

Cinquantacinque ricette delle nonne dei paesi della Valle del Tirino e delle Terre della Baronia raccolte in un libro per tramandare la memoria

19 Dicembre 2025

di Redazione



OFENA – Cinquantacinque ricette tramandate dalle nonne del paese e raccolte nella pubblicazione *Cucine della memoria. Storie tradizioni e sapori della Valle del Tirino e delle Terre della Baronia*, accompagnate da storie, testimonianze e ricordi familiari. È il risultato del progetto “Memorie e sogno”, promosso dalla cooperativa sociale Realize, che ha attraversato cinque comuni del comprensorio aquilano per la valorizzazione del patrimonio culturale, sociale e identitario dei territori dell’Abruzzo interno.

Tra Ofena, Capestrano, Villa Santa Lucia degli Abruzzi, Castel del Monte, Santo Stefano di Sessanio e Calascio è poi stata realizzata la Galleria a cielo aperto “Popoli e Terre della Lana”, un percorso fotografico firmato da **Mauro Vitale**, che restituisce, attraverso immagini potenti e al tempo stesso delicate, il mondo della pastorizia, della transumanza e delle

comunità che ancora oggi abitano e attraversano questi luoghi.

“È molto di più di un ricettario”, ha detto **Martina Liverani**, giornalista gastronomica, parlando della pubblicazione, “si è innescata una collaborazione inter generazionale e tutti hanno cercato di recuperare delle ricette, di scriverle e di salvarle. Creano la memoria di una comunità, che vive qui ma che è anche sparsa nel mondo”.

Ieri nella Chiesa di San Pietro in Cryptis a Ofena è andato in scena l'evento conclusivo della seconda edizione del progetto “Memorie e Sogno-Tra la Valle del Tirino e le Terre della Baronia” con la stessa Liverani, che aveva aperto il percorso lo scorso agosto, durante la manifestazione Le magna' d' na vot'. Il ricettario è il risultato di un lavoro di ricerca partecipata che ha coinvolto abitanti, associazioni, comunità di emigrati e, in modo particolare, le alunne e gli alunni dell'Istituto comprensivo Navelli, protagonisti della sezione “Gli Artusi del domani”, dedicata alle ricette di famiglia raccolte dai più giovani.

Le ricette che tramandano storie, tradizioni e sapori. A Ofena si condividono e raccolgono per non perdere la memoria

Il volume è stato inoltre arricchito dalla collaborazione con la Delegazione aquilana dell'Associazione Italiana Sommelier (Ais), che ha giocato con gli abbinamenti tra piatti, vini e liquori tradizionali della provincia dell'Aquila, rafforzando ulteriormente il legame tra cucina, territorio e cultura enogastronomica locale.

“Memorie e Sogno” ha dimostrato come, anche in territori segnati dallo spopolamento, la memoria possa trasformarsi in una risorsa viva, capace di generare comunità, racconto e nuove prospettive di futuro. Un progetto che guarda alle radici non con nostalgia, ma come base per costruire nuove forme di appartenenza e valorizzazione.

“Questa iniziativa non potrebbe essere più contestualizzata e puntuale considerando che il 2026 è l'anno internazionale dei pascoli e dei pastori. Parliamo di qualcosa che è ancora vivo nel nostro territorio. La transumanza era la prima fonte di entrate del re, alla dogana di Foggia erano censiti fino a 8 milioni di capi ovini e questo determinava la possibilità di fare tante cose dall'ospedale dei poveri a Napoli alla ricostruzione dell'Aquila dopo il terremoto del 1703” ha ricordato **Antonio Corrado**, curatore della mostra “Popoli e terre della lana”.