

IL GUSTO

I PIACERI DEL GUSTO

LE STORIE

VIAGGI DI GUSTO

VINI E SPIRITI

INGREDIENTI DI GUSTO

I VIDEO

CHI SIAMO

Giro del mondo nella cucina della Settimana Santa

Jacopo Fontaneto



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 che si ripetono nonostante le peculiarità tipiche di ogni Paese

14 Aprile 2022 alle 06:11

3 minuti di lettura

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**

M&B MODA E BEAUTY



The pink revolution, il rosa si prende la scena. Anche nel guardaroba di lui

DI SOFIA GNOLI



Leggi anche



A cena in macelleria: le 10 migliori botteghe con cucina in cui mangiare in Italia

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

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'



Agriturismo sì, ma stellato: un luogo unico tra le montagne della Valtellina



Bistrot, lusso e tanta cucina italiana: l'eterogenea ristorazione di Monte Carlo

IL GUSTO



Vinality, sulla ripartenza pesano le incertezze geopolitiche

DAL NOSTRO INVIATO MAURIZIO TROPEANO

Vermentino di Gallura, Carlo Bonomi compra la storica azienda sarda Capichera

DI SANDRA RICCIO

Roma, a San Lorenzo riapre la storica trattoria Pommodoro

DI STEFANO PETRELLA

La birra più amata in Ucraina arriva in Italia per solidarietà

DI LARA DE LUNA

[leggi tutte le notizie di Il Gusto >](#)

divuzione [...] se magneno li maritazzi, 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

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. **LA STAMPA**

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

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 lisce 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

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.

Argomenti

[Ricette](#)[Cucina internazionale](#)[I piaceri del Gusto](#)