



Cibo e religione: giro del mondo nella cucina della Settimana Santa



Il pesce è il re della cucina in tempo di Quaresima

Il "tempo di magro" è una tradizione del periodo pre pasquale, con usi e costumi nonostante le peculiarità tipiche di ogni Paese. Dal baccalà alle zuppe, passando per la tradizione greco-ortodossa. [Seguici anche su Facebook](#)

di JACOPO FONTANETO

Un tempo bisognava andarci piano e, sotto il regno di Carlo Magno, a trasgredire i **precetti del 'mangiar di magro' in tempo di Quaresima** si rischiava addirittura di finire al capestro. Lo scenario di oggi è del tutto diverso, ma il **'tempo del cibo' nella religione cristiana porta con sé miti, usi e consumi** che hanno condizionato con grande rilievo l'evoluzione della cucina della civiltà latino-cristiana: anche la Settimana Santa, in particolare, porta con sé usi, influenze e costumi di cucina di antichissima memoria. Che si rincorrono,

con le loro affinità e differenze, da una metà all'altra del mondo tra zuppe di legumi, ricette di baccalà e persino una nutrita tradizione dolciaria.

Il rapporto tra il cibo e il Cristianesimo, del resto, è strettissimo: è una religione, forse l'unica, che giunge a 'nutrirsi' del proprio Dio nella celebrazione eucaristica, con la transustanziazione del corpo di Cristo nel pane e nel vino e che vede proprio nell'Ultima Cena uno dei momenti più significativi. La **Quaresima**, che culmina ora nei giorni della Settimana Santa che precedono la Pasqua, è **solo uno dei numerosi momenti di astinenza e digiuno** che ricorrevano nel calendario liturgico, come le *quattro tempora* che cadevano ad ogni stagione e che saranno escluse dai precetti alimentari solo con il decreto *Paenitemini* di Paolo VI nel 1966: ad esse si lega, ad esempio, **l'invenzione del tempura**, oggi molto diffuso in Giappone ma che in realtà fu **introdotto, come necessità, dai primi missionari portoghesi** finiti sin laggiù con il nobile proposito di evangelizzare il Sol Levante. Di fronte alle 'necessità di calendario', furono loro a immettere (e a 'insegnare') questo semplice piatto 'adatto alle tempora', di verdure e pesci impastellati e fritti nell'olio: una forma di cottura che i giapponesi, fino ad allora, non conoscevano.



Zuppa di verdure

Condividi

Pane, polenta, zuppe, riso e, ovviamente, il pesce sono protagonisti della cucina quaresimale in Italia e nel mondo: le nostre cucine regionali reclamano, a buona ragione, il loro ruolo e ci si perde facilmente in un'abbondanza di preparazioni che, da un capo all'altro della penisola, adeguano i gusti al periodo: il **cappon magro ligure**, ad esempio, o **la frittata**

(di pasta) di Scammaro con capperi, pinoli, acciughe e olive, consuetudine della cucina partenopea legata alla Settimana Santa. Tipicamente piemontesi, invece, le lasagne di magro preparate con acciughe, formaggio e pepe. Sempre nel nord est, invece, è radicato l'uso della **polenta con l'aringa**, che nella casa contadina si era soliti appendere sopra il tavolo della mensa.

Non mancano i dolci, come i quaresimali liguri o fiorentini mentre, per la tradizione romano-papalina, basta rifarsi ai versi del poeta d'inizio Novecento Giggi Zanazzo: "In Quaresima pe' ddivuzione [...] se magneno li maritozzi, anzi c'è cchi è ttanto divoto pe' magnalli che a ccapo ar giorno se ne strozza nun se sa quanti". **Quella quaresimale è cucina di reinvenzione ma non solo:** ancor più, **costituisce uno scontro di simbologie** fra due modi di intendere la gastronomia, *di grasso* e *di magro*, che già nel XIII secolo ispirò il poemetto francese 'La bataille de Caresme et de Charnage', (La battaglia di Quaresima e Carnevale) dove le 'armate dei pesci' fronteggiano quelle delle carni.



Essiccazione di stoccafissi nelle Lofoten

Condividi

Nel Quattrocento grande fortuna ha il baccalà, pesce importato dal mercante-senatore veneziano Pietro Querini che nel gennaio 1432 fece fortunoso naufragio nell'arcipelago norvegese delle Lofoten, trovandosi di fronte a una lunga fila di 'stocchi' lasciati ad essiccare al sole dell'isola di Røst. Fiutato l'affare, darà avvio ad uno dei più fortunati commerci e a **un'autentica rivoluzione della cucina veneta e settentrionale**, favorita un secolo più tardi dal Concilio di Trento, che esalterà il consumo dello stoccafisso, a lungo conservabile e, anche per questo, accessibile anche al ceto popolare.

Il consumo del baccalà troverà **grande fortuna anche nella penisola iberica** e, di conseguenza, nelle colonie americane delle corone di Portogallo e Spagna, **dove le tradizioni gastronomiche della *Semana Santa* sono più radicate**: acqua, verdura, legumi e baccalà sotto sale sono gli elementi semplici del potaje de vigilia; altro piatto immancabile del periodo, i buñuelos de bacalao, mentre la tradizione dei dolci (molti di essi fritti) è altrettanto importante, e contempla pasos de rosquillas fritas de Semana Santa, pestiños, torrijas de vino, ecc. **In America Latina**, le tradizioni culinarie della Settimana Santa **si congiungono con gli elementi della cucina creola**.



Zuppa Fanesca

foto: AgenciaAndes

Condividi

Un'intercultura gastronomica che, in Ecuador, si riflette oggi in uno dei piatti nazionali, la '**zuppa Fanesca**', dove i dodici legumi e cereali utilizzati insieme alle zucche rappresentano gli Apostoli, insieme al baccalà cotto nel latte; altri piatti di questi giorni sono o sformato di patate (molo de papa) e i fichi con il formaggio (higo con queso). **In Argentina, si consuma un tipo particolare di empanada de pescado**, non con la tradizionale fattura a mezzaluna, ma più simile a una torta rustica: **si utilizza per lo più pesce d'acqua dolce**, ma non è bandito quello salato.

Altra tradizione legata alla Settimana Santa è quella del **baccalà alla Vizcaina**, per lo più in Guatemala: lo si prepara con capperi, olive, pomodoro cotto e frullato. Anche **la tradizione greco-ortodossa è intransigente**: nel periodo quaresimale **sono interdetti, oltre alla carne, anche elementi come latte, uova, olio, vino, alcolici e persino alcuni pesci** come cefalo, orata, spigola e dentice. Ma il 'ricettario di magro' non è meno vario e interessante: purè di

sesamo, *pites* di verdure dell'Epiro, zuppe di grano e il pane duro con legumi e **brodo sacro** (aghiozumo) diffuso nella zona inviolabile del Monte Athos, e ancora la **zuppa con teste e lische di pesci** (permessi) detta *kakavià*. Non mancano i dolci di mandorle e quelli di sesamo e semolino (*halvà*).



Nacque nel '600 il dibattito sull'opportunità o meno di consumare la cioccolata in periodo quaresimale

Condividi

Una trattazione a parte riguarda la cioccolata. Sul fatto che la stessa 'rompesse' o meno il digiuno quaresimale – e che la si dovesse intendere come cibo o bevanda – **si sviluppò nel Seicento un agguerrito dibattito teologico** che coinvolse vecchio e nuovo mondo: addirittura nel 1636 Antonio Leon de Pinaéolo ne affrontò la trattazione nel volume *'Questione morale se la cioccolata interrompa il digiuno'*. Vescovi, diplomatici, medici ed ecclesiastici ne dissertarono con veemenza e per molto tempo, come ricostruisce lo storico Claudio Balzaretto nel suo volume *'La Cioccolata cattolica'* (Edizioni Dehoniane). Ma questa è un'altra lunga (e ghiotta) storia.

Mi piace Piace a 13 mila persone. [Iscriviti](#) per vedere cosa piace ai tuoi amici.

© Riproduzione riservata

12 aprile 2017