarono dove erano caduti, altri rotolarono distanti, altri ancora, sollevati dal vento, raggiunsero i confini più lontani e germogliarono. Il tempo passò e le piantine nuove misero foglie piccine o lunghe, lucide o vellutate; nessuno però si curava di loro.

La vita alla reggia continuò uguale e tutti si erano dimenticati dello gnomo, quando un giorno, all'ora di pranzo, si udì un battere ripetuto al portone d'ingresso.

Il re era talmente stanco delle figlie che allontanavano con fare disgustato ogni piatto, anche quelli più raffinati, che si alzò e andò di persona a aprire, a testa bassa. Quale non fu la sua sorpresa quando rivide lo gnomo di quella notte lontana. Tra le mani aveva un libro minuscolo ma spesso, verde, con le pagine tutte diseguali, a forma di foglia. Il folletto allungò le corte braccia e porse al re il libro, che si aprì come una fisarmonica. Il re lo guardò stupito, ma il folletto spiccò un volo, lasciando il libro ai piedi del re, che lo raccolse e tornò nella sala da pranzo.

Le figlie, nel vedere lo strano oggetto fresco, nuovo, strano, lo vollero tutte e tredici. E così facendo lo strapparono, per averne almeno un foglio ciascuna. Incuriosite poi, lessero su ogni pagina e scoprirono di aver notato nel giardino della reggia una pianta con le foglie simile a quella tenuta tra le mani.

All'improvviso si sentì un rombo pauroso come un boato e si udì il frastuono di una pioggia battente. Un temporale si abbatté sul regno e un fulmine colpì la torre più alta che, essendo rivestita d'oro per brillare da lontano, si incendiò e crollò. Rovinò a terra e nel farlo si portò dietro l'intero castello. La violenza del temporale distrusse tutto quanto: mobili, tendaggi, tappeti, suppellettili. Il giorno dopo le tredici principesse si aggiravano disperate tra le rovine; purtroppo avevano perso tutto, tranne la foglia che avevano in mano: la loro unica ricchezza.

Come tante miserelle, si affezionarono alla loro piantina e a quelle ad essa simili. Incuranti della fatica e del disagio, iniziarono a coltivare, zappettare, curare personalmente ciò che restava loro. In breve, a forza di lavorare, tutto il regno fu splendidamente rigoglioso. Le piante iniziarono a fruttificare: erano ortaggi, grani, bacche e frutti di ogni tipo.

Naturalmente le ragazze non potevano mangiare tutto quanto producevano, perciò iniziarono a distribuirne agli abitanti dei confini, con i quali, durante il lavoro, avevano cominciato a scambiare parole, confidenze, sfoghi e sorrisi. Si era creato un clima nuovo.

Un giorno si udì un frastuono e le principesse temettero l'arrivo di un nuovo disastro. Quale non fu la loro sorpresa nel veder giungere da lontano un cavaliere su di un cavallo focoso.

Il cavaliere scese da cavallo: aveva un aspetto strano e buffi vestiti, ma era alto e bello, con uno sguardo al re familiare. Si chinò gentilmente verso di loro con un inchino e chiese se si ricordassero di lui.

-Dovremmo? -risposero le principesse.

Il re che si era intanto avvicinato ebbe un lampo di memoria: rivide la sera insonne e il momento del pranzo, ma come era possibile che lo gnomo fosse diventato un giovane principe?

Quest'ultimo, quasi leggendogli nel pensiero, spiegò alle stupite principesse:

-Siete state voi, con la vostra generosità a spezzare l'incantesimo, lo stesso incantesimo causato dal vostro egoismo di prima.

In realtà sono il principe della terra, ma eravate così avidi e superficiali da stringermi il cuore e tutto il corpo.

Ma ora-e le guardò con affetto- il vostro comportamento è cambiato e siete diventate incantevoli e generose. Il vostro regno è un grande sconfinato orto, che sfama tutta la comunità. Sono orgoglioso di voi!

Detto questo, se ne andò.

Le principesse si guardarono intorno; credevano di aver sognato!

Ma non era possibile che tutte e tredici avessero immaginato lo stesso giovane...

Così si resero conto che l'incontro era stato reale e questo pensiero, unito alla felicità per l'apprezzamento del cavaliere, le spinse a essere ancora più gioiose e generose.

Radunarono tutti gli abitanti dei confini e chiesero loro di aiutarle a coltivare una delle diverse specie.

Naturalmente tutte le persone interpellate furono d'accordo!

In poco tempo il regno si trasformò in un'intera, meravigliosa, lussureggiante distesa di orti, capace di sfamare il mondo intero.

C'erano zucche, pomodori, insalata, lenticchie, ma anche grano, miglio, caffè, cacao, zucchero. Il regno infatti era così grande da ricoprire la Terra! C'erano ancora gli olivi, i ciliegi, viti e melograni.

Ogni principessa si era ingegnata di produrre una tipologia diversa, perché i semi erano tutti differenti; perciò nel regno c'era proprio di tutto, per tutti.

Le principesse erano intanto diventate donne laboriose, forti e solide, capaci di rinunce, ma anche di gioire delle soddisfazioni quotidiane.

...Fu davvero così che gli uomini impararono che dal lavoro e dalla condivisione, dal risparmio e dalla ricerca di raggiungere degli obiettivi buoni, nacque l'agricoltura e il modo di sfamare tutti gli uomini del mondo?

Noi non lo sappiamo.

Forse è solo un sogno? Sì, lo è: è il nostro sogno!

...

D'altra parte, i sogni sono un progetto da realizzare e noi ci stiamo impegnando...

Il cibo è cultura



















Che cos'è la salute? La salute è il cioccolato...
Jean Anthelme Brillat-Savarin

Il cioccolato nella storia

La fava del cacao è un fenomeno che la natura non ha più ripetuto.
Non si sono mai trovate tante qualità riunite in un solo frutto così piccolo.
Alexander Humboldt



Estensione dell'Impero Azteco, sottomesso alla Triplice Alleanza, diretta da Tenochtitlan, all'arrivo degli Spagnoli nel 1519.



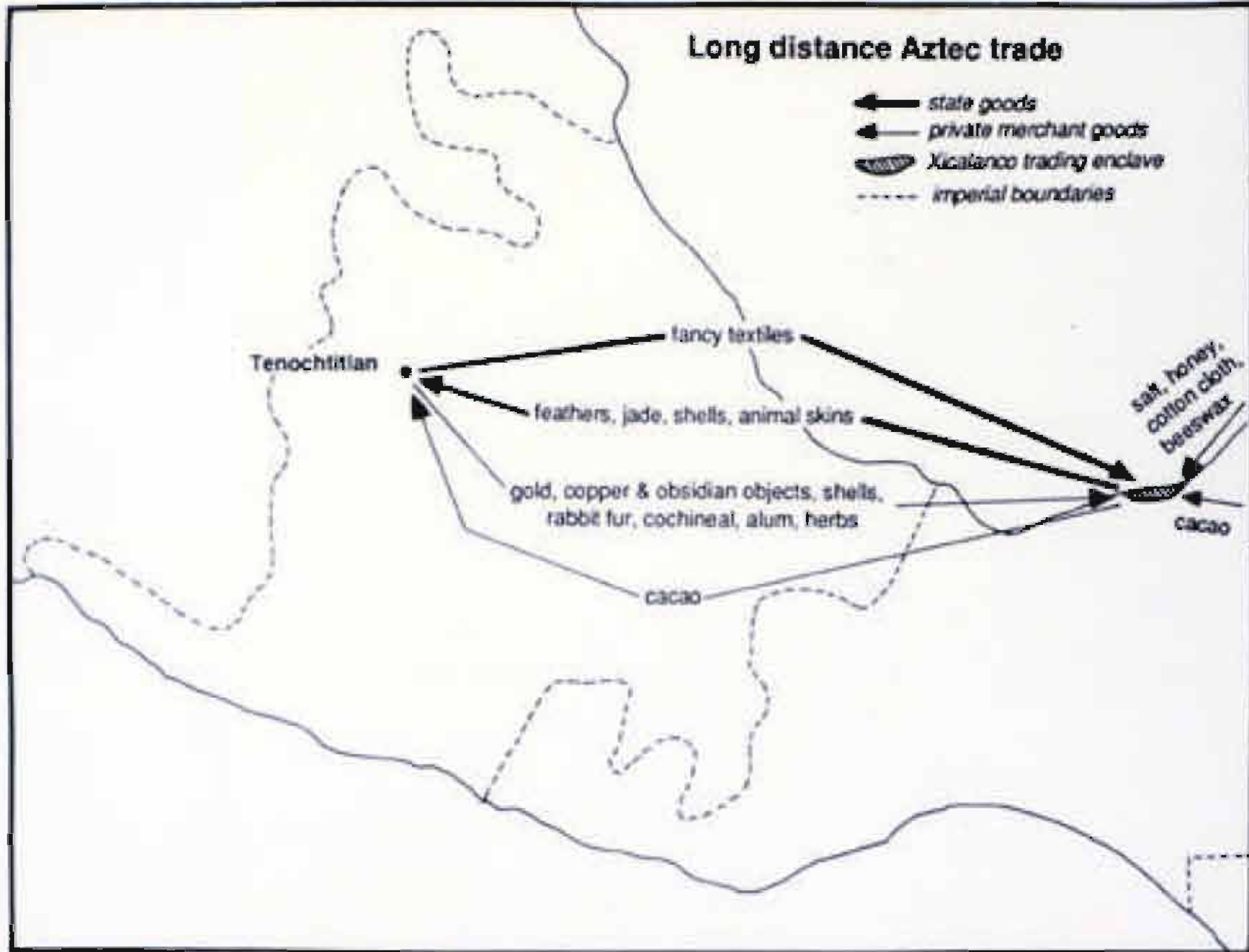


Mappa delle regioni del Centroamerica produttrici di cacao durante il primo periodo coloniale.

La provincia di Xoconochco (Soconusco) era la più importante nella produzione del cacao ai tempi della supremazia azteca.

Long distance Aztec trade

- ← state goods
- ← private merchant goods
- ☉ Xicalanco trading enclave
- - - imperial boundaries



Mercanti aztechi (pochteca) in cammino (Codice Fiorentino di Sahagun).





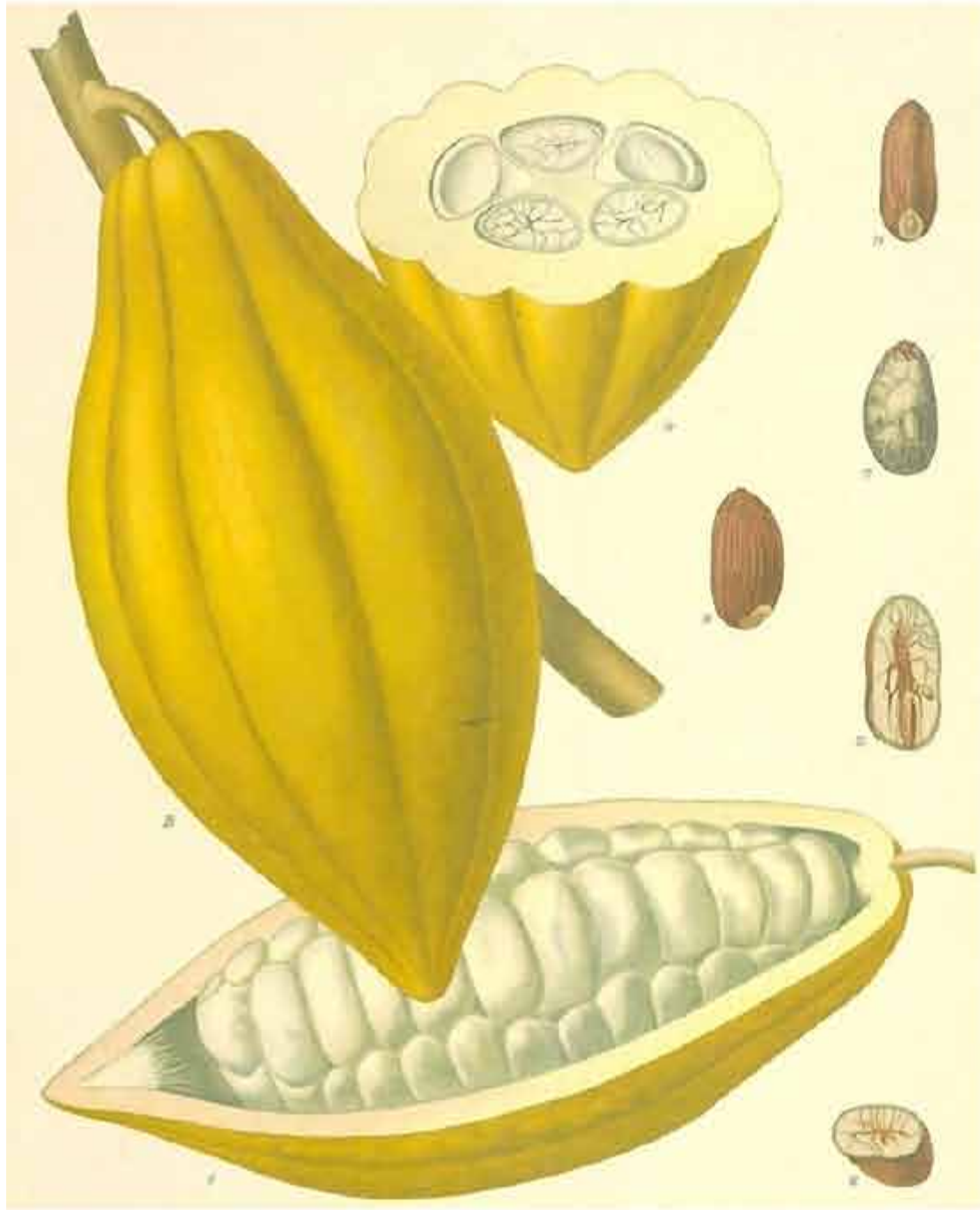
Prodotti commerciati dai Pochteca: pelli di giaguaro, piume di uccelli, stoffe di cotone, pietre preziose, orecchini, collane

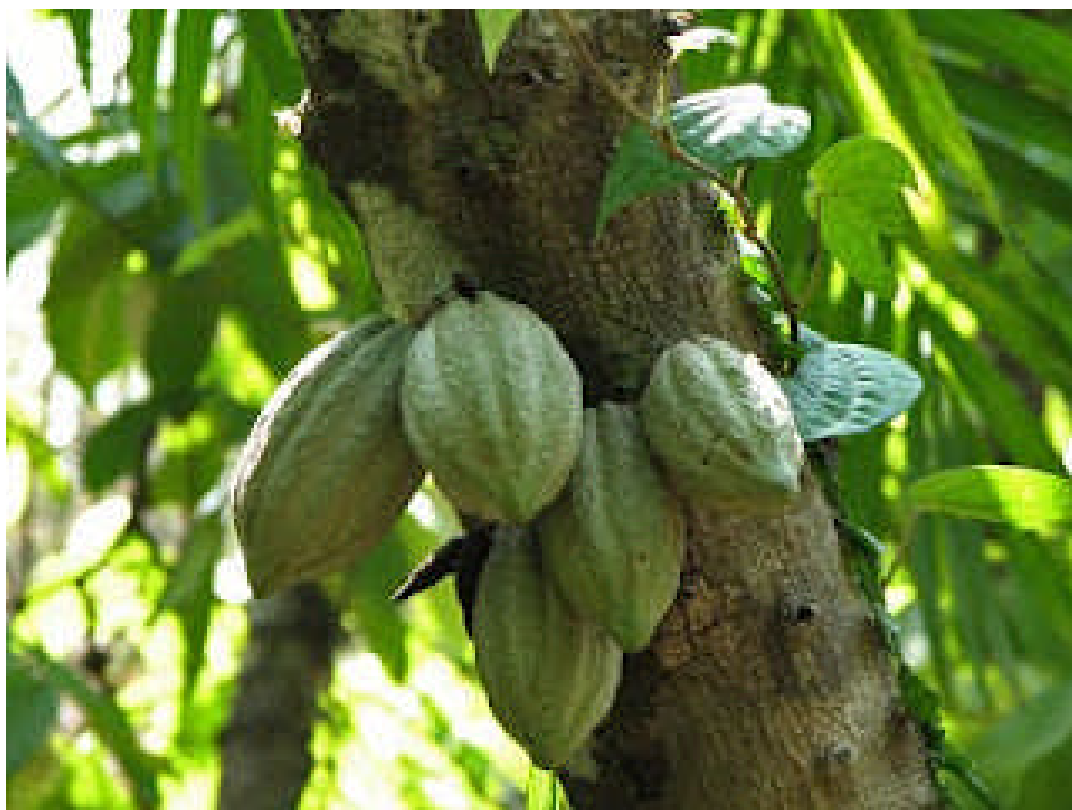


Prodotti commerciati dai Pochteca

Chicchi di Cacao







Cabosse di cacao

Il termine scientifico con il quale si indica il cacao, "theobroma cacao" (in greco "cibo degli dei"), venne assegnato da Carlo Linneo nel 1735.

Pianta originaria dell'America tropicale, dai frutti a forma di grosse bacche (cabosse) contenenti numerosi semi, che secondo la leggenda sarebbe stata donata agli uomini dal dio serpente piumato, chiamato dagli aztechi Quetzalcòatl.

Il nome "cacao" deriverebbe da una parola d'origine proto amerinda, pronunciata "kakawa", risalente a circa il mille a.C.

In quelle terre i semi della pianta venivano utilizzati non solo in campo alimentare, ma anche in quello religioso, terapeutico ed economico. Per gli indios i chicchi di cacao erano sia un simbolo centrale nei riti di prosperità, battesimo o matrimonio, sia una medicina magica capace di guarire ogni malattia della mente e del corpo (ess. eritemi, diarrea o mal di stomaco).

Anche il sistema monetario era basato sulle fave di cacao e le fonti tramandano tabelle di riferimento: un seme valeva l'equivalente di quattro pannocchie di mais, tre semi servivano per comprare una zucca o un uovo di tacchino, e che con cento si poteva entrare in possesso di una canoa o di un mantello in cotone.

Negli stati centro americani le bevande ottenute con il cacao potevano essere diverse, classificate in base alla qualità dei semi e degli ingredienti associati. Famosa era la "pasol", cacao abbinato al mais, che confezionata in forma di palline avvolte in foglie di banana diventava alimento corroborante di facile trasporto, da consumarsi dopo l'immersione in acqua calda.

Lo storico milanese Benzoni nella sua "Historia del mondo nuovo" (1565) così presenta il cacao e la mistura da esso derivata:

"Il cacauate è la lor moneta e la produce un albero non troppo grande" che "non vive se non in luogo caldo, e ombroso, e se fosse toccato dal sole morirebbe... il suo frutto è a modo di mandorle, e nasce in certe zucche di grossezza e larghezza quasi come un cocomero... lo mettono al sole a sciugare, e quando lo vogliono bere, in un testo lo fanno seccare al fuoco, e poi con le pietre... lo macinano, e messolo nelle sue tazze... a poco a poco distemperatolo con acqua, e alle volte con un poco del suo pepe, lo beono, il quale più pare beveraggio da porci che da huomini".

Non si può stabilire con certezza il momento in cui il cacao sarebbe approdato in Europa. Molti libri hanno attribuito a Cortés questo merito, ma non esisterebbe una prova documentata di tale ipotesi.

La prima opportunità che il conquistatore spagnolo avrebbe avuto, risalirebbe al 1519, quando inviò a Carlo V una nave carica del bottino accumulato in Centro America, ma negli elenchi delle merci spedite non risulta traccia di cacao.

La seconda occasione potrebbe essersi manifestata nel 1528, quando Cortés si presentò alla corte del suo sovrano portando con sé un campionario sbalorditivo delle ricchezze del Messico, ma anche in quel caso non abbiamo trascrizioni dettagliate.

La prima prova scritta dell'apparizione del cacao nel Vecchio Mondo, proviene dalla documentazione della visita di una delegazione di frati domenicani, ritornati da Verapaz dopo un tentativo di sottomettere i nativi. Era il 1544 quando i religiosi condussero una rappresentanza di nobili Maya in visita a Filippo di Spagna; sembra che gli ospiti, vestiti negli abiti tradizionali del proprio paese, offrirono al principe molti doni tra i quali una bevanda scura, pastosa, chiamata "xocoatl", proveniente dai semi del cacao.

Indipendentemente dall'identificazione di chi avrebbe introdotto il cacao in Europa, bisogna ricordare che durante il '500 la Spagna e i territori del Nuovo Mondo erano in costante contatto, e il passaggio dei semi potrebbe essere avvenuto attraverso le linee di comunicazione fra i conventi del Centro America e le rispettive case madri di Spagna. In ogni caso il commercio transoceanico del cacao iniziò solo nel 1585, anno in cui il primo carico di chicchi raggiunse Siviglia da Veracruz.

CIOCCOLATO

Il cacao, nella lingua della famiglia mixe-zoqueana che parlavano gli olmecchi attorno al 1000 a.C., si pronunciava kakawa. In epoche successive i maya, più precisamente nel corso del loro periodo classico (fra il III secolo ed il X secolo), iniziano a chiamare il Theobroma con il termine "kakaw". In quel tempo si cominciavano a miscelare alla bevanda aromi di varia natura, ad esempio il chili, e essa assumeva il nome di "ik-al-kakaw".

Presso i maya il cioccolato veniva chiamato kakaw uhanal, ovvero "cibo degli Dei", e il suo consumo era riservato solo ad alcune classi della popolazione (sovrani, nobili e guerrieri). I maya amavano la bevanda di cacao preparata con acqua calda. Acqua si diceva haa, e caldo si diceva chacau. La bevanda di cacao assumeva il semplice nome di chacauhaa.[3] Sinonimo di chacau era chocol, da cui deriva chocolhaa, sicuramente il primo nome che si avvicina allo spagnolo chocolate.

Facendo un ulteriore salto, arriviamo alla conquista spagnola della seconda metà del XVI secolo dove si consumava una bevanda per metà di cacao ("cacahuatl") e per metà di "pochotl" che prendeva il nome di "chocolatl" ('chocol' di radice maya che significa caldo e 'atl' di radice azteca che significa acqua, pronuncia "ciocolate"). In ogni caso, perché gli spagnoli per indicare le bevande a base di cacao non accolsero "cacahuatl", ma preferirono adottare "chocolatl"? Questo fatto dipenderebbe da quel fenomeno per cui le parole di una certa lingua possono avere suono e significato inaccettabile in altre. Il termine «caca», in spagnolo è un'espressione volgare, connessa con le feci e non poteva essere tollerabile un suono del genere per indicare una bevanda consumata prevalentemente dall'aristocrazia e dalla nobiltà reale, soprattutto se riferita ad una bevanda densa, marrone scuro e originariamente amara.

Una seconda teoria fa derivare la parola dal dio Azteco Quetzalcoatl, che secondo la leggenda donò ai mortali il seme del cacao per farne una bevanda amara, energetica e afrodisiaca. Secondo tale teoria da qui deriverebbe il nome del seme cacahuatl e poi anche di chocolatl.

Una ulteriore teoria, che sembra la meno credibile, parte dall'etimologia proposta da Thomas Gage (peraltro molto utilizzata in campo gastronomico), in cui oltre al termine nahuatl atl si aggiunge choco, onomatopeico che indicherebbe il suono prodotto dal "molinillo" che agita la mistura durante la preparazione. Contrariamente a quanto si pensa, poi, il termine molinillo non sarebbe il diminutivo dello spagnolo molino (mulino), che effettivamente ha poco a che fare con il movimento che occorre per preparare il cioccolato, ma dal verbo nahuatl molinia, che significa muovere, sbattere ed agitare, da cui deriva anche il sostantivo moliniani, che indica ciò che è si muove o che si agita.





Metate

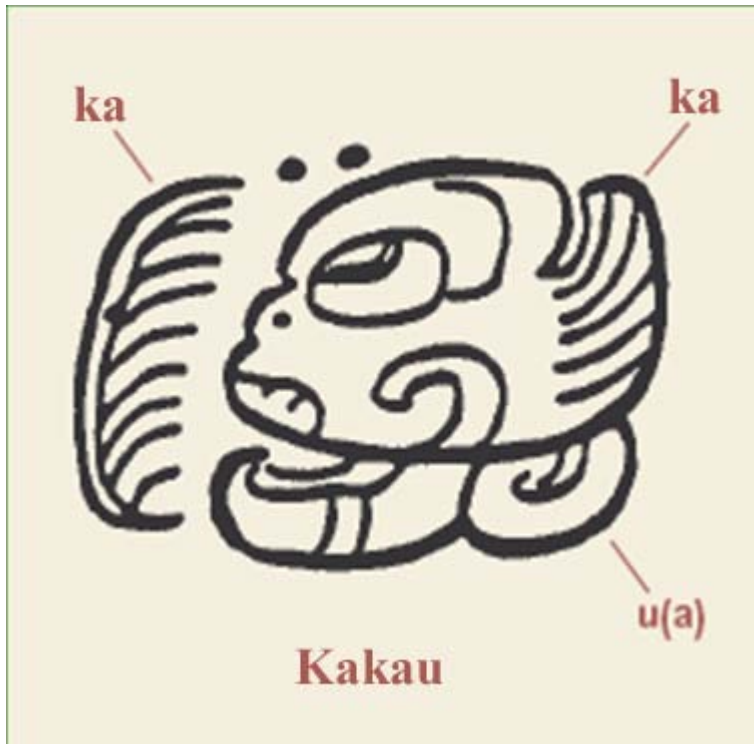
Si tratta di un vecchio attrezzo messicano per macinare il mais, le spezie per le salse, le erbe, le fave di cacao o altro. Si mette al centro del metate quello che si vuole macinare e si fa rotolare il "mano" avanti e indietro sul "metate" fino a pestare bene l'alimento.



Molinillo

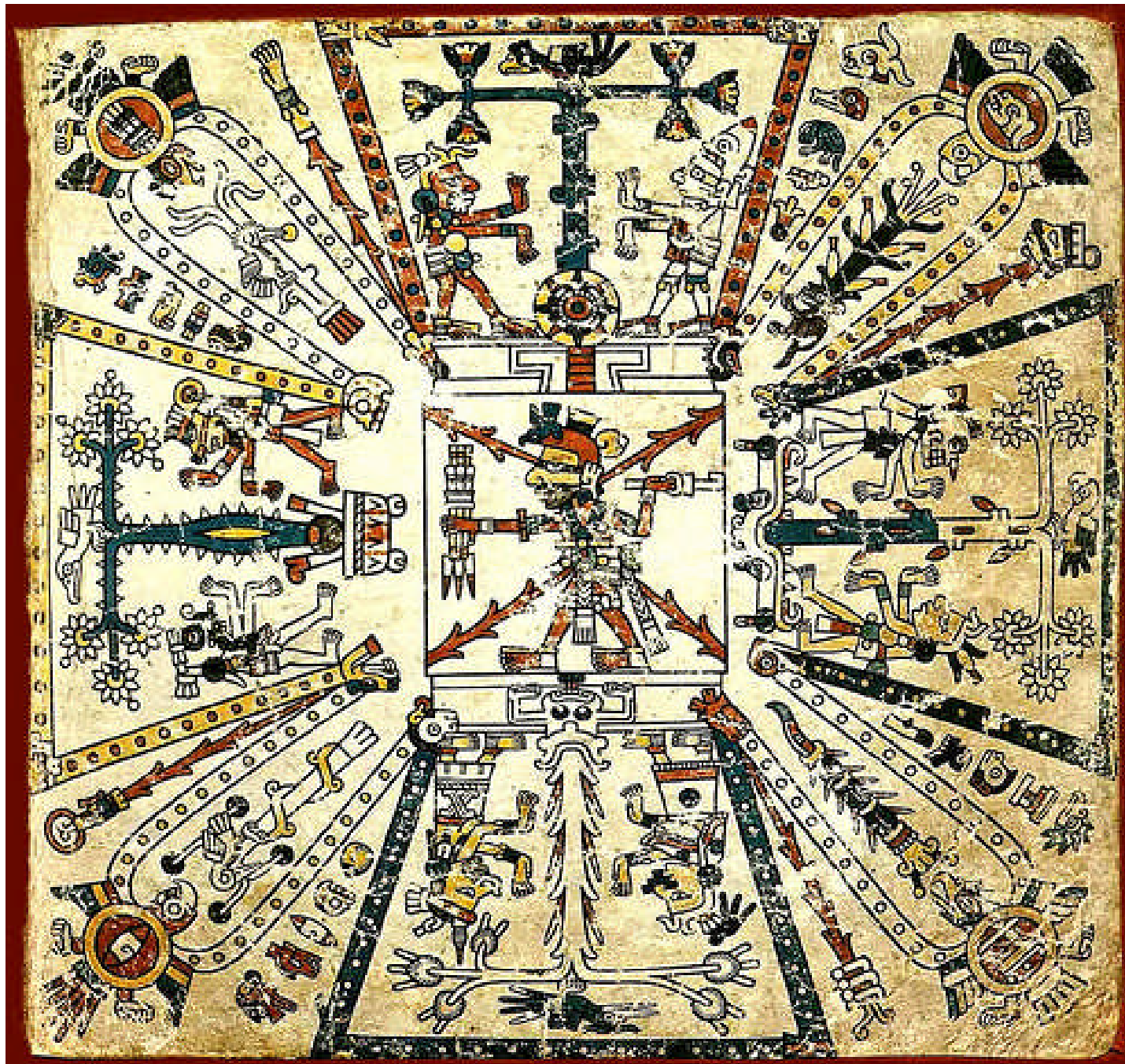
Attrezzo necessario alla miscelazione della bevanda di cacao





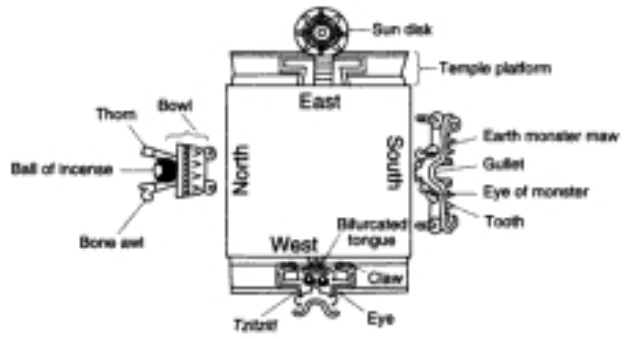
Pittogramma che indica il cacao nella lingua Nahuatl

I semi di cacao erano talmente preziosi da venire adoperati anche come moneta. Da ciò il primo nome del cacao (*Amygdalae pecuniariae* ovvero mandorla di denaro) poi sostituito da Linneo nel 1753 in *Theobroma cacao* ovvero (dal greco) cibo degli dei. Le fonti del tempo narrano anche di frequenti contraffazioni effettuate riempiendo i gusci vuoti con sporcizia o fango. Proprio dal termine azteco in lingua nahuatl *xocoatl* deriva la parola "cioccolato". I semi di cacao arrivano in Europa solo con Hernán Cortés nel 1528. Qui la bevanda ottiene il successo solo con l'aggiunta di zucchero, anice, cannella e vaniglia.

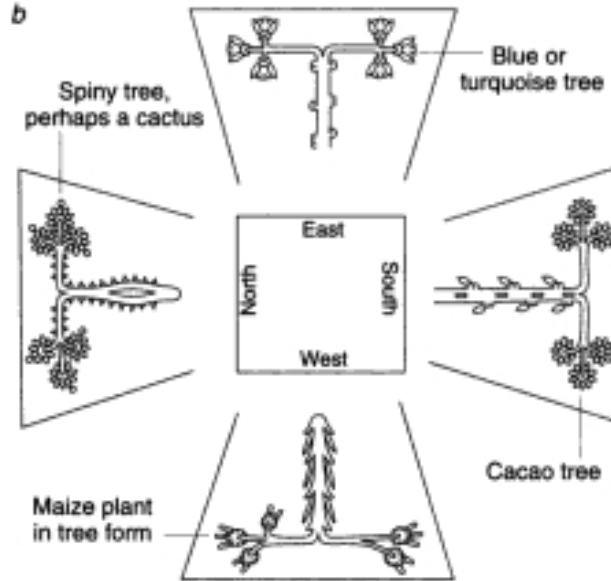


The Codex Fejérváry-Mayer depicts specific aspects of the tonalpohualli the 260-day Mesoamerican augural cycle. The painted manuscript divides the world into five parts. T-shaped trees delineate compass points: east at the top, west on the bottom, north on the left, and south on the right. The four directions are distributed around a sacred center, shown here as Xiuhtecuhtli, the god of fire.

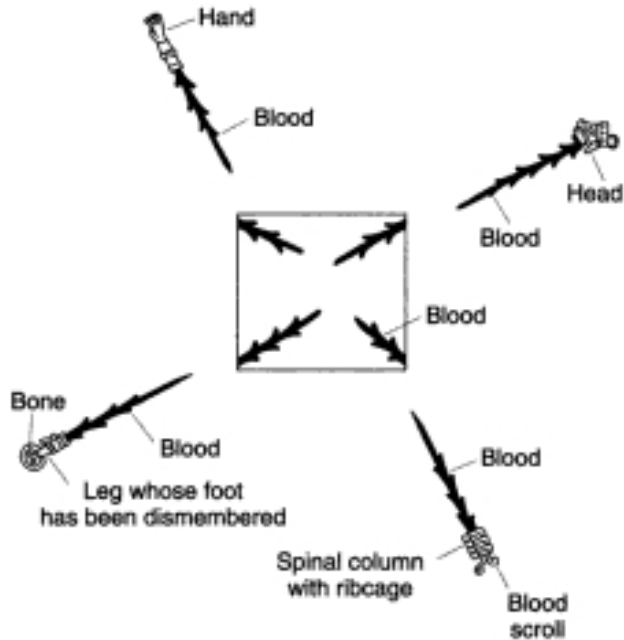
a



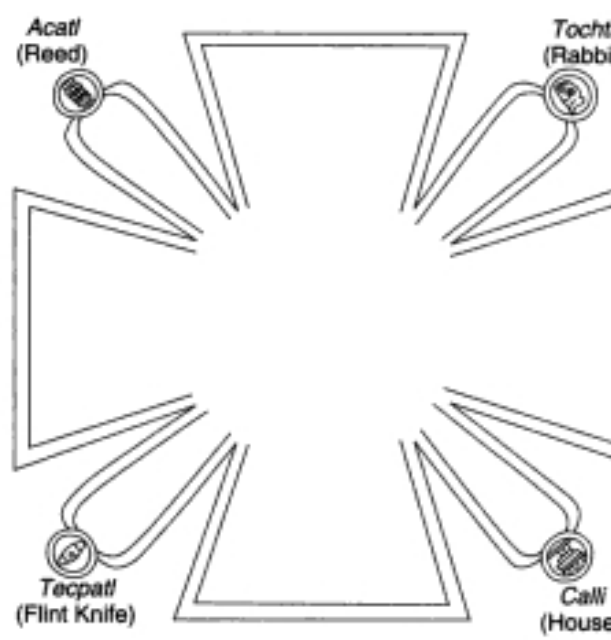
b



c



d



"(a)The center; (b)the four world trees; (c)the body of Tezcatlipoca, the creator God (his dismembered parts - spine, head, foot, and hand - are seen at the interstices of the four quadrants); and (d)circular cartouches of year signs set on the framing Maltese Cross."



Quetzalcoatl in forma umana (Codex Borbonicus, XVI sec.)





Donna azteca d'alto rango che versa il cioccolato per montare la schiuma

Codex Tudela (tardo XVI secolo)

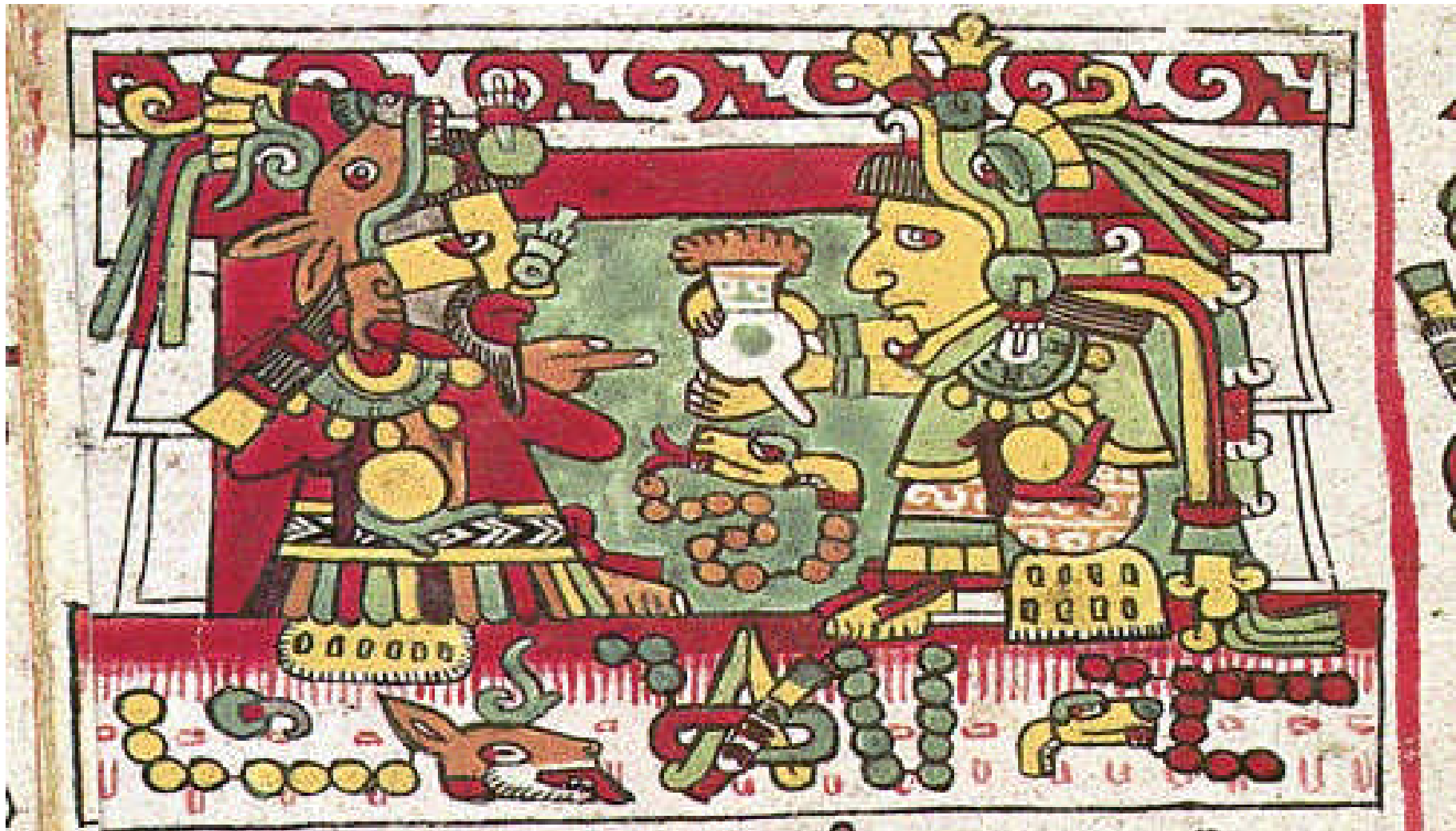
Codex Tudela, fol. 3r. From a manuscript painted in New Spain ca. 1553, this image depicts a Nahua woman, of high social rank (as suggested by her fine cloak), frothing chocolate by pouring it from a height. A similar representation of chocolate-frothing occurs on a ceramic piece used for serving chocolate by Maya from the Late Classic period (a.d. 600–900).



A Maya woman pouring chocolate from one vessel to another, depicted on the Princeton Vase (Late Classic Maya)



In a Mayan painting, dated about A.D. 1300 from Yucatan, Mexico, the young god of vegetation holds a bowl containing three cacao pods.



Dettaglio del Codex Nuttall, libro mixteco ritrovato a Oaxaca in Messico.
Il grande re Mixteco Otto Cervi (a destra) riceve una vaso di schiumante cioccolato dalla sua sposa, la principessa Tredici Serpenti, nell'anno 1051 d.C.



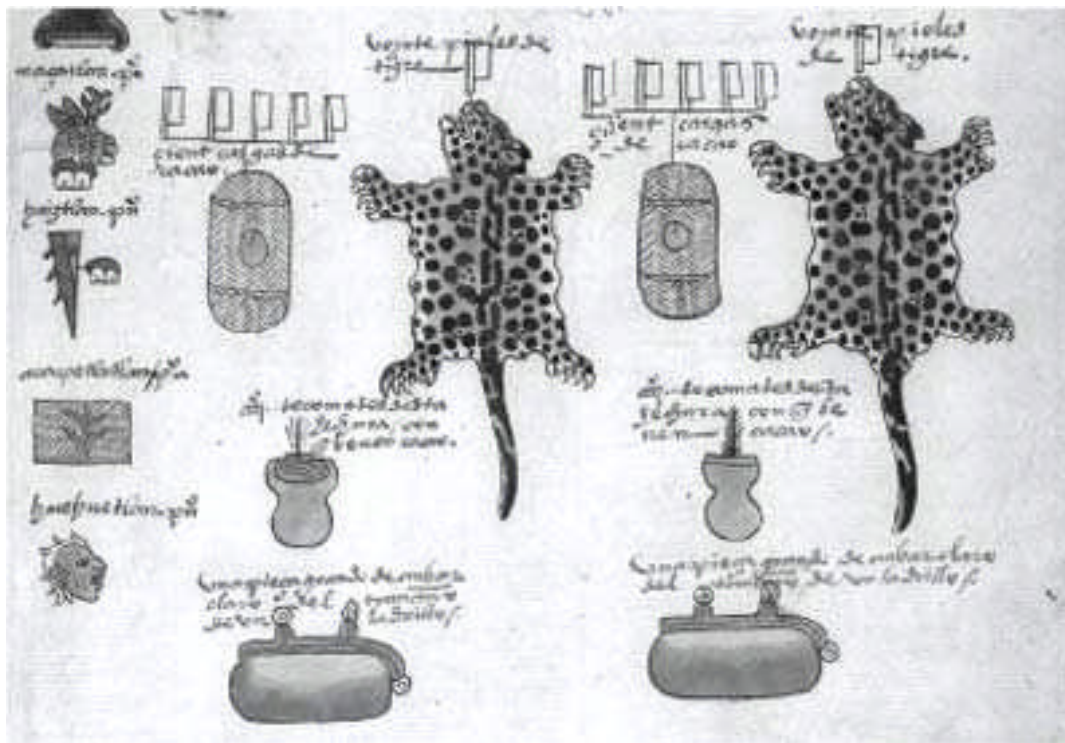
The Rain god Chac and the moon goddess IxChel exchange cacao (Madrid Codex).



Nebaj Vase, showing a Cacao tree



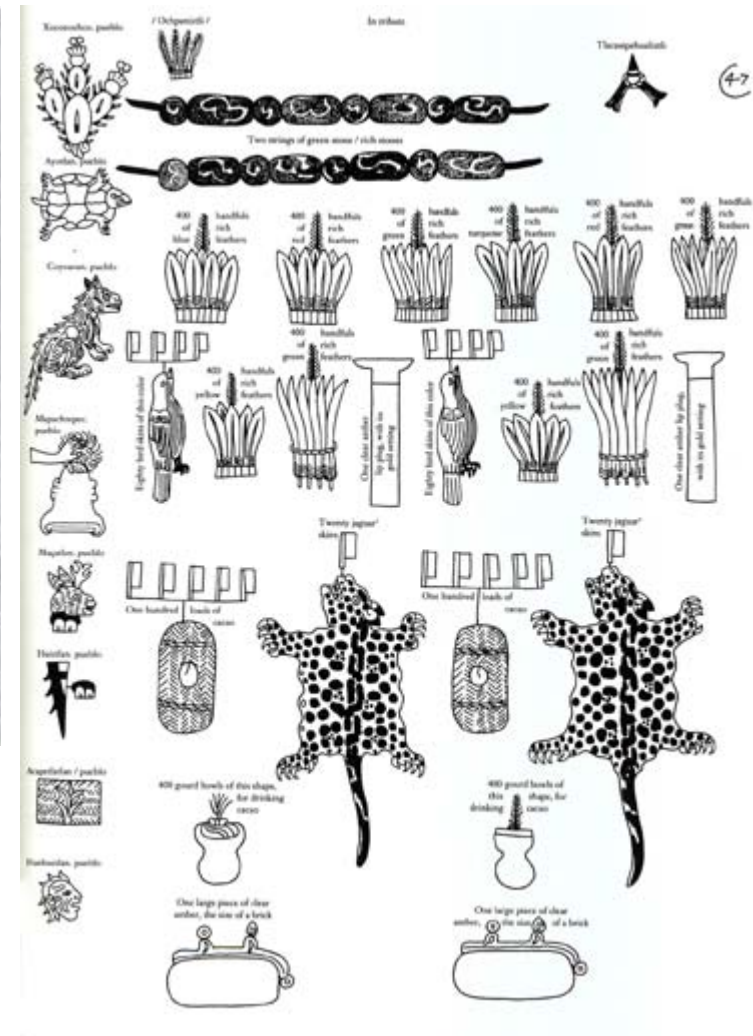
Scultura azteca di un uomo con in mano un frutto di cacao.

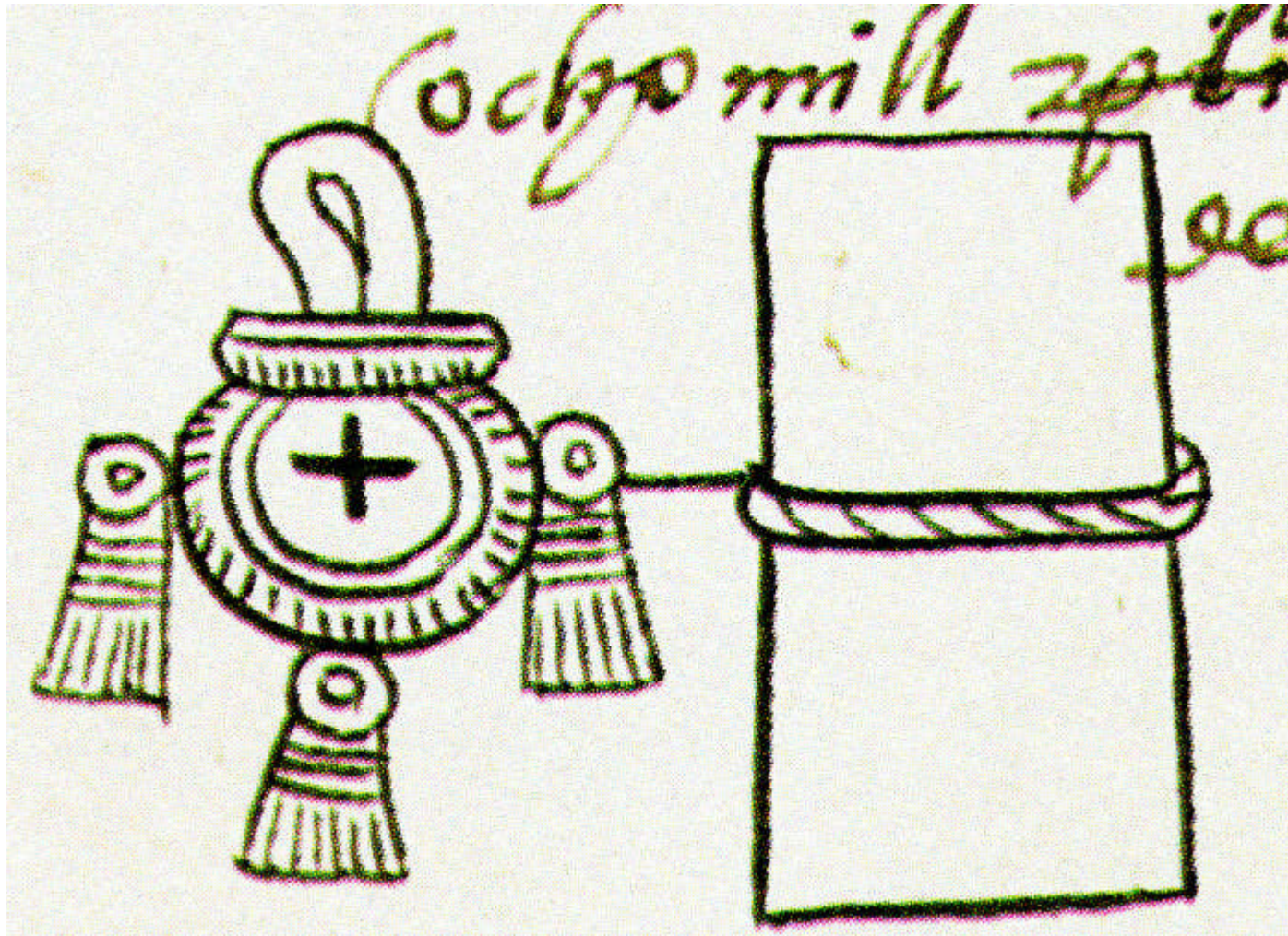


Tribute from the province of Xoconochco, including numerous feathers. From The Codex Mendoza

Codex Mendoza, fol. 47r. Although this manuscript was commissioned and compiled ca. 1541–1542, the tribute lists that it includes are thought to be based on pre-Hispanic prototypes. The loads of cacao and chocolate-drinking vessels were among the items that the Aztec ruler levied from tributaries.

Tributo strappato dagli aztechi nella provincia di Xoconochco. Il dettaglio mostra 200 carichi di chicchi di cacao, 40 pelli di giaguaro, e vasi per il cioccolato.





Tributo di 8.000 fogli di carta di corteccia. Il numero 8000 è rappresentato da un sacchetto di semi di cacao , xiquipilli in Náhuatl (Codex Mendoza - original in the Bodleian Library, Oxford)

Jug of pulque/octli at a wedding, Codex Mendoza (original in the Bodleian Library, Oxford)



estas las figuras significan
los mancebos que se enbeoda
con vino / morian por ello
segun sus leyes y fueros



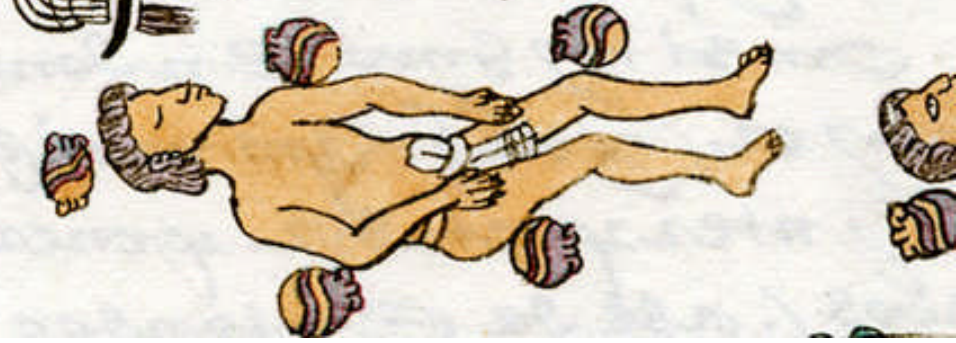
muger moza que se enbeoda
con vino la mataron se,
gun las leyes y fueros de los
señores de Mexico.



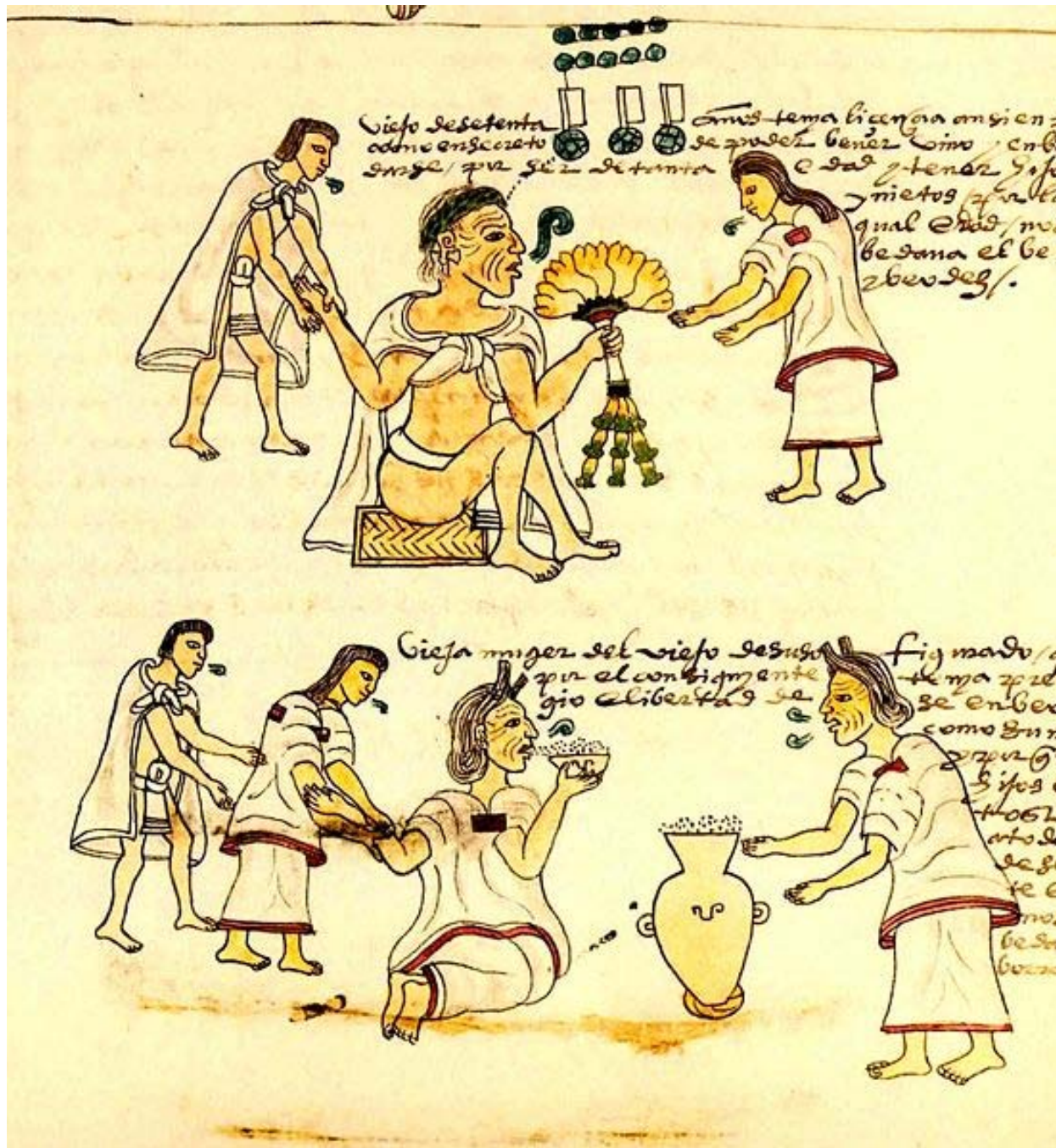
mancebo que se enbeodava



ladron / mataronle a pedrada
sus segun la ley de los señores
de Mexico.



Drunkards, Codex Mendoza (original in the Bodleian Library, Oxford): notice the bowls containing octli (pulque)



Un dipinto del Codex Mendoza mostra un vecchio Azteco che beve pulque.



Turco che beve il caffè, cinese che beve il tè e l'amerindio
che beve la cioccolata

Illustrazione tratta da "*Traités nouveaux & curieux du café du
thé et du chocolate*", di Philippe Sylvestre Dufour, 1685.



Making Chocolate in Mexico,

John Ogilby, *America: Being the latest, and most Accurate Description of the New World; Containing The Original of the Inhabitants, and the Remarkable Voyages Thither*, 1671.



Girolamo Benzoni, *La Historia del Mondo Nuovo* (Venezia, 1565)





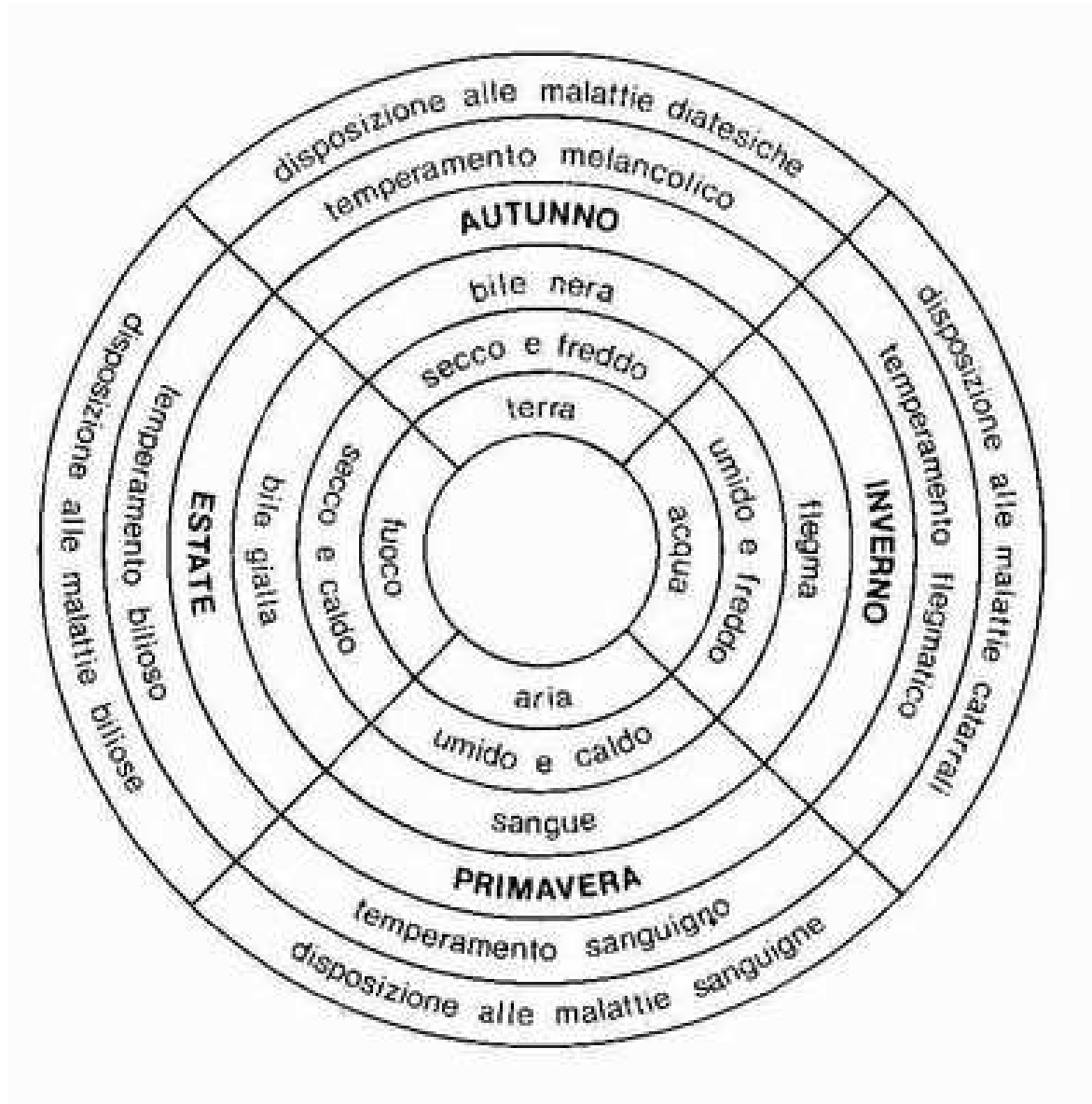
Girolamo Benzoni, La Historia del Mondo Nuovo (Venice, 1565)

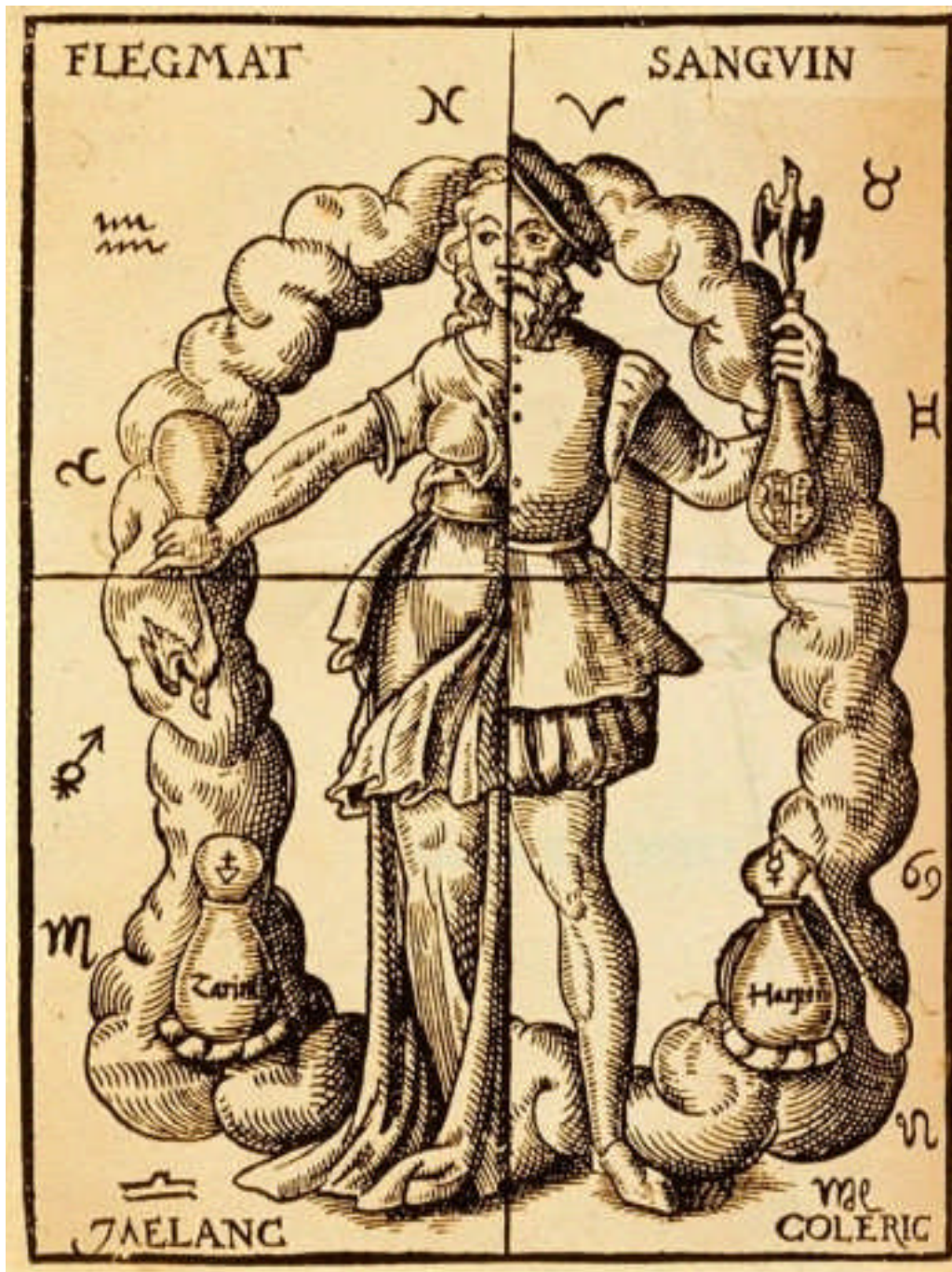
Incisione su legno che rappresenta un albero di cacao e i chicchi di cacao sparpagliati a seccare.

L'artista ha disegnato le cabosse che crescono dalla punta dei rami, anziché dal tronco.

Il suo frutto è a modo di mandorle, & nasce in cer

I quattro temperamenti secondo Galeno
(ca.168 D.C.)





Incisione in legno del XVI sec., Germania, raffigurante i quattro temperamenti – flemmatico, sanguigno, collerico e melanconico – previsti dal sistema umorale concepito da Ippocrate e Galeno. Erano in rapporto alle condizioni stagionali di freddo, umido, caldo, secco, con i quattro elementi e i relativi segni zodiacali.



This lovely title page is from the book *Question Moral Si El Chocolate Quebranta El Ayuno Eclesiastico*, (on the Moral Question of Chocolate...), printed in Madrid in 1636, and said to be the first book on American drinks. León Pinelo, a Spanish-colonial historian (1589 – c. 1675), born in Cordova de Tucuman, (Argentina), and educated in the College of the Jesuits of Lima (Peru), and then leaving for Spain by 1612, where he wrote this (and other) books. HE was a significant scholar and an accomplished bibliographer, and compiled a very extensive dissertation upon the history, uses, preparation of chocolate, as well as other drinks in general of the Americas, touching on concoctions of Indians of New Spain, Peru, Nicaragua and Guatamala. The title page is very dimensional, with the central figure, an Indian woman holding the scroll of the title, with a miniature coca tree in one hand and a four-leaved branch from the cocoa tree in the other. Leon Pinelo in no way “created” the chocolate drink, but he was the first (and extensive reporter of it and certainly remained it most extensive annotator of the drink for centuries. Columbus was aware of the drink by his fourth voyage in 1502 but said relatively little about it. The Aztecs had been using the cocoa bean for a thousand years before that. (It has been remarked that the drink was so extraordinary and special that it was served in one-serve golden goblets that were disposed of after the chocolate was consumed).

Perhaps the great King of Chocolate though was Sir Hans Sloane, who in addition to much else he did in his life traveled to Jamaica, where he assembled a fabulous plant collection for shipment back to England. He also “discovered” chocolate there, improving the native presentation of the drink (which he evidently found to be nauseating) by perfecting a milky solution with it—and *that* it was brought great wealth to Sir Hans. With that wealth Sloane continued to add to his extraordinary collection of natural artifacts, amassing one of the greatest cabinets of curiosity in England and the continent. In addition to his own collecting and minor purchases Sloane used his chocolate money to purchase the fabulous collections of William Courten (who, for example was an extremely wealthy Brit who financed the colonization of Barbadoes among other things before finally going bust), James Petiver, Nehemiah Grew, Leonard Plukenet, the Duchess of Beaufort, the rev. Adam Buddle, Paul Hermann, Franz Kiggelaer and Herman Boerhaave. Death's dance found Sloane in 1753, who left his entire collection to England, and it was this bequest that formed the opening, golden, sagacious nugget of the British Museum.

Baldassare Franceschini (1611–1689), Ritratto di Cosimo III de' Medici nelle ricche vesti di Granduca

Alla corte di Cosimo III de' Medici ci si diletta a prepararla la cioccolata con scorza di limone, muschio e altro ancora, Francesco Redi, archiatra di Corte, il quale pare fosse famoso per la cioccolata ai fiori di gelsomino, la cui ricetta si rifiutò sempre di diffondere. Fu comunque il Re Sole, nel 1659, a concedere a un ufficiale della guardia della Regina una sorta di "patente" per vendere e preparare la polvere di cacao in tutto il paese di Francia. Nello stesso anno il cioccolato diventa talmente "indispensabile" da riuscire a farsi aprire anche le grandi porte delle chiese romane; Papa Pio V lo trova, però, disgustoso: il bere cioccolato tuttavia non viene condannato dalla Chiesa che anzi, nel 1662, si trova di fronte a una curiosa novità: il cardinale Brancaccio propone che lo si beva dopo la messa, come usavano fare le Dame dai costumi spagnoli. E' sempre il cardinale Brancaccio a sentenziare che anche per il cioccolato si può applicare il detto salomonico "Liquidum non frangit jejunum": ovviamente chi ne consumava doveva poi confessarsi e chiedere indulgenza a Pasqua! Un anno più tardi un uomo chiamato Helmann Pedro Bravo do los Camerinos, stanco di compiere viaggi in America per convertire al Cattolicesimo le popolazioni indigene, si stabilisce definitivamente alle Filippine e fonda la più grossa piantagione di cacao dell'epoca. Intanto, mentre le piantagioni si estendevano in Brasile e Martinica, in alcune città europee si affermava la lavorazione del cioccolato. Già nel 1606 in Italia si produceva cioccolato, a Firenze e a Venezia; Goldoni nelle sue commedie testimonia più volte la diffusione di tale delizia elogiandone le qualità, così come la "Gazzetta veneta" diretta da Gaspare Gozzi documentava nel 1760-61 l'enorme diffusione della bevanda. A Venezia la conosceva bene Giacomo Casanova, grande sostenitore delle sue qualità afrodisiache, e che per questo ne faceva largo uso. L'abitudine a bere cioccolata nei conventi durante il '600, è documentata persino dal Manzoni ne "I Promessi Sposi", nel brano in cui la Madre Superiora, offre alla giovane e nobile fanciulla che diventerà la sfortunata Monaca di Monza, una fumante tazza di cioccolato con l'intento di renderle meno traumatico l'impatto con le asprezze della vita conventuale. Alla fine del XVII secolo a Torino, dove il cacao giunse per merito di Emanuele Filiberto di Savoia, generale degli eserciti spagnoli, se ne producevano 750 libbre (circa 250 kg) al giorno, che venivano esportate anche in Austria, Svizzera, Germania e Francia. Nel 1678 un certo G. Antonio Ari ricevette dalla Casa Reale Sabauda, per primo a Torino, l'autorizzazione "a vendere pubblicamente la cioccolata in bevanda"; ma fu a Firenze che dopo due anni circa, nasce "Differenza tra il cibo e 'l cioccolatte..." pubblicazione a cura di Gio. Battista Gudenfridi che fa scoppiare un caos sui pro e i contro del consumo di cioccolata, insieme ad una infinita serie di scritti sul tema come "Altro parere intorno alla natura, ed all'uso della Cioccolata" scritto sempre in Firenze da Francesco Zeti, nel 1728.





Scienziato e scrittore (Arezzo 1626-Pisa 1698). Primario alla corte granducale di Toscana e pubblico lettore di lingua nello Studio fiorentino, fu membro dell'Accademia della Crusca e tra i promotori dell'Accademia del Cimento (1657). Le sue ricerche sperimentali lo condussero a escludere (affrontando per primo il problema con metodo scientifico) la generazione spontanea degli insetti e a porre le basi della parassitologia.

In Firenze, a metà Seicento, Francesco Redi, l'archiatra speciale presso la Corte di Cosimo dei Medici si diletta a preparare il "Cioccolatte" con la scorza di limone, muschio e altro ancora, e pare fosse famoso per la cioccolata ai fiori di gelsomino, la cui ricetta si rifiutò sempre di diffondere.

Il Redi si mostrò riconoscente anche verso Francesco d'Antonio Carletti che ebbe il merito di portare la cioccolata a Firenze, al ritorno da un viaggio intorno al mondo durato dal 1594 al 1606.

Nelle annotazioni alla sua celebre opera "Il Bacco in Toscana" egli scrive:

"...la corte di Spagna fu la prima in Europa a ricevere tal'uso. E veramente in Ispagna vi si manipola il Cioccolatte di tutta perfezione; ma alla perfezione Spagnuola è stato a' nostri tempi nella Corte di Toscana aggiunto un non sol che di più squisita gentilezza, per la novità degl'Ingredienti Europei, essendosi trovati il modo d'introdurvi le scorze fresche de' Cedrati, e de' Limoncelli, e l'odore gentilissimo del gelsomino, che mescolato con la cannella, con le Vainiglie, con Ambra e con Muschio fa un sentire stupendo a coloro che del Cioccolatte si diletta. Del resto in nostra lingua l'uso ha introdotte le voci Cioccolatte, Cioccolate, Cioccolata, e Cioccolato derivante dal nome Indiano.

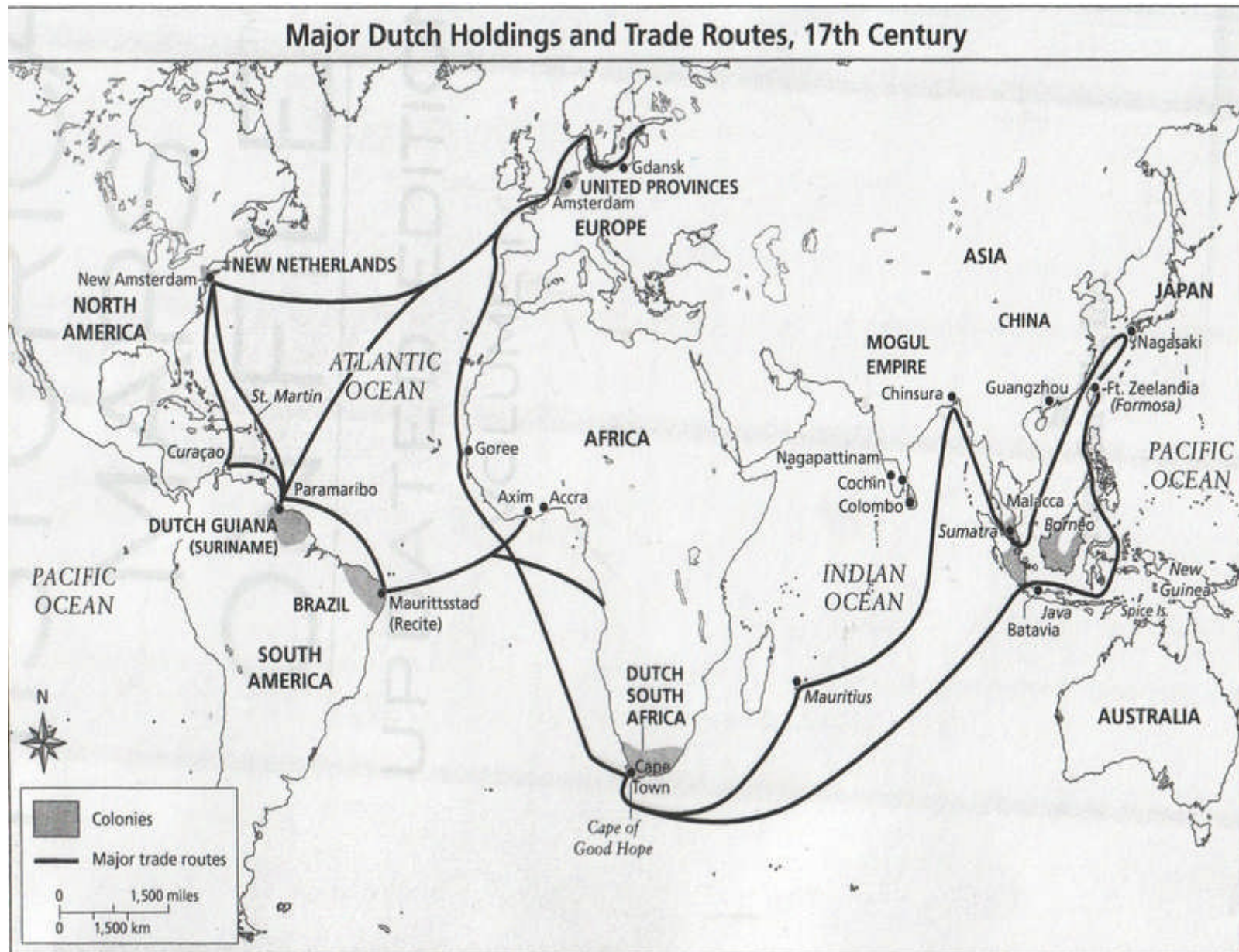
Uno de' primi, che portassero in Europa le notizie del Cioccolatte fu Francesco di Antonio Carletti Fiorentino..."

La passione per il “nutrimento degli dei” non era solo dei regnanti: lo stesso Voltaire, dicono, consumava, nell'arco di metà giornata, una dozzina di tazze di cioccolata che riteneva sostanziosa e gratissima al palato. Anche Goethe amava follemente il cioccolato tanto da offrire fiori e cioccolatini per conquistare i favori dell'amata accompagnando i doni con questa frase: "Alla mia amata io mando dolci e fiori perché capisca come sia dolce e bello il mio amore per lei". E mentre in Germania Goethe scriveva questi versi, nella vicina Austria Mozart faceva cantare il desiderio di cioccolata nella sua opera "Così fan tutte". Non finisce qui: era amata, tra i musicisti, da Ciaikovsky e Strauss; tra gli scrittori, da D'Annunzio e Stendhal. Nella Strada di Swann anche Marcel Proust scriveva: "... ci veniva offerta una crema al cioccolato fuggitiva e leggera..."

L'Ottocento fu il secolo dell'affermazione del cioccolato solido e delle invenzioni che costituirono una vera e propria svolta nella lavorazione del cacao. Nel 1802 il genovese Bozelli studiò una macchina idraulica per raffinare la pasta di cacao e miscelarla con zucchero e vaniglia. Nel 1828 l'olandese van Houten mise a punto un torchio speciale per spremere i grani macinati e separare il burro dalla polvere di cacao. Nel 1865, a Torino, la difficoltà d'approvvigionamento di cacao fece balenare a Caffarel l'idea di miscelare al cacao le nocchie, creando il cioccolato gianduia. E' nel 1875 che viene prodotta la prima tavoletta di cioccolato al latte; è così possibile non solo bere il cioccolato, ma anche mangiarlo. Il gusto e la texture del cioccolato saranno progressivamente migliorate dalle diverse scoperte tra cui il processo del concaggio che costituisce ancora oggi una tappa importante del processo produttivo del cacao. Nel XIX secolo vedono la luce le prime fabbriche di cioccolato, i cui marchi sono famosi ancora oggi: in Italia, Caffarel, Majani, Pernigotti, Venchi, Talmone; in Svizzera, Cailler, Suchard, Lindt, Tobler.

All'inizio del XX secolo prende consistenza la vera e propria industrializzazione dei processi produttivi, mentre si amplia la geografia delle piantagioni di cacao - Costa d'Avorio, Camerun, Africa dell'est e Malesia. Allo stesso tempo, l'ingegno dei maestri cioccolatieri continua a formulare nuove creazioni: nel 1923 Frank Mars, un artigiano di Chicago, inventa e lancia la barretta al cioccolato. In Italia compaiono nuovi produttori: Perugina, Novi, Peyrano, Streglio, Unica; e altri si affacciano sul mercato dopo la Grande Guerra, prima fra tutte la Ferrero. Il cioccolato, tuttavia, è ancora considerato un prodotto di élite, con un mercato ristretto, un piacere per pochi. L'elevato costo delle materie prime e l'alta imposizione fiscale non consentono, infatti, ai produttori di abbassare i prezzi di vendita. Perché il cioccolato diventi in Italia un bene di largo consumo, occorre aspettare gli anni Sessanta, gli anni del boom economico.

Onnipresente negli happening più importanti degli ultimi tempi, la cioccolata più che essere considerata solo un alimento divino, viene oggi divizzata attraverso nuove espressioni di sapori e di arte, di mode e di design. Dal cioccolato in tazza si passa a nuove sperimentazioni aromatiche assaporandolo in altre foggie che vedono il cacao sposarsi con diverse spezie come peperoncino, zenzero, cannella ecc. E dalle praline alle scaglie, dal gusto nero e amaro al nocciolato, dal gianduia fino al bianco, il cioccolato è sempre protagonista non solo con gusto ma anche sotto fantasiose sagome: c'è chi investe sulla forma e chi punta sul sapore! La vecchia chicchera del cioccolatte si trasforma oggi tra le mani dei più grandi designer e artisti contemporanei in molteplici esibizioni di forme e colori. Un esempio è dato dalle ultime sfilate dove nasce la cartella stampa al cioccolato con piccole croci prodotte in esclusiva da Widmer Confiserie, simbolo di uno storico marchio svizzero di pelletteria. La moda e il design lo celebrano. Gli stilisti lo reinterpretano riportando la loro griffe anche nello stile del packaging. Le modelle e le attrici lo mangiano, ma a patto che sia rigorosamente low fat e low cal. ...e anche nel mondo della cosmesi il cibo degli dei ha un effetto tonificante e liftante con lucidalabbra, bagnoschiuma e creme idratanti per viso, corpo e capelli, profumati al cacao. Cioccolato...come cancellare le amarezze...avvertire la trasgressione...immaginare chi magari si dispera per le diete...riappacificarsi con il mondo...gioire del suo gusto, cioccolato...si...



In 1609 Henry Hudson explored the river that would receive his name. The Dutch West India Company encouraged settlers to the new province of New Netherland. The settlers plied the fur trade but raised foods to outfit ships that were part of the Dutch trade network and some of this trade was in cacao. Trade in cacao between New Amsterdam (New York) and the Caribbean brought beans to North America in enormous cargoes that ranged from 5,000-485,000 pounds. Merchants in New York City and the Hudson Valley served cacao to their guests as noted in numerous accounts. Within the Hudson Valley at New Paltz, Huguenots were active in the cacao/chocolate trade as noted in receipts and ledger books during the late 18th century. Archaeological excavations at the Dann Site, Seneca Iroquois location in New York State, revealed that white earthenware chocolate cups were imported to this region during the mid 17th century. Chinese export porcelain chocolate pots also became popular in the region.



MANCERINA

Prodotto in esclusiva dalla Real Fabbrica di maiolica e porcellane Alcora, prende il nome dal marchese di Mancera, viceré del Perù tra il 1639 e il 1648. Uomo raffinato ed elegante, nei suoi ricevimenti usava offrire tutti i tipi di piatti selezionati tra i quali la cioccolata calda, di origine messicana, servita in tazze senza manici (*jicara* = originariamente ricavate dalle zucche). Secondo la tradizione, in occasione di una celebrazione religiosa il contenuto di una tazza si versò sul vestito di una dama e il marchese, allarmato per il contrattempo, ideò un sistema per prevenire tali incidenti. Basato su un portauovo di origine medievale, il nuovo prodotto vedeva un morsetto saldato su un piatto così da tener ferma la *jicara*.

La soluzione originale venne battezzata in onore del suo precursore *mancerina*. In un primo momento le *mancerinas* vennero prodotte in argento, ma quando nei primi anni del diciottesimo secolo il consumo di cioccolatosi diffuse in Europa, la Real Fabbrica del conte di Aranda de l'Alcora fu fra le prime a realizzarne in terracotta.



Jicaras

La coppa che doveva adattarsi no all'interno del mancerina si chiamava jicara. Queste conservavano la forma tradizionale a zucca, secondo l'abitudine degli Aztechi di bere la cioccolata in recipienti ricavati da zucche. Le versioni successive di porcellana conservavano ancora la forma "a zucca" perché questa garantiva un base larga e quindi maggior stabilità.



La **mancerina** era un vassoio che un tempo ospitava il cioccolato. In genere era una specie di piatto con un morsetto circolare al centro, dove veniva collocata e fissata una tazza di porcellana (chiamata *jícara* = zucca) in cui veniva servita la cioccolata. Il contenitore centrale era originariamente una noce di cocco tagliata a metà. Nella parte inferiore delle mancerinas si serviva un po' di pane dolce, da intingere nella *jícara*. La cioccolata veniva servita calda, dal sapore leggermente dolce a causa dell'uso della canna da zucchero, come era consuetudine fra gli spagnoli durante la prima colonizzazione dell'America.



Ciocolatiere in argento, Verdun 1759, opera di J.F Saintelette





Ciocolatiere in ceramica e in rame con molinillo





Trembleuses
Vienna, Austria (1735-1740)



Sevres - Musée national de Céramique de Sèvres



Chocolatada ("chocolate party"), Valencia, Spain, early 18th century





Figure II (plate V)

Vers 1750, Diderot donne dans l'Encyclopédie, la formule du chocolat en tablettes, qui s'appelait près d'un siècle avant (1674) « chocolat en boudin à l'espagnole ». Il constate que c'est une grande commodité pour les gens pressés ou en voyage de pouvoir « en manger une tablette d'une once, et boire un coup par-dessus en laissant agir l'estomac pour assurer la dissolution de ce déjeuner. » Il part de l'affinage de la pâte du cacao et... « On y ajoute le sucre en poudre passé au tamis de soie ; la véritable proportion du cacao & du sucre est de mettre le poids égal de l'un & de l'autre (...) On y ajoute une poudre très-fine, faite avec des gousses de vanille & des bâtons de cannelle pilés & tamisés ensemble (...) On met la pâte dans des moules de fer blanc, où elle prend la forme qu'on a voulu lui donner, & sa dureté naturelle. » Ailleurs il met en garde ses lecteurs contre certains excès en épices. « Les ouvriers en chocolat pour faire paraître qu'ils y ont employé beaucoup de vanille, y mêlent le poivre, le gingembre, etc.... Il y a même des gens accoutumés aux choses de haut goût, qui ne le veulent point autrement ; mais ces épicereries n'étant capables que de mettre le feu dans le corps, les gens sages ne donneront pas dans ces excès, & seront attentifs à n'user jamais de chocolat qu'ils n'en sachent sûrement la composition. »

Dama e cavaliere intenti a bere della
cioccolata (incisione di
Nicolas Bonnart, fine del XVII sec.)





La belle Chocolatière

Parchment painting by the Swiss Artist Jean-Étienne Liotard (1702-1789). It was painted between 1743 and 1745, and hangs in the Gallery 'Alte Meister' in Dresden, Germany.



White's Chocolate House, London c.1708 coloured lithograph published by Cadbury.

Chocolate house in London (18th century)



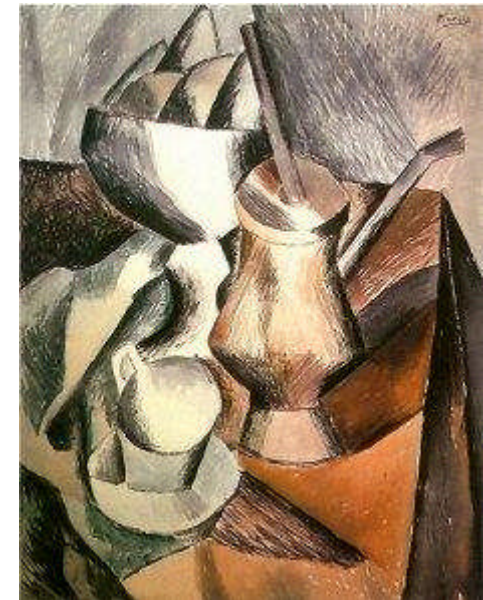
John, 14th Lord Willoughby de Broke, and His Family
in the Breakfast Room at Compton Verney, Johann
Zoffany ca 1766





Ritratto di una donna che si appresta a bere della cioccolata (Jean-Étienne Liotard, 1744).

Pablo Picasso - 1909- Nature morte à la chocolatière





Pietro Falca (5 Febbraio 1702 - 8 Maggio 1785, Venezia) detto Longhi, per via dell'altezza di alcuni membri della sua famiglia, ci offre uno splendido esempio di questa abitudine alimentare. Il pittore veneziano è l'autore di un quadro intitolato "La cioccolata della mattina" (1774-1780, olio su tela, Ca' Rezzonico, Venezia). Questa tela ha come soggetto una scena di vita quotidiana della nobiltà veneziana del 1700, ricordiamo che le scene di vita reale erano il soggetto preferito da Longhi, il quale si era votato a questo genere di rappresentazioni dopo uno sfortunato esordio come pittore di pale d'altare.

La scena ha luogo nell'intimità della camera da letto e vede la conversazione tra una dama e altri personaggi. L'elegante signora, probabilmente la padrona di casa, è ancora a letto e tiene un cagnolino in grembo. Accanto a lei il padrone di casa, con espressione gaudente, un abate, il quale sta leggendo un testo, probabilmente ad alta voce a beneficio dei presenti. Infine c'è un servitore, vestito di marrone, che porta un vassoio con tazze di cioccolata fumante. La stessa bevanda che sta gustando il padrone di casa, accompagnandola con il biscotto tenuto nella mano destra. Nel quale alcuni critici hanno voluto vedere un bussulai. Un biscotto a base di farina, zucchero, burro e vino bianco, tipico della tradizione veneta.



François Boucher (Paris 1703 - 1770) : **Le déjeuner**



Raimundo Madrazo (1841–1920, Cioccolato caldo

I grandi amanti del cioccolato

L'elenco è sconfinato: scrittori, musicisti, principi, re, imperatori e perfino papi, hanno avuto una passione travolgente per il cacao. Proprio a proposito di papi, Pio V nel 1569 zitti chi era contrario al consumo di cioccolato durante i periodi di digiuno affermando ufficialmente che una tazza di cioccolata, in quanto liquida, era certamente consentita.

Per passare ai re, in Francia non ne potevano fare a meno Madame de Maintenon, sposa del Re Sole, le favorite di Luigi XV e Maria Antonietta, moglie di Luigi XVI, che viaggiava sempre con il suo cioccolataio personale. Ma la passione non era solo dei regnanti: lo stesso Voltaire, dicono, consumava in tarda età nell'arco di metà giornata una dozzina di tazze di cioccolata che riteneva sostanziosa e gratissima al palato.

In Italia, nella Venezia del Settecento, le botteghe del caffè erano anche botteghe della cioccolata. Goldoni nelle sue commedie testimonia più volte la diffusione di tale delizia elogiandone le qualità, così come la "Gazzetta veneta" diretta da Gaspare Gozzi documentava nel 1760-61 l'enorme diffusione della bevanda. A Venezia la conosceva bene Giacomo Casanova, grande sostenitore delle sue qualità afrodisiache, e che per questo ne faceva largo uso.

Anche Goethe amava follemente il cioccolato tanto da offrire fiori e cioccolatini per conquistare i favori dell'amata accompagnando i doni con questa frase: "Alla mia amata io mando dolci e fiori perché capisca come sia dolce e bello il mio amore per lei". E mentre in Germania Goethe scriveva questi versi (e ben altri, per nostra fortuna), nella vicina Austria Wolfgang Amadeus Mozart faceva cantare il desiderio di cioccolata nella sua opera "Così fan tutte".

Non finisce qui: era amata, tra i musicisti, da Ciaikovsky e Strauss; tra gli scrittori, da D'Annunzio, Stendhal e Manzoni. Nella Strada di Swann anche Marcel Proust scriveva: "... ci veniva offerta una crema al cioccolato fuggitiva e leggera..."

La torta Sacher (ted. Sachertorte) è una torta al cioccolato inventata da Franz Sacher per Klemens von Metternich il 9 luglio 1832 a Vienna, in Austria..



Coenraad Johannes van Houten (March 15, 1801, Amsterdam - 1887, Weesp) was a Dutch chemist and chocolate maker known for the treatment of cocoa mass with alkaline salts to remove the bitter taste and make cocoa solids more water-soluble; the resulting product is still called "Dutch process" chocolate. He is also, incorrectly, credited with introducing a method for pressing the fat (cocoa butter) from roasted cocoa beans, which was in fact his father's invention. Coenraad van Houten was the son of Casparus van Houten (1770-1858) and Arnoldina Koster. His father opened a chocolate factory in Amsterdam in 1815, with a mill turned by laborers. At that time, cocoa beans were ground into a fine mass, which could then be mixed with milk to create a chocolate drink or, with addition of sugar, cinnamon, and vanilla, made into cookies. However, the high fat content (over 50%) made the chocolate very hard to digest.[citation needed]

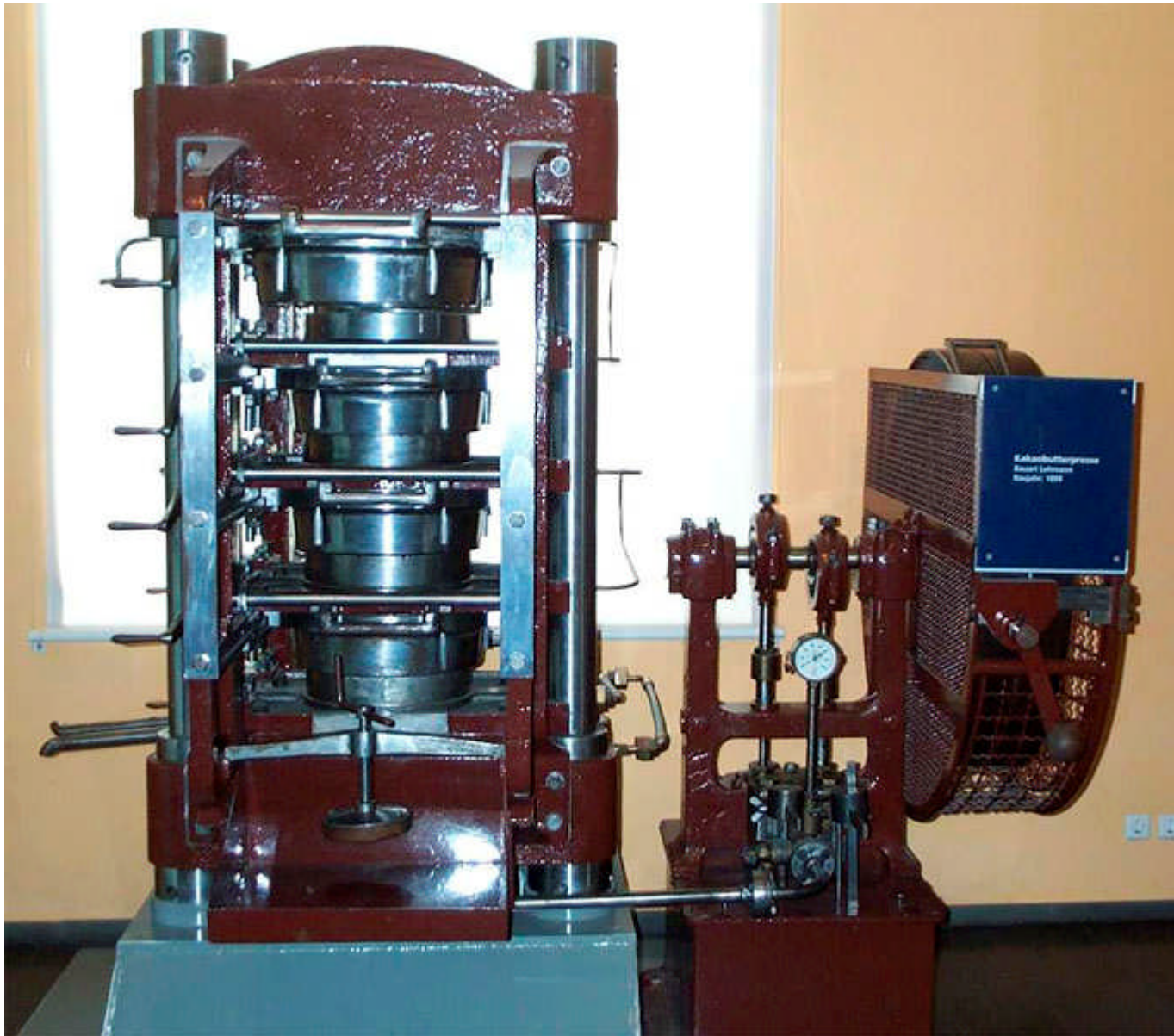
In 1828 Casparus van Houten Sr. (and not his son, who is usually credited) patented an inexpensive method for pressing the fat from roasted cocoa beans. The center of the bean, known as the "nib," contains an average of 54 percent cocoa butter, which is a natural fat. Van Houten's machine--a hydraulic press--reduced the cocoa butter content by nearly half. This created a "cake" that could be pulverized into cocoa powder, which was to become the basis of all chocolate products.

The introduction of cocoa powder not only made creating chocolate drinks much easier, but also made it possible to combine chocolate with sugar and then remix it with cocoa butter to create a solid, already closely resembling today's eating chocolate.

In 1838 the patent expired, enabling others to produce cocoa powder and build on Van Houten's success, experimenting to make new chocolate products. In 1847 English chocolate maker J. S. Fry & Sons produced arguably the first chocolate bar. Later developments were in Switzerland, where Daniel Peter introduced milk chocolate in 1875 and Rodolphe Lindt made chocolate more blendable by the process of conching in 1879.

Coenraad Van Houten introduced a further improvement by treating the powder with alkaline salts (potassium or sodium carbonates) so that the powder would mix more easily with water. Today, this process is known as "Dutching". The final product, Dutch chocolate, has a dark color and a mild taste.





*Van Houten's cocoa
press (1828)*



*Advertising sign for
"Van Houten's Zuivere Oplosbare Cacao. Beste - In 't
gebruik goedkoopste"
(Translation: "Van Houten's Pure Soluble Cocoa. The
Best - The Cheapest")*

Henri Nestlé (1814 - 1890)





Nel 1879, Rodolphe Lindt, figlio di un farmacista di Berna, acquista alcuni vecchi macchinari per la macinazione dei semi di cacao. Le macchine, recuperate da un mulino fallito, si dimostrano inadeguate e il cioccolato prodotto risulta poco appetibile. Con l'aiuto del fratello farmacista, viene inventato un sistema per rendere il cioccolato più morbido e vellutato, procedimento che chiamiamo oggi concaggio. Lindt lo chiama “chocolat fondant”, un cioccolato con la consistenza e gli aromi a cui siamo oggi abituati.

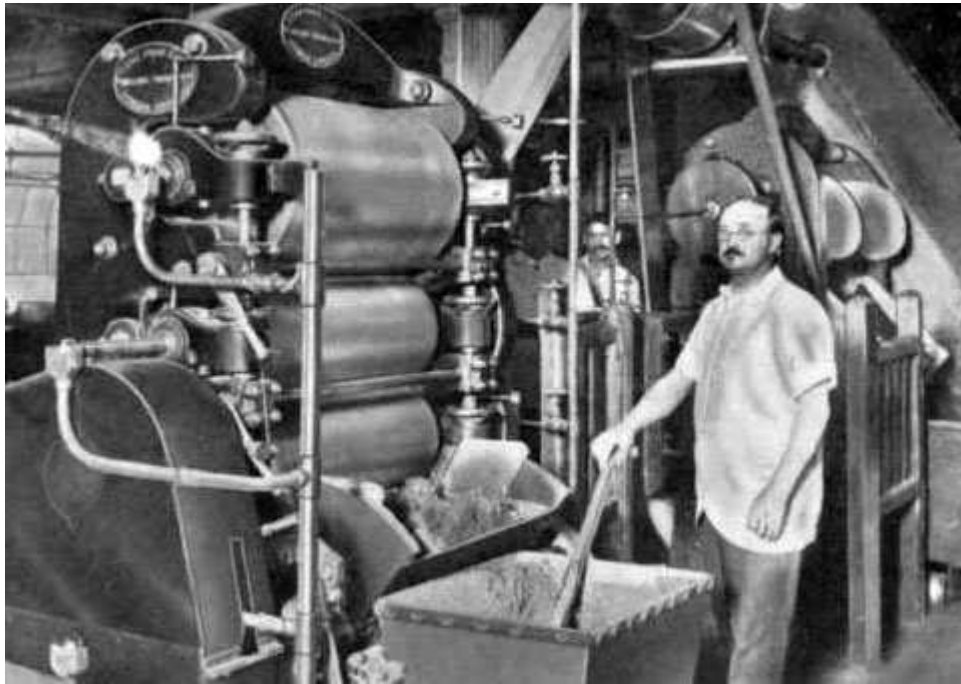


L'impasto oggi conosciuto come gianduia nasce in Piemonte nel 1806.

La sua creazione si attribuisce ai pasticceri torinesi che sostituirono con la più economica nocciola tonda gentile delle Langhe una parte dell'ormai costosissimo cacao: il blocco economico ordinato da Napoleone per i prodotti dell'industria britannica e delle sue colonie, che rimase in vigore fino al 1813, aveva reso difficile il reperimento del cacao nel regno di Savoia.

Il chocolatier Michele Prochet, in società con Caffarel, perfezionò nel 1852 l'impasto tostando le nocciole e macinandole finemente. Secondo la leggenda, da un “colpo di cucchiaino” dato sapientemente a questo impasto soffice nasce il gianduiotto (o Giandujot) con la sua tipica forma, che verrà presentato come primo cioccolatino incartato in occasione del Carnevale del 1865, distribuito dalla maschera popolare di Torino, Gianduja (da cui il nome dell'impasto).

Oltre che per la preparazione dei gianduiotti, il gianduia si gusta anche in tavolette, in tazza, in crema spalmabile (la Nutella ne è una celebre variante), come ripieno di altre preparazioni dolciarie. Negli anni tutti i grandi cioccolatieri torinesi – Venchi, Baratti & Milano, Caffarel, Gobino, Peyrano, G. Pfatisch, Streglio, Stratta – hanno dosato i semplici ingredienti in loro personalissime formule.



Industrial machine for refining chocolate (J.S. Fry & Sons)



Milton Snavely Hershey (September 13, 1857 – October 13, 1945)





The entrance to Chocolate World in Hershey, Pennsylvania

US Army field ration of chocolate (First World War)



Produzione di cacao
(migliaia di tonnellate)

	2008/09 201 0/11		2009/10		Estimates	
Africa	2516	70.0%	2483	68.4%	3180	74.8%
Cameroon	224		205		230	
Côte d'Ivoire	1223		1242		1511	
Ghana	662		632		1025	
Nigeria	250		235		240	
Others	157		168		175	
America	478	13.3%	517	14.2%	540	12.7%
Brazil	157		161		200	
Ecuador	135		150		145	
Others	186		206		195	
Asia & Oceania	598	16.6%	632	17.4%	530	12.5%
Indonesia	490		550		440	
Papua New Guinea	59		39		45	
Others	48		44		45	
World total	3593	100.0%	3631	100.0%	4250	100.0%

Source: ICCO Quarterly Bulletin of Cocoa Statistics, Vol. XXXVII, No. 4, Cocoa year 2010/11 Published: 30-11-2011 Note: Totals may differ from sum of constituents due to rounding.

Cacao

I maggiori produttori mondiali di semi di cacao:

Africa	Ivory Coast	37.4 %
	Ghana	20.7 %
	Cameroon	5 %
	Nigeria	4.6 %
Central & South America	Brazil	4.5 %
	Ecuador	3.4 %
	Dominican Republic	1.4 %
South-east Asia	Indonesia	12.7 %
	Malaysia	0.9 %

I maggiori consumatori mondiali di semi di cacao:

Europe	Belgium
	Switzerland
	UK
	Germany
	France
	Italy
	The Netherlands
	Spain
North America	USA
	Canada

il re gobbo





...Che buoni gli ortaggi!!









Manifestazione primaverile

8 maggio 2011: le piantine gelosamente coltivate vengono esposte e vendute, ad offerta, alla bancarella della scuola durante la manifestazione “Nizza è Barbera”, unitamente a piccoli manufatti e al libro di fiabe edito dalla scuola.

Vanno a ruba i vasetti di prezzemolo, di basilico, di rucola, di zucchini, pomodori e bietole...

In foto, insegnanti, genitori e piccoli volontari.



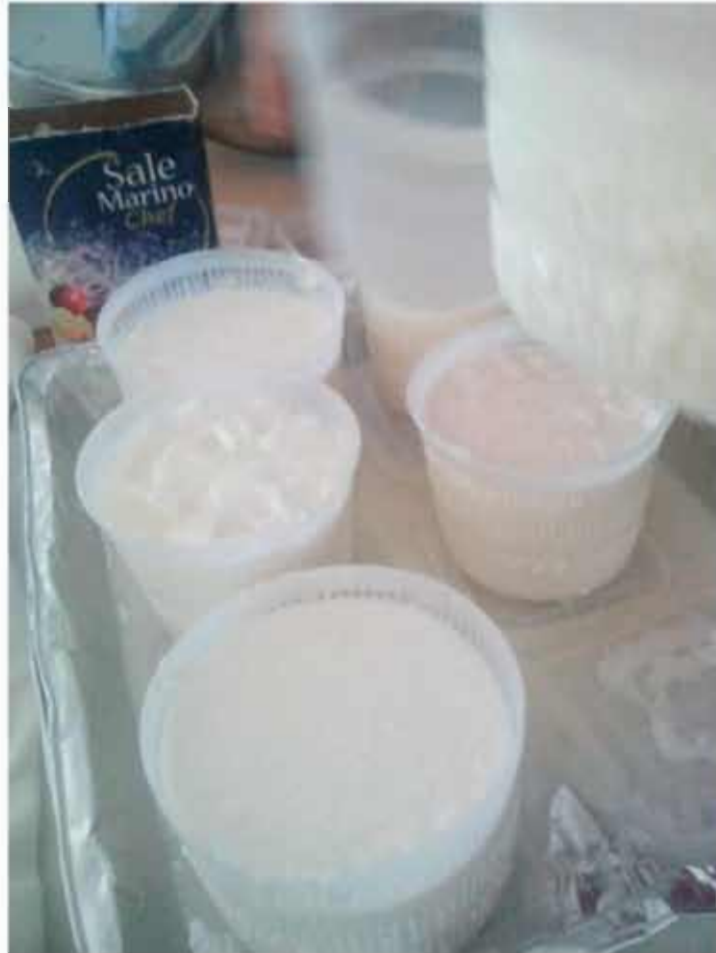
	CLASSE	ATTIVITA'
<p>La presenza di un orto scolastico, adiacente all'edificio, permette una vasta gamma di attività, che vanno dall'osservazione dal punto di vista botanico o cromatico, al confronto tra le specie e/o riguardo ai tempi, alla riflessione sulle fasi della vita, sulle alleanze e/o interdipendenze... esperienze che agevolano la conoscenza di se stessi come singoli e nel rapporto con gli altri. Proprio per la valenza positiva di alcune esperienze formative proposte lo scorso anno solo in alcune classi e considerato che potrebbero essere estese a un numero maggiore di alunni si ripropongono, con le dovute varianti, alcune delle attività predisposte in passato. Nello specifico:</p>	1, 2, 3, 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta e catalogazione di semi • Osservazioni, disegno dal vero • Testi di diverso genere: descrizioni, poesie, filastrocche... • Le erbe aromatiche / ortaggi nella letteratura bibliografia su richiesta • Frutta e verdura nelle fiabe (Melina, Perina, Il fagiolo magico, Biancaneve, Cenerentola e la zucca, Raperonzolo, la rapa gigante, la principessa sul pisello, il pentolino magico, il cuoco prigioniero, zuppa di sasso anche in inglese...) bibliografia su richiesta • Ricette con verdure per realizzare pieghevoli o segnalibri • Frutta e verdura nell'arte Arcimboldo, Caravaggio... • Realizzazione di un erbario • Il pane/olio/miele dalla preistoria alle nostre tavole percorso interdisciplinare • Matematica: per fare un orto. Simulazioni di situazioni problematiche di compravendita, di insiemistica, di misurazione o di numerazione per i più piccoli • Storie di orto: i prodotti si raccontano e si presentano • Disegno simbolico: la classe come l'orto oppure i miei amici sotto forma di ortaggi • Parallelo: la mia crescita – la pianta • Le piante amiche (aiuto reciproco – rotazione delle colture) • Insetti amici dell'orto (pdv scientifico, grafico, costruzione con materiale di recupero)

**PURO COME IL LATTE, BUONO
COME IL FORMAGGIO**











Piatti per litigare!

Nel libro di cucina della signora Marta c'è scritta la ricetta per i pasticcini e gli ingredienti sono:

- 1 chiedere al marito di andare al supermercato per comprare gli ingredienti;
- 2 dare del cioccolato ad Arisa per tenerla occupata;
- 3 temere che la bambina finisca il cioccolato;
- 4 chiedere al marito di passare le uova;
- 5 infuriarsi col marito che ha fatto cadere le uova;
- 6 mandare di nuovo al supermercato il marito che brontola e sbuffa come un toro;
- 7 riuscire finalmente a preparare il piatto;

8 andare a lavarsi le mani prima di mangiare;

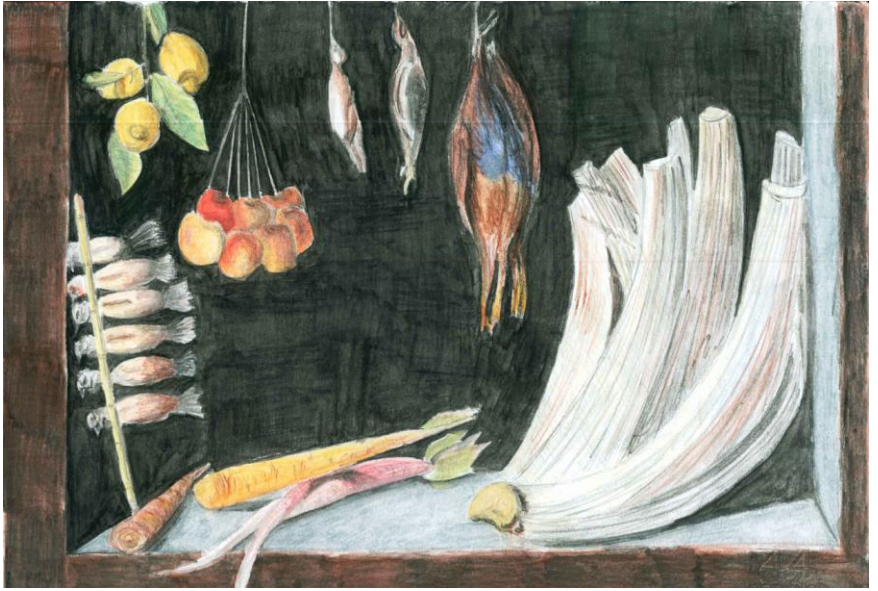
9 tornare senza più vedere i pasticcini;

10 litigare con i figli.

Risultato:ricominciare.



I cardi interrati, in attesa che diventino bianchi e croccanti.



Cardo gobbo

Cardi seminati a maggio;

Accuditi con pazienza e fatica poi

Raccolti nel fresco autunno

Dove ogni foglia si tinge

O la nebbia diventa fitta.

Gustati in saporiti piatti

Oppure intinti nella

Bagna caoda:

Buona, profumata, saporita.

Ogni volta il cardo ci affascina.

Croccante

Appetitoso

Rinomato

Dolce

Ortaggio

Genuino

Originale:

Bagna caoda!

Buono,

Ottimo!



RIME SUL CARDO GOBBO

Il Cardo Gobbo è niceese,
questo è risaputo,
ma anche negli altri paesi
è sempre il benvenuto.
Lui è la star di Nizza,
mentre a Napoli c'è la pizza.
Un giorno un bimbo sopra al cardo cascò
E l'ortaggio offeso si curvò.
Ecco da molti è ammirato,
proprio perché è tutto piegato.



Nella Bagna Caoda il gobbo è "pucciato"
e da tutti quanti vien gustato.
Per i nicesi il cardo è il simbolo in cucina
di grandi eventi
e non c'è nulla al mondo
che meglio ci rappresenti.



Il Cardo Gobbo in rima

A MAGGIO VIEN SEMINATO,
DALLA PIOGGIA INNAFFIATO
E DALSOLE RISCALDATO.

PRESTO PRESTO E' GERMOGLIATO,
DALLA TERRA COCCOLATO
FINO AD ESSERE TRASFORMATO.

ORMAI GOBBO DIVENTATO
VIEN RACCOLTO E VIEN LAVATO
PER ESSERE MANGIATO.

IN TANTI MODI CUCINATO
SUL TAVOLO VIEN PORTATO
E DA TUTTI APPREZZATO.

Cardo Gobbo

DA VERDE A BIANCO E'
DIVENTATO
E IL SUO SAPORE E'
VARIATO
IN UN DOLCE
ESAGERATO.



QUEL DI NIZZA E' RINOMATO
PER IL SAPORE DELICATO
CHE STUZZICA IL PALATO
IL CARDO GOBBO E' NATO A NIZZA
ED E' PIU' BUONO DELLA PIZZA
IL CARDO GOBBO E' SPECIALE
CON LA FONDUTA E' L'IDEALE
IL CARDO GOBBO E' UNA BONTA'
LO MANGIANO ANCHE NELL'ALDILA'
IL CARDO GOBBO DI DIO E' UN DONO
CHE TI FA IMPAZZIR TANTO E' BUONO
IL PUO' BUONO E' QUELLO DEL PIEMONTE
PERCHE' E' GOBBO E PIU' CROCCANTE.

IL CARDO GOBBO CON LO SPAGO VIEN LEGATO
E NELLA TERRA SOTTERRATO,
E' GUSTOSO E DELICATO



DELIZIA IL TUO PALATO,
E' BIANCO COME LA BRINA.
A VEDERLO VIEN L'ACQUOLINA.
AVANZARLO E' UN PECCATO
PERCHE' DA TUTTI E' ADORATO.

E' IL PROTAGONISTA DI TANTE RICETTE:
SI PUO' FAR BOLLITO,
IN PADELLA, O FATTO A FETTE



LEGGENDE SUL CARDO

Tanto tempo fa nell'orto più grande del mondo, nacque un ortaggio di colore verde - grigiastro. Crebbe in mezzo a tanti altri "amici" ortaggi, che erano tutti di colori piuttosto vistosi: i peperoni erano gialli e rossi,



gli zucchini verde chiaro, i pomodori rossi, le carote arancioni, come le zucche, insomma, erano tutti di bei colori sgargianti e lui, con questa tinta un po' triste, si sentiva molto a disagio. Inoltre tutti gli altri lo prendevano in giro per il suo brutto colore dicendogli

che doveva prendere più sole per diventare più bello...allora lui cercò di spingersi più in alto per ottenere più luce, con la speranza che il sole lo rendesse di una tonalità più vivace.

Non c'era nulla da fare, il suo colore rimaneva sempre uguale anzi diventava sempre più scuro e così gli amici continuavano a deriderlo.

La tristezza lo rese scontroso e questo rese le sue fibre più dure ed amare, anche il contadino si lamentava perché nessuno lo avrebbe più voluto

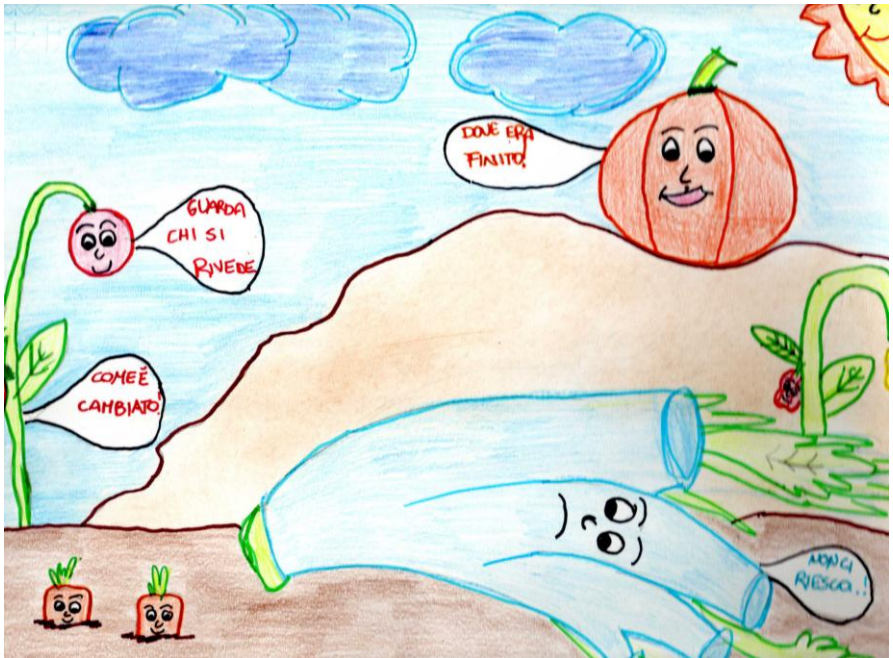


comprare.

Fu così che il cardo, in un giorno molto triste e molto ventoso, si abbandonò e si lasciò andare coricandosi tristemente al suolo, il vento stesso lo coprì con la sabbia e la terra. Lì si sentiva sicuro e protetto, nessuno lo prendeva in giro e aveva potuto fare amicizia con i piccoli abitanti della terra.

Dopo qualche tempo, però, cominciarono a mancargli il calore del sole, il solletico dell'aria e delle gocce di pioggia.

Fu così che il cardo decise di rialzarsi, ma non ci riuscì. Quando si scrollo la terra di dosso, scoprì di avere la



gobba. Temette che gli amici lo prendessero in giro, ma grande fu la sua sorpresa quando tutti gli ortaggi cominciarono ad ammirarlo per il suo incantevole colore bianco.

Il calore dell'amicizia lo rese dolce e tenero così il contadino, entusiasta della trasformazione, decise che da quel momento lo avrebbe sempre coltivato facendogli passare l'ultimo periodo della sua vita ricoperto di terra.

Fu così che la coltivazione del cardo, con questa particolarissima tecnica di imbianchimento, si diffuse in tutta Nizza Monferrato, diventandone il simbolo e prendendo il nome di "cardo gobbo di Nizza", dalla forma che assume coricandolo.



The image shows three loaves of bread on a white surface. On the left is a small, round loaf with a light golden-brown crust and some white flour dusting. In the center is a medium-sized, oval-shaped loaf with a golden-brown crust and a diagonal slash. On the right is a long, slender baguette with a dark golden-brown, textured crust. In the top left corner, there is a small green bowl containing a dollop of butter. The text "RISCOPRIAMO IL PANE" is overlaid in the center of the image.

RISCOPRIAMO IL PANE







TOTAL YARDS
Magic Team
LEGEND







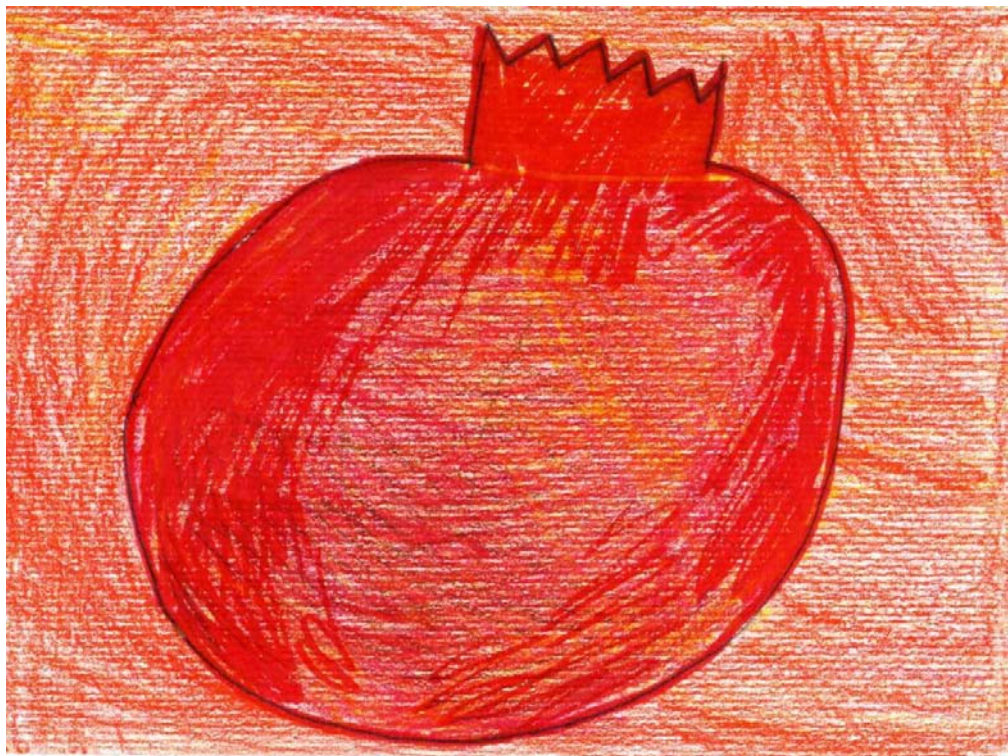


MILKING & OTHER MACHINES
DELLA LANCA
MARINO

FRONTE APERTURA
DA ABBIGLIAMENTO
MILANO

MARINO

MILANO
MARINO



LA MELAGRANA



HA UNA CORONA DA PRINCIPESSA
SCORZA SFUMATA DI GRANDE BELLEZZA,
LUCIDA PALLA, TUTTA ROTONDA,
IL DITO PERÒ NON VI AFFONDA;
È COLMA DI GRANI COME UNO SCRIGNO
BELLA, ELEGANTE COME È UN CIGNO;
IL SUCCO È DOLCE, ASPRIGNO MA BUONO
SE LA SI SPACCA, FA COME UN SUONO:
MOSTRA I SUOI CHICCHI COME TESORI
NON SONO PERLE, ARGENTI O ORI
MA GRANELLINI ROSSI DI FUOCO
DI SPAZIO LIBERO CE N'È PROPRIO POCO...

SON FITTI FITTI COME SOLDATI
MA NON FAN PAURA, NON SONO ARMATI

MACCHIANO SÌ DI ROSSO SUCCO,
È COME IL SANGUE DI QUESTO FRUTTO.
È MELAGRANA DI FUORI E DI DENTRO
TRA TUTTI I FRUTTI È MESSA IN CENTRO
È DELL'AUTUNNO LA REGINA
ED IL VEDERLA... CI DÀ ALLEGRA





Slow Food® Italia

IV Festa
Nazionale



Orto in
Condotta

11 NOVEMBRE 2011

LA CONDOTTA SLOW FOOD

FESTECCIA

INFORMAZIONI:

SLOW FOOD SI OCCUPA DI EDUCAZIONE ALIMENTARE E DEL GUSTO
DEI GRANDI E DEI PICCOLI PER ALLENARE I SENSI A RISCOPRIRE I SAPORI
E PER NUTRIRE LA MENTE CON IL SAPERE DEL CIBO.

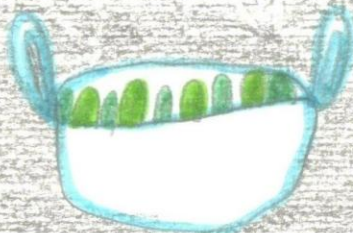
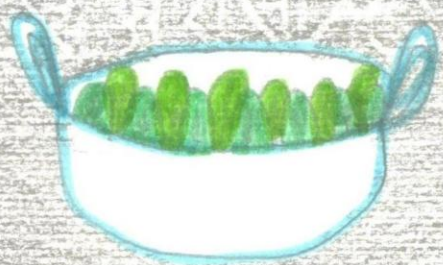
WWW.SLOWFOOD.IT/EDUCAZIONE

Partner



Rabobank





SCOPRIAMO I FRUTTI



















Slow Food®

Condotta delle Colline Nicesi "Tullio Mussa"

In collaborazione

la Scuola Primaria ROSSIGNOLI di Nizza Monferrato

Con il contributo



COLDIRETTI



e la Scuola Primaria Prof. Luigi Ferraris di
Mombaruzzo

ORGANIZZA

La Colazione della tradizione

Colazione a quasi km Zero con prodotti preparati dalle mamme e dalle maestre di buona volontà

Quando?	Lunedì 10 Dicembre 2013
Dove ?	Presso la scuola elementare G. Rossignoli
A che ora?	Dalle 10,30 alle ore 11,30
Cosa si fa?	Si fa colazione con prodotti preparati dalle mamme e dalle maestre di buona volontà.

Il costo della colazione è di euro e l'incasso sarà devoluto in parti uguali per l'acquisto di materiale e sementi per l'orto scolastico e per finanziare il progetto ORTI in Africa



TRADIZIONI OH CHE BONTA'!













	CLASSE	ATTIVITA'
<p>La presenza di un orto scolastico, adiacente all'edificio, permette una vasta gamma di attività, che vanno dall'osservazione dal punto di vista botanico o cromatico, al confronto tra le specie e/o riguardo ai tempi, alla riflessione sulle fasi della vita, sulle alleanze e/o interdipendenze... esperienze che agevolano la conoscenza di se stessi come singoli e nel rapporto con gli altri. Proprio per la valenza positiva di alcune esperienze formative proposte lo scorso anno solo in alcune classi e considerato che potrebbero essere estese a un numero maggiore di alunni si ripropongono, con le dovute varianti, alcune delle attività predisposte in passato. Nello specifico:</p>	1, 2, 3, 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta e catalogazione di semi • Osservazioni, disegno dal vero • Testi di diverso genere: descrizioni, poesie, filastrocche... • Le erbe aromatiche / ortaggi nella letteratura bibliografia su richiesta • Frutta e verdura nelle fiabe (Melina, Perina, Il fagiolo magico, Biancaneve, Cenerentola e la zucca, Raperonzolo, la rapa gigante, la principessa sul pisello, il pentolino magico, il cuoco prigioniero, zuppa di sasso anche in inglese...) bibliografia su richiesta • Ricette con verdure per realizzare pieghevoli o segnalibri • Frutta e verdura nell'arte Arcimboldo, Caravaggio... • Realizzazione di un erbario • Il pane/olio/miele dalla preistoria alle nostre tavole percorso interdisciplinare • Matematica: per fare un orto. Simulazioni di situazioni problematiche di compravendita, di insiemistica, di misurazione o di numerazione per i più piccoli • Storie di orto: i prodotti si raccontano e si presentano • Disegno simbolico: la classe come l'orto oppure i miei amici sotto forma di ortaggi • Parallelo: la mia crescita – la pianta • Le piante amiche (aiuto reciproco – rotazione delle colture) • Insetti amici dell'orto (pdv scientifico, grafico, costruzione con materiale di recupero)

La vera storia del minestrone -2011- Scuola Primaria Rossignoli- Nizza Monferrato-AT

Quando in Italia c'erano ancora re e regine, in un castello lussuoso viveva uno di loro, il più potente.

Aveva una reggia splendida, con stalle e parco, recinti e orto, giardini e serra...

Aveva anche un'unica figlia, bellissima ma sempre imbronciata e così, un giorno, decise che l'avrebbe data in sposa a chi le avesse fatto il regalo più bello, tale da scuoterla dal suo torpore e colorirle le guance smorte.

Avrebbe dato una settimana di tempo per trovare il regalo giusto.

Tutti i giovani principi si misero d'impegno per diventare i futuri re.

Trascorso il tempo assegnato, giunsero alla reggia e si misero in fila, uno dietro l'altro, ognuno col suo dono.

Uno aveva percorso le spiagge dalla Liguria alla Campania e vi aveva raccolte molte conchiglie; le aveva unite in un braccialetto grazioso, ma la principessa rimase imbronciata.

Un altro era stato in Toscana, e aveva faticosamente portato con sé un pezzo di marmo bianchissimo e levigato, più bello di una statua, ma il dono non fu apprezzato.

Un altro, che proveniva dal Lazio ed era un valente cacciatore, portò un carro colmo di selvaggina, ma la principessa inorridì all'idea che quei poveri uccelli e cerbiatti, lepri e cinghiali fossero stati uccisi per lei.

Un altro, che amava le montagne, arrivò con un cespo di candide e morbide stelle alpine, raccolte in Valle d'Aosta. La principessa le guardò, ma poiché non avevano profumo, non le apprezzò.

Il re cominciava ad essere preoccupato.

Venne poi un giovane principe di Sicilia, con una collana di rosso corallo. Era sicuro di vincere, infatti la principessa parve apprezzare il regalo, ma quando se lo mise al collo lo trovò pungente.

Venne la volta di un principe del Veneto, con un paniere colmo di anguille.

-Vedrete come sono squisite- disse.

La principessa annusò e arricciò il naso sprezzante:

-Non mi piacciono questi pesci che sembrano serpenti!-Disse indispettita.

Il re si strappava i capelli dalla preoccupazione.

Fu la volta del principe di Piemonte, che portò un pregiato tartufo, grande come un pugno. Sapeva del suo valore e sognava già di sposare la bella ma triste principessa, ma non fu accolto per niente.

La principessa, anzi, lo umiliò dicendogli che mai avrebbe accettato di sposarsi per ciò che sembrava una disgustosa zolla di terra.

Il principe di Liguria le donò la lavanda profumatissima, ma i fiori secondo la principessa erano troppo modesti; quello della Puglia le portò in regalo un trullo, ma la principessa lo considerò piccolo e scomodo per viverci.

Così, per un giorno intero, sfilarono davanti alla principessa i reali di ogni terra, alcuni sfrontati, altri teneri, altri ancora simpatici oppure altezzosi.

Nessuno le piacque.

Il re era esasperato.

Infine giunse un ragazzo di grandi occhi verdi e dalla pelle olivastra; si chiamava Ulisse perché la sua mamma, nel metterlo al mondo, aveva sognato per lui una vita avventurosa. Purtroppo il ragazzo era rimasto orfano giovane. Aveva girato il mondo in cerca di fortuna, fermandosi per caso nelle vicinanze del regno. Era bello, ma povero; aveva però una gran fantasia e era ottimista di carattere.

Il ragazzo, non possedendo nulla di prezioso, ma desiderando conoscere la principessa, aveva setacciato le campagne, raccogliendo tutte le erbe e gli ortaggi che trovava sulla sua strada.

Aveva riempito la sua cesta con bulbi di patate, una lucida melanzana, un verde cavolo e tenere fave, una carota croccante, una bianca cipolla, un sedano dalle foglie chiare, e poi verdi baccelli di piselli, rossi fagioli screziati, pomodorini fiammanti, certi zucchini ornati di fiori color del sole...Aveva inoltre aggiunto, alla sua cesta, profumati rosmarini, argentea salvia, odoroso basilico, fresca menta, timo fiorito, erba cipollina, carnosì spinaci, borragine dai fiori blu...In riva al mare aveva colto rami di olive gonfie di succo; in pianura bionde spighe di grano, di farro e di orzo; sulle colline, succosi grappoli d'uva...Era carico e sudato.

Giunse di fronte alla principessa che, dapprima incuriosita, poi stizzita per l'omaggio poco regale, divenne rossa di rabbia. Il re, nel vederle le guance colorite, si interessò al giovane che chiese di poter utilizzare la cucina.

Il permesso fu accordato, sotto lo sguardo ironico dei cuochi di corte, abituati a utilizzare ben altri ingredienti.

Una volta in cucina, il giovane mise tutte le verdure e le erbe in un gran pentolone e lo pose sul fuoco. Frantumò i chicchi di grano e ne fece una focaccia; spremette i grappoli di uva e ne ottenne un succo delizioso, schiacciò le olive e mise da parte il mosto dorato, l'olio, per condire la minestra.

La principessa intanto era furibonda per l'affronto subito, a suo parere, e girava e girava per la reggia, a lunghi passi, per sbollire l'ira. A furia di camminare le venne fame.

Ad un tratto sentì un profumo invitante: sapeva di campo e di giardino, di boschi e di orti, di erba e di sole... Insomma, di tutto ciò che sta all'aria aperta, e nel segreto del suolo.

Ma cos'era? Non lo aveva mai sentito.

Venne da lei la dama di compagnia, invitandola a raggiungere il re nella sala da pranzo, dove c'era una novità.

La principessa sentiva un certo languorino e non se lo fece ripetere.

Quale non fu la sua sorpresa nel vedere che, a tavola, c'erano grandi ciotole piene di una zuppa mai gustata, odorosa e fumante, condita con un filo d'olio, una larga sfoglia dorata e due calici colmi di succo rossastro. Sedette davanti al re suo padre, che guardò stupito quel piatto strano, che sprigionava profumi indescrivibili.

-Che cos'è, questa?-Disse il sovrano, indicando la zuppa.

Ulisse prontamente rispose, con un inchino:

“Si chiama minestrone,

rende forti come un leone,
sazia a meraviglia,
è profumato come la sua bella figlia;
è nato in un pentolone
ma è adatto anche a chi siede sulle poltrone,
di ogni erba il gusto confonde
come nel mare di acqua le onde!”

Mentre così declamava, sorrideva e ammiccava alla principessa, la quale aveva un così gran appetito che si divertì di fronte alla sfrontatezza gioiosa del giovane, che era anche allegro e piacevole. Mangiò tutto e le guance le si arrossarono di piacere e di calore.

Anche il re apprezzò sia la minestra sia la filastrocca e diede a Ulisse le chiavi della città, facendolo diventare primo cittadino e sposo della principessa.

La fantasiosa unione di verdure valicò pian piano i confini del regno, diffondendosi ovunque.

Il minestrone divenne in poco tempo –e ancora lo è- il piatto più popolare d’Italia, apprezzato dai nobili e dai popolani, dai giovani e dagli anziani, al mare e in montagna, in pianura e in campagna.

Da allora il minestrone compare su ogni tavola d’Italia, perché mescolanza sapiente di ortaggi d’ogni regione, di pazienza e di fantasia.

E il pane, l’olio e il vino?

Anch'essi sono ottimi; nascono e sono apprezzati in tutta Italia, anzi...in tutto il mondo!

...” Se cittadino vorrai diventare
e in buona salute vorrai restare,
di queste cose ti dovrai cibare!”

Questo fu il proclama affisso sulle porte della città, ad onore e ricordo di Ulisse e della sua ricetta.

	CLASSE	ATTIVITA'
<p>La presenza di un orto scolastico, adiacente all'edificio, permette una vasta gamma di attività, che vanno dall'osservazione dal punto di vista botanico o cromatico, al confronto tra le specie e/o riguardo ai tempi, alla riflessione sulle fasi della vita, sulle alleanze e/o interdipendenze... esperienze che agevolano la conoscenza di se stessi come singoli e nel rapporto con gli altri. Proprio per la valenza positiva di alcune esperienze formative proposte lo scorso anno solo in alcune classi e considerato che potrebbero essere estese a un numero maggiore di alunni si ripropongono, con le dovute varianti, alcune delle attività predisposte in passato. Nello specifico:</p>	1, 2, 3, 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta e catalogazione di semi • Osservazioni, disegno dal vero • Testi di diverso genere: descrizioni, poesie, filastrocche... • Le erbe aromatiche / ortaggi nella letteratura bibliografia su richiesta • Frutta e verdura nelle fiabe (Melina, Perina, Il fagiolo magico, Biancaneve, Cenerentola e la zucca, Raperonzolo, la rapa gigante, la principessa sul pisello, il pentolino magico, il cuoco prigioniero, zuppa di sasso anche in inglese...) bibliografia su richiesta • Ricette con verdure per realizzare pieghevoli o segnalibri • Frutta e verdura nell'arte Arcimboldo, Caravaggio... • Realizzazione di un erbario • Il pane/olio/miele dalla preistoria alle nostre tavole percorso interdisciplinare • Matematica: per fare un orto. Simulazioni di situazioni problematiche di compravendita, di insiemistica, di misurazione o di numerazione per i più piccoli • Storie di orto: i prodotti si raccontano e si presentano • Disegno simbolico: la classe come l'orto oppure i miei amici sotto forma di ortaggi • Parallelo: la mia crescita – la pianta • Le piante amiche (aiuto reciproco – rotazione delle colture) • Insetti amici dell'orto (pdv scientifico, grafico, costruzione con materiale di recupero)

La vera storia del minestrone -2011- Scuola Primaria Rossignoli- Nizza Monferrato-AT

Quando in Italia c'erano ancora re e regine, in un castello lussuoso viveva uno di loro, il più potente.

Aveva una reggia splendida, con stalle e parco, recinti e orto, giardini e serra...

Aveva anche un'unica figlia, bellissima ma sempre imbronciata e così, un giorno, decise che l'avrebbe data in sposa a chi le avesse fatto il regalo più bello, tale da scuoterla dal suo torpore e colorirle le guance smorte.

Avrebbe dato una settimana di tempo per trovare il regalo giusto.

Tutti i giovani principi si misero d'impegno per diventare i futuri re.

Trascorso il tempo assegnato, giunsero alla reggia e si misero in fila, uno dietro l'altro, ognuno col suo dono.

Uno aveva percorso le spiagge dalla Liguria alla Campania e vi aveva raccolte molte conchiglie; le aveva unite in un braccialetto grazioso, ma la principessa rimase imbronciata.

Un altro era stato in Toscana, e aveva faticosamente portato con sé un pezzo di marmo bianchissimo e levigato, più bello di una statua, ma il dono non fu apprezzato.

Un altro, che proveniva dal Lazio ed era un valente cacciatore, portò un carro colmo di selvaggina, ma la principessa inorridì all'idea che quei poveri uccelli e cerbiatti, lepri e cinghiali fossero stati uccisi per lei.

Un altro, che amava le montagne, arrivò con un cespo di candide e morbide stelle alpine, raccolte in Valle d'Aosta. La principessa le guardò, ma poiché non avevano profumo, non le apprezzò.

Il re cominciava ad essere preoccupato.

Venne poi un giovane principe di Sicilia, con una collana di rosso corallo. Era sicuro di vincere, infatti la principessa parve apprezzare il regalo, ma quando se lo mise al collo lo trovò pungente.

Venne la volta di un principe del Veneto, con un paniere colmo di anguille.

-Vedrete come sono squisite- disse.

La principessa annusò e arricciò il naso sprezzante:

-Non mi piacciono questi pesci che sembrano serpenti!-Disse indispettita.

Il re si strappava i capelli dalla preoccupazione.

Fu la volta del principe di Piemonte, che portò un pregiato tartufo, grande come un pugno. Sapeva del suo valore e sognava già di sposare la bella ma triste principessa, ma non fu accolto per niente.

La principessa, anzi, lo umiliò dicendogli che mai avrebbe accettato di sposarsi per ciò che sembrava una disgustosa zolla di terra.

Il principe di Liguria le donò la lavanda profumatissima, ma i fiori secondo la principessa erano troppo modesti; quello della Puglia le portò in regalo un trullo, ma la principessa lo considerò piccolo e scomodo per viverci.

Così, per un giorno intero, sfilarono davanti alla principessa i reali di ogni terra, alcuni sfrontati, altri teneri, altri ancora simpatici oppure altezzosi.

Nessuno le piacque.

Il re era esasperato.

Infine giunse un ragazzo di grandi occhi verdi e dalla pelle olivastra; si chiamava Ulisse perché la sua mamma, nel metterlo al mondo, aveva sognato per lui una vita avventurosa. Purtroppo il ragazzo era rimasto orfano giovane. Aveva girato il mondo in cerca di fortuna, fermandosi per caso nelle vicinanze del regno. Era bello, ma povero; aveva però una gran fantasia e era ottimista di carattere.

Il ragazzo, non possedendo nulla di prezioso, ma desiderando conoscere la principessa, aveva setacciato le campagne, raccogliendo tutte le erbe e gli ortaggi che trovava sulla sua strada.

Aveva riempito la sua cesta con bulbi di patate, una lucida melanzana, un verde cavolo e tenere fave, una carota croccante, una bianca cipolla, un sedano dalle foglie chiare, e poi verdi baccelli di piselli, rossi fagioli screziati, pomodorini fiammanti, certi zucchini ornati di fiori color del sole...Aveva inoltre aggiunto, alla sua cesta, profumati rosmarini, argentea salvia, odoroso basilico, fresca menta, timo fiorito, erba cipollina, carnosì spinaci, borragine dai fiori blu...In riva al mare aveva colto rami di olive gonfie di succo; in pianura bionde spighe di grano, di farro e di orzo; sulle colline, succosi grappoli d'uva...Era carico e sudato.

Giunse di fronte alla principessa che, dapprima incuriosita, poi stizzita per l'omaggio poco regale, divenne rossa di rabbia. Il re, nel vederle le guance colorite, si interessò al giovane che chiese di poter utilizzare la cucina.

Il permesso fu accordato, sotto lo sguardo ironico dei cuochi di corte, abituati a utilizzare ben altri ingredienti.

Una volta in cucina, il giovane mise tutte le verdure e le erbe in un gran pentolone e lo pose sul fuoco. Frantumò i chicchi di grano e ne fece una focaccia; spremette i grappoli di uva e ne ottenne un succo delizioso, schiacciò le olive e mise da parte il mosto dorato, l'olio, per condire la minestra.

La principessa intanto era furibonda per l'affronto subito, a suo parere, e girava e girava per la reggia, a lunghi passi, per sbollire l'ira. A furia di camminare le venne fame.

Ad un tratto sentì un profumo invitante: sapeva di campo e di giardino, di boschi e di orti, di erba e di sole... Insomma, di tutto ciò che sta all'aria aperta, e nel segreto del suolo.

Ma cos'era? Non lo aveva mai sentito.

Venne da lei la dama di compagnia, invitandola a raggiungere il re nella sala da pranzo, dove c'era una novità.

La principessa sentiva un certo languorino e non se lo fece ripetere.

Quale non fu la sua sorpresa nel vedere che, a tavola, c'erano grandi ciotole piene di una zuppa mai gustata, odorosa e fumante, condita con un filo d'olio, una larga sfoglia dorata e due calici colmi di succo rossastro. Sedette davanti al re suo padre, che guardò stupito quel piatto strano, che sprigionava profumi indescrivibili.

-Che cos'è, questa?-Disse il sovrano, indicando la zuppa.

Ulisse prontamente rispose, con un inchino:

“Si chiama minestrone,

rende forti come un leone,
sazia a meraviglia,
è profumato come la sua bella figlia;
è nato in un pentolone
ma è adatto anche a chi siede sulle poltrone,
di ogni erba il gusto confonde
come nel mare di acqua le onde!”

Mentre così declamava, sorrideva e ammiccava alla principessa, la quale aveva un così gran appetito che si divertì di fronte alla sfrontatezza gioiosa del giovane, che era anche allegro e piacevole. Mangiò tutto e le guance le si arrossarono di piacere e di calore.

Anche il re apprezzò sia la minestra sia la filastrocca e diede a Ulisse le chiavi della città, facendolo diventare primo cittadino e sposo della principessa.

La fantasiosa unione di verdure valicò pian piano i confini del regno, diffondendosi ovunque.

Il minestrone divenne in poco tempo –e ancora lo è- il piatto più popolare d’Italia, apprezzato dai nobili e dai popolani, dai giovani e dagli anziani, al mare e in montagna, in pianura e in campagna.

Da allora il minestrone compare su ogni tavola d’Italia, perché mescolanza sapiente di ortaggi d’ogni regione, di pazienza e di fantasia.

E il pane, l’olio e il vino?

Anch'essi sono ottimi; nascono e sono apprezzati in tutta Italia, anzi...in tutto il mondo!

...” Se cittadino vorrai diventare
e in buona salute vorrai restare,
di queste cose ti dovrai cibare!”

Questo fu il proclama affisso sulle porte della città, ad onore e ricordo di Ulisse e della sua ricetta.