

Primavera 2009

**Di cavoli, di rape, di aglio e di altre cosucce....
del prof. Antonio Todaro**

1 Sulla soglia

Parlare di erbe e soprattutto di cibi, può indurre un istintivo atteggiamento di rilassante simpatia, quasi di una soffusa vivacità; è come se il nostro inconscio, ritrovi in un attimo piacevoli, struggenti percezioni, vecchie di secoli e millenni. Parlare di erbe e di cibo equivale anche ritagliare uno spazio certamente sereno, gratificante e persino festoso, poiché le erbe sono un elemento essenziale della nostra tavola, un componente essenziale della nostra alimentazione, così come del nostro quotidiano sistema di vita, della nostra religione, del nostro patrimonio genetico. Parlare di erbe è quindi appagante. Il che non significa, che lo sia sempre. Io ad esempio ora provo, nell'accingermi a farlo, un senso di inquietudine e di incertezza. E questo perché un discorso sulle erbe e sui cibi a loro correlati finisce prima per coinvolgere un tale insieme di problemi, che qui si potranno solo sfiorare, e poi perché a me è stato affidato un compito che interseca tante e tali discipline che per chi vi parla, che non è un esperto di molteplici tematiche coinvolte, necessiterebbe di una ampia sedimentazione di conoscenze storiche, etnografiche, botaniche, gastronomiche di cui spesso non possiedo l'esatta precisione delle coordinate. Perciò, come può accadere a un turista frettoloso che riesca a percepire nel paesaggio certi piccoli particolari che, inspiegabilmente, sembrano sfuggire a chi vi abita e a chi frequenta assiduamente un determinato luogo, cercherò di sfruttare al massimo questa personale manchevolezza e, se proprio non dovessi riuscire nel mio intento, faccio appello a quella istintiva simpatia, insita nella tematica del discorso a cui, non casualmente, mi richiamavo all'inizio.

Mi torna in mente ora un sussidiario scolastico, usato nelle scuole elementari degli anni quaranta. Nelle pagine riservate alle letture di storia, accanto all'inquietante immagine di una sommossa popolare, era riportato un brano, che successivamente seppi essere stato scritto, da Gaetano Salvemini, dal titolo: "*Le condizioni dei contadini in Italia*". Alla fine si leggeva: "*Bastava un cattivo raccolto per obbligarli a mangiare l'erba come montoni e crepare come mosche*". Ogni volta che lo leggevo, la fantasia mi suggeriva alcuni contadini chini, con il loro carico di sofferenza e di fatica, a brucare i prati come vedevo fare alle mucche e alle capre di mio nonno. Allora non riuscivo a collegare quelle erbe con le tenere foglie che mia madre spesso andava a raccogliere, ripetendo un rito suggeritole da quella sapienza contadina che tuttora si cela dietro l'umiltà delle pratiche quotidiane e che, nel tempo, ha finito per qualificare scientificamente una cultura povera. Ricordo che mia madre raccoglieva le foglie della malva (*Malva sylvestris* L.), del radicchio selvatico (*Cichorium intybus* L.), dell'erba brusca (*Rumex acetosa* L.; *Rumex crispus* L.), del dente di leone (*Taraxacum officinale* Weber), dei carletti (*Silene vulgaris* L.; *Silene dioica*; *Silene*

alba), del centocchio (*Stellaria media* Vill.), del crescione (*Nasturtium officinale* R.Br.), del farinello (*Chenopodium album*), della pimpinella (*Sanguisorba officinalis* L.), della rucola (*Eruca sativa* L.; *Diplotaxis tenuifolia* DC.; *Diplotaxis eruroides* DC), dei teneri germogli di luppolo (*Humulus lupulus* L.), della vite nera (*Tamus communis* L.), dell'ortica (*Urtica dioica* L.), del pungitopo (*Ruscus aculeatus* L.), della radice del raperonzolo (*Campanula rapunculus* L.), della barba di becco (*Tragopogon pratensis*), della della margherita (*Bellis perennis*) e di tante altre erbe spontanee.

Erano le stesse erbe che un cronista, nel 1484, osservava venire raccolte in un campo di sua proprietà da parte di una quarantina di donne e ragazzi “*li quali coivano roxe, romexe, pancuario, foie de navon ... et ogni coxa insieme coivano con un pocho d’olio o grasso et axé, acqua in la padella e sal, e de questo ne magnavano*”. Per non dire, poi, della *enumeratio* di erbaggi padovani ricordati nella *Prima oratione* di Angelo Beolco detto Ruzzante (XVI secolo): “*Verze, verzotti, cappuzzi, erbete, latughe, parasimboli, radicio, ceole, scalogna, agio, puori, colombari, zuche, pastenagie, carote, bisi, rave, ravanegi, le roe (che) fa more, i spini nigri (che) fa brumbiuoli e i bianchi srbogiaculi.*” Erano erbe che le nostre donne di campagna continuarono per secoli a cogliere per assortire insalate crude e per mettere insieme una minestra o un piatto di verdure lesse. Quasi certamente erano le stesse erbe che, continuarono a raccogliere le tante donne che, con il loro ripetitivo andare avanti e indietro tra i prati incolti, lungo i filari e lungo le straducce di fango pietrificato, finirono per ricordare una storia antica, densa di particolari e di immagini quasi pittoresche nei loro tratti umani fatti di abitudini e di confidenze. E di fedeltà quotidiana come uno dei tanti anonimi rituali contadini che ci appartengono e a cui noi apparteniamo. E che interpretano e gonfiano di significati ogni momento.

Mi raccontava, qualche anno fa una donna che abitava sui Colli Euganei questa storia.

Dal nastro n. 12, Riti di vita

“ Sul finire dell’inverno, quando si avvicinava qualche giorno di vigilia, mia nonna prendeva un secchio grande e andava verso i campi, lungo gli argini e anche verso la boschetta di robinie dove, diceva, c’erano le prime erbe. Quando tornava a casa l’aspettava una mezza giornata di lavoro per separare e ripulire tutto quello che aveva raccolto. Poi allineava le erbe sul tavolo e le separava, perché c’erano delle erbe che lessavano prima e altre dopo e bisognava che nel cuocerle non si sfacessero del tutto, perché poi le erbe dovevano bollire ancora, e insieme ci metteva anche qualche foglia di verza e di cavolo e in più i fagioli che aveva messo a bagno la sera prima. Mia nonna faceva volentieri la zuppa ma diceva sempre di non darle fretta perché per farla bene la doveva mettere sul fornello e a fuoco basso, con poco carbone, e con qualche sventolata ogni tanto, perché se l’acqua si metteva a sgocciolare fuori per il troppo bollire, il buono se ne sarebbe andato via e la zuppa avrebbe saputo di niente e a rovinare quella grazia di Dio c’era da andare in purgatorio. Qualche volta ci versava anche alcune manciate di farina gialla e poi girava e rigirava l’intruglio con il mestolo e l’olio di gomito. Alla fine veniva fuori

una specie di crema che si mangiava con il cucchiaino. Mio nonno la mangiava con il pane che allora si cuoceva in casa. Quello che avanzava, si rassodava spontaneamente e mia nonna, la mattina dopo, lo tagliava a fette, lo riscaldava o l'abbrustoliva sulla pietra del focolare e poi lo portava a mio nonno e a mio papà che lavoravano nei campi, ancora caldo, avvolto in un canovaccio di bucato. La sua morte migliore, diceva mio nonno, era quella di intingerlo nel sughetto del baccalà al pomodoro che cucinava mia nonna. Mio papà diceva che era buono anche se era riscaldato sulla graticola che la sera prima era stata usata per cuocere il salame o una braciola ai ferri”

Montericco, 1957 aprile, Giustina anni 63, casalinga

Erano usanze che si identificavano con un piatto povero, estremamente gradevole il cui sapore mutava e si rinnovava al variare delle proporzioni fra le piante utilizzate. Appartiene a una minuscola tessera di quel grande mosaico che continua a raccontare di un mondo contadino inchiodato alla sua zolla e di un insieme di rituali, impregnati di credenze pagane, che hanno contribuito ad arricchire un'eredità diventata grande non solo perché in tanti l'hanno frequentata, ma perché ha aiutato a sperare nella vita anche in tempi in cui di umano c'era ben poco. Su questo sfondo, in filigrana, appare la figura del prof. G. G. **Lorenzoni** che in un convegno internazionale (*Simposio internazionale di agroecologia e conservazione nei paesi temperati e tropicali*), organizzato presso l'Università di Padova da Maurizio Guido Paoletti e dallo stesso Giovanni Giorgio Lorenzoni, nel 1990, presentava il **Pistic**, una tradizionale ricetta friulana dalle antiche origini, forse addirittura celtiche. Occorrevano **quarantadue** specie diverse per ricreare quel magico sapore che sapeva di boschi, di prati sfalciati, di campi coltivati e di luoghi vicini alle abitazioni.

Le piante del Pistic erano: *Aposeris fetida*, erba fetida; *Aruncus dioicus* (barba di capra); *Campanula trachelium* (Campanula a foglia di ortica), *Capsella bursa pastoris* (borsa del pastore); *Cardamine flexuosa* (Billeri flessuososo); *Cardamine hirsuta* (billeri), *Cardaminopsis talleri* (arabetta) ; *Carum carvi* (comino), *Chenopodium album* (farinello), *Chenopodium polyspermum* (bieta grappolosa), *Clematis vitalba* (vitalba), *Crepis setosa* (radichella cotonosa), *Fragraria vesca* (fragola), *Gallium aristatum* (caglio), *Gallium mollugo* (caglio bianco), *Lamium purpureum* (lamio rosso), *Leontodon leysseri* (dente di cane), *Leucanthemum vulgare* (margherita), *Myosotis arvensis* (nontiscordardimé), *Ornithogalum pyrenaicum* (cipollaccio), *Oxalis acetosella* (acetosella), *Phyteuma spicatum* (raponzolo), *Plantago lanceolata* (lingua di cane), *Plantago media* (piantaggine pelosa), *Plantago major* (piantaggine maggiore), *Polygonum persicaria* (erba madonna), *Primula acaulis* (primula), *Ranunculus ficaria* (favagello), *Ranunculus repens* (crescione selvatico), *Rubus ulmifolius* (rovo), *Rumex acetosa* (acetosa), *Rumex obtusifolius* (romice dei prati), *Silene alba* (silene bianca), *Silene dioica* (gittaione rosso), *Silene vulgaris* (strigoli, bubboli), *Sonchus oleraceus* crespino, cicerbita), *Stellaria media* (centocchio), *Tamus communis* (vite nera, uva tamina), *Tarxacum officinale* (dente di leone), *Tragopogon pratensis* (berba di becco), *Urtica dioica* (ortica), *Viola mirabilis* (viola mirabile)

Era una zuppa vegetale che veniva preparata nella stagione primaverile esclusivamente con erbe spontanee e cui, *in loco*, si attribuiva un effetto rinfrescante e depurativo. In quell'occasione, un cuoco friulano aveva proposto la seguente ricetta. Ingredienti per 4 persone. Kg 1 , 5 di erbe di tutte le specie indicate; 2 cucchiaini di olio d'oliva; 50 g di burro; 1 spicchio d'aglio; ½ cipolla; 1 bicchiere di acqua di cottura.

Lavare con cura le erbe; lessarle tutte insieme con poca acqua e scolarle conservando però un bicchiere d'acqua di cottura: In un tegame metter l'olio di oliva, il burro, lo spicchio d'aglio e la cipolla e far soffriggere appena senza colorire. Aggiungere un po' dell'acqua di cottura: salare, pepare e lasciare insaporire per 20 minuti a fuoco lento. Non far asciugare troppo e aggiungere, se necessario, altra acqua di cottura. E' un piatto nutriente da reggere come piatto singolo o come contorno a carne o pesce.

In altre aree contadine, l'uso di zuppe vegetali è una consuetudine tuttora presente e quello che le accomuna sono le rigorose, coerenti e fantasiose associazioni di erbe. In quei luoghi vi sono anche altre preparazioni culinarie a base di erbe spontanee: cotte bollite e condite con olio ed aceto, saltate in padella con aglio in olio o burro, frittate, o crude, in insalata.

Tutte riverberano l'eco di stagioni remote, di vite cariche di amore, di fatiche e di profumi di cibi condivisi. Ora testimoniano una cultura gastronomica del territorio quando la fame e le ansie della penuria avevano finito per aguzzare l'ingegno, affinare le abilità, moltiplicare le esperienze.

Sono **consuetudini** cariche di storia e di ritratti umani che sanno di antico, anche perché queste abitudini alimentari se ne stanno andando a poco a poco sostituite dai sapori standard dell'industria alimentare. Restano solo i ricordi che hanno in comune una storia, varia, articolata, contraddittoria e talora sorprendente; comunque vera da cima a fondo, anche se il fondo non ci sarà, perché tutte queste storie non terminano mai; trascorrono di tempo in tempo con i ricordi che si accavallano uno sull'altro, con i racconti che emergono dalla memoria pronta a suggerirne altri e con alcuni particolari che la roulette autobiografica riporta alla mente con immagini e sensazioni più o meno definite. Spesso sono episodi dell'infanzia che aiutano ad entrare in qualche modo dentro la vita di queste piante, sondarne i significati più profondi e i momenti più intimi, ossia la loro stagionalità, i loro ritmi annuali di crescita, il periodo di utilizzo, il miglior impiego. Certamente queste erbe, quando si raccoglievano, quando si preparavano, quando si consumavano erano un cibo contadino, semplice e spontaneo, offerto dalla vegetazione selvatica e inventato più che dal lusso e dal potere, dal bisogno e dalla povertà. E questo, in fondo, è il fascino di questa storia: scoprire e appropriarsi di come gli uomini, con il loro lavoro e con la loro fantasia, abbiano cercato di trasformare i morsi della fame e le ansie della penuria e della carestia in potenziali risorse di piacere. Ora quelle pietanze, oltre ad esser un indice della identità di quei contadini, diventano, al tempo stesso, uno strumento e un documento per capirla, esprimerla e comunicarla. Così come fabbricare e cuocere il pane, utilizzando bacche selvatiche o acini d'uva, mettere insieme una zuppa, aiutandosi con radici ed erbe dei fossati, testimoniano le difficoltà

della vita quotidiana, ma anche le risorse mentali di gente che, nei momenti di carestia, era riuscita ad elaborare una **gastronomia della fame** codificata da un insieme di usi collettivi che insegnano come era stata accettata la penuria e come vi avevano supplito aguzzando l'ingegno. Non solo. Tutti quei rituali così come *“ogni azione legata al cibo, anche la più semplice, portano con sé una storia ed esprimono una cultura”* (Montanari, 2004).

Ne è un esempio quanto è stato scritto, nel 1614, dal medico e naturalista **Costanzo Felici** ad Ulisse Aldrovandi, in seguito ad una sua richiesta, in una lunga lettera *“Sopra l'insalata e piante che vengono per cibo del' homo in qualunque modo in varie vivande”*. La lettera, soprattutto nella sua seconda redazione ampiamente riveduta ed estesa, si presenta come un vero e proprio monografia a metà tra un testo di botanica e un testo di cucina, che esprime bene lo spirito del tempo. *“Quali sono le piante utili per il cibo umano; “in quanta varietà si condiscono” e quali gli effetti fisiologici del loro impiego; “a che tempo si devono mangiare”... a questa e a tante altre domande a Felici è stato richiesto di rispondere, e il nostro medico-naturalista premette di trovarsi a dir poco in un labirinto, “perhò che l'herbe o le piante ... sonno infinite e li paesi molti e gl'huomini innumerabili e gli gusti diversi e le proprietà individuali molte”*: ragion per cui *“in un luoco piace una cosa che in un altro d'un'altra diversa si costuma per cibo, e parimente si vede che in un luoco una pianta è reputata per veneno, altrove poi è presa per cibo, et anchora vedemo che in un luoco nasce una sorte d'herba commestibile et in un altro paese poi un'altra che pur si magna da' paesani quale a noi è incognita, e poi ancora più particolarmente si vede che ad uno piace un'herba, l'altro la prohibisce e danna”* ... Venivano raccolte: *“Nel fine de l'inverno e principio della primavera, si suole dire per proverbio fra le donne che ogni herba verde fa nel'insalata, perhòchè vi misticano dentro molte piante senza nome overo pochissimo usitate...Prima alli piani raccolgono per le vigne una lattuchella silvestre, quale chiamano erba grassa...si usano oltra di questo gli costi integri della scabiosa giovinetta, detta stebe, se perhò è vero che sia tale quale a Rimini chiamano caselle. Similmente non lassano il gallitrichio, così detto volgarmente e schiareggia..”*. (Felici, 21). E si potrebbe continuare poiché il racconto continua ad elencare molte altre erbe: *agliarina, gallina grassa, coglioni di lupo, testicolo di volpe, millefoglio, cinquefolio, betonica, matricaria..e “e termina” se de molte harei da dire de quale hora non mi sovene, de quale fanno le loro misticanze secondo le fantasie degli uomini”*.

Quello che traspare da queste poche righe mostra come la conoscenza delle piante fosse il risultato di una **successione di eventi** in cui si intrecciano una lunga e assidua frequenza degli ambienti vegetali, un insieme di usi quotidiani, una conoscenza e un utilizzo di determinate risorse presenti in un preciso ambiente fisico, storico e sociale, una cultura delle erbe e una mentalità intrisa dalle tante sfaccettature di una cultura contadina in cui spiccavano le caratteristiche di umanità, di fantasia, di intraprendenza e di rispetto e di amore per la natura. Sullo sfondo si staglia la volontà di provare, sperimentare, conoscere, razionalizzare modelli di produzione e di consumo di erbe selvatiche e addomesticate, scanditi da dialoghi sospesi e labili intrecci tra dubbi e silenzi. In breve, prima che dai libri e dalla teoria, sembra dire

Felici, la cultura alimentare nasce dalla **conoscenza dell'ambiente naturale**, dalla frequentazione dei tanti, misteriosi sentieri erbosi percorsi nel territorio, dalle voci trattenute da uomini che lo avevano abitato, dall'accumulo di consuetudini e di dati, raccolti tra le pareti di case ancestrali e da attente verifiche. In breve, la lunga lettera che cela i fili di una trama intensa e vibrante che cattura con soffice intuizione un universo dove sullo sfondo delle erbe si rinserra un mondo denso di altre storie apparentemente lontane eppure straordinariamente vicine e affini che non ammettevano distrazioni. Nella sua lettera sull'insalata Costanzo Felici aggiungeva altre interessanti considerazioni. *“In che tempo ... con qual ordine si debba usare nelle tavole bisognerà ancora quivi vedere... ci sonno di quelli che indifferentemente l'usano (l'insalata) la sera e la mattina, che alcuna volta la mattina è laudata e principalmente a' tempi de digiuno e di magro e di quaresima, perché allora, moltiplicando assai gli humori grossi e viscosi nel stomaco generati da' cibi grossi che si mangiano ordinariamente a quei tempi, pigliando poi la mattina un poco de quel cibo decisivo si rimedia alla grossezza del'humore et al gusto del fastidio”*. Nel tempo, molte di quelle storie hanno finito per distendersi in tante direzioni e, nel loro insieme, hanno dato vita a una esperienza fortemente radicata in un contesto sociale ed economico che guardava agli spazi incolti come a luoghi di raccolta dei prodotti vegetali selvatici. Ragioni di povertà, si potrebbe dire. Ma non basta avere a disposizione tante erbe, **bisogna saperle usare** in modo adeguato, cioè è necessario possedere un insieme di conoscenze, di consuetudini e di tecniche perché qui sorge il problema di come l'uomo sia l'unico animale che non consuma il cibo come lo trova in natura ma, al contrario, lo modifica, lo trasforma a seconda delle sue esigenze, delle sue preferenze e del suo stile di vita. Tutto finisce per rinviare ad una composita identità locale, radicata su una rigorosa conoscenza delle piante, su un'economia di sussistenza le cui sorti si reggevano sull'abilità delle donne di casa, quotidianamente impegnate a gestire risorse assai limitate.

E ora l'attenzione si concentra sulla preparazione di questi cibi e si sposta verso l'interno delle abitazioni e delle cucine, ove spesso vi era un'**anziana madre**, che si esprimeva con il linguaggio del cibo che preparava. Era una presenza silenziosa che lavorava sempre. Di giorno, di sera, e anche di dopopranzo, quando la casa sembrava assopirsi, a volte mazzettando il bucato sotto il portico, a volte con l'ago e il filo e in un buio quasi pesto che non si sa come facesse a trovare la strada per l'ago e il filo, a volta rivolgendosi con fede a quel Dio che se ne stava lassù nel cielo. Una sorta di nume tutelare che da quelle mura, un giorno, se n'è andato, dopo esserne stato per lunghi anni l'anima e aver mormorato grappoli di suggerimenti e altrettanti di immagini che prima di allora stavano oltre l'orizzonte.

Sono realtà che continuano a suggerire l'esile trama di un minuscolo passato che tuttora rende l'idea di un'epoca, dell'ambiente, della geografia, ma anche del legame, della prudente sapienza, del garbato senso del decoro, del sentirsi famiglia all'interno di uno spazio sacro quale era quello della casa che apparteneva a un mondo che non c'è più. E' all'interno di quei confini domestici che ogni donna aveva i suoi segreti, le sue preghiere, i suoi gesti, la sua memoria che aveva ereditato e che ora ripeteva trattenendo l'eco di altre memorie, di altri tempi, di altri destini e li integrava con i

propri. In ogni cucina vi era il **luogo del fuoco** in cui venivano quotidianamente ribaditi i ruoli e suggeriti, di voce in voce, i saperi alimentari, magici, terapeutici. E lì era anche il fuoco che irradiava la luce, rischiareva le notti invernali, emanava il calore, cucinava il cibo, elaborava strategie per allontanare le oscure presenze di diavoli, streghe, fantasmi, bruciava, con intenti propiziatori, le foglie di olivo benedetto la domenica delle Palme, per allontanare la grandine, le malattie, il malocchio e ne conservava la cenere, in parte quale talismano personale o casalingo, in parte per spargerla sui campi a protezione dei raccolti. Ed era lì fra quelle semplici cose che ogni madre suggeriva alla figlia, con metodo, tenacia e a volte quasi con accanimento, il filo conduttore che nella vita l'avrebbe portata ad immedesimarsi nella sua futura famiglia, a raccogliere la cenere che aveva la proprietà di liberare la casa da ogni male; a "Non fare mai el passo pì lungo de la gamba" e a "Metti da parte ogni giorno qualcosa e te la ritroverai quando ne avrai necessità".

Ne esce un grande **affresco familiare** e sociale ricco di ritratti umani e di evocazioni di eventi, significativi e insignificanti. E, all'interno risuona la voce del passato "*dove ogni pietra parla e non si sta ad ascoltarla*" (Luzi); e vi sta anche la trama di vecchie amicizie e parentele, diffuse nella quotidianità della cronaca minuta, gli inattesi vincoli di solidarietà, i moti di umana pietà, il tarlo sottile della nostalgia, la malinconia che accompagna l'intreccio di vite succedute, di nomi destinati ad essere dapprima conservati nella memoria, poi a sfuocarsi e infine a perdersi.

Sullo sfondo stanno sempre i prodotti dei campi e le erbe selvatiche che un'attenta madre indicava alla figlia sostanzialmente solo per via orale, quasi fossero parabole evangeliche, per farli diventare cibi. Quella era la sua eredità, la sua "**grammatica del cibo**", in cui si intravede un *lessico* nel repertorio dei prodotti, una *morfologia* nei modi di elaborazione dei prodotti, una *sintassi*, nella successione delle portate all'interno del desinare, e persino una sua *retorica* nel modo in cui il cibo veniva elaborato, allestito, servito e consumato. Ora anche quelle erbe inducono a percepire le voci di un mondo ricco di appartate attenzioni, di desideri sospesi sul filo dei sentimenti, di silenzi, che misteriosamente unendosi ad altri silenzi, altre suggestioni, altre realtà, tornano a narrare l'umiltà di antichi gesti, distesi in un continuo andirivieni tra chi li raccontava, che li ascoltava e chi ora li lega al tempo e a quel lato umano della vita fino a comprendere le radici e le ragioni di una cultura alimentare locale. In più svelano un archivio di subalternità, di fatiche, di modi di dire, di consuetudini, di strumenti inventati, di esperienze, di saggezza, diffuso in una lunga intimità di solitudini che si trasformavano in nostalgie, inquietudini, disagi, rassegnazione, affetti trattenuti, amori inutilmente attesi, pratiche messe in atto per curare sé stessi, la propria famiglia, i propri animali. Perché uomini ed erbe appartenevano alla stessa sfera esistenziale e venivano ovviamente nutriti e curati con le stesse erbe e con lo stesso sistema terapeutico.

Va da sé che ogni minimo racconto si soffermi davanti a dettagli pacati che emergono da un passato dai contorni sfumati e che continuano a suggerire un insieme di piccoli gesti, di piccole cose, di piccole erbe in grado di indurre verso cibi popolari dai labili contorni, e con scambi e creazioni di tratti inediti, fatti di erbe spontanee, suggerite da un'oralità popolare, che ha tramandato *cibi e medicine* sotto forma di brodi, di

minestre, di infusi, di decotti. Qualcuno è sempre più propenso oggi a parlare di “*cibi-medicina*” o, come si usa dire oltreoceano “*medicinal foods*” dove risulta assai arduo distinguere l’uso terapeutico che veniva fatto di una data erba dalla sua utilizzazione a fini alimentari. Così accade che lo studio dei fenomeni alimentari legati alla raccolta delle erbe ed alla loro preparazione culinaria, chiami in causa concetti quale salute e malattia, che orientano ad andare oltre la voce della gastronomia.

Sono come i fili di un lungo racconto da cui affiora una trama intensa e vibrante che cattura con soffice intuizione un universo dove sullo sfondo delle erbe si agita un mondo denso di altre storie apparentemente lontane eppure straordinariamente vicine e affini, che inducono ad andare oltre per ritrovare storie che cominciano e altre che durano sempre anche se tutte hanno bisogno di un inizio e di una fine..

Attualmente queste piante spontanee (e talora anche quelle coltivate) non sono più completamente in uso. **Qualcuna è ricordata** nelle pratiche di automedicazione quotidiana, altre, anche in campo veterinario, in certi luoghi appartati e talora lontani dai centri abitati. Restano alcune tradizioni quale l’uso del “*vin brulé*”, con zucchero, cannella, chiodi di garofano, fettine di mele, cui talora, si aggiungeva caffè caldo, per curare raffreddori e disturbi dell’apparato respiratorio; e ancora gli impacchi di acqua e aceto contro il mal di testa; gli infusi di camomilla (*Matricaria camomilla*) per curare la congiuntivite.

Nella memoria restano anche i ricordi dell’aglio (*Allium sativum*), specialmente se raccolto tra la festa di S. Giovanni (24 giugno) e la festa di San Pietro (29 giugno) con cui si confezionavano delle collane da appendere alla testiera del letto, al collo dei bambini per cacciare i vermi che alloggiavano nell’intestino e che veniva utilizzato caldo o almeno tiepido come un valido rimedio contro la tigna e la scabbia (Arquà Petrarca, 1962; 1967). Era il periodo in cui si raccoglievano i frutti del noce (*Juglans regia*) con cui si preparava il nocino, un liquore stomachico e digestivo; i fiori della camomilla per gli effetti sedativi che le erano riconosciuti e per fugare i fantasmi della notte; la lavanda (*Lavandula* sp.pl.) da mettere nei cassetti della biancheria per tenere lontani i cattivi odori, i pidocchi, le tarme, il malocchio e coltivata vicino a piante da frutto per allontanare gli acari (Boccon 1959; Valsanzubio, 1967; Conche, 1968); l’assenzio (*Artemisia absinthium*), indicato contro il veleno dei funghi e il mal di denti, ma anche per rendere sicura la casa se appeso alla porta. Con i miscugli di queste erbe e l’aggiunta di petali di rosa si preparavano dei pacchettini per rendere inaccessibili il malocchio, l’invidia, le streghe, le fattucchiere (Valsanzubio, 1964; San Salvaro 1968, 1971). E ancora c’era la melissa (*Melissa officinalis*) per le proprietà sedative, il prezzemolo per far tornare la memoria; l’olio di oliva, addizionato a varie erbe, per curare le varici, i calli, la forfora; e sempre l’olio per curare la depressione: si versavano 7 gocce in una tazza o in un bicchiere e si aggiungevano 7 foglie di ulivo benedetto il giorno della festa delle Palme (7 come i giorni della settimana, 7 come i dolori). L’ammalato doveva guardare per 7 giorni, e sempre rigorosamente alla stessa ora (appena ci si svegliava, al tintinnio dell’Ave Maria della mattina, a metà mattina, a mezzogiorno, a metà pomeriggio, al tintinnio dell’Ave Maria della sera e prima di addormentarsi). L’ottavo

giorno, l'olio e le foglie venivano sepolte sottoterra e nel punto più lontano possibile dalla casa (Valle San Giorgio, 1972). Inoltre il malato non doveva per tutti gli otto giorni assumere alcool, tabacco e caffè; gli era consigliato di mangiare lentamente; di fare molte passeggiate e di cercare la compagnia di altre persone. Infine c'era la consuetudine di raccogliere l'erba sbusa (*Hypericum perforatum*), lo si faceva quando i fiori erano sbocciati, ma prima che iniziassero ad appassire. Poi veniva fatto bruciare sull'uscio di casa come "scacciadiavoli", si consigliava a chi soffriva di incubi di mettere una fonda sotto il cuscino e si maceravano i fiori nell'olio di oliva (l'**olio rosso**) che oltre alle riconosciute proprietà terapeutiche contro le piaghe e le scottature, si sommava l'inspiegabile efficacia di alleviare i fantasmi della malinconia.

Si racconta anche che nel giorno di **san Giovanni**, c'era la consuetudine scaramantica di mettere a dimora nei prati da fieno un ramo di salice (Montericco, 1959 e anche altre località della Bassa Padovana) e nel prato più vicino a casa un ramo più grosso sulla cui sommità si innestava un fiore di geranio che avrebbe continuato a fiorire fino ad agosto (Santa Margherita, 1997 e 2009).

Nel tempo, tutte queste storie hanno attraversato generazioni di vite nella certezza di fornire, come antidoto alla penuria, la fiducia in un tempo a venire. E questa fiducia ha aiutato non solo ad attendere il futuro, ma anche ad abitare il presente inventando un insieme di pratiche e di usi che fanno parte dell'etnobotanica dei ceti subalterni. E così finì che ci si ricordasse della Malva (*Malva silvestris*) molto usata come emolliente (Valle San Giorgio, 1963, 1972), dei semi di canapa che, posti su una pietra scaldata, venivano annusati per poter respirare meglio (Conche, 1966 e 1974), del rosmarino che purificava il sangue (Boccon, 1964 e altre località anche nella Bassa Padovana), dell'alloro che abbassava la pressione del sangue e delle cipolle cotte che mangiate con le acciughe curavano l'afonia (Montericco, 1959, 1966; Gorgo, 1967). Nella memoria resta anche il ricordo della sugna calda che posta tra due foglie di verza tiepide guariva la sciatica e la bronchite (Arquà Petrarca, 1961).

Tutto questo si raccontava nella Bassa Padovana e sui Colli Euganei, ove le foglie fresche della bardana (*Arctium lappa*), imbevute di aceto e sale, erano applicate sulle parti doloranti a causa di dolori reumatici (Teolo, 1967); con le foglie contuse, unite ad olio di oliva, si preparava un impacco da applicare sulle parti dolenti (Arquà Petrarca, 1959); nella cura del morbillo, si usava un cucchiaino del decotto di radici che, assunto oralmente ogni cinque minuti portava all'eruzione completa in poche ore e alla guarigione totale in tre o quattro giorni (San Lorenzo, 1965).

Sui Colli Euganei si riferisce che le foglie fresche della bardana (*Arctium lappa*), contuse e applicate sulle ulcere, le facevano scomparire rapidamente (Arquà Petrarca, 1961); il decotto della polpa delle radici e delle foglie, applicato sui foruncoli, li portava a maturazione (Valsanzibio, 1968); il decotto delle foglie, assunto oralmente come diuretico, antireumatico, antiartritico, antidiabetico e, nei cambi di stagione, unito a foglie di ortica (*Urtica* sp. pl.) e rizomi di gramigna, come depurativo (*Cynodon dactylon* L.), malva (*Malva sylvestris* L.) (Valle San Giorgio, 1968). L'Aneta de Baiocche (Arquà Petrarca, 1959-1963), una contadina guaritrice, riteneva la bardana (*Arctium lappa*) una sorta di panacea: nelle infezioni della psoriasi

consigliava di assumere oralmente il decotto della radice e di applicare sulla pelle la polpa fresca tritata fine; poneva, sulle parti affette da dolori reumatici, le foglie lasciate macerare per una notte in aceto e sale; con le stesse, contuse e immerse per un mese in olio di oliva, produceva un macerato che aveva un'azione cicatrizzante nella cura della crosta latteia dei neonati e della tigna (*Tinea* sp.); applicava con frizioni sul cuoio capelluto, il succo delle foglie fresche, poiché lo riteneva utile per stimolare un lento e progressivo accrescimento dei capelli. (Il marito e due suoi fratelli erano calvi!). In altre località euganee, si preparava, con i semi contusi del melograno (*Punica granatum*), uno sciroppo, che veniva usato come antidiarroico.

Chi scrive non ha più ritrovato, in una verifica svolta sul finire degli anni ottanta, molte consuetudini precedentemente riferite, quali l'uso del lattice biancastro di fico (*Ficus carica*), che veniva rilasciato dai frutti immaturi o dal picciolo delle foglie, ed era applicato, a scopo caustico, sui calli e sui porri e per facilitarne il distacco, dopo che ogni poro era stato legato, alla base, con un capello. La tradizione prevedeva che le foglie, da cui era estratto il lattice, venissero gettate lontano dai luoghi dell'abitazione, altrimenti il porro o la verruca sarebbe ricresciuta (Gorgo, Ronchi e altre località, anche sui Colli Euganei).

Resta il ricordo di alcune grappe medicinali preparate in casa e alla chetichella ricorrendo all'iperico, per la sua azione sedativa, alle coccole del ginepro per l'azione diuretica e anticatarrale, alla melissa per l'azione sedativa, alle giuggiole per l'azione digestiva..

Non rimane nemmeno il ricordo delle abitudini di adoperare la muffa della crosta di formaggio da grattugiare (Montericco, 1958) e della parte esterna del salame da stendere sulle ferite come antisettico (Valle San Giorgio, 1969); il decotto della corteccia del frutto del melograno (*Punica granatum*) per cacciare il verme solitario, da usare con prudenza poiché vi erano contenuti alcuni principi attivi tossici (Faedo, 1961); il decotto delle castagne lesse (Valsanzibio, 1966) in cui si immergevano le parti affette da geloni per un periodo indeterminato e comunque pari almeno a tre *Pater, Ave* e *Gloria* (pratiche che si usavano anche in altri contesti agricoli quali Civitella Alfedena, Castelluccio di Norcia, Palmi); l'infuso blu delle bacche della belladonna (*Atropa belladonna*) usata da una mamma, prima che le donne iniziassero a partorissero (Vallonga, 1968); il cataplasma dei semi neri di giusquiamo (*Hyoscyamus niger*) da stendere sulla mammella di una mamma che non riusciva ad allattare il proprio figlio (Arquà Petrarca, 1966); la radice bollita della felce maschio (*Dryopteris filix-mas*) per allontanare la tenia (Valle San Giorgio, 1966), e dell'aceto e della grappa azzurra (Arquà Petrarca, 1959 e altre località euganee), che veniva regalata come buon augurio sul finire di ogni anno a chi in paese contava (il sacerdote, il medico, il farmacista, l'ostetrica), e a chi aveva fatto qualche buona azione nei confronti della famiglia (maestra delle scuole elementari) e "a chi che non se sa mai... (l'impiegato comunale)" .

Vagamente, fino ad una ventina di anni fa, veniva ricordata la preparazione di un dolce ipercalorico con fichi (*Ficus carica*), uvetta (*Vitis vinifera*), noci (*Juglans regia*), semi di finocchio (*Foeniculum vulgare*), mandorle (*Prunus amygdalus*), scorza di limoni, miele e vino bianco (Valnogaredo, 1969). Rimane il ricordo

personale dei fichi bianchi aperti, seccati al sole e ripieni di mandorle. E sono ancora vivi i ricordi di fichi che, alternati a una foglia di alloro, venivano infilzati da un filo di spago a formare delle corone e di un dolce di giuggiole che si confezionava unendo le giuggiole, fichi, mandorle, noci, nocciole, miele e vino bianco. E ancora le foglie della malva (*Malva silvestris*), fresche o lessate, che, messe a contatto con le parti gonfie e avvolte con una benda, ne facilitavano il riassorbimento (San Salvaro, 1968); le foglie contuse, applicate sulle ferite fresche e sulle punture degli insetti (Conche, 1967); l'infuso delle foglie fresche per sedare i bruciori di stomaco; cotte nell'acqua e condite con l'olio contro la stitichezza; cotte nel vino e con l'aggiunta di un po' di miele, da assumere oralmente come rimedio contro sinusiti, laringiti, bronchiti, o come gargarismo nelle irritazioni del cavo orale (Valle San Giorgio, 1971),

Dalle voci di quel mondo, ove ora i rumori e il tempo hanno zittito il ricordo, e da quelle "erbacce" campestri, il passato torna a mormorare e da quel brusio le parole sono diventate immagini di un istante che veniva catturato e rimaneva, riproducendo nel tempo momenti di una vita trascorsa. Così si è andato sempre più delineando l'intenso legame che da sempre aveva unito piante, uomini e animali, all'interno di un contesto naturale e storico culturale. Analizzando quelle tradizioni, il parlare quotidiano e l'uso delle piante con finalità etnografiche, il personale interesse botanico-tassonomico è stato superato per ricercare e curiosare tra gli usi di quelle specie spontanee *storie di uomini e di erbe* delle nostre campagne, vecchie di millenni. Sono storie semplici, che gettano lunghissime ombre, che ci oltrepassano e che con il loro dire conducono dentro quelle vite e quel passato, stretto tra le coordinate del ciclo della vita e del ciclo dell'anno. Spesso sono state colte *in situ* dalla viva voce di uomini che avevano vissuto la loro "etnicità" frequentando questi "cibi-medicina" e ora risulta arduo e improbabile separare le pratiche alimentari dalle pratiche terapeutiche.

Per indicare questa complessa e variegata realtà, nel 1767, Giovanni Targioni-Tozzetti, botanico toscano, coniò il termine **alimurgia** (dal greco *àlimos* = che calma la fame, sul modello di chirurgia, liturgia, ecc, oppure dal latino *alimenta urgentia*).

Al centro di questo stile di vita, stavano i nostri contadini, taciturni e impenetrabili; le mani incrostate di terra e terra sui visi, sulle camicie stracciate, sui piedi nudi, sul viso rugoso come una mela avizzita, incartapecorito dal sole, segnato dalla fatica, dalla fame, dalla loro sapienza e consapevolezza. Visi che tutti insieme sono una sorta di diario di un tempo diventato memoria oppure una carta geografica dell'anima, raccontata nei tratti del volto diventati essenziali nella loro immobilità. E così, incontri, immagini, ricordi stanno dentro quelle cose che ci attorniano con il cuore e il peso delle proprie opinioni, della propria cultura, dell'etica del testimone. Si potrebbe immaginare che in quel mondo **erbe, bestie e uomini** rappresentassero **i tre lati di un grande triangolo equilatero** con uomini, erbe e animali uniti tra loro da molteplici linee tese ad unire una fitta rete farmacologica ed alimentare che da queste parti ha sempre interagito in modo unico ed irripetibile mettendo insieme esperienze e saperi diversi.

Mi viene in mente un episodio narrato nelle “*Vitae Patrum*” (Le vite dei Padri) scritte agli inizi del Medioevo. Vi si narra di un anacoreta, un religioso solitario che si era ritirato in una zona desertica nella regione di *Syenes*, in Siria, con il fermo proposito di praticare il digiuno e di dedicarsi alla preghiera e alla meditazione. Quanto al cibo, come era consuetudine degli anacoreti, si sarebbe accontentato delle erbe e delle radici spontanee che gli venivano offerte dall’ambiente: *herbis, herbarumque radicibus, di sapore praedulci ... et eximii*. Senonché il nostro anacoreta non sapeva ben distinguere le erbe buone da quelle cattive (*ignarus germini erigendi, nociva plerumque carpebat*). In effetti non era semplice discernere la natura delle erbe e delle radici dal suo sapore, anche perché forse tutte erano ugualmente gradevoli. La conseguenza fu che l’eremita venne colto da *immensis doloribus* e da conati di vomito; in breve cominciarono a mancargli anche le forze e, *stomacho iam fatiscente*, la sua stessa energia vitale prese a dissolversi. Cominciò allora a guardare con timore tutte le erbe che gli stavano di fronte e non ebbe più il coraggio di assaggiarne alcuna. Ma ecco che, dopo sette giorni di digiuno, gli si avvicinò una capra selvatica (*fera cui ibicis est nomen*), prese il fascio di erbe che l’eremita aveva raccolto e che da giorni non osava più toccare, e cominciò a separare con la bocca le piante velenose da quelle buone. In tal modo il sant’uomo imparò ciò che poteva mangiare (*quid edere*) e ciò che doveva rifiutare (*quid respuere deberet*), e riuscì ad evitare la fame e le sostanze tossiche (*venena herbarum*) senza incorrere nella morte per avvelenamento. (*Vitae Patrum*, c.822; Montanari, 1990)

Andando oltre il racconto vagamente miracolistico, l’episodio ci suggerisce come l’uso alimentare delle piante richieda un **preciso addestramento**, una “cultura” che può venire solo conoscendo le erbe “incolte” presenti nel territorio e appropriandosi delle informazioni che si possono raccogliere da parte di coloro che erano vissuti dentro quelle storie, le avevano ricevute in eredità dal loro passato, le avevano frequentate e le avevano indicate con un lessico che assegnava nomi in base anche ad alcune caratteristiche per lo più soggettive. La **salvia**, ad esempio, poteva essere ritenuta efficace nelle malattie della bocca perché le sue foglie avevano una forma simile a quella delle papille gustative. Allo stesso modo, i **funghi**, che in virtù della loro forma gallica, potevano rinviare all’idea di potenza e di fertilità. Attraverso analoghi processi mentali, molti altri alimenti di uso comune, erano ritenuti in grado di sviluppare caratteri negativi, velenosi o di scarsa digeribilità (legumi, noce,..) e perciò erano avvicinati al mondo delle streghe e del malocchio. Talora si riconoscevano basandosi su dei segni naturali in cui si poteva leggere una corrispondenza tra la **somiglianza della forma** con quelle degli organi del corpo umano.

Similia similibus curantur, era uno dei principi di questo tipo di classificazione “magica” che si attribuiva al mondo naturale, in generale, e a quello vegetale, in particolare. Ovvio quindi che la celidonia (*Chelidonium majus*) gialla curasse l’itterizia, la linfa rossa delle barbabietole o il vino rosso infondesse vigore al corpo, la noce (*Juglans regia*) aiutasse a curare i disturbi del sistema nervoso e del cervello, il salice (*Salix* sp.pl.), per la sua resistenza all’umidità, venisse ritenuto una panacea per sedare i dolori reumatici. Era un sapere complesso, intrigante e inquietante, carico

di significati mistici (*in verbis et in herbis et in lapidibus sunt virtutes*) e di credenze acquisite in modo empirico e tradizionale, a lungo tempo gelosamente conservate nella memoria storica dei vecchi contadini che cercavano di intercettare l'invisibile per carpire, con l'astuzia, le arcane essenze naturali, cariche di proprietà salutifere, per esorcizzare un futuro quanto mai labile e incerto e addomesticare, in qualche modo, il tempo.

Dentro quei nomi, le scarse descrizioni, i ricordi appiccicati alla testa, al cuore e sotto la pelle, stanno le tante voci diverse, ma è come se fosse una soltanto, che parla sommessa e che il crescente oblio delle tradizioni e dei costumi popolari ha irrimediabilmente disperso. **E così si è finito per scordare** una gran parte di quelle erbe che appartenevano a un sistema di vita che vedeva il misterioso mondo delle specie vegetali, umili e "rusticane", affiancarsi all'uomo e agli animali.

Erano erbe che avrebbero potuto condurci a ritrovare il senso perduto di un ambiente e la memoria di un mondo contadino, che conosceva solo la legge della fatica, del risparmio feroce, della sempre incombente minaccia del peggio, della testa tenuta china per non farsi notare. Tutte hanno goduto di una fama incondizionata, hanno suscitato anche entusiasmi e speranze quasi che in qualcuna potesse celarsi la chiave per conservare una perfetta salute. Tutte hanno finito per suggerire sensazioni che si possono intuire ancor oggi, in quelle puntiformi case abbandonate a giornate tutte uguali, ad atmosfere solidali e a malinconici luoghi in cui nonostante la povertà materiale, desinare rappresentava un importante fatto sociale, culturale, rituale, legato intimamente ai percorsi ciclici del tempo delle stagioni e del tempo dell'uomo. Mai, come in quei luoghi, le erbe "*bone e odorose*" si sono rivelate una **seconda madia** e il loro uso è stato un fatto istintivo. Mai come in quei luoghi si sono create altrettante occasioni che hanno saputo stimolare la fantasia degli umili e consentire a una cucina del poco, del senza, del non si sa mai, di trasformare le ansie, la penuria, i morsi del freddo e della fame in altrettante occasioni gastronomiche. Fu così che la ricerca delle soluzioni da inventare, in caso di urgenza alimentare, diede vita ad un'alimentazione che nulla ha a che fare con **l'immagine spontaneistica** che molto spesso continua ad attribuire a un ideale mondo rurale arcadico, la prerogativa che tutto ciò che è verde è buono da mangiare. Tutto invece fu il risultato di **scelte, di tentativi, di conoscenze tramandate, conservate e ripetute**. Tutto ha finito per assumere un significato, un valore, un sapore che aveva coinvolto anche la tavola, la cucina, la gastronomia di una terra che, in fondo, continua a raccontare ancora una vicinanza che il tempo ha trasformato in ricordi distesi all'interno di un *continuum* temporale che non prevedeva sospensioni, interruzioni, ferie, ma l'amministrazione oculata di un ritmo imposto dai tempi del calendario della natura, a partire dalla microstoria di quelle umili erbe, che scandivano i ritmi del tempo tradizionale, e che ora possono essere lette come un frammento di quella cultura.

Da quel mondo emerge una **successione ciclica immateriale di avvenimenti** che il contadino era riuscito ad organizzare in un insieme di rituali solidali con il fluire annuale dei ritmi vitali della natura, delle conoscenze astronomiche suggerite dalla periodicità della luna e degli astri, dalla posizione mutevole del sole, dall'avvicinarsi delle stagioni e dei lavori agricoli di riassetto dei campi e degli

alberi, dai periodi freddi e caldi, secchi e piovosi, nel momento delle semine o dei raccolti. Non solo. Ma anche osservando il ritorno di una data selvaggina, il germogliare di una determinata erba, l'aratura di un certo suolo. E su questo insieme naturale, concreto, operativo di osservazioni si è andato sovrapponendo un succedersi di proverbi, di filastrocche, di fiabe, di canti, di modi di dire, di consuetudini, legate alla sua oralità e un insieme di feste e cerimonie civili, religiose e popolari fino a tessere l'ordito di un calendario in cui convivevano, in modo attento ed equilibrato, elementi naturali, pratiche civili, ritualità religiose, che derivavano da un passato che continuava a riproporle in modo da essere vissute in funzione di un tempo ultraterreno.

In questo fluire, si sono andati sovrapponendo un tempo profano (segnato dalla rinascita delle piante, dalla fioritura degli alberi, dalla maturazione del grano), un tempo sacro, (contrassegnato da una trama simbolica segnata da un insieme di culti agrari che hanno consentito all'uomo di organizzarsi in società), e la memoria orale, che rappresentava *“uno strumento di conoscenze e informazioni strettamente correlate agli usi e costumi, ai comportamenti individuali e sociali, da costituire un punto di riferimento indispensabile per la comprensione della vita e del lavoro dell'uomo”* (Coltro, 1980, p.5). **Tutto questo si racconta fra i giorni del calendario del contadino:** a ogni giorno un evento e dietro a ognuna di quelle date c'è sempre qualcosa d'altro, qualcosa in più, un odore, una parola, uno scroscio di pioggia, un profumo di erba bagnata, un cibo che induce verso trame che sembravano cancellate da altre atmosfere, che hanno segnato il trascurabile destino di tante vite.

Chi invece aveva la fortuna di frequentare la scuola sapeva a memoria una filastrocca in cui si accoppiava la successione dei mesi con un complicato ed astruso andamento del tempo durante le stagioni: *Gennaio mette ai monti la parrucca (cioè sulle vette delle montagne nevica), / Febbraio grandi e piccoli imbacucca, / Marzo libera il sol dalla prigionia / Aprile di bei fior infiora la via...*

Nel padovano, l'addomesticamento del tempo e dello spazio ha varcato disinvoltamente i secoli e le epoche. Anche in questi luoghi a coniarlo fu l'esperienza di una lunga catena di generazioni che, dopo secoli e millenni, continuano ad essere qui a raccontare una loro storia ricca di tenacia, di pazienza, di una gran voglia di radicarsi e di rimanere stabilendo un contatto fra ieri e oggi. Un ieri in cui ogni lavoro, ogni alba e ogni tramonto erano un'occasione per ritrovare santi e stagioni presenti in una fede diffusa come una macchia d'inchiostro che si disperde, si sposta, scompare e ricompare dal fondo di una spessa carta assorbente con una sua enigmatica trama sovrastata dal sole e dall'osservazione dei ritmi della luna.

Un **periodare** che si è disteso nella vita quotidiana del contadino di questa terra contadina e che ha finito per fornire informazioni, suggerire un ampio ed articolato sistema di conoscenze di eventi naturali e di rituali, **in parte laici, di provenienza nordica** (1° febbraio, 1° maggio, 1° agosto, 1° novembre), **in parte cristiani** (25 dicembre, Natale; 27 dicembre, san Giovanni Evangelista; 1° gennaio-capodanno; 6 gennaio- Epifania; 24 giugno, san Giovanni Battista; 15 agosto, Assunzione; 1° novembre, tutti i Santi; 2 novembre, il giorno dei morti-), che avvengono in **date fisse** e che **seguono il corso del sole**, e con tutto un susseguirsi di **altre feste mobili** che alludono alla Passione, Morte, Resurrezione di Cristo e che si riferiscono al

corso della luna. La principale festa mobile è quella di Pasqua, che cade dopo il 21 marzo (equinozio di primavera) e avviene nella domenica immediatamente successiva al primo plenilunio primaverile.

Questa data è l'asse portante del calendario cristiano e condiziona la cadenza del tempo delle feste mobili cristiane che la precedono e la seguono.

Feste prima di Pasqua: Settuagesima (settima domenica prima della domenica di Passione, 63 giorni prima di Pasqua); le *Ceneri* (mercoledì, primo giorno di Quaresima; il giorno successivo al martedì grasso, che è l'ultimo di carnevale, 46 giorni prima di Pasqua), *prima domenica di Quaresima*, 42 giorni prima di Pasqua); *domenica di Passione* (14 giorni prima di Pasqua); *domenica delle Palme* o *dell'Olivo* (7 giorni prima di Pasqua).

Pasqua di Resurrezione.

Festa dopo Pasqua: Ascensione (domenica, 39 giorni dopo Pasqua; *Pentecoste* detta anche Pasqua di rose, domenica, 49 giorni dopo Pasqua); *SS. Trinità* (domenica, 56 giorni dopo Pasqua); *Corpus Domini* (giovedì), 60 giorni dopo Pasqua.

All'interno di questo scorrere del tempo, la saggezza popolare suggeriva i giorni del lavoro, i giorni delle feste, i giorni dei presagi e dei proverbi, il tempo della carne proibita, del pane raffermo, dei cibi semplici e stagionali, del reperimento dei prodotti alimentari.

A dir la verità, ci fu un tempo in anche l'Italia contadina ebbe altre date gloriose da ricordare: 8 gennaio (genetliaco della regina; il 21 aprile (Natale su Roma); 24 maggio (entrata in guerra); la prima domenica di giugno (Statuto); 15 settembre (genetliaco del principe ereditario); 20 settembre (Porta Pia, abolita con il Concordato del 1929; il 4 novembre (Vittoria); 11 novembre (genetliaco del re). I libri scolastici del 1942 riportavano altre date storiche che dovevano essere tenute a memoria: 21 marzo 1919, fondazione dei fasci di combattimento; 24 ottobre 1922, il duce a Napoli nell'imminenza della Marcia su Roma; 1 febbraio 1928, fondazione della MVSN (Milizia Volontaria Sicurezza Nazionale); 2 aprile 1927, promulgazione della Carta del Lavoro; 11 febbraio 1929, Conciliazione fra lo Stato e la Santa Sede; 18 dicembre 1934, inaugurazione della provincia di Littoria.

Per tutti gli altri giorni, il tempo era segnato dai rintocchi delle campane, *la voce del paese*, che con un timbro inconfondibile, tintinnava le ore e le mezze ore con brevi richiami, avvisava delle sacre funzioni e dei giorni festivi, suonava l'avvio, la pausa, la conclusione della giornata di lavoro, l'ora di notte, l'agonia di Gesù, il venerdì alle quindici, le feste e le vigilie, le novene, le Quaranta ore, le Rogazioni, il Rosario, il Perdon d'Assisi, i matrimoni, le agonie, i morti, i funerali, le campane a martello (una serie di rintocchi ripetuti che annunciavano l'imminente presenza di un grave pericolo per la popolazione, quali incendi e temporali, soprattutto se nel cielo nero compariva una piccola nuvola bianca portatrice della grandine).

Date e feste guidano verso una litania di santi che si intreccia con lo scorrere quotidiano del tempo e, come fili preziosi, aiutano a districarsi nel labirinto dei ricordi perduti, da cercare con pazienza o come in una enorme madeleine dove c'è sempre una briciola per tutti. Anche per chi nel Padovano non c'è mai stato e non ha

visto mai niente. Talora sono ricordi intensi, commossi, ironici, surreali, ricchi di rimandi tra il loro passato e il nostro presente sempre più affrettato.

La festa di **san Giovanni Battista** (24 giugno), ad esempio, era una festa singolare, un interludio nel tempo ordinato dell'anno; cadeva nel giorno del sole (il solstizio d'estate) tra la luce e l'inizio dei pericoli portati dall'avanzare delle ombre (l'autunno). Perciò tra l'euforia e la depressione, la gioia della luce e la malinconia autunnale. La notte di san Giovanni (tra il 23 e il 24 giugno) era ritenuta una delle notti più assiduamente frequentate dagli abitanti delle tenebre e del mistero e una delle occasioni preferite dalle streghe e dalle oscure presenze di diavoli, fantasmi, defunti non adeguatamente ricordati dalla pietà dei viventi. C'era l'usanza di accendere i falò, di raccoglierne le ceneri quali talismani da conservare in casa in pacchettini di tela, da spargere nei campi a protezione dei raccolti, di trarre auspici osservando il fuoco, le faville, le lucciole, che un'abitudine infantile voleva se ne acchiappassero almeno tre, da portare a casa e sistemare sotto la campana di un bicchiere, posto sul comodino mormorando: "*Lucciola, lucciola vien da me / te darò el pan del re/ te darò el pan dea regina / lucciola, lucciola picenina*" (Arquà Petrarca, settembre 1958, Emma, sarta).

In quella notte era doveroso bagnarsi con la rugiada correndo tra i prati prima del sorgere del sole. Era un'abitudine di cui scrive anche sant'Agostino, e che, nel ricordo del battesimo di Cristo ad opera di san Giovanni Battista, era percepita come un ri-battesimo cristiano.

Nei campi e nell'orto si raccoglieva l'aglio, che se era stato strappato dalla terra in quella notte magica o almeno nel periodo compreso tra la festa di san Giovanni e la festa dei santi Pietro e Paolo (29 giugno), aveva poteri di interferire con i malanni dell'animo e della sorte. Le donne ateniesi si nutrivano in questo periodo di quell'aglio per avere l'alito graveolente e tenere così lontani i propri mariti, nel rispetto della castità richiesta in questo periodo dalla dea Atena. Per questo potere di allontanare l'aglio ricompare in molteplici favole popolari, nelle recenti storie di vampiri e nella pratica quotidiana di appenderlo in rosari alla testiera del letto, al collo degli ammalati che non riuscivano a guarire, al collo dei bambini per allontanare dall'intestino i vermi.

E di **erbe di san Giovanni** ce n'erano molte altre. L'elenco completo sarebbe lungo e forse impossibile da compilare. Nei Colli Euganei e nella Bassa padovana, nel miraggio della luce e del fuoco il grano (*Triticum*) si incontra con l'aglio (*Allium*) e con quel particolare aglio che è la cipolla (*Allium coepa*), un rito del solstizio d'estate ricordato anche in un passo di Giunio Moderato Columella. E si potrebbe continuare. In tutto affiora l'economia delle cose che entra anche nei racconti dei tanti viaggiatori passati di qui. Alle spalle di questi rituali, ci sta la grande Storia, come identità di lingua, di costumi, di passato, e con i suoi avvenimenti. Ma anche sta la piccola storia quotidiana, la memoria dei fatti minimi e singolari, e ci stanno anche le usanze perdute, le abitudini dismesse. Tutto diventa così **specchio di vicende accadute**, e di consuetudini purtroppo dimenticate.

Sono storie semplici, lineari, di brava gente che esprimono bene lo spirito del tempo. Sono utili per raccontare i contadini, le loro ansie, gli estri, le passioni, le idee e per ritrovare le erbe sopravvissute che continuano a testimoniare la curiosità, l'interesse, le esperienze trattenute nei visi delle donne di casa, solcati dalle rughe scavate dal sudore e con le vene che, intersecandosi tra le dita, parlavano a sufficienza delle loro minime storie. Con loro ci si può accostare a un popolo, alle sue azioni, alle sue realtà che comunque talora affiorano anche dalle molteplici consuetudini alimentari a base di verdure, in cui erano frequenti l'aglio, la cipolla, il cavolo, la rapa, prodotti più facilmente disponibili, perciò più popolari e perché, come scrive Isidoro di Siviglia "tutto ciò che abbonda è vile". Di contro, ciò che diventa raro e "cibo da gentiluomini". Si pensi alle spezie che fino a quando rimasero un prodotto raro e costosissimo frequentarono le mense signorili e ne divennero uno "*status symbol*".

"In ciascuna salsa, sapore, o brodo si possono ponere cose preziose, spezie elette, ovvero cardamome, erbe odorifere o comuni, cipolle, porri a tuo volere", si legge nel **Libro per cuoco, il primo ricettario italiano del XIV secolo.**

Le *herbetelle* invece si mangiavano da sole o in misticanza, cotte o crude in insalata.

Bartolomeo Sacchi detto il Platina (1421-1481) nel trattato "*De honesta voluptate et valetudine*" (Sul piacere onesto e la buona salute, 1474), annotava "*L'insalata mista si prepara con lattuga, buglossa, menta, nepitella, finocchio, prezzemolo, crescione, origano, cerfoglio, cicoria e lancedine, dette rispettivamente tarassaco e arnaglossa, morella, fiori di finocchio e parecchie altre erbe aromatiche, lavate e scolate bene. Si mettono in un piatto grande, si salano con abbondanza, si aggiunge olio e sopra si sparge aceto; poi si lasciano macerare un po'. Per la loro selvatica durezza, quando si mangiano è bene tritarle a lungo con i denti*"

Un rituale descritto anche da **Giacomo Castelvetro** nel 1614 nel "*Brieve racconto di tutte le radici di tutte l'erbe e di tutti i frutti che crudi o cotti in Italia si mangiano*" che prevedeva nella preparazione tutta una successione di fasi: prima le indicazioni erano di "*dimenare bene le erbe in un catino pieno d'acqua, senza scolarle (perché la sabbia risalirebbe dal fondo) ma traendole fuori con le mani, e ciò almeno tre o quattro volte. Dopo averle ben sgocciolate e asciugate, si pongono nel piatto ove prima un poco di sale sia, e in porvi le erbe si dè andare sopra del sale e, dopo, l'olio con larga mano; e ciò fatto, si vogliono rivolgere molto bene con le dita ben monde, ovvero col coltello e con la forchetta, ch'è più graziosa maniera; e questo si fa acciò che ogni foglia pigli l'olio, e non fare come i Tedeschi e altre straniere generazioni fanno, li quali, appresso avere un po' poco l'erbe lavate, in un mucchio le mettono nel piatto e su vi gittano un poco di sale e non molto olio, ma molto aceto, senza mai rivolgerla... (avendo di mira il piatto bello a vedersi) ma noi Italici abbiam più riguardo di piacere a monna bocca.*" Perciò era doveroso, dopo aver raccolto le erbe... pulirle e poi lavarle, "*in un secchio pieno d'acqua ovvero in alcuno altro vaso ...e dopo averle in quello un poco dimenate e slavacchiate, non le tirino fuori di là colle mani, ma colino l'acqua*", poi asciugare, salare, oliare, mescolare, aggiungere aceto e poi di nuovo mescolare di nuovo rispettando la legge insalatesca che recitava: "*Insalata ben salata, poco aceto e ben oliata*". Una legge rispettata da chi poteva permetterselo; non certo dai poveri contadini, che condividevano con "*sale, aceto*

e qualche goccia d'olio". Su questa linea colta, a metà tra il trattato delle scienze naturali e il libro di cucina, si colloca *L'Archidipno, ovvero dell'insalata, e dell'uso di essa*, pubblicato nel 1627 da Salvatore **Massonio** e in cui è descritto un insieme di insalate di erbe, di fiori, di frutti, di mescolanze varie e di consuetudini quotidiane.

Erano rituali di raccolta che le nostre donne di casa, a loro insaputa, continuavano a compiere ogni anno sul finire dell'inverno, quando come dice un vecchio proverbio contadino, *rinverdisce anche il manico del badile* e che tuttora tornano ogni anno con la loro trama di gesti, di sguardi, di silenzi, di parole mormorate e avvinghiate attorno ad un incerto quotidiano che aveva contribuito a comporre l'identità arcana, composita e multiforme del nostro contadino.

Per quel mondo, l'unico modo per riconoscersi era ricordare e l'unico modo per ricordare era raccontarsi e immedesimarsi nei racconti di quelle storie, che tuttora continuano a ripetersi all'infinito e ogni volta con qualcosa di più, con qualcosa di meno, con qualcosa di nuovo.

Per mettere a tavola la famiglia contadina bastava un po' di fantasia, di buon senso e una pentola con acqua ed erbe raccolte nei campi..

Dal nastro n. 11, Riti di vita.

*"I piatti migliori erano **fatti di nulla**, quelli erano conditi con la miseria. Bastava un po' di olio, un paio di uova e un po' di testa, e tutto il resto si trovava appena fuori casa. Bastava andare nei campi, nell'orto, sugli argini e guardarsi attorno. Allora riuscivo a trovare il modo per preparare una frittata che potevo fare dopo aver raccolto le punte tenere della vitalba, dell'ortica, del radicchio matto, senza contare che se non avevo nemmeno le uova, tritavo fine fine le rape bollite e le mettevo in padella e di lì a poco mi facevano una crosticina, le rigiravo con l'aiuto di un piatto e alla fine la frittata veniva lo stesso. E' stata mia mamma a insegnarmi come dovevo fare."*

Ponso, 1959 marzo, Adelina, anni 49, contadina-casalinga

In primavera faceva capolino una frittata pasquale. *"Parecia", era l'ordine, "in una teglia unsofritto di aglio, fallo solo soffriggere sulle brace accese sopra un trepiedi e quando questo sia alquanto rosolato unisi mezzo bichiere di vino bianco e accomoda alcune uova assodate che avrai sgusciato e tagliate in mezzo, lascia prendere loro il caldo, giungi per ultimi due o tre tuorli di ova sbatuti insieme ad un poche di erbe, del parmigiano grattato e canella in polvere. Lascia legare la salsa e servi calda."* (Ricettario manoscritto, inizi secolo scorso).

In primavera,

Dal nastro n. 18 Riti di vita

"Venivano raccolti i viticci, teneri e aciduli, in primavera, non appena la vite si era ricoperta di verde ed aveva terminato di "piangere". Si conservavano sotto aceto o sotto olio di oliva assieme ad alcune foglie di alloro, aglio e peperoncino oppure si mescolavano con alcune erbe primaverili dando un gusto leggermente asprigno all'insalata che, nel rispetto della legge insalatesca doveva essere "ben salata, poco aceto e ben oliata".

Sono racconti che esprimono lo spirito del tempo e che ora ci consentono di incontrare il **paesaggio della memoria** con i suoi spazi densi di storie, che, lievi e inconsistenti, si sovrappongono alle cose concrete, vi aleggiano sopra e si dipanano sospese in un tempo, che non è dato da immaginare e che è libero dai confini d'ogni concepibile realtà. Inoltrandoci tra i ricordi di quei prati, boschi, contrade tornano a suggerire il sussurro di "*una volta*", due parole che ricordano il battito del cuore e che spesso si è incapaci da collocare in qualche dove e in qualche quando. E' un po' come nelle favole, che, il più delle volte, iniziano con quella formula usuale e scontata, "*una volta*" se non che né prima né dopo è dato modo di leggere il verbo o una qualsiasi traccia di esistenza nel tempo. E così non è mai dato di sapere o di congetturare se quell'*una volta* ci sia o non ci sia stata. Quasi a dire che quell'*una volta* potrebbe ripetersi all'infinito, ieri, oggi, domani, solo che qui ci sono luoghi, inseriti in un'architettura di spazi reali, con case, stalle, orti, boschi, prati e piante, tante piante, poste tra i sassi e la terra, che portano nomi concreti sospesi verso un prima su cui si erge la figura dei tanti, che ci hanno preceduto, e un dopo, incerto e ignoto, che si interrompe là dove nessuno sa più continuare a raccontare. Per lo più si narra di un mondo arcaico, che conosceva solo la legge della fatica, impregnata di disagio, di difficoltà di vivere, di malessere diffuso ma che desiderava la vita e credeva nell'amore, nell'amicizia, nel lavoro, nella solidarietà: qualità poco appariscenti ma fondamentali per dare un senso alla vita. Era una società in cui mille rivoli narrativi avevano finito per confluire in una **etnobotanica che rivolgeva le sue attenzioni verso le risorse naturali dell'incolto** e verso un insieme di pratiche agricole e di coltivazioni che lasciano intuire un'ampia litania di conoscenze agronomiche e botaniche. Ne sono testimoni i molteplici trattati di botanica annotati da Plinio, Columella, Mattioli, Castore Durante, De Crescenzi, Lemerj, Tanara, Gallo, Corrado, ecc. in cui si ha un preciso riscontro nelle pratiche quotidiane di reperimento e di consumo del cibo. Nello scorrere diacronico di quei manuali emerge anche che man mano che la botanica affinava i suoi strumenti, precisava e ampliava le proprie conoscenze, il ventaglio delle erbe usate per motivi alimentari andò riducendosi e il regime alimentare sempre più semplificando a tutto vantaggio di quelle specie e di quei prodotti che avevano una maggior efficacia gastronomica. Di qui l'abbandono dell'incolto e l'affermarsi una agricoltura impegnata ad individuare e a **preferire la coltivazione di quei prodotti che meglio degli altri riuscivano a nutrire** in virtù della loro elevata produttività e di un più duttile, redditizio ed efficace impiego gastronomico. La conseguenza fu il generale oblio di molte risorse presenti nell'incolto e il progressivo scemare della varietà di cibi che giungevano sulla tavola. E così nelle **mense povere** fu sempre più assidua la presenza di cereali da minestra e da polenta (avena, orzo e miglio), degli ortaggi ritenuti vili (ceci, porri, cipolle, aglio, rape, fave, lenticchie) e dei cereali da pane nero (spelta, panico, miglio, segala che con quei chicchi infestati dal un fungo denominato *Claviceps purpurea*, diffuse l'ergotismo, una malattia indicata anche come Fuoco Sacro che si manifestava con la paralisi progressiva degli arti e una cancrena progressiva degli stessi).

Esemplari i consigli del **granduca Leopoldo** (1765) che raccomandava di “.. *adattare ... a poco a poco, i poveri a cibi inusitati, scemando gradatamente la quantità di farine di grano o di biade, che siano soliti mettere nel pane, ed accrescendo insensibilmente un poco alla volta la massa delle materie, che vogliono mescolarvi, affinché i loro corpi assuefacciano gradatamente....*”.

Una fonte preziosa per ricostruire, almeno in parte, la penuria alimentare dei nostri contadini padovani è l'opera di **Antonio Pimbiolo degli Enghelfreddi**, *Esame intorno le qualità del Vitto dei Contadini del territorio di Padova* (1783). Vi si legge: “*mettono in opera i nostri contadini per panificio, ... della Segala, del Miglio, del Panico, e della Melica rossa, mala agevole a digerirsi e quasi del tutto inabile alla nutrizione; e ancora de Ceci, della Fava, della Rubiglia, che pochissimo nutrican e inoltre di alcuni ortaggi di sapore forte ed acuto come di Cipolle, Agli, Porri, non che di Rafani, di Cavoli, dei Cappucci, e di altre piante della medesima schiatta... e forme di Zucche, le quali cotte, ed accomodate in diverse maniere usano frequentemente i nostri Villani.. e (sono cibi) di sua natura nocevolissimi alla lor salute... poiché difficilmente posson essere digeriti anche dagli stomaghi forti;...*”

Messedaglia (1935) annotava “*per secoli la minestra comune nelle nostre pianure e nei ceti subalterni, era a base di fave, ceci, lenti, fagioli dall'Occhio e polente semplicissime, all'acqua, vero cibo da povera gente di campagna, ovvero più o meno lautamente condite e grasse, si preparavano, prima del trionfo del mais, con le farine di cereali inferiori, o di legumi, od anche, in certi luoghi, di castagne. Il miglio e le fave servivano alla preparazione della polenta; ma si facevano altresì intrisi, a seconda dei siti e gusti, di farro, segala, orzo, panico, sorgo, grano saraceno; non esclusa, in tempo di carestia, la polenta di ghiande.*”

Sulle **mense dei padroni** arrivavano i vegetali più nobili tra cui il grano, un cereale coltivato in quantità limitate e destinato, per lo più, a confezionare il pane bianco riservato alle persone delle classi più alte, i frutti degli alberi che svettano verso il cielo assieme ai rami e alle frondi e l'arricchimento di certi prodotti poveri con le esotiche e costose spezie.

Delle nostre erbe bone in cucina rimane la memoria storica, anche nei ricettari monastici e in alcuni testi di cultura agraria, rivolti alle classi nobiliari, perché i contadini non sapevano leggere e nessuno si sarebbe mai sognato di scrivere qualcosa per loro. Però, ad un'attenta lettura, tra quelle righe, resta sepolta anche la memoria di usi e di consuetudini che provenivano dal mondo popolare e dalla sua cultura orale. Non è un caso, se nel più antico ricettario italiano, il *liber de coquina*, databile tra il XIII e il XIV secolo, vi siano annotati molteplici usi specifici dell'universo alimentare contadino a partire dalle verdure. Vi si legge: “*Volendo qui trattare della cucina e dei diversi cibi, per prima cosa principieremo dalle cose più facili e cioè dal genere delle verdure*”. E di seguito si succedono diversi modi di cucinare cavoli, finocchi, foglie minute e poi legumi (ceci, piselli, fave, lenticchie, fagioli) prodotti che frequentavano la cucina popolare e che, quando accedevano alla cucina di elite, convivono con gli ingredienti, soprattutto spezie, caratteristici delle vivande pregiate. E come annota nel XV secolo Sabadino degli Arienti, l'aglio “*sempre è cibo rusticano*”, ma alle volte artificiosamente civile “*se fa, ponendose nel corpo de li*

arrostiti pavari". Lo stesso vale per i "cavoli delicati a uso de i signori" e per altre vivande che "tu puoi mangiare col capretto arrosto".

Ai padroni e ai gentiluomini, era perciò **doveroso nutrirsi con cibi preziosi**, elaborati e raffinati; appunto quelli che il potere e la ricchezza consentiva di consumare e di mostrare quotidianamente sulla propria tavola. E chi non rispettava questa gerarchia era perduto.

Torna alla mente *Le sottilissime astuzie di Bertoldo*, un'opera in prosa di un cantastorie plebeo del Seicento che racconta di un certo Bertoldo, un contadino che giunge alla corte di Alboino che si "stupì del gran giudizio e sottile ingegno di costui" tanto da volere il rozzo ma sagace contadino nella sua corte. Lo vesti con drappi preziosi e, una volta ammalatosi, i medici "non conoscendo la sua complessione, gli facevano i rimedi che si fanno alli gentiluomini e cavalieri di corte". Bertoldo "conosceva la sua natura" e inutilmente chiese loro che "gli portassero una pentola di fagioli con dentro la cipolla, e delle rape cotte sotto la cenere perché sapeva lui che con tal cibi saria guarito; ma i detti medici mai non lo volsero contentare. Così finì sua vita con questa volontà". E sulla sua tomba fu scolpito a lettere d'oro un epitaffio che si concludeva con: "... morì fra aspri duoli per non poter mangiare rape e fagioli" e nel suo testamento: "Lascio a Martino cuoco il mio coltello e la mia guaina per avermi alcune volte cotte delle rape sotto le ceneri e fatto delle minestre di fagioli con cipolle, cibi conferente alla mia natura più assai che le tortore, le pernici, i pastizzi,..."

Un po' alla volta sullo scenario di un tempo remoto, viene così a delinarsi una "**geografia sociale**" dei cibi, ampiamente colta dalla letteratura e dai documenti d'archivio. In questa sorta di immaginario del gusto, ai **signori** faceva immagine il pane bianco, fatto di pura farina di frumento, e la frutta, perché più costosa e più difficilmente reperibile. Ai **poveri**, ai contadini, ai servi e al ceto subalterno era riservato il pane scuro, fatto di cereali inferiori (segala, avena, orzo, spelta, miglio, panico) e di tutta una folla di ortaggi, che a differenza degli altri prodotti, non erano soggetti a prelevamenti signorili, erano di scarso valore nutrizionale perché la parte subito commestibile affondava nella terra. In tanti casi, il pane mancava o era limitato, spesso la farina dei cereali inferiori stentava a fermentare e allora si ripiegava sulle polente (cuocendone le farine) o sulle zuppe (cuocendone i grani). Per questo, il pane divenne un po' come l'oggetto del desiderio e, in momenti di carestia e di penuria, si prese a fare pane con i legumi, le castagne, le ghiande dei boschi, le erbe, le radici impastate con limitate quantità di farina o con qualche cortecchia tritata, con la segatura, l'argilla o "*sabbia bianca, simile ad argilla, mischiata alla quantità di farina e crusca per ricavarne pagnotte e per cercare di scampare alla fame*".

Finì che in quella società si calarono le contrapposizioni tra pane **fresco e pane raffermo**, cottura al forno e cottura sotto la cenere ed è evidente come mangiare certe cose indicasse l'appartenenza a un certo ceto sociale. Allo stomaco rozzo dei contadini e dei loro figli si addiceva il pane nero, il vino andato a male, i frutti marci, le erbe degli incolti, i cavoli, le rape e le altre erbe terragne. Era il magro cibo del villano che non aveva risorse in proprio e cui il padrone aveva "...stabilito / che deza aver per victo / lo pan de la mistura / con la zigola cruda / faxoi, ayo e alesa fava /

pania fredda e cruda rava.” Così tra ironia e pietà, scriveva Matazone da Caligano nel suo **Detto dei villani**, un testo composto intorno al 1520. E poco dopo annotava: “*Polenta e porri è el nostro passimento (pasta); / d’aglio e scalogne el corpo se noriga (nutre); / fra la zente n’andom spuzando a vento.*” Appaiono in filigrana zuppe di aglio, cipolle, porri, fagioli, piselli, ceci, cicerchie, lupini, vecchie, polente di fave, focacce di miglio, pane nero, fatto con farina non stacciata, con cereali di minor pregio e persino con ghiande e con verdure come rape, ravanelli, pastinache, aglio, cipolla, porri, scalogne, verze, cavoli, cetrioli, zucche, meloni; e frutta selvatica. E nel ‘600, dopo che venne scoperta la polenta gialla, ne avrebbero mangiata tanta da ammalarsi di pellagra. Per guarire avrebbe bastato avere il pane. Non servivano tante medicine.

Torna in mente anche l’Ariosto, poeta alla corte ferrarese degli Estensi, che nella terza *Satira* scrive: “*In casa mia mi fa meglio una rapa ch’io coco e cotta s’uno stecco inforco e mondo, e spargo d’aceto e sapa*”.

E ritorna ancora l’*Alfabeto dei villani*, a ricordare che i contadini:

Formento, meglio, spelta e d’ogni gran / Per gi altri somenon; nu martoregi / Co un può de sorgo se fazon del pan.

E a proposito del pane, torna ora di attualità anche il ricordo di una cronaca padovana del 1338 anno in cui, mentre era in atto una **tremenda carestia** che affliggeva l’Italia intera, si ha nozione che: “*La povera gente mangiava i cardi cotti col sale e le erbe porcine. Tagliavano la gramigna, le radicine dei cardi e le cuocevano con la mentella e facevano pane.*” In un’altra cronaca coeva si legge: “... *si nutrivano di cavoli e di susine e di lattuga e di radici, di meloni e crescioni, cotti e crudi; di diverse carni, chi di cavallo, chi di asino, e chi di bufalo; ma tutto ciò senza pane*”. (Montanari, 1993). Era accaduto anche alla fine del VI secolo quando Gregorio di Tours annotava: “*una grande carestia oppresse tutte le Gallie. Molti facevano il pane con i semi dell’uva (uvarum semina), o con i fiori dei noccioli (flores avellanorum) ; altri con le radici delle felci pressate, seccate e ridotte in polvere, mischiate con un po’ di farina (admiscentes parumper farinae, panem faciebant). Molti ancora facevano la stessa cosa tagliando l’erbaccia dei campi. Né mancò chi, del tutto privo di farina, si limitò a raccogliere e mangiare vari tipi di erbe; questi però deperivano, diventavano tutti gonfi.*” Altri *quibus non erat in aliquid farinae*, si limitavano a ingerire le erbe.

E venendo a tempi più recenti era accaduto anche dalle nostre parti che tornassero, anche in tempi non troppo lontani dal nostro, i tempi grami e che per ovviare alla scarsità di alimenti si cercassero altre soluzioni di ripiego. Una commissione di inchiesta sulla miseria (1951) riferiva che nel polesine e nella bassa padovana si panificava con i frutti e i semi del biancospino (*Crataegus oxyacantha* L.) e della castagna d’acqua (*Trapa natans* L.), con le radici della gramigna (*Agropyron repens* Beauv.), della canna (*Arundo donax* L.), della cannuccia di palude (*Phragmites australis*) essiccate e macinate, con l’infruttescenza della tifa (*Typha sp. pl*). Si ottenevano farine da pane ricche di amido da aggiungere ad altre farine. Non pochi contadini andavano scalzi, la frutta era un lusso, il pane bianco e la pasta un sogno che suggeriva di canticchiare, sull’aria di *Mamma*: “*Paaaasta, / sessanta grammi e*

poi ti dico baaaasta, / riiiiiso, / quando ti mangio sembra un paradiso. / Io mangio sempre zuppa / di cavoli e di verdura / la vita è troppo dura / così non si può andaaaar!”.

Quando, nel vivere quotidiano, il pane non era un sogno, era ed è “*il cibo per eccellenza, la base della nutrizione e della sopravvivenza, il simbolo della vita e della continuità anche nelle forme in cui viene confezionato e che rinviano alle potenzialità biologiche della riproduzione.*” (Baldini, E., *La sacra tavola*, Pendragon, Bologna, 2003, p.45)

Non solo, ma anche perché il cristianesimo ne aveva fatto, assieme al vino, altro cibo fermentato, e all’olio, estratto dalla frantumazione dell’oliva, l’elemento sacro per eccellenza, lo strumento della comunione eucaristica con la divinità.

E fu così che il pane divenne, parallelamente al diffondersi del cristianesimo il cibo per eccellenza, non solo per le genti mediterranee, ove il grano era, assieme alla vite ed all’olivo, una delle tre piante caratteristiche della civiltà mediterranea, ma anche per i celti e le popolazioni germaniche, tradizionalmente legate a una civiltà di tipo pastorale e a un’alimentazione preferenzialmente carnea. Con queste premesse, il pane divenne un alimento per tutti e finì per assumere un’importanza decisiva nella dieta quotidiana degli europei e una connotazione sociale e culturale caratteristica anche del ceto sociale.

Perciò, il pane, pur se si presenta come una parola dal timbro evasivo, assume un fondo concreto e, nel nostro caso, quasi geografico ed essenziale per la nostra sussistenza quotidiana. Il pane viene dal lavoro. Se c’era il pane, c’era il cibo, c’era la famiglia, c’era la speranza ed era motivo di stare assieme. Senza pane c’era la fame, l’emarginazione, l’umiliazione, l’emigrazione, le epidemie e la fuga. Ogni modo di ricordarlo porta con sé una consuetudine, un volto, un mondo perduto: la famiglia, il cibo, la preghiera, l’amicizia, l’amore, il lavoro, l’odore dei campi, arsi dal sole o imbevuti di acqua stagnante, il boccone di pane assaporato lentamente. E ora ogni voce racchiude in sé la testimonianza di un passato in bilico tra il ricordo personale e il documento: un lungo racconto ricco non solo di memoria, ma sulla memoria stessa, sulla forza e sull’identità di chi l’ha scritta, sulla capacità di attendere per farsi ritrovare e per far rivivere un mondo smarrito, immerso nell’incertezza di un futuro ma sempre con il coraggio di riprendere, a volte con mesta malinconia, a volte con fiduciosa disponibilità, a volte con ironica bonarietà, dispersa nel quotidiano succedersi della vita.

Veniva chiesto continuamente al Signore con fiducia, umilmente spinti dal bisogno assillante di poter continuare a vivere, dal bisogno di famiglia, dal bisogno di stare ciascuno nella propria casa, con i propri figli, la propria moglie, il proprio lavoro, e anche dal bisogno degli altri e dal bisogno di non essere preda del male. Chiedevano il pane, di cui avevano bisogno per vivere. Non chiedevano le macchine, le ferie, gli ozi, chiedevano la vita. Chiederlo significava credere nella vita e nel proprio lavoro. In più, quando mormoravano il Padre Nostro pregavano al plurale (dacci il nostro pane), lo richiedevano per sé, per la famiglia e per tutti gli altri, perché avere pane voleva dire avere la pace, stare insieme, fare festa. Chi, nonostante tutto, non se ne andavada quella terra ricca solo di penuria e di carestia, sembrava voler chiedere a

Dio di dargli la forza di continuare a credere nella vita, di sperare di trovare un lavoro, di avere, nonostante tutto, una speranza. In fondo, per chi crede la speranza è un po' un tabù: è un impulso al confine con l'eresia. Ma è anche un trait d'union fra cielo e terra, tra Dio e le sue creature, fra l'assoluto e il presente, fra l'incerto e l'irrinunciabile. Con il pane tornano i ricordi della messa preconciare in latino, incomprensibile ma affascinante; il servizio del chierichetto alla prima messa, alle sei del mattino, in una chiesa gelida; la partecipazione alla messa dei bambini della domenica alle 8, o a quella grande delle 11. E ancora gli odori della tavola che le mamme preparavano per il giorno di festa.

Con il pane, intorno al vecchio camino, nel tempo, si è andata intrecciando una fitta trama di rapporti, densi di valenze simboliche, rituali, magiche, materiali che per molto tempo non si sono esauriti. Quando veniva portato in tavola bisognava che venisse rotto con le mani e mai tagliato con il coltello, doveva essere posato dritto e mai al rovescio perché portava male; se malauguratamente fosse caduto a terra, avrebbe dovuto essere raccolto con rispetto. Il segno della croce, tracciato sulla pagnotta, avrebbe allontanato le streghe e ricordato la Croce ove Cristo si era fatto crocifiggere per salvare l'umanità. E di croci nelle case ce n'erano: sui muri esterni delle case, sulla porta d'ingresso, in cucina, nelle stanze da letto, nelle stalle, nei campi, incise o scolpite, a sottolineare la "sacralità" dei luoghi da proteggere.

In un manoscritto del 1694 firmato da Girolamo Cirelli si legge: "*Se per sorte vedessero i villani gettar in terra pane, sale oppure ovo benedecto se lo arrecherebbero a grandissimo sacrilegio*".

Placucci nel libro "*Usi e pregiudizi de' contadini*" (1818) scriveva: "*Quando si rassetta la tavola dopo cena, non si debbono gettar via le briciole sparse sulla tovaglia. Tutte invece van raccolte e date a buon uso, per non offender e disdegnare la Provvidenza. Le briciole disperse o sciupate, dovremmo dopo morti tornare a cercarle ad una ad una, camminando ginocchioni sulla terra, per raccoglierle col mignolo acceso come una candeletta e per riporle dentro un cestello privo di fondo. Il pane è il corpo del Signore*".

Sono minuscole testimonianze vissute in una prolungata quotidianità generalmente dalle donne e in cui gli uomini recitavano un ruolo appartato. Tutte stanno dentro la minuta storia che portò nella stanza del fuoco la cucina economica, una moderna trasformazione del vetusto focolare: un piano in ghisa con anelli concentrici riscaldati dal fuoco sottostante. Era il laboratorio in cui il fuoco, trasformava l'acqua, i prodotti dell'orto e dei campi, l'olio, il sale in cibi, sapori e profumi.

E così anche da queste parti, il pane ha finito per tessere i fili delle memorie famigliari intrecciando il realismo delle piccole storie con la grande Storia, raccontando i ricordi di un insieme di consuetudini definitivamente acquisite nel sapere contadino e conservate in un insieme di anonimi proverbi (*el xe bon come el pan; nemo aciaparse 'na ciopa de pan; magna pan a tradimento*; e con le terre da coltivare indicate come "*tere da matare a pan*"). Altri fili sono sprofondata nell'oblio, morti quando il dialetto è salito nell'arca della dimenticanza assieme a tutto quel brusio suggerito da una misurata sapienza sociale e da consuetudini prese a modello per la coesione e il benessere delle famiglie.

E così anche da queste parti il pane ha finito per disegnare alla bell'e meglio, un tessuto a maglie diseguali in cui sono narrate storie di speranze, di condivisione, di umiltà, di pace; storie che univano, rintracciavano ricordi, riallacciavano legami, rivisitavano un passato che non finisce mai e ripensavano a quel Dio che se ne sta lassù in cielo. Gettare via il pane era un'offesa, un errore simbolico, un ripudio a un dono che Dio dava a questa gente che viveva su questi indefiniti territori che ora sollecitano sui Colli Euganei ricordi di

Casete de scaja smarie, / incruchignà in sti feuli bastardi, / arsii dal sole, / spacà dal giasso, / batui dal vento, / ch'el s'intavana in ti cupi e in te 'e sfese / e ch'el se in gruma / in ti viri de a portiera.

Stufo agro, un dì a go ito a me mare, / Mare a vao via. / Me mare la me ga vardà / e po' la me ga ita. / Va fiolo, tanto mi so ca te tornaré.

Oppure nella Bassa Padovana dove vi erano

le Case de cane, desperse, / la porta che a l'alba se verse, / lassè pure verta a chi speta / da l'arzare, longo del fiume/ che in tute s'impissa el so lume /...Un fumo de cane e de foie 7 de soto el paròlo che boie / 'na nebia dispera, lesiera / che l'Adese porta a la bassa, / campane e po' n'omo che passa: / cusì riva la sera.

Voci anonime che oscillano fra una dimensione intima, sempre alimentata dall'affetto per la terra di origine, e una dimensione chiassosa, sospesa tra atmosfere divertenti, episodi esilaranti, nostalgie per segreti che tutti conoscono e per le giornate tutte uguali unite a misteriosi silenzi, a loro volta, uniti ad altri silenzi, ad altre minime storie: schegge sparse di quello specchio infranto su cui si rifrangono le passioni umane, i sentimenti irrazionali, i disagi, le avventure, le attese, gli amori. Il tutto condito con un debole sorriso che non muore mai, dai toni sempre pacati e rassicuranti anche per chi non c'è più e che, spesso, sembra stia lì accanto con la sua mano morbida e calda. E anche per consolarsi, per cercare di darsi pace e per ripristinare il colloquio con chi non c'è più e per ritrovare i sapori che stanno scomparendo, ma che potrebbero essere un modo per arrivare di nuovo al passato, al sapere contadino che si riproduceva su se stesso e si ritrasmetteva con le filastrocche, le cantilene, i non sensi statici, il loro solitario lavoro, le povere *erbette bone*, da lungo tempo scordate, e che si possono ancora ritrovare nei luoghi più disparati. Sono presenze disponibili a riprendere con noi il dialogo interrotto svelando tutta la loro storia, perché tutto ciò che esiste, esiste nel tempo e ha la sua storia che spesso è posta su un terreno vago, pieno di altre storie, di altre case, di altre strade, di altre piazze, di gente che ora non è più viva. Era gente che ha trascorso tanta parte delle loro vite con la pellagra, le locande sanitarie, luoghi istituiti per distribuire gratuitamente cibo e pane (1 chilogrammo alla domenica), allo scopo di arginare il diffondersi della malattia dovuta ad una alimentazione a base solo di polenta, e che portava alla pazzia e alla morte; oppure ai pellagrosari, luoghi ove ai ricoverati era

dato un mangiare da “far resuscitare i morti”: pane e latte al mattino, minestra di patate e brodod a mezzogiorno, carne e polenta tre volte alla settimana, e gli altri giorno minestra condita con uova e lardo; un bicchiere di vino a mezzogiorno e uno alla sera.

Sono ricordi che hanno attraversato secoli e silenzi, trascinandosi segreti antichi che tuttora si annidano in questa “**sociologia della fame**”, che si affianca a una **dietetica della salute, del potere, del prestigio, del piacere** e di molte altre combinazioni che ne derivano. Scriveva Felici:” *il tutto deve avere il suo fine*” e questo fine, pur non essendo sempre lo stesso, può essere raggiunto in seguito ad un’attenta conoscenza delle piante, degli animali, delle loro virtù nutritive e gustative, delle loro qualità fisiologiche e gastronomiche. Tutte queste conoscenze sono scorse sui sentieri della pratica e della teoria, dell’esperienza quotidiana e delle linee guida che i manuali scientifici tuttora tracciano. E così la **dietetica della fame**, pur imposta dalla necessità di sopravvivenza quotidiana, ha finito per seguire il viottolo del sapere razionale e, a suo modo, scientifico. Quando non si riusciva a racimolare nulla, ci si rivolgeva all’universo del contadino, un universo povero ma non privo di risorse. In tutte le stagione, vi era sempre la gramigna da bollire con foglie di olmo oppure con la veccia, il sorgo, la segala. Per fare una minestra, impastare un po’ di pane, in primavera, c’erano erbe di tutti i tipi, dal tarassaco agli asparagi, alle ortiche, alla piantaggine da bollire con le foglie degli olmi, dei gelsi. D’inverno, di sicuro, c’era il freddo, la fame, la tosse, o come si usava dire, da queste parti, il tamburo della morte. Certo, ci vuole attenzione, perché le piante danno la vita, ma anche la morte. E pur nella **dietetica della morte** servono cognizioni scientifiche e sperimentali, anche se quest’ultimo aspetto, per quanto possibile, è bene non frequentare troppo assiduamente. Ce lo documenta una novella di **Margherita di Navarra**, una scrittice del XVI secolo, dove si legge di un tale che, venuto a conoscenza della infedeltà di sua moglie, “*in un bel dì di maggio andò a cogliere nel suo giardino un’insalata di erbe di tal natura, che la moglie, dopo averne mangiata, non visse più di ventiquattro ore*” (nov XVI). (Montanari, 1991). E mai nessuno sospettò di nulla.

A questo punto, il nostro viaggio tra i Colli Euganei e la Bassa Padovana sta per finire. Lo abbiamo scorso insieme con quei ricordi che nel tempo *hanno svelato l’intenso legame che da sempre ha unito* piante, uomini e animali, all’interno di un contesto naturale e storico culturale “*in questa pianura bassa, eguale, dolcissima, che emerge dalla laguna (un gradino appena sopra l’acqua) e muore sotto le mura settentrionali di Padova*” (Valeri),.

Nel lavoro di ricerca, talora alcune di quelle piante sono andate ad occupare altri spazi e dopo alcuni anni hanno frenato spontaneamente la loro espansione. Altre sono diventate rarissime, altre non sono state più ritrovate e hanno finito per lasciare un gran vuoto perché per tantissimi anni avevano stabilito un dialogo con chi le aveva frequentate. Si sapeva che vi erano, che vivevano nella nostra stessa aria, che si potevano ritrovare quando lo avessimo desiderato. Ci si riprometteva di andarle a vedere, di fotografarle, di confessarsi dubbi, speranze, sete di verità. Poi ci si è accorti che non c’erano più e che quel dialogo sommerso si era improvvisamente interrotto e

sostituito da un greve silenzio. A volte anche per la presenza di un numero sempre più elevato di parassiti: il castagno (*Castanea sativa*) è attaccato da 48, il faggio (*Fagus silvatica*) da 68, il nocciolo (*Corylus avellana*) da 83, le querce (*Quercus* sp.pl.) devono vedersela con 147 specie, il melo (*Pyrus malus*) da 153. l'ailanto, arrivato dalla Cina, solo da 4 specie.

Per chi fa questo lavoro, quando si estingue qualche specie si sente sempre un po' di disagio, di impotenza, di vergogna per non avere potuto frequentarla di più, per non aver avuto quella generosità che, nello specifico, forse avrebbe potuto consentirle la sopravvivenza e la salvaguardia di una biodiversità sempre più in affanno. Pensavamo sempre che tutto poteva essere rinviato al domani perché tutto urgeva e tutto premeva attorno a noi. E invece anche lei ha finito per appartenere alle circa 2.300 specie, che, secondo i dati della World Conservation Union, che tiene la Red List delle specie annualmente minacciate di estinzione.

Erano presenze che davano tono ad un oscuro lavoro di ricerca che tuttora sta nelle cronache delle piccole cose, nei brevi moti del dire e nel fascino della ricerca, perché nella ricerca c'è sempre nascosta quella silenziosa capacità di far sentire la propria presenza come inevitabile ed ineludibile.

Nella loro scomparsa e nella effimera fugacità di quella vita, c'è distacco e amarezza insieme perché vi è un po' quel segno del consumarsi della vita che chiamiamo passato. “*Ora, in quei luoghi, scriveva Roboni, “davanti agli occhi non avremo / che la calma distesa del passato / da ripassare senza fretta / fermando ogni tanto l'immagine, / tornando indietro ogni tanto / per capire meglio ogni cosa che poteva succedere”.*

E per concludere

E ora dopo le tante e forse troppe parole dette e le tante non dette, ci si sta avviando alla fine. E su tutte queste realtà, che hanno abitato il loro tempo, è giunto il momento di calare il silenzio. Un silenzio che non è uno spazio di tempo vuoto ma, come accade nel rigo della musica, è un momento di attesa e di riflessione, perché su tutte queste *herbe bone* è impressa l'impronta millenaria della sapienza del popolo contadino. E' una sapienza che per secoli, ai nostri avi i loro padri e le loro madri avevano insegnato e che li ha aiutati a vivere, spinti ad agire e ha finito per suggerire grappoli di spunti e immagini da trasmettere, di generazione in generazione. Non è stato possibile individuare una storia, con un capo e una coda, un prima e un poi. Le singole situazioni si erano confuse e sovrapposte sullo sfondo di un paesaggio contadino omogeneo senza mai allungarsi in una determinata rotta e senza mai avere una nozione del tempo che scorre e che continua a scorrere. Tutto ora può sembrare che si sia svolto nello stesso momento e tutto si potrebbe dire che potrebbe continuare a svolgersi. Noi tutti che siamo arrivati fin qui, spinti dal desiderio di frequentare il popolo delle *herbe bone*, ne siamo in qualche modo gli eredi e ne rappresentiamo la continuità, perché apparteniamo a quella lunga catena il cui collante è rappresentato dalle *herbe bone*, che chiedono di non interrompere il racconto delle tradizioni e quella lunga trama, che rappresenta il legame con i nostri avi e con la nostra terra. Ci

guardiamo indietro per ritrovare noi stessi, per sapere quel che non siamo più e per recuperare l'esile trama di un minuscolo legame con un passato in lotta contro la fame e dare significato a persone che è come se non fossero mai esistite.

E' un legame che tuttora continua a raccontare le consuetudini alimentari, i valori simbolici dello stare insieme, le superstizioni, i soprusi che avvenivano nel silenzio delle anonime fatiche le numerose esperienze che qualcuno ha avuto l'accortezza di raccontare, prima che venissero dimenticate del tutto, stemperando nella storia personale un po' di nostalgia e un po' di altrettanta serenità, tante memorie di vita sofferta e quanto l'oblio sapiente suggerisca di scordare ciò che è meglio allontanare dal cuore e dalla testa. L'ideale di questa storia è la conoscenza, non il possesso.

Chi ha provato ad annotare queste brevi sensazioni l' ha fatto con serenità e inquietudine, ma soprattutto con un inestinguibile amore per quel popolo.

Prof. Antonio Todaro

Relazione tenuta il 25 marzo 2009 dal prof. Antonio Todaro presso la Biblioteca dell'Orto Botanico in occasione della mostra: *Libri da mangiare: frutta, ortaggi, cereali e spezie e il loro utilizzo nelle raccolte della Biblioteca dell'orto Botanico.*

Per l'utilizzo anche di una parte della stessa si prega di contattare l'autore.