

Antonietta Dosi-Giuseppina Pisani Sartorio

Ars culinaria -Dal Piemonte alla Sicilia i piatti degli antichi Romani sulle loro e sulle nostre tavole con 130 ricette antiche e 140 ricette rivisitate.

Donzelli editore 2014

Una filologa (Dosi) e una archeologa (Sartorio) hanno scritto un libro di cucina rifacendosi agli antichi Romani e confrontando i loro piatti con i nostri: moltissime le somiglianze!

Il loro è un viaggio tra le mense e le dispense dei nostri antenati alla ricerca delle origini delle nostre tradizioni culinarie.

Dopo un'analisi ampia sulla storia dell'alimentazione nell'antica Roma(mangiare dentro e fuori casa, i frutti della terra, gli animali, il vino, l'arte culinaria, la cottura e i menu,le grandi abboffate, primi e secondi piatti, contorni, formaggi ,dessert...),le autrici confrontano ricette della tradizione dell'Italia antica greco-romana con le ricette delle cucine regionali attuali: un confronto a cui sono sottoposte tutte le regioni da nord a sud .

Viene messa in risalto anche l'influenza degli etruschi , dei greci e dell'oriente: per esempio, la conquista del Mediterraneo orientale significò per la gastronomia dei romani l'uso delle spezie.

A partire dalla formazione dell'impero i romani delle classi più agiate divennero buongustai e si contendevano i bravi cuochi a suon di sesterzi; i cuochi potevano anche essere affittati per cene imporatanti...a cifre vertiginose , come ci tramanda Marco Apicio.

A proposito della Liguria, le autrici citano alcune ricette che risalgono agli antichi romani come la **mesciùà**, minestra tipica del levante che deriva dal latino *misceo*= mescolo

la torta pasqualina che risale a una ricetta risalente a Catone il censore(III sec.a.C.)

la cima:

ecco la ricetta di Apicio che nel *De re coquinaria*(VIII,4) ci tramanda il“*Porcellum elixum farsilem*”= porcello lessato ripieno:

“Vuota il maialetto delle sue interiora e rimane la carne.Trita pepe, levistico, origano, bagna con il *garum* e aggiungi cervella cotte in quantità sufficiente, sbatti le uova, lavorale con il *garum* e taglia a pezzetti salsicce cotte.Nel frattempo lava nel *garum* il maialetto di cui hai già fermato la carne, riempilo, chiudilo

con fermagli, adagialo in una sportella che immergerai in una marmitta di acqua bollente.Dopo la cottura puliscilo con una spugna e servilo senza pepe”.

Apicio visse sotto l'impertore Tiberio e fu noto per la sua ghiottoneria e golosità: il *De re coquinaria* è un ricettario, una specie di Artusi per i romani più raffinati in fatto di gusto.

Il **garum** era una salsa che si preparava con pesci marinati e salati:gli antichi romani lo aggiungevano come condimento a molti primi e secondi piatti. Le notizie su questo condimento sono però molto frammentarie e talvolta contraddittorie, di conseguenza c'è incertezza su cosa fosse e come si preparasse, quali i pesci adoperati. Apicio comunque lo adopera in ben venti piatti!

Alcuni sostengono fosse simile alla [pasta d'acciughe](#) , altri al liquido della salamoia delle acciughe sotto sale che nella costiera amalfitana ed in particolare a Cetara si può gustare anche oggi con il nome di *colatura*.

