

La tradizione natalizia genovese a tavola.

“ Dè Nà ” antica espressione genovese per dire Natale. Dio è nato! Se in altre regioni il simbolo natalizio è il pungitopo, il vischio o l'abete, a Genova è rappresentato “da a ramma d'ofueggio”, un ramo d'alloro addobbato con fichi secchi, mandarini, mele Carle a fettine e poi seccate e pere Martine.

Il tutto è sospeso “co-o fi ferragin” e infiocchettato con ciuffi di bambagia, in modo che si abbia l'impressione della neve.

Questa tradizione dell'alloro si rifà all'usanza del “confeugo”. Risale al 500, quando l'Abate di Genova offriva al Doge un cepo fronzuto di alloro. Il doge lo accettava e lo ardeva nel cortile del palazzo Ducale: era “l'abbruciamento del confeugo con sparo di moschetti et mascoli”. I carboni del ceppo, raccolti dal popolo, rappresentavano un buon auspicio per l'anno a venire. Anticamente, la cena della Vigilia di Natale era la cena delle Nove Pietanze, tra le quali lasagne farcite con noci e formaggio, rape cotte sotto la brace, castagne

pizutelle di bosco. Poi fu convertita in magro strettissimo; in attesa del pranzo di Natale ci si accontentava di una zuppa a base di cavolo nero, o secondo le zone nel levante, cavoli con baccalà e nel ponente, stoccafisso mantecato con patate: il brandacujun. Era il modo rituale di osservare il digiuno richiesto dalla pratica religiosa. La mattina di Natale, a colazione, si consumava la tradizionale torta di zucca.

PRANZO DI NATALE

Il pranzo tradizionale di una volta, paragonato all'abbondanza di oggi, sembra assai misero. La ritualità del desco si apriva con: natalini in brodo di cappone ripieno o in alternativa il brodo del tacchino alla storiona, accompagnato con trippe e palline di salsiccia. I ravioli, invece, erano destinati a Santo Stefano come recupero degli avanzi. Seguiva la carne del cappone lessato, contornato da mostarda oppure il tacchino bollito con gelatina. Il menu continuava con scorzonera e formaggetta fresca delle valli liguri. Si terminava con frutta

secca, confetti, frutta candita, caramellati e il pandolce. Per questa ultima portata la tradizione esigeva che il più giovane estrasse il rametto di ulivo conficcato al centro del dolce e lo conservasse come buon auspicio.

Il più anziano della tavolata tagliava le porzioni: due fette di dolce venivano risparmiate, una per il primo viandante che avrebbe bussato alla porta e l'altra per San Biagio, protettore della gola e consumata quasi come atto eucaristico a salvaguardia dei mal di gola.

Tutto veniva innaffiato con vino di Coronata e lo Sciacchetra accompagnava i dolci. Sulla tavola brillavano i “lumin” fatti con la buccia dei mandarini e colmi di olio, il picciolo centrale era lo stoppino.

Dal ramo di alloro ornato si potevano assaggiare torroncini e gli altri dolci appesi. La festa natalizia terminava con giochi sociali, come la tombola, il mercante in fiera e il giro dell'oca. Anche le successive feste avevano dei cibi rituali:

a San Silvestro la trippa, che era considerata di buon auspicio.

A Capodanno si servivano i corzetti della Valpolcevera al sugo d'arrosto di maiale, preparati asciutti, ma mangiati col cucchiaino. Chiudeva il banchetto dell'Anno Nuovo l'uva, conservata appositamente dalla vendemmia, con i suoi acini biondi stava a simboleggiare le monete d'oro.

Alla Epifania era d'obbligo mettere in tavola un piatto di lasagne e come dolce degli anicini.

Sergio Schiaffino



NATALINI IN BRODO

per 8 persone.

Ingredienti:

Natalini 400 (maccheroni di Natale), Trippa già cotta 400gr, Salsiccia 200 gr, Coste di sedano o cardo Brodo di cappone 3lt, Grana grattugiato 200 gr

Tagliare a listarelle sottili le trippe. Fare 8 palline con la salsiccia spellata. Tagliare a julienne sedano o cardo. Lessare nel brodo la trippa e la verdura, dopo 10 minuti unire i natalini e dopo ulteriori 10 minuti le palline di salsiccia. Portare a cottura e servire ben cosparsi di formaggio.



CAPPON MAGRO.

Questo piatto è uno dei più particolari e caratteristici della cucina ligure, è una ricetta di antica e ignota origine. A quanto pare è nato dalla necessità di sfamarsi da parte dei marinai delle galee genovesi e si è evoluto nel tempo fino a diventare, in epoca rinascimentale, uno dei piatti più sfarzosi e complessi serviti sulle tavole della ricca aristocrazia genovese.

La ricetta del Cappon Magro non è impossibile, è però molto lunga da eseguire e va curata fin nei minimi dettagli. Al giorno d'oggi, proprio per la lunga tempistica di preparazione, viene cucinata di rado in casa, ma per un buon pranzo natalizio vale la pena provare a farla. Consigliamo di fare delle porzioni piccole,

utilizzando delle coppette di alluminio.

Le dosi indicate sono circa per 4 persone.

Ingredienti: gallette del marinaio (in mancanza di queste vanno bene le friselle o anche del pane raffermo o tostato), cavolfiore, fagiolini, carote, sedano, scorzonera, rapa rossa, asparagi, filetti di pesce cappone, salsa verde, una o due aragoste, gamberoni, mosciame di tonno o in assenza bottarga.

Per la salsa verde:

prezzemolo, acciughe salate, capperi, aglio, olio d'oliva, aceto e sale q.b.

Procedimento: fate bollire in acqua e aceto tutte le verdure separatamente, in quanto hanno tempi di cottura diversi, fate cuocere anche il pesce e i crostacei. Lasciate raffreddare tutto e poi tagliate le varie verdure a fette. Bagnate il pane in acqua e aceto bianco. Preparate la salsa verde.

A questo punto sistemate le fette di pane imbevute su un piatto, e a strati sistematte le varie verdure e i filetti di cappone (anche questi fateli a fette) secondo il vostro gusto, intervallandoli ogni tanto con una cucchiata di salsa verde.

In cima sistematte l'aragosta e intorno i gamberoni e il mosciame. Il vostro piatto è pronto, va servito freddo, anzi è consigliabile prepararlo un giorno prima.



Ri-creiamo insieme! IL PRESEPE VENUTO DAL MARE

Mi piace passeggiare sui lungomare delle nostre strade. Molto semplicemente mi sono stupita di quanta legna le ultime forti piogge hanno scaricato dai fiumi in mare. E tutta questa legna, con le mareggiate ha ricoperto le spiagge. Ho proposto ai miei alunni

di andare a raccoglierne un po' per fare un presepe, il presepe appunto "venuto dal mare". Loro mi dicevano, dopo aver scelto i pezzi che piacevano: "Attacca qua e attacca là". Ed io con la colla a caldo ho attaccato. Ecco il risultato con qualche foto.

— M. Grazia Monopoli



poesie

A Gesù Bambino
Umberto Saba

*La notte è scesa
e brilla la cometa
che ha segnato il cammino.
Sono davanti a Te, Santo Bambino!
Tu, Re dell'universo,
ci hai insegnato
che tutte le creature sono uguali,
che le distingue solo la bontà,
tesoro immenso,
dato al povero e al ricco.
Gesù, fa' ch'io sia buono,
che in cuore non abbia che dolcezza.
Fa' che il tuo dono
s'accresca in me ogni giorno
e intorno lo diffonda,
nel Tuo nome.*

ABC

Il senso che diamo alle parole

— Marco Cisani

“dono”

Impariamo a valorizzare il dono di ciascuno, mettiamo sullo stesso piano chi ha un talento e chi ne ha dieci, purché vissuti con tutta la passione e con tutto se stesso; non è il talento personale che dimostra la nostra appartenenza, ma il nostro metterci a servizio in qualunque situazione.

“gioia”

Predisporre e conduce alla bellezza, mantiene il cuore bambino e fa continuare a stupirsi

“Gesù”

Parola maiuscola che guida il nostro vivere e il nostro agire

“gratuità”

È la condizione fondamentale per un servizio generoso e pieno.

“Il peso di ciò che possiedo grava sulle mie spalle, il peso di ciò che dono è diviso con altri” - Rabindranath Tagore