

MACCARONI ALLA MULINARA, RICETTA TERAMANA CHE ESALTA IL LAVORO ANTICO DELLA MIETITURA

24 Aprile 2023

di **Giorgia Roca**



TERAMO – Intorno alla metà del mese di giugno, la mano del contadino abruzzese falciava e raccoglieva i cereali maturi e canti appositamente dedicati accompagnavano l'antica attività di mietitura, nota caratteristica del legame profondo che lega l'Abruzzo al mondo agricolo, e di cui ancora oggi vi sono tracce.

Come spiega il testo *La tavola del contadino, il campo, il cortile, la stalla* dei Centri Studi Territoriali dell'Accademia Italiana della Cucina, la giornata lavorativa nei campi era scandita dalle pause per consumare i pasti, portati dalle contadine in un cesto, tenuto in perfetto equilibrio sulla testa, e iniziava prestissimo. Infatti, alle 5,00 del mattino si mangiava la cosiddetta stozza, ossia una fetta di pane bianco con una fetta di caciotta e un bicchiere di vino; seguiva lo sdijuno delle 8,30, una colazione con minestra di verdure o uova e peperoni, stoccafisso o baccalà con peperoni al sugo. Non c'era molto da attendere per i tarallucci e

pizzelle. Per il pranzo bastavano un piatto di sagn'è fasciule o pasta al sugo, una frittata o della lonza di maiale affettata. Un bicchiere di vino cotto risvegliava i mietitori alle 14,00 e, dopo un paio d'ore, era fissata la merenda con dolci e vino, per poi concludere, al tramonto, con la cena di verdure e insalate.

La forza lavoro contadina in Abruzzo rappresentava circa il 70% del totale nei primi anni Cinquanta del Novecento, e nei campi e nelle alture si coltivavano cereali di origine antichissima, come il grano di Solina. La biodiversità agronomica e, di conseguenza, la possibilità di avere un'ampia scelta di grani da utilizzare in cucina, è stato sin da allora un fattore importante e decisivo del benessere fisico.

Sono tuttora presenti coltivazioni di farro, orzo, segale e mais ed è di Bisenti (Teramo) una ricetta che evidenzia il percorso del grano dal campo al mulino ad acqua, in grado di produrre una farina soffice e integra: i maccheroni alla mulinara, che rivivono grazie a materie prime genuine e ad una eccezionale manualità, appresa di generazione in generazione.

Per ritrovare quel gusto nella pasta sono necessari farina di grano duro e tenero, un po' di crusca e del sale; il sugo, invece, viene composto da vari tipi di carne – di manzo, di castrato, di maiale e di gallina – inaffiati dalla passata di pomodoro, olio, vino bianco e con l'aggiunta di cipolla, carota e pecorino giovane abruzzese.

Le farine si impastano con acqua tiepida fino a ottenere un impasto elastico, sodo ma malleabile. Si suddivide in piccoli panetti e si crea un foro al centro di ciascuno di essi e, attraverso una paziente lavorazione manuale si forma un lunghissimo maccherone, anche di molti metri, raccolto a matassina, mentre gli ingredienti per il sugo soffriggono, rosolano e vengono via via sfumati con il vino e il pomodoro.