



Accademia di Studi Storici Brig - Brescello

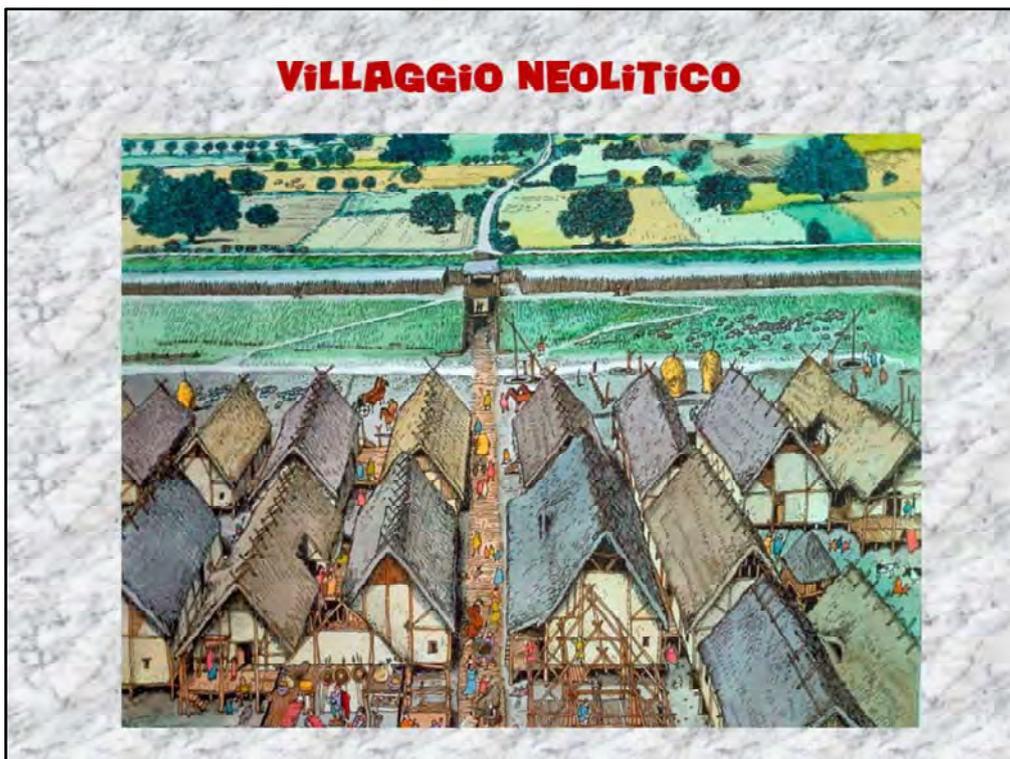
STORIA DELL'ALIMENTAZIONE- PARTE I



di Laura Zilocchi Poli

**Mercoledì
14 giugno
2017**

Prima di parlare di come si alimentavano gli antichi romani, occorre ripercorrere velocemente la storia dell'alimentazione; questa ebbe inizio quando l'uomo primitivo scoprì l'utilizzo del fuoco e imparò a non cibarsi esclusivamente di crostacei e radici spontanee ma a cuocere sulla brace le carni di animali che aveva cacciato grazie all'utilizzo della selce,



L'origine del Neolitico europeo viene collocata nella cosiddetta “Mezzaluna fertile”, area compresa tra Turchia, Siria, Iran e Iraq dove già a partire dal nono-ottavo millennio, alcune comunità iniziarono ad osservare attentamente la natura e a fare esperimenti per dominarne i cicli vegetativi.

Era l'alba del sesto millennio quando anche nell'Italia settentrionale comparvero i primi segni di un nuovo modo di vivere: si scoprirono l'agricoltura e l'allevamento del bestiame così che la dieta si arricchì di proteine e dei primi cereali.

La Puglia fu la prima delle nostre regioni dove si diffuse il Neolitico: alla fine del settimo millennio si costruirono villaggi difesi da fossati, si iniziò la coltivazione sistematica dei cereali, si allevarono bovini, ovini, suini e si fabbricarono vasi per la cottura dei cibi. Si fabbricarono le macine in pietra arenaria per ridurre i chicchi dei cereali in farina.

Durante il Neolitico si ebbe anche un miglioramento del clima rispetto alle precedenti fasi glaciali che favorì la crescita della vegetazione: tutta l'Europa si rivestì di boschi di quercia e il clima caldo umido agevolò l'agricoltura.

Gli uomini impararono a disboscare appezzamenti di terreno, a bruciare i tronchi e a disperderne le ceneri sul suolo mescolandole alla terra con rudimentali zappe e picconi per renderlo più fertile e a seminarvi orzo e farro principalmente. Per la cottura dei cibi i nostri antenati ottennero dei forni veri e propri scavando una buca nella terra bruciandovi sul fondo dei legni; sulle braci ottenute venivano posati ciottoli e sassi che presto diventavano roventi e sui quali a sua volta era deposto il cibo. Il rudimentale forno

veniva poi chiuso con frasche intrecciate ricoperte con argilla per mantenere a lungo il calore. Anche i cereali, per preservarli da insetti e animali, venivano conservati in vasi di ceramica posti in pozzetti scavati nel terreno e sigillati con un tappo sempre in argilla.



Di tutto questo periodo naturalmente non esistono testimonianze scritte ma è il frutto di ricerche archeologiche; le prime testimonianze scritte e figurative le troviamo a partire dal quinto – quarto millennio a.C. nell'antico Egitto che ci descrivono quali alimenti venivano consumati, la fabbricazione della birra, la coltivazione della vite e la preparazione del pane. Qui devo aprire una piccola parentesi perchè la più antica bevanda alcolica risalente a settemila anni a.C e scoperta dall'Archeologo Patrik McGovern dell'Università della Pennsylvania è stata rinvenuta nel villaggio di Henan in Cina ed era una bevanda fermentata a base di riso, miele e uva.

Sulla preparazione del pane invece sarebbe necessario aprire un paragrafo a parte, tanto fu la sua importanza nella storia dell'alimentazione: intorno al tremilacinquecento avanti Cristo gli egizi scoprirono la fermentazione, un impasto che lasciato all'aria e cotto il giorno dopo rendeva il pane più morbido. Erodoto, (484-425 a.C.) ci descrive il Kyllastis e racconta che mentre gli altri popoli gettavano la parte inacidita gli egizi la conservavano con grande cura considerandola cosa sacra, forse un fenomeno soprannaturale. Dall'Egitto la panificazione passò alla Grecia che arrivò a produrre più di 70 qualità di pani.



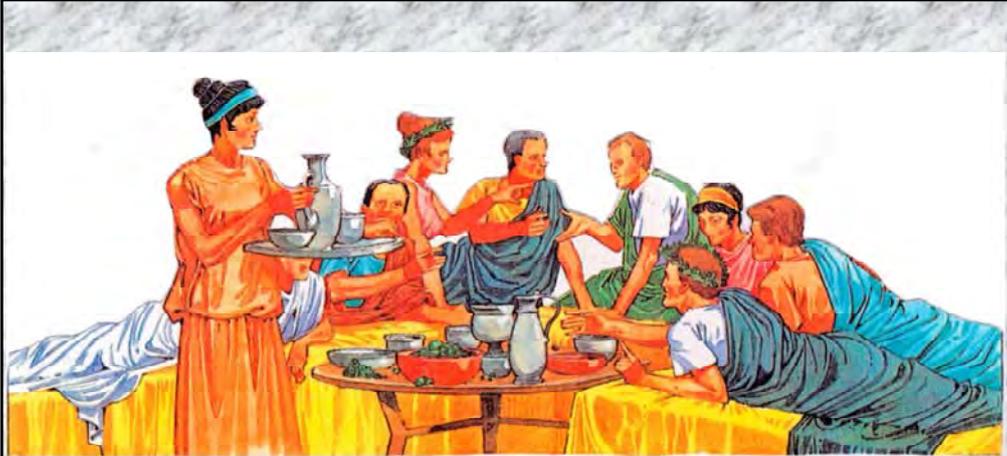
Inizialmente il pane non era ottenuto con il frumento ma con altri cereali; ad Atene ad esempio era ottenuto con una farinata di orzo tostato impastato poi con semi di lino, coriandolo, sale, La cottura avveniva non più nella terra o su una pietra ma “sub testu”, la pagnotta messa cioè su una base di terracotta e chiusa da un coperchio ovale con un manico al centro sempre in terracotta. Il tutto veniva circondato da braci sia intorno che sopra. Agli eserciti era destinata una specie di galletta durissima che poteva conservarsi per lungo tempo e questo pane era detto “Panem Buccellatus” Ai gladiatori veniva invece dato un pane detto Hordearia, da Hordeum, cioè orzo e i gladiatori detti appunto Hordearii cioè nutriti con pane di orzo.



Il pane dei romani era invece una specie di polentina detta “puls” composta da farina di fave e altri cereali mischiati ad acqua ; cotta restava piuttosto morbida e poteva essere arricchita di volta in volta con quello che si aveva a portata di mano, come formaggi, verdure. Non si ha l'assoluta certezza dell'epoca in cui iniziò l'uso della farina di frumento al posto di quella di segale, di avena o di orzo ma pare che i romani abbiano iniziato ad usarla nel secondo secolo a.C.

Arrivò così anche a Roma, con secoli di ritardo, il pane lievitato che arrivò ad assumere un ruolo importantissimo: il pane era il cibo simbolico della cittadinanza e il contadino diventava cittadino nel momento in cui riceveva frumento. La cultura del grano era segno di agiatezza corrispondente quindi a un censo superiore. Lo stato di Roma assegnava una condizione di privilegio a due gruppi: all'esercito e alla plebe cittadina della capitale che poteva rivendicare la distribuzione del grano come diritto di uomo libero.(plebe frumentaria).

Più o meno nello stesso periodo in cui gli egizi scoprivano la fermentazione, anche i babilonesi facevano le stesse conquiste in campo alimentare, pare anzi siano stati i primi ad usare l'olio d'oliva nei loro piatti, le erbe aromatiche e le spezie. Sempre i babilonesi adottarono l'uso di mangiare sdraiati, uso di cui si impadronirà l'Egitto che lo trasmetterà alla Grecia che a sua volta passerà ai romani.



BANCHETTO NEL TRICLINIO

Ogni letto poteva ospitare 3 persone, un banchetto era composto quindi al massimo da 9 partecipanti

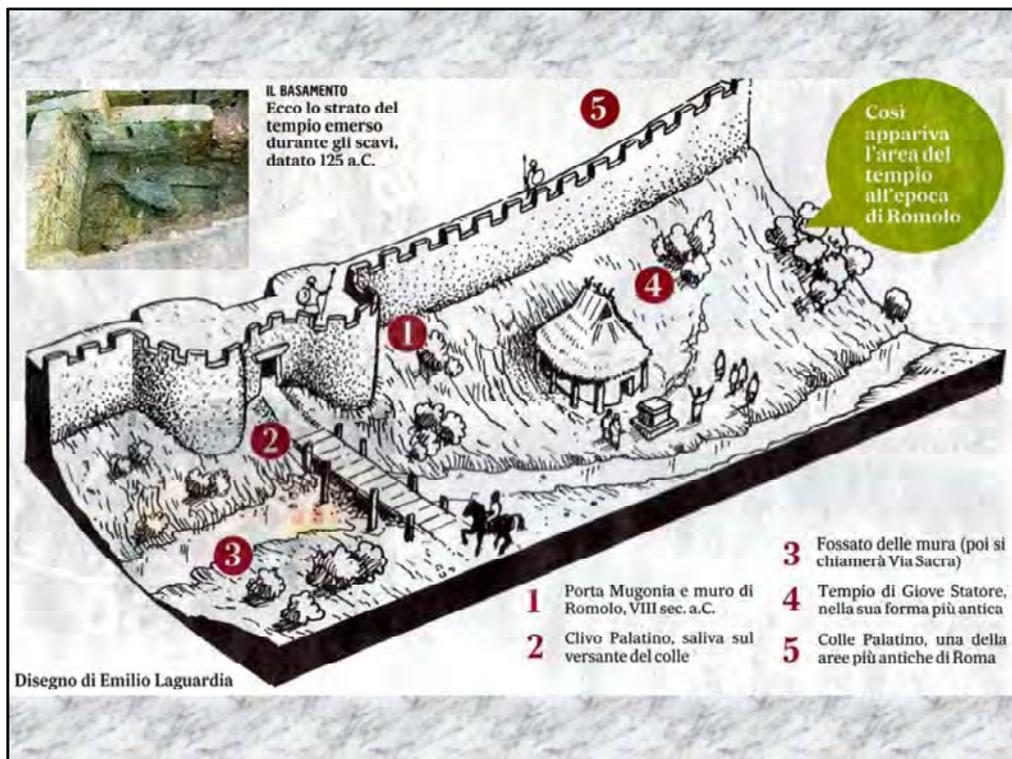
In seguito alla invenzione della scrittura, dagli autori ellenistici quali storici, geografi, cronisti, poeti, commediografi ci arrivano notizie sui cibi, sui modi di cucinarli, sui banchetti e i vini. Alcuni studiosi compilarono libri che avevano come unico argomento la cucina e i suoi ingredienti; nel quarto secolo a.C. Megastene, uno ionico dell'Asia Minore al seguito di Alessandro il Grande, nella sua "Storia dell'India" si occupò della gastronomia indiana mentre il suo generale greco Nearco fu il primo europeo a descrivere la canna da zucchero come "pianta che produce miele senza bisogno di Api". Nonostante quindi lo zucchero fosse conosciuto grazie alle conquiste di Alessandro, per molti secoli fu utilizzato esclusivamente come medicamento mentre in India lo si usava da ben tremila anni! Dovevano arrivare in seguito gli arabi ad insegnarci sia la sua coltivazione attraverso piantagioni in Sicilia che il suo utilizzo tanto che l'etimologia di zucchero deriva dall'arabo "Sakkara", che significa sabbia, ghiaia.



Con la caduta dell'Impero Persiano nelle mani di Alessandro Magno, il mondo ellenico si allargò verso oriente; sulle tavole greche arrivarono nuovi cibi, dalla Fenicia i datteri, dall'Iran i carciofi, dall'India le zucche e soprattutto arrivarono le spezie.

A questo punto vorrei fare un passo indietro: gli avvenimenti sono così strettamente legati tra loro con le conquiste da dover ripartire dalla fondazione di Roma. Il 21 aprile del 753 a.C. lo storico latino Varrone, sulla base di calcoli effettuati dall'astrologo Lucio Taruzio, stabilì la data della fondazione di Roma, data cui si attengono tutti gli studiosi non essendoci altre fonti se non appunto quelle di Varrone.

Divergenze ci sono invece tra gli archeologi sulla sua effettiva fondazione, se sia nata cioè da un modello delle polis greche esistenti nel sud Italia, come ritiene l'archeologo Carandini che scoprì una antica cinta muraria che potrebbe essere l'antico muro di Romolo o che, secondo altri studiosi, sia stata la progressiva unione in un centro che diventerà urbano, di insediamenti dispersi sui vari colli. Verso l'Aventino e il Quirinale erano stanziati i Sabini e chi di noi non ricorda il famoso ratto delle Sabine da parte dei romani?



Il luogo dove sorse il nucleo iniziale di Roma, lungo la sponda sinistra del Tevere e non molto distante dal mare, favorì lo scambio di merci come il sale, di fondamentale importanza e di bestiame. Sin dall'ottavo secolo a.C. vi arrivavano a commerciare sia i fenici che i greci e la città era al crocevia di due importanti vie di comunicazioni commerciali: la prima, dalle città etrusche del nord arrivava sino in Campania dove i greci avevano fondato le loro polis, l'altra dai monti della Sabinia arrivava sino al mare ed era utilizzata soprattutto per il trasporto del sale tramite la via Salaria e la via Campana.



Inizialmente quindi, a parte il commercio di sale e vasellami, la pastorizia era prevalente e conseguentemente l'alimentazione era basata sul latte di ovini, formaggi e verdure.

Soprattutto le verdure costituivano la base dell'alimentazione, compresi aglio e cipolle di cui tutti facevano largo uso; Catone il Censore, autore del famoso "Liber de Agri Cultura" oltre a spiegare come e quando dovevano avvenire le semine, raccomandava il cavolo e di mangiarlo crudo condito con aceto come toccasana per il mal di stomaco e altri dolori vari. La fava non era un legume largamente usato; invisio ai pitagorici che credevano nella reincarnazione erano convinti che vi fosse l'anima di un defunto essendo il fiore di questo vegetale bianco macchiato di nero, colore rarissimo tra i fiori e secondo Varrone tra quelle macchie si leggeva l'iniziale di thanatos, cioè morte.

Alle donne era affidata la raccolta delle erbe, di cui se ne conoscevano un centinaio di commestibili, e dei frutti, dei funghi e dei tuberi come la pastinaca, molto simile alla carota e che ancora oggi è coltivata e consumata nel basso Salento a Tiggiano, Specchia e Tricase.

Diversi secoli dopo, i cereali e i legumi costituivano ancora le provviste alimentari dei viaggiatori e dei soldati romani i quali avevano, nel loro bagaglio, oltre al farro e l'orzo, pezzi di lardo di maiale e formaggio.

L'agricoltura era considerata una nobile attività e chi vi si dedicava era tenuto in alta considerazione tanto che i più alti personaggi dello Stato allo scadere del loro mandato politico tornavano a lavorare la terra.



PAVIMENTO MUSIVO
con pesci, cacciagione e frutta

Fu grazie agli Etruschi che i romani impararono a nutrirsi con un cibo più variato e ricco di proteine costituito da selvaggina, pesci di mare e di fiume e animali da allevamento come i polli e le oche. Entrati in contatto con la Magna Grecia impararono ad apprezzare i frutti dell'olivo e della vite che avevano usato sino ad ora esclusivamente per riti religiosi, usanza quest'ultima appresa sempre dagli Etruschi che non dimentichiamo, vivevano anche in queste terre.



Con il vino gli etruschi onoravano i defunti, insieme a danze e suono di flauti e nell'aristocrazia dell'epoca si praticavano riti segreti riservati esclusivamente agli iniziati in onore di Fuflus, il dio del vino, Bacco per i romani. Semi di vite sono stati ritrovati nelle tombe etrusche del Chianti.

In una società comunque ancora assorbita da preoccupazioni materiali, anche la vita religiosa era contrassegnata essenzialmente da rituali di pratiche magiche miranti ad ottenere la fecondità delle colture e a tenere lontani i malanni dagli animali. Venivano così dedicate ai vari dei le primizie dei raccolti e se la dea Cerere si accontentava di un pugno di farro, una mica di sale con qualche grano di incenso nel braciere, altri dei richiedevano sacrifici di animali come porci, pecore, capre.

Dopo l'uccisione e letto il futuro negli intestini da parte degli auguri, la carne veniva suddivisa tra tutti in parti uguali ed era questa una delle rare volte in cui si mangiava carne.

Per lungo tempo il pesce fu un alimento piuttosto raro e sarebbero passati diversi secoli prima che a Roma si sviluppasse l'itticoltura. Non conoscendo lo zucchero il miele serviva per tutti gli usi, sia sulle carni che sulle verdure e da loro abbiamo conservato le ricette della preparazione di alcuni cibi in agrodolce.



Poichè come abbiamo più volte detto la loro dieta era basata prevalentemente sulla verdura, perchè questa avesse sapore utilizzavano moltissimo sale, utilizzato persino come companatico, cioè pane e sale. Il sale dunque ebbe un posto importantissimo nello sviluppo dell'economia romana, come dimostrano le grandi saline alle foci del Tevere. Dai greci impararono a estrarre l'olio, a nutrirsi di olive e a conservarle in salamoia o nella sapa, che credo tutti conoscano oggi come "saba". Sempre Catone il Censore, vissuto tra il terzo e il secondo secolo a.C, scrisse che la sapa era utilizzata in moltissime preparazioni culinarie che andavano dalle carni ai dolci. Virgilio (I sec.a.C.) informava che nel vino cotto venivano conservati anche i chicchi dell'uva oltre l'altra frutta mentre il Palladio, scrittore latino e autore di ben quattordici libri sull'agricoltura, nel IV secolo d.C. forniva diverse spiegazioni sulle diverse preparazioni della sapa o vino cotto:

Al "defrutum " è stato dato questo nome perchè il mosto deve bollire a fiamma bassa sino a quando si è molto ristretto...il "caroneum" è vino cotto, ottenuto attraverso la bollitura del mosto ottenendone un terzo del prodotto originario e conservato in appositi vasi detti carenarie...la sapa migliore si ottiene se cotta con mele cotogne su legna di fico..."



Per condire il pesce esisteva una ricetta preparata con la sapa e cioè: “ olio di Venafro di prima spremitura, estratto di pesce dell'Iberia, vino di cinque anni di Chio versato mentre il tutto bolle, pepe bianco con qualche goccia d'aceto dell'isola di Lesbo, eruche (ruchette) verdi, enula amara e succo di ricci di mare..

Naturalmente avevano imparato non solo a bere il succo d'uva ma ad ottenere il vino e Orazio ce ne da alcune descrizioni nelle sue “Satire”: “...se il vino Massico è un po' torbido, esponendolo di notte a cielo sereno si affinerà e svanirà quell'odore che dà sui nervi ma filtrato nel panno perderà l'aroma genuino...” e ancora...” ...mescolando le vinacce del Falerno ai vini di Sorrento il dispensiere accorto fa depositare la parte impura con uovo di colombo in quanto il tuorlo scendendo al fondo fa depositare le scorie...”



In un primo tempo, solo i vini greci erano apprezzati ma mano a mano che la produzione vinicola assumeva una certa importanza, con l'affinarsi dei gusti e le nuove ricette, anche i vini italici divennero sempre più apprezzati. Si mescolarono dapprima droghe al vino all'uso degli Etruschi che ne ricavano potenti afrodisiaci o univano miele per addolcire. In Grecia la leggendaria bevanda degli eroi era il Kykeion, composta da vino, orzo, miele e formaggio grattugiato. A Roma, come bevanda sacrale all'inizio dei convivi e adatto alle donne, si usava un vino addolcito con miele, cannella e chiodi di garofano, il Mulsum, praticamente identico al nostro Vin Brulè. Nelle zone comprese tra le provincie di Reggio e Modena, dalle colline sino al confine naturale del Po e poco oltre la sponda mantovana, si trovano i vigneti di lambrusco, vino tra i più nobili; la vite selvatica da cui provengono gli attuali vigneti, detta "labrusca vitis" dai romani, era già nota agli etruschi ed esemplari delle sue foglie fossili si trovano nei terreni dell'era eocenica. I romani ne ricavano una bevanda aspra che Plinio celebrava per le sue virtù medicamentose. Catone ricordava nei suoi scritti le fertili viti dell'Emilia definendole "trecenarie" perchè rendevano trecento anfore ogni jugero. Spesso, non potendo conservarlo a lungo si trasformava in aceto diventando imbevibile e qui cito volentieri un epigramma attribuito a Luciano di Samosata nel II secolo d.C. inviato a un amico:

Tu m'inviasi sovente del vino e grato ti fui,
di quel nettare godendo.
Ma non mandarmene adesso, se m'ami:
d'un vino siffatto non ho bisogno: non ho più insalata.



Mentre la gente comune nelle taberne trovava vini di pessima qualità, i romani più raffinati gustavano vini prelibati con appositi bicchieri come l'ampolla o il guttus (rimasta nell'espressione popolare " un gotto di vino"); questi permettevano di gustare il vino come il foliatum e il nardinum che contenevano estratti profumati, goccia a goccia. Il vino veniva sempre filtrato e servito in tavola in anfore chiuse con tappi in argilla, il sigillo era spezzato davanti agli ospiti. Il sigillo, detto pittacium era una specie di etichetta che recava l'annata del vino definita dal nome dei consoli in carica la cui magistratura, si sa, durava un anno.

Già a partire dal II secolo a.C. le vittorie riportate con le conquiste dei territori e i bottini di guerra fecero affluire nella città di Roma molte ricchezze e i mercanti iniziarono ad importare merci di lusso così che anche la cucina iniziò ad arricchirsi con spezie provenienti dall'oriente come il pepe e la cannella, considerati indispensabili per i cibi e le bevande.



Alla fine della Repubblica, navi mercantili cariche di spezie arrivavano dal vicino oriente e dall'Egitto; attraverso le pianure dell'Arabia e dell'Asia Minore transitavano carovane che provenienti dall'estremo oriente arrivavano ai porti egiziani dove attraccavano le navi a loro volta provenienti dall'Oceano Indiano. Lì si svolgevano i commerci con l'India e lo smistamento delle merci con le preziose spezie sigillate ermeticamente in vasetti: già nel I secolo l'importazione tra l'India e Roma ammontava a cento milioni di sesterzi l'anno!

Comparvero anche i primi libri di cucina ad imitazione di quelli che già esistevano nell'antica Grecia, scritti solo da cuochi per i cuochi arrivati a Roma, questi ultimi, come schiavi o immigrati.

Con la conquista dell'oriente e gli intensi rapporti con l'Asia, arrivò a Roma “ tutto quanto la terra produce di bello e di buono”, secondo quanto scrisse Plinio il giovane (Ep. III.5.10).



L'età di Augusto rappresenta un momento di svolta: da Repubblica Roma diventa un Impero e il suo principato sarà il più lungo della Roma Imperiale. Si ha una rivoluzione dal vecchio al nuovo sistema politico, economico, militare, giuridico e culturale; si arriva a tutti gli effetti a una nuova "età dell'oro".

Nel sistema militare, che è quello che più ci interessa per la nostra ricerca, vengono inserite le truppe ausiliarie, un corpo dell'esercito reclutato tra le popolazioni della provincia o alleate con Roma, truppe che entravano di diritto in possesso della cittadinanza di Roma dopo 20 – 25 anni di ferma militare. Perché ci interessano le truppe ausiliarie e i veterani?

Ottaviano Augusto nella battaglia di Azio nel 31 a.C. con la quale sanzionò la sua egemonia, non solo non espulse i veterani che già si erano insediati un decennio prima nella Cisalpina ma anzi, effettuò una nuova distribuzione ai suoi veterani a Parma, Piacenza, Modena e Brescello (Dr. Ivan Chiesi – St. di Brescello p.24); l'appezzamento che ogni veterano riceveva era di due jugeri corrispondenti a circa cinquemila mq. di terreno.



Questi uomini provenienti da altri territori anche molto lontani non solo portarono nuove conoscenze ma trovarono qui terreni fertilissimi, acque in abbondanza e sterminati boschi di querce, tigli, olmi, carpini popolati da cervi, caprioli lupi, cinghiali e soprattutto maiali.

Polibio, storico e uomo politico greco vissuto dal 200 al 120 a.C, già ne descrisse l'abbondanza di ghiande e di porci “ ...uccidendone moltissimi per vitto quotidiano e per serbarne le carni per uso degli eserciti, onde l'alimento che occorre per i medesimi è tutto rifornito da quella pianura...”

Anche lo storico Strabone scriveva: “...lassù nella Gallia Citeriore vi è una pianura sparsa di colline fruttifere dove si allevano maiali in modo diverso, si sa conservare la carne a lungo e i boschi hanno tanta ghianda che dei porci pasciuti colà alimentasi Roma...” Marziale scrisse che nella Gallica Parma molte erano le pecore e e molti i maiali. Il Rognoni scrive che “dagli scavi delle terremare si ebbero copiose spoglie di maiali che appartenevano a una razza estinta nell'Emilia ma analoga a quella che ancor oggi vive nei grigioni: piccola assai, a orecchi diritti, a setole lunghe e con la dentatura propria degli erbivori”.



La descrizione di porci pasciuti di Strabone ci porta a pensare ai nostri salumi e prosciutti e alle legioni romane cui dobbiamo la loro diffusione. Correva il 295 a.C quando la costa settentrionale delle Marche, abitata da una tribù gallica, i Senoni, fu sottomessa da Roma nella battaglia di Sentino; gli sconfitti furono cacciati dall'agro che ancora oggi prende il nome di Senigallia e relegati verso i monti dove però continuarono a fare il loro "patè de campagne" a base di carne di maiale, lardo e fegato mescolati e insaccati. I romani ribattezzarono questo primo "salame" "cibuscolo" cioè piccolo cibo oggi meglio conosciuto come ciauscolo, un salame spalmabile .

Spingendosi più a sud le legioni giunsero a contatto con i Lucani che avevano un'arte particolare per insaccare il maiale. Varrone scrisse nella sua enciclopedia che i soldati ne appresero l'arte; tutti oggi conosciamo la lucanica o luganega cioè il salsicciotto della Lucania, del quale già si parlava quattrocento anni a.C. nelle commedie di Aristofane. Il fatto che la luganega o lucanica si sia spostata nel nord dell'Italia scomparendo invece in Basilicata, lascia intuire che le legioni abbiano avuto una influenza non secondaria nella diffusione del prodotto.

Catone, nel suo "De Agri Cultura CLXII) sui prosciutti raccomanda di "disporli in una giara tra due strati di sale romano macinato (sale romaniensis molitus) e dopo diciassette giorni ripulirli, cospargerli di olio e sospenderli al fumo del camino per due giorni prima di essere nuovamente cosparsi di olio e aceto" Maestri in quest'arte, continua, erano i galli; dalla Gallia Cisalpina si importavano prosciutti comacini e cavarini, come pure le oche che arrivavano anche dalle Fiandre.



Mentre i nostri legionari diventati di fatto cittadini romani appartenenti in vari modi all'élite brescellese come si evince dalla monumentazione di aree sepolcrali a partire dalla località Ravisa già in età triunvirale, pensavano ad affumicare prosciutti e a darsi alla pesca, diversa era la vita a Roma città. Vero è che ogni cittadino dell'urbe aveva diritto al pane ma per poter mangiare qualcosa di caldo era costretto ad acquistarlo già pronto nelle tabernae o lungo le strade brulicanti di venditori.

Le case della plebe erano infatti soggette ad incendi per cui se la mattina potevano cibarsi con un pezzo di pane e un pezzetto di formaggio o un uovo e qualche frutto, per una minestra calda o un tomaculum arrostito (salsicciotto) erano costretti ad uscire. L'odore dei cibi invadeva fori, templi, vicoli, terme, dall'alba sino a notte proveniente dai banchi degli ambulanti e le taberne.



Marziale nei suoi epigrammi racconta che questi venditori avevano sottratto le strade alla città tanto da farle sembrare sentieri; le bancarelle vendevano a detta di Seneca, biscotti, bibite, frutta secca, cibi caldi arrostiti o bolliti conditi con salse che forse oggi non sarebbero di nostro gusto.

Diversa era l'alimentazione dei ricchi; nelle loro cucine spesso situate nei sotterranei della domus e sorvegliata da schiavi, non mancavano polli, tacchini, cinghiali, caprioli, lumache cervi, lepri mentre il coniglio, più facilmente reperibile e importato in un primo tempo dalla Spagna, divenne cibo plebeo!

Tra Roma città e la Gallia ci fu un intenso scambio di derrate alimentari e prodotti ricercati: da una ricerca compiuta dal Corpo Forestale dello Stato pare che in epoca imperiale lo storione, acipenser per i romani, sturio poi per gli alemanni, fosse allevato nelle fresche acque di risorgiva della nostra pianura e le sue preziose uova servite nei banchetti dei nobili; Marziale scriveva che lo storione era cibo da imperatori. Per i frutti di mare e le ostriche che arrivavano sin qui dal mare fresche, avevano inventato uno speciale accorgimento non ancora scoperto dagli studiosi mentre il tonno arrivava sotto salatura: il "cibyum a un anno inferiore di età veniva tagliato a pezzi e condito con olio, aceto e mostarda dopo che gli era stata cambiata l'acqua diverse volte". Murene, anguille, lucci erano prelibatezze; Plinio il giovane dalla sua villa sul lago di Como scriveva che gli bastava gettare la canna direttamente dalla finestra per gustare ottimo pesce fresco!



Con un migliore tenore di vita la “puls” passò quasi esclusivamente a cibo per cani e altri animali mentre si importarono diversi tipi di frumento dalla Gallia, dalle Baleari, da Cipro, da Tebe, da Alessandria. Si ebbero così vari tipi di pane, alcuni dei quali molto soffici come il pane importato dai Parti chiamato acquatico perché impastato con acqua.

L'impero partico occupava l'attuale regione dell'Iran ed ebbe per lungo tempo il controllo delle spezie ed il commercio con l'oriente. Diversi prodotti importati dai romani erano conosciuti con l'attribuzione geografica di “partici” come il “laser particum” un'erba considerata al pari di una spezia di cui Nerone era ghiotto, o come il “pollo e l'agnello partici”.

Seneca, in esilio, a proposito dei Parti e del “pollo partico” la cui ricetta si trova in uno dei libri di Apicio, in una lettera inviata alla madre Elvia scrisse: “.....gli dei e le dee distruggano coloro la cui ghiottoneria va al di là dei confini di un impero tanto formidabile...vogliono che si catturi oltre il Fasi quel che serve a preparare la loro fastosa cucina e non si vergognano di procurarsi volatili da quei parti che non abbiamo ancora puniti...”



Da quanto scrive Seneca, possiamo capire che i gusti dei romani erano completamente cambiati e che il cibo non serviva più solo per un necessario sostentamento ma, specialmente per la classe elitaria già in epoca triunvirale, serviva ad elevarsi ulteriormente.

Scopriamo così che il foie gras non lo hanno inventato i francesi ma i greci sin dal quarto secolo a.C e che Metello Scipione, console nel 52 a.C.; ne introdusse le tecniche; i romani nella versione più sofisticata, chiamarono il foie gras "FICATUM" in quanto ingrassavano le oche con i fichi. Sulle tavole dei ricchi epuloni comparvero i costosissimi pavoni, apprezzati più che per le loro carni per le piume, gru arrosto e pappagalli. Sempre nelle Satire Orazio scrisse che "il figlio di Esopo, l'attore tragico amante di Metella, arrivò a far sciogliere nell'aceto una perla di gran valore tolta dall'orecchio di Metella certo al fine di trangugiare d'un tratto un milione..."

Sul "GARUM", una delle salse più famose e conosciute arrivate sino ai giorni nostri, esistono diverse ricette ma anche diversi pareri sulla sua bontà lasciati negli scritti dell'epoca. Plinio il Vecchio lo definisce "pesce marcio", Varrone lo descrive come "salamoia alla quale veniva aggiunto succo di pere" mentre Nerone ne era ghiotto e ne aggiungeva al vino che acquistava così un particolare sapore. Pare che il migliore si trovasse sulla costa atlantica dell'Africa e nel sud-ovest della Spagna e poteva raggiungere prezzi altissimi, al pari dei profumi più cari.



Orazio nel libro secondo ne diede questa ricetta: “ uva di Albano affumicata, condita con mele, feccia del vino, caviale, pepe bianco e sale nero”, altri consigliavano di non usare uva vinnucola. “Val la pena – sempre da Orazio – conoscere due qualità di salsa, una semplice che si compone di olio fresco, vino generoso e salamoia, non diversa da quella che prese odore negli orci di Bisanzio spedita in orci speciali, l'altra si ottiene con erbe triturate, sparsa con zafferano del monte Cerico e quando sia fredda con l'aggiunta di olio d'olivo”.

Per chi non poteva permettersi quella specialità, esistevano a Roma enormi contenitori nei quali veniva preparata con pesci molto meno pregiati. Utilizzato come condimento al pari del nostro dado anche per tutto il Medio Evo, lo si trova con il nome di “Nuoc Mam” nei negozi che vendono cibi orientali, proveniente dal Vietnam. In Italia è famosissimo il Garum di Cetara, meglio conosciuto come “colatura” e servito sugli spaghetti.

Il GARUM non era comunque il prodotto più ricercato e dispendioso utilizzato per insaporire i piatti: il SILFIO, una pianta selvatica che cresceva nei pascoli intorno a Cirene, oggi una parte della Libia e il cui succo era chiamato “LASER”era venduto al peso dell'oro. Cirene conìò addirittura diverse monete raffiguranti lo stelo del SILFIO, data l'importanza per l'economia cirenaica della pianta.



Il suo eccessivo utilizzo portò la pianta all'estinzione e pare che Nerone ne avesse ricevuto in dono l'ultimo esemplare: secondo Teofrasto sembra che i romani avessero cercato di aumentarne la produzione con coltivazioni intensive ma che la pianta crescesse solo su terreni incolti non dissodati. Purtroppo la ricchezza di cui aveva beneficiato Cirene grazie al SILFIO terminò con l'estinzione di quest'ultimo. Come curiosità, nell'araldica militare italiana, il SILFIO d'oro reciso di Cirenaica è il simbolo concesso alle unità che hanno combattuto nelle campagne d'Africa settentrionale durante la seconda guerra mondiale.



Tornando a Orazio, questi ci fa sapere che “ il cingiale umbro e pasciuto con ghiande di leccio fa traboccar il piatto rotondo di chi non ama le carni flosce...il cingiale laurentino rimpinzato d'erbe e di canne di palude è stomachevole.. e...di una lepore incinta l'intenditore cercherà le spalle...” Nel “Pranzo di Nasidieno” ci descrive l'arrivo in tavola di un cingiale lucano con contorno di siseris (raperonzoli) piccanti, lattughe, rafani e salamoia e feccia del vino di Coo, una gru a pezzi con sale e farro in abbondanza con fegato d'oca impinguata con succo di fichi, merli arrostiti allo spiedo e cosce di piccioni....Quando il porco era cucinato intero, era sempre farcito con ripieni tanto che alla scrofa fu dato il nome di TROIA, con riferimento al cavallo pieno di uomini

Nonostante tutte queste descrizioni di pranzi luculliani, Orazio non aveva partecipato ai pranzi di Apicio.

Nato nel 25 a.C, Marcus Gavius Apicius, meglio conosciuto come APICIO e morto alla fine del regno di Tiberio nel primo secolo d.C, fu un grande estimatore della più sofisticata cucina dell'Impero. Ricchissimo, secondo la testimonianza di Seneca morì suicida dopo aver offerto agli amici un pranzo pantaguelico, per timore della povertà nella quale, secondo lui, era caduto a causa delle folli spese sostenute per banchetti.

Il giorno in cui decise di togliersi la vita possedeva ancora diecimilioni di sesterzi, cifra che oggi equivarrebbe a circa sette milioni e mezzo di euro ma per lui, che ne aveva già dilapidati sessanta milioni, ciò che gli restava era una miseria. Del resto la sua preoccupazione era comprensibile poiché un pranzo o una cena costava mediamente duecentomila sesterzi e questo quando non avevano ancora iniziato a strafare!

Il nome di Marcus Gavius Apicius divenne dopo la sua morte sinonimo di buona cucina e fu preso a prestito dai cuochi più eccelsi nell'arte culinaria sino a quando, nel 230 d.C. un cuoco di nome Celio compilò una raccolta di ricette in 10 volumi dal titolo “De re Coquinaria”, trascrivendo in un latino volgare e maccheronico centinaia di ricette contaminate da usi barbari e orientali mentre se andiamo a leggere anche solo le descrizioni di Ovidio ne “La cena di Trimalcione”, questa non corrisponde affatto alle preparazioni proposte dalle ricette apiciane.

Un dipinto ritrovato nella villa di Poppea a Oplontis riproduce un dolce che gli archeologi del cibo hanno provato a riproporre poiché si evince potesse essere simile all'odierna cassata, preparata con frutti conservati nella sapa, miele e ricotta, colorata con il succo dei frutti di bosco,



Di Lucullo si diceva avesse un solo cuoco bravo con il quale collaborava per inventare ricette ma in epoca imperiale una domus appena rispettabile ne aveva diversi: c'era l'ARCHIMAGIRUS che comandava tutti poi i COQUI generici, i fornaciarii per il pane, i dolciarii, i crustularii, i placentarii tutti addetti alle diverse pasticcerie e infine gli opsanatores, i dispensieri. E tutto questo senza contare chi serviva in tavola.

Nuove piante alimentari e nuovi alberi da frutto provenienti da lontane regioni comparvero nelle colture d'Italia; sempre Lucullo, più famoso per i suoi pranzi che come Generale, portò a Roma dal Ponto il ciliegio, il pesco e l'albicocco arrivarono solo nel I secolo d. C. e il limone molto dopo proveniente dalla Persia, motivo per cui questi frutti sono inesistenti nei libri di cucina di Apicio.



Si era però nel frattempo arrivati a un punto di non ritorno: l'enorme consumo di carni e di condimenti da parte di questi ceti costrinsero le autorità a porvi un freno per mezzo di leggi suntuarie e alimentari ma le misure adottate restarono prive di effetti sensibili. Citando un esempio, l'Imperatore Massimino nonostante le leggi suntuarie consumava da solo in un giorno 40 libbre di carne corrispondenti a circa 13 kg; la carne era arrivata ad essere una vera conquista per la città di Roma che già in età repubblicana aveva un milione di abitanti, duecentomila dei quali beneficiavano della concessione del grano. Più tardi tale concessione includerà l'olio, più tardi ancora il vino poi la carne quando ormai la decadenza era alle soglie.

Le cucine dei nobili si erano arricchite di cuochi provenienti da paesi orientali e del resto non solo nelle cucine ma anche nei quadri dell'esercito e della politica si stavano avendo infiltrazioni barbariche che si andavano sostituendo ai cittadini impegnati in gozzoviglie e spese folli mentre venivano tralasciati i lavori nei campi con una conseguente crisi produttiva e ritorno tra la plebe al pagamento in natura.



All'inizio del terzo secolo Diocleziano cercò nuovamente di porre rimedio e di arrestare la crisi economica varando un prontuario che fissava i prezzi dei prodotti sul mercato e regolava stipendi e salari ma la fine di tutto era vicina, nonostante l'affacciarsi del cristianesimo che proponeva una “cena fraterna” con pietanze variegata senza abbandonarsi a degenerazioni.

Molte sono le ipotesi riguardo la decadenza di Roma: da un punto di vista strettamente militare, l'impero decadde per mano di truppe germaniche di Odoacre nel 476 ma le date non sono comunque certe come non è certa neppure la caduta dell'impero. Già prima del 476 era caratterizzato da impronte germaniche tanto che l'ultimo imperatore Romolo Augusto fu rovesciato da federati germanici organici all'esercito romano anzi, l'esercito stesso non era altro che un insieme di truppe federate di Goti, Unni, Franchi e altri popoli barbari che combattevano nel nome di Roma.

Questo per quanto riguarda la storia ufficiale; occorre individuare però altri aspetti e cioè il forte calo demografico dovuto a guerre, carestie, epidemie, una crisi economica produttiva con crollo dei traffici, crisi e fuga dalla città, perdita di coesione sociale dovuta all'enorme squilibrio nella distribuzione della ricchezza: lusso eccessivo per pochi e povertà estrema per la massa dei contadini e infine mancanza di consenso nei confronti del governo causata da degenerazione burocratica e corruzione e infine eccessivo peso fiscale sui meno abbienti.

La struttura politica economica e sociale dell'Impero romano, già pericolante dal

terzo secolo, fu mandata in frantumi dalle invasioni barbariche: il 476 quindi, acclamazione di Odoacre Re, che rifiutò di acclamarsi imperatore, fu preso come simbolo della caduta dell'impero poiché sino a Carlo Magno non vi furono più Imperatori.

Bibliografia:

Catone, Marco Porcio - "Libro dell'Agricoltura" (Liber de Agri Cultura) trad. It. Di Rosa Calzecchi Onesti – Ed. degli Agricoltori – Roma 1964

Gelsi Salvatore – Zucca e tortelli – Archeologia mito e storia- Ed. Tre Lune, Mantova 1998

Salza Prina Ricotti, Eugenia - "L'arte del convito nella Roma antica" ed. L'erma di Bretshneider – Roma 1983

Wacher John - "Il mondo di Roma Imperiale – vol. II Vita urbana e rurale – ed. Laterza-Bari

Antonietta Dosi-Giuseppina Pisani Sartorio - Ars Culinaria – Donzelli ed. 2012

Dr. Ivan Chiesi – Storia di Brescello – MUP – Monte Univ. Di Parma editore