

Capitolo 17 – Ma cosa mangiavano ?

Ci eravamo lasciati con questa domanda, e da qui riprendiamo. Dunque stiamo parlando del 1.300 – 1.400, l'omo novo, insomma l'umanesimo e quelle cose lì. Intanto parlare di cucina, intesa come stanza per cucinare, ci costringe ad immaginare o, per i più vecchi di noi che hanno avuto la fortuna di nascere in miseria, si tratta di ricordare.

Sì, perché la grande maggioranza delle case non ha la cucina, ma solo un focolare che è impianto di riscaldamento, fonte di illuminazione e "angolo cottura". Lì bisogna arrangiarsi a fare tutto, giostrando tra fiamma, brace, cenere, ganci, catene ecc.

Per il forno si va fuori, perché costa troppo avere un forno familiare e poi ci sono i fornai che non fanno solo pane, ma tutte le cotture che vengono richieste, come arrostiti un'oca.

In città la nostra donna medioevale ha certo alcune facilitazioni. Nelle grandi città alcune salse si trovano già fatte, dall'agliata alla salsa d'agresto o la salsa camolina.

Lo speziale sarà pronto a fornire le singole essenze o dei mix speciali di varie spezie, ed i mercati abbondano di molte merci di stagione.

Solo le case nobiliari e dei ricchi borghesi hanno una o più stanze per cucinare e forni per preparare i pranzi.

In questi palazzi spesso lavorano brigate di cuochi perché i "mestieri di bocca" sono faticosi.

Non solo dominare i fuochi, le grandi pentole, i paioli, ma anche per esempio pestare nel mortaio. E la cucina medioevale è una cucina da mortaio. Tutte le spezie sono pestate, molte verdure lo stesso ed addirittura talvolta le carni.

Per non parlare delle mandorle, da cui si ottiene il latte, vera risorsa di tutta la cucina medioevale, che compare anche come fondo di cottura per brodi, addensante per salse, componente per dolci ecc.

Pestare, pestare e pestare e di molto bene; tutti i testi antichi ripetono che dal mortaio devono uscire polveri finissime o passati omogenei.

Poi però si deve filtrare, perché le salse devono risultare morbide, vellutate, lisce. Ed ecco la stamigna, colino di stoffa rada che riesce a chiarificare un liquido, a togliere i grani al latte di mandorle, a purificare una salsa.

Per la cottura si debbono smentire le chiacchiere che la cucina medioevale producesse solo pessimi spezzatini.

Certo è vero che ricorrevano spesso a cotture miste, una tecnica che si è persa, ma che meriterebbe una riscoperta.

Per le carni più dure (cinghiale e cacciagione in genere, manzo, ovini di peso ecc.) ricorrevano ad una lessatura più o meno prolungata prima di metterle arrosto, previa lardellatura, e questo però era anche un modo per renderle morbide e per non farle seccare durante la cottura.

Ma già gli agnelli o le lepri venivano solo leggermente lessati, mentre i pennuti minori non subivano questo trattamento.

Ma siccome a questi nostri vecchi nonni interessava ottenere una vasta gamma di consistenze, applicavano cotture diverse allo stesso prodotto.

Per esempio ci sono ricette di piccioni prima dorati nel lardo, poi veniva aggiunto brodo per finire la cottura.

Le lepri prima venivano fatte "abbronzare" alla griglia e poi cotte in umido, in "civieri".

Ma si andava oltre. Per esempio abbiamo un cappone cotto nel vino rosso, poi diviso a pezzi e questi fritti in grasso di maiale per poi irrorarli con il brodo di cottura profumato con spezie ed addensata con il fegato pestato e filtrato.

Questa ricetta, ammodernata dagli autori del bel libro “ A tavola nel medioevo” Editori Laterza , ve la passo direttamente perché è uno spaccato della cucina medioevale.

Ma la cottura era solo un elemento della preparazione del cibo. Molto importanti erano i condimenti; la cucina medioevale è una cucina di condimento.

Le spezie non erano presenti in tutti i piatti, per esempio in quelli per malati non appaiono, ma certamente sono molto importanti.

E’ errata l’idea, che anche io avevo, che le spezie servissero soprattutto per coprire la poca freschezza delle carni; in realtà gli studi più recenti hanno dimostrato che esse venivano usate con discrezione e seguendo precisi criteri di accostamento, sia per sapore che per colore.

Per i piatti bianchi o chiari si usò quasi solo lo zafferano, soprattutto in Italia, mentre in Francia l’uso delle spezie è più marcato.

Pepe rotondo e pepe lungo, zenzero, cannella, zafferano bianco e giallo, fior di cannella, malegueta, cannella, cubebe, noce moscata, macis, chiodi di garofano ecc. sono le spezie normalmente usate.

Ma vengono usate previo pestaggio nel mortaio, come abbiamo detto, e incorporazione in un liquido (latte di mandorle, brodo, vino ecc.) che viene passato nella stamigna e spesso vengono aggiunte al piatto a fine cottura, per non disperdere i profumi.

Anche lo zucchero, nelle varie granulometrie e colori, è una aggiunta diffusissima ai piatti, cosparsi poco prima di andare in tavola per valorizzare anche l’effetto di “brillantezza”.

La cucina di cui parliamo è infine una cucina elegante, con piatti ben rifiniti, accompagnati da salse e da vellutate.

Quindi importantissimo “legare” in cucina.

Tra i leganti non troveremo la panna, che comparirà molto più tardi, ma giusto in tempo per parlarne sui forum di cucina, poco burro, per il momento utilizzato solo nel nord europa.

Non troveremo neppure la farina, e quindi i roux, che sono ancora nei santissimi del nonno del marchese di Bechamel.

Troveremo invece la mollica di pane abbrustolita e poi sciolta in poco liquido e passata alla stamigna oppure le uova, soprattutto il tuorlo, che è anche un colorante naturale, poi i fegati, soprattutto quelli di pollo, cotti, pestati e filtrati.

I brodetti, ottenuti in vari modi, sono spesso ridotti sia per addensare sia per farne gelatine che piacciono in maniera esagerata.

Gelatine di carne e di pesce formano spesso i piatti di mezzo, quelli che devono dare il tocco di eleganza al pranzo.

Un’altra caratteristica della cucina medioevale è la predilezione per cucinare in ambiente acidulo.

L’agresto, cioè gli acini di uva “abortita” venivano largamente usati sia per farne aceto che salsa, ma anche conservati sotto sale.

Ma fondi acidi si ottenevano anche dal succo di frutta acerba, ed è chiaro che questa base era anche la migliore per la conservazione delle vivande.

Infine parliamo dei grassi.

Non voglio fare la mia autobiografia, non temete.

Parlo di quelli di cottura e faccio presto. Uno è.

Il maiale, il nostro caro maiale le cui carni salate sono appannaggio soprattutto dei contadini, è il fornitore del grasso di cottura.

Le olive si mangiavano, per lo più, e il nonno di Carapelli faceva la fame perché il poco olio era usato per le insalate o per usi secondari.

Lardo, sia salato che fresco, lardone e strutto, eccoli qui i grassi.

Ed in tempo di Quaresima o di magro ecco il latte di mandorle, che non è un grasso vegetale ma veniva impiegato spesso come base, anche perché non si decompone ed è un ottimo legante.

La prossima volta parleremo delle presentazioni e dell'estetica dei piatti, ma ora vi avevo promesso una ricetta.

Ormai l'ho detto.

Brodetto di cappone

Non è una minestra, come potrebbe apparire dal nome, ma una tecnica di cottura.

Il cappone può essere sostituito con un pollo; sarà meno medioevale ma più facile da trovare.

Pulire l'animale e cuocerlo in due bottiglie di vino rosso mischiato a ½ litro di acqua. Salare e portare ad ebollizione e schiumare. Ridurre la fiamma al minimo, appena levato il bollore, e cuocere dai 30 ai 45 minuti se è pollo, di più se è cappone. Non cuocerlo troppo perché si è appena incominciato a cuocere questo povero animale che ancora non sa a cosa va incontro.

Scolarlo e tagliarlo a pezzi, togliendo un petto ed il fegato che vanno frullati insieme a 100 gr. di mandorle sbucciate.

Stemperare il frullato con l'acqua di cottura fino ad ottenere un liquido denso e farlo bollire per amalgamarlo ancora.

A parte frullate ¼ di cucchiaino di zenzero, altrettanto di cannella, un pizzico di chiodi di garofano e di malaga in polvere, ¼ di grappolo di pepe lungo e 4 o 5 chicchi di malagueta, il tutto mischiato in 7 cl di buon aceto.

Quando la crema del petto e del fegato sono pronte aggiungere questa miscela di spezie e riportare ad ebollizione. Aggiustare il condimento anche di sale.

In una padella rosolare nello strutto i pezzi di pollo, scolarli sulla carta da cucina e servirli ricoperti della salsa ottenuta prima.