



Silvia S.

La ripresa dei corsi

I corsi di lingua e cultura italiana sono ripresi la seconda settimana di settembre. Ad inizio ottobre una classe supplementare è stata aperta per accogliere tutti i nuovi allievi. Il gruppo dell'attività "Italiano" è cresciuto anche quest'anno.

In tutte le classi c'è una grande effervescenza.

La motivazione è grande e quasi tutti i nuovi arrivati si erano avvicinati allo stand durante il forum delle associazioni. Sono ormai 15 anni che partecipo al **forum delle Associazioni** ed ho potuto constatare un cambiamento negli anni: prima tanti venivano allo stand d'Italiano per curiosare, chiacchierare, raccontare delle proprie esperienze "italiane". Solo una piccola parte si presentava dopo, al corso, per provare.

Adesso quasi tutte le persone che vengono allo stand sono già convinte di voler imparare l'italiano; ne vengono meno ma più motivate e le ritrovo in classe la settimana seguente al forum.

Il momento del forum è stancante ma divertente: qui molti passano per salutare, dopo la lunga pausa delle vacanze, ed è bello.

Per quanto riguarda le date da segnare già sulla vostra agenda:

- **mercoledì 11 dicembre 2024 à 17H00 CONFERENZA SUL CINEMA (Auditorium)** con il professor CHANSEL: passiamo nel XXI Secolo e ci lasciamo alle spalle i temi più volte presentati sul cinema italiano del secolo scorso. Presto vi comunicherò il titolo preciso.
- **CAFFÈ LETTERARIO: martedì 25 marzo 2025 (Nautilus) d 9h30 à 12h30**
- **FESTA DI FINE ANNO giovedì 12 giugno 15h30/20h.** Maggiori dettagli sulle manifestazioni saranno dati nelle classi.

Durante l'anno sono previste proiezioni di film e documentari; se avete idee e proposte non esitate e parlarvene.



L'attività dei "luoghi del cuore" è già cominciata in classe, forza con i vostri lavori!

Sono sicura che anche questo sarà un anno interessante da passare insieme.

Marylène S.

Ricordi d'autunno

Nel' Ottocento, l'autunno era la stagione prediletta degli scrittori e poeti romantici.

In una poesia intitolata "l'autunno" Lamartine ha indicato le corrispondenze, le relazioni tra la natura in quel periodo ed il suo stato d'animo che spiegano perché egli gode l'autunno.

Per questo scrive: "*Saluti ultimi bei giorni; il lutto della natura Sta bene al mio dolore e piace ai miei occhi...*"

Se, a parer mio, la parola lutto sarebbe più adatta per l'inverno, Lamartine evidenzia la dolcezza dell'autunno e la bellezza del paesaggio che gli stanno bene. La Natura diventa un quadro fiammeggiante dove si mescolano giallo, rosso, verde appassito, castano, arancione...

Ma noi, gente del Sud, non percepiamo l'autunno così. Innanzitutto, per quanto riguarda la vegetazione, non è tanto vero che la Natura divenga una tavolozza di colori. Badate intorno a voi, la maggiore parte degli alberi (ulivi, cipressi, pini) rimangono verdi e gli altri si spogliano... allora niente di così diverso e non possiamo fare tremolii sulla bellezza visuale dell'autunno!



Però col sole tiepido, è un tempo gradevole lontano dalle estati affannose.

Ma l'autunno riserva qualche piacere come la raccolta dei funghi e quella delle GIUGGIOLE. (*Les jujubes*)

Risalgono i miei ricordi d'infanzia. Con cura, per non pungersi alle spine dei rami, si coglievano e si mangiavano giuggiole a centinaia. Potevamo anche comprarle in un cornetto di carta, come le castagne, che vengono dopo.

Per me sono questi i sapori ed i piaceri semplici legati all'autunno.



L'espressione italiana: "andare in un brodo di giuggiole" significa essere molto molto felici!

Alain Z.

I palazzi degli americani in Corsica



Qualche anno fa, ho scoperto in Corsica, delle case grandi, bellissime, di tipo troppo lussuoso per la Corsica. Queste costruzioni si vedono soprattutto a Capo Corso, alla punta Nord dell'Isola. Dunque ho cercato, e trovato, un

libro che parla "DEI PALAZZI DEGLI AMERICANI". Dal 1750 alla fine del diciannovesimo secolo, numerosi abitanti della Corsica e, soprattutto, dei "CAP CORSINS" sono partiti nell'America del Sud per cercare fortuna: Venezuela, Haiti, Portorico, Brasile. Questi signori sono partiti senza niente o per ritrovare fratelli o zii che avevano già un lavoro. Numerosi di loro hanno fatto fortuna: nella ricerca d'oro, la coltivazione

della canna da zucchero, del cacao, del caffè o creazione di grandi magazzini (come La Samaritaine). Questi nuovi ricchi sono poi ritornati al loro paese per godere della loro ricchezza o per finire i loro giorni. Dunque hanno fatto



costruire questi palazzi meravigliosi, grandissimi. Queste case sono state ispirate dalle ville toscane. Numerosi artigiani sono stati fatti venire in Corsica dall'Italia, soprattutto per la decorazione degli interni con pitture e affreschi bellissimi sui soffitti. Attualmente ci sono 140 case degli americani in Corsica e 100 solamente nel Capo Corso. Alcune sono rovinate, ma numerose sono ancora di proprietà della famiglia. Altre sono state ripristinate e sono come nuove. Altre sono diventate pensioni o alberghi. Questo patrimonio bellissimo è inserito nei monumenti storici. Oggi il MERAVIGLIOSO PALAZZO STOPPIELE a Centuri, nel capo Corso, è ripreso dalla Collettività della Corsica e si trova essere l'esempio perfetto di questi palazzi d'altri tempi, che danno della società corsa del 19esimo secolo un ritratto sorprendente e sofisticato.

Lucien G.

Cortemilia per quelli che amano la natura

L'Alta Langa è il territorio che si estende tra il Piemonte e Liguria, compresa tra il meraviglioso paesaggio delle Langhe e quello del Monferrato, patrimonio UNESCO.

Se uno di questi giorni doveste rendervi nel Piemonte, non scordate di passare nelle città di Asti, Alba, Cuneo, e fare una sosta a CORTEMILIA nelle Langhe. Devo dire che è il percorso d'una terra autentica di tradizioni millenarie, di paesaggi suggestivi e piena di fascino. Troverete torri, castelli millenari, rovine secolari, antichi borghi in pietra di langa e soprattutto delle pievi arroccate sulle colline da cui dominano il panorama.

Tra le vaste distese isvide, potrete apprezzare i vigneti (Barolo), nocioleti, terrazzamenti e anche muri di pietra di Langa, posata a secco; tipica di CORTEMILIA. Per gli innamorati della natura è un luogo inevitabile. Qui scoprirete un paesaggio davvero unico e caratterizzato da tipici «terrazzamenti». Una soluzione che nei secoli trascorsi fu adottata dagli uomini per poter rendere coltivabili le colline che circondano il borgo. Qui intere colline presentano ondulazioni in pietra con archi che rendono il paesaggio unico e spettacolare.

Tra queste, MONTEOLIVETO il promontorio sopra alla Pieve romanica. È il sito tematico dell'ecomuseo, il luogo della conservazione dei saperi tradizionali e della biodiversità, sede del Presidio «Dolcetto dei terrazzamenti». Potrete raggiungere l'edificio storico attraverso un sentiero lastricato che parte dall'antica Pieve e raggiunge la vetta regalando una vista spettacolare da cui potrete ammirare CORTEMILIA e le due vallate.

Si pensa che siano stati proprio «i Monaci OLIVETANI» ad aver introdotto in questa zona, la costruzione in fascia in pietra a secco per potere ricavare terreni agricoli, che poi si è diffusa in tutto il territorio.

LA PIETRA DI LANGA:

La pietra che in Alta Langa rappresenta un vero e proprio "prodotto" tipico, da sempre usata per costruire pievi, chiese, castelli, torri, cascine o per erigere i muri a secco dei terrazzamenti.

Buon viaggio...



Patrick S.

LA POLENTA -Un ricordo della mia cara nonna

La polenta è un piatto tradizionale italiano che ha una storia ricca e affascinante. Originariamente, la polenta era preparata con farine diverse, come farro o segale, ma con l'introduzione del mais in Europa nel XVI secolo, la polenta di mais è diventata la variante più comune. Questo piatto è particolarmente diffuso nelle regioni settentrionali dell'Italia, come la Lombardia, il Veneto, Valle d'Aosta e il Friuli-Venezia Giulia, dove è considerato un alimento base.



Origine e Storia

La polenta ha radici antiche e si ritiene che fosse già consumata ai tempi dei Romani. Tuttavia, la versione moderna a base di mais ha origine dopo la scoperta delle Americhe, quando il mais fu importato in Europa. Inizialmente considerata un cibo per i poveri, la polenta è oggi apprezzata da tutti e viene servita in molte varianti.

Differenze Regionali

- **Lombardia:** In questa regione, la polenta è spesso servita morbida e cremosa. È comune accompagnarla con formaggi locali come il gorgonzola o con piatti di carne in umido.
- **Veneto:** Qui la polenta può essere preparata in modo più solido e poi grigliata o fritta. È spesso servita come contorno a piatti di pesce o baccalà.
- **Friuli-Venezia Giulia:** La polenta friulana è spesso più rustica e viene servita con selvaggina o funghi.
- **Valle d'Aosta:** La polenta valdostana è spesso "taragna" cioè un misto di mais e una piccola percentuale di grano saraceno. Viene servita "concia", vale a dire con aggiunta di fontina e toma fuse.

Accompagnamenti di Carne

La polenta si sposa perfettamente con una varietà di carni:

- **Brasato di Manzo:** Un piatto ricco e saporito dove la carne viene cotta lentamente nel vino rosso.
- **Coniglio alla Cacciatora:** Una ricetta tradizionale che prevede l'uso di pomodoro, olive e rosmarino.
- **Salsiccia in Umido:** Le salsicce vengono cotte lentamente in una salsa di pomodoro e spezie.

Ricette Popolari

Polenta Taragna (quella della mia nonna): Questa variante è tipica della Valtellina e prevede l'aggiunta di formaggio nella polenta durante la cottura, solitamente bitto o casera. È un piatto ricco e sostanzioso, perfetto per le fredde giornate invernali.

Polenta concia: Tipica della Valle d'Aosta, questa ricetta prevede l'aggiunta di burro fuso e formaggio fontina alla polenta calda. Il risultato è un piatto cremoso e saporito.

Polenta Fritta: Una volta cotta e lasciata raffreddare, la polenta può essere tagliata a fette e fritta fino a diventare croccante. Questa versione è ideale come antipasto o contorno.

la polenta in altri paesi

Pur essendo spesso associata alla cucina italiana, è preparata anche in altri paesi. In Svizzera, è popolare nel Canton Ticino. In Francia, viene consumata in Savoia e nella contea di Nizza. Si trova anche in Romania e Moldavia con il nome di "mămăligă", così come in Corsica dove viene fatta con farina di castagne. Altre varianti esistono in Argentina, Brasile e persino nel Nord Africa. Pertanto, la polenta supera i confini italiani e si adatta alle tradizioni culinarie locali.

Rosemonde S.

LUISITO -Una storia d'amore

Quest'estate ho letto "LUISITO, una storia d'amore", di Susanna Tamaro, pubblicato nel duemilaotto. S.Tamaro è una delle scrittrici italiane più conosciute e amate in tutto il Mondo ... secondo quello che ho letto. Ha scritto più di cinquanta romanzi ed ha vinto molti premi come il Premio Italo Calvino, Primorapallo Carige, Premio Cento, Dante d'ORO, Premio San Giusto d'ORO, Premio STREGA ragazze e ragazzi con "Sata, Barta!". E' stata decorata con la Medaglia d'ORO al Benemerito della cultura e dell'arte. Per dieci anni ha lavorato per la televisione, realizzando documentari scientifici...Si!!! è una grande scrittrice, una grande donna!



Ma per rivenire al libro: Anselma, la protagonista, è una maestra in pensione, vedova, anziana, sola, confinata da anni, prima dal marito, poi dai figli, in un'esistenza grigia che non sembra nemmeno vita. Poi, in un'afosa sera d'estate, scorge accanto a un cassonetto dei rifiuti un magnifico pappagallo, abbandonato, e decide d'impulso di portarselo a casa. Da quel momento tutto cambia. Mentre si occupa dell'ospite, le ritornano ricordi che credeva aver dimenticato: l'affetto per la cara amica, dell'adolescenza, le illusioni e desillusione del matrimonio, gli entusiasmi e la brusca conclusione della sua carriera di maestra. Grazie al pappagallo, LUISITO, Anselma ritrova la voglia di vivere che il mondo aveva cercato di farle dimenticare.

Penso che sia un romanzo bello, commovente, capace di scaldare il cuore. Esprime la sensibilità dell'autrice. Ci parla di solitudine, di infelicità, del tempo che scorre inesorabile. Ma soprattutto ci parla d'amore. Si tratta di una storia moderna, breve, ma intensa e intrisa di buoni sentimenti. E' UN LIBRO NATO PER SPRONARE LE PERSONE A NON SMETTERE DI CREDERE IN SE E NELLA VITA. Dà vita a nuove verità ed è un respiro tra molte pagine di letteratura scadente. È una luce di speranza. E dopo averlo letto, guarderemo gli animali con un occhio diverso. Molti dei libri di Susanna Tamaro sembrano "terapie naturali". Con animali. La scrittrice ama moltissimo gli animali. Il suo regno è una cascina umbrata con asini, galline, conigli, cani, gatti... vive circondata da tutti in compagnia della "beata solitudine"; è un ardente sostenitrice della causa animale. Fu apostrofata come "animalista integralista" dopo aver definito l'industria alimentare della carne come "il grande crimine di questi tempi" ma LUISITO in qualche modo sembra più una favola moderna che un romanzo, o... sembra più a una semplice fiaba. E il finale soprattutto è parecchio inverosimile. Tuttavia è molto piacevole da leggere....come favola, fiaba, romanzo...non importa perché è un grande soffio di speranza, una bellissima storia d'amore. non posso che consigliarne la lettura. (n.d.r: il libro si trova in due esemplari nella biblioteca di classe)

Catherine C.

Breve poesia di Giuseppe Ungaretti (scritta nel 1918 ed inserita nell'opera *Allegria*)

“Soldati”

*Si sta
come d'autunno
sugli alberi
le foglie*

Il poeta paragona la vita dei soldati al fronte a quella delle foglie autunnali che in breve tempo appassiscono e possono da un momento all'altro staccarsi dal ramo e morire. Un po' triste ma molto bello e realistico.



I colori della Natura

Una bella foto di Monterosso al mare (Liguria) presa oggi, 4 ottobre 2024, da Sandrine G. che la condivide con le classi d'Italiano

**Françoise G.
L'Autunno di Vivaldi**

Arriva -già- l'autunno... Troviamo sul sito del Museo della Musica di Venezia, piacevolmente illustrato, il testo dei famosi sonetti d'Antonio VIVALDI, conosciuti come « Le quattro stagioni ». Questo è quello che parla dell'autunno :

Allegro (la vendemmia)

Celebra il Vilanel con balli e Canti

Del felice raccolto il bel piacere

E del liquor di Bacco accesi tanti

Finiscono col Sonno il lor godere

Adagio molto (il riposo dopo la vendemmia e la festa)

Fa' ch' ogn' uno tralasci e balli e canti

L' aria che temperata dà piacere,

E la Stagion ch' invita tanti e tanti

D' un dolcissimo sonno al bel godere.

Allegro (i cacciatori)

I cacciator alla nov'alba à caccia

Con corni, Schioppi, e cani escono fuore

Fugge la belva, e Seguono la traccia;

Già Sbigottita, e lassa al gran rumore

De' Schioppi e cani, ferita minaccia

Languida di fuggir, mà oppressa muore.

(nдр: adesso non vi resta che ascoltarlo)

**Colette B.
Giuseppe Arcimboldo
L'Autunno (1573)**

Ecco l'Autunno e ci viene in mente un pittore del Cinquecento che ci ha dato di questa stagione un'immagine tanto originale. Di Giuseppe Arcimboldo conosciamo tutti le famose "teste composte di frutta, ortaggi e svariate altre cose in modo di formare dei ritratti. Oggi che sono celebrati a Parigi gli artisti Surrealisti, abbiamo un pensiero per il nostro pittore italiano che ne fu un importante antesignano. E bello il ritratto dell'Autunno, dai colori caldi e profondi. Come labbra un riccio di castagna, il mento è una melagrana da cui pende la barba di grano. All'orecchio-fungo viene legato un fico viola. Una pera sembra il naso. Sulla testa i capelli sono grappoli d' uva incoronati da una zucca-cappello. Il torso è una botte di legno, simbolo della raccolta e della conservazione dell'uva e della produzione del vino.



Non è una "natura morta" ma l'abbondanza di frutta e verdura rappresenta la pienezza vitale di questa natura strettamente legata all'uomo.

E vero che, nel ciclo delle stagioni ci sono riferimenti alle maschere carnavalesche o a quei pupazzi che venivano composti in occasione delle feste agricole ma, per me, questi ritratti rimangono l'allegoria rinascimentale dell'interazione tra l'uomo e la natura, anche tanto moderna.

**Daniel A.
Lo stagno di Thau nel Languedoc**

Lo stagno di Thau con i suoi 7500 ettari che si stendono al piede del monte Saint Clair è il più ampio stagno della regione Languedoc Roussillon e perciò ha in proprietà una fauna e una flora molto diverse.

Il bacino di Thau è separato dal mare Mediterraneo con un



fine cordone di sabbia e ribocca di specie marittime tra le quali meduse, alghe e varie specie di pesci e ricovera anche uccelli come garze (nella foto) o gabbiani.

Lo stagno abbonda di porti da diporto come a Sete, Marseillan, Bouzigues o Mèze. Facendo un giro al museo di Bouzigues, si può imparare molto sulla coltura dell'ostrica e del mitilo e sui mestieri della pesca.

Isabelle B.

Benvenuti a Campo Ligure

In Liguria, vicino a Genova, c'è un borgo carino che si chiama Campo Ligure.

Uno dei miei cugini italiani, Giorgio, è nato in questo posto. Per lui, Campo rimane certamente il più bel paese del mondo.

Ci sono andata l'anno scorso. Mi sono innamorata di questo villaggio. Effettivamente, ci sono tante cose da vedere a Campo.



Primo, c'è il centro nazionale della filigrana.

Ho incontrato un artigiano gioielliere che pratica quest'arte. Lui scolpisce sottili fili d'oro in modo che diventino meravigliosi oggetti d'arte o fantastici gioielli.

Si trova anche un museo internazionale della filigrana.

Dopo, si deve visitare Campo, soprattutto per gli edifici storici: il ponte Medievale sulla Stura (il fiume), il castello Spinola, la chiesa della Natività di Maria Vergine e altre bellezze (giardini, oratorio, palazzo...).

La gente è accogliente e cordiale. E' un posto dove ci si sente bene e tranquilli, indubbiamente, il più bel paese del mondo !!!



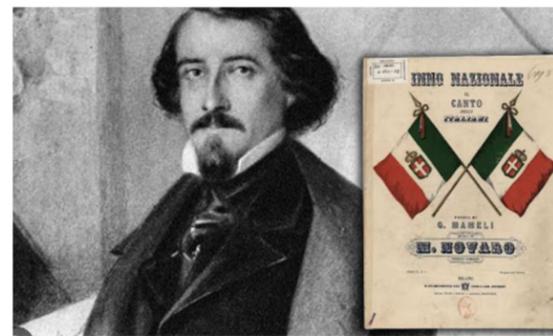
La Filigrana di Campo Ligure

Michel A.

INNO NAZIONALE ITALIANO

(Tre nomi, Una singola identità)

Tutti riconosciamo, e abbiamo già sentito risuonare l'inno italiano, in una competizione sportiva, in una cerimonia ufficiale, in un evento militare o anche scolastico. Conosciamo la melodia, meno le parole. Per aneddoti negli anni 80 tutto il popolo marsigliese tifoso dell'OM riprendeva la melodia dell'inno italiano in omaggio a un giocatore italiano Fabrizio Ravanelli che giocava all'epoca per questo club : Fabrizio Ravanelli sostituisce Fratelli d'Italia. Ma qual è il vero titolo dell'inno? Puoi citare l'autore, l'anno della creazione, la città di genesi e il perché di questo canto patriottico di ispirazione repubblicana e giacobina. I nomi Scipio, Legnano, Ferruccio, Balilla sono citati. Ma quali sono le ragioni?



In un contesto di lotta per l'indipendenza e l'unificazione dell'Italia, allora divisa in diversi stati sotto dominazione straniera, come l'Impero d'Austria che regna sul regno di Lombardia-Veneto, Goffredo Mameli, giovane studente patriota genovese di 20 anni, cattura lo spirito di quei tempi con parole che chiamano all'unità, al sacrificio e alla rinascita nazionale. Nel 1847 scrive Il Canto degli Italiani. La musica è opera di un altro genovese Michele Novaro. Il carattere dei versi e la forza della melodia ne fanno il canto preferito dell'unificazione italiana, non solo nel periodo del Risorgimento ma anche nei decenni successivi. Fedele alle sue convinzioni di libertà e di unificazione nazionale, Mameli fu ucciso nel 1849 combattendo contro le forze francesi. Riconosciuto come canto preferito dell'unificazione italiana, il canto degli italiani non è considerato come inno alla creazione del regno d'Italia nel 1861. Giuseppe Verdi, nel suo Inno delle Nazioni del 1862, attribuisce al Canto degli Italiani, e non alla Marcia Reale, inno ufficiale del regno d'Italia, un ruolo simbolico primario, ponendolo a fianco del God Save the Queen e della La Marseillaise.

Michel A.

Segue...L'Inno Nazionale Italiano

Simbolo di identità e resilienza italiana. Ricorda agli italiani la loro storia comune, il loro potenziale collettivo per superare le sfide, come ci ricordano le parole scritte da Mameli.

Fratelli d'Italia, l'Italia s'è desta: Simboleggia il risveglio della coscienza nazionale italiana e l'appello all'unità. **Dov'è la Vittoria? Le porga la chioma:** La Vittoria è personificata come una donna che offre i suoi capelli, simboleggiando la conquista e il trionfo. **Ché schiava di Roma Iddio la creò:** la Vittoria è destinata all'Italia, erede dell'Impero romano. **Stringiamoci a coorte, siamo pronti alla morte:** Appello all'unità e al sacrificio per la patria, sottolineando la determinazione e il coraggio degli italiani.

L'Italia chiamò: Grido di solidarietà per tutti gli italiani, senza eccezioni a rispondere all'appello del loro paese, della loro regione. L'inno ci rimanda a Scipione l'Africano, uno dei più famosi capi militari dell'antica Roma, riconosciuto per il suo coraggio e per le sue vittorie che hanno permesso la dominazione romana sul Mediterraneo occidentale, a Giovan Battista Perasso (Balilla), giovane genovese di 11 anni famoso per aver scatenato una rivolta contro le truppe austriache nel 1746. Il suo atto di lanciare una pietra contro i soldati austriaci è diventato un simbolo di resistenza e patriottismo in Italia, a Francesco Ferrucci, famoso condottiero italiano, nato a Firenze nel 1489. Militare al servizio della Repubblica di Firenze, resistenza eroica contro le forze dell'imperatore Carlo V durante l'assedio di Firenze nel 1530. Simbolo della lotta per la libertà e l'indipendenza di Firenze, a La battaglia di Legnano nel 1849 e la sconfitta delle forze imperiali di Federico Barbarossa permette una certa autonomia alla Lombardia.

Dopo la Seconda guerra mondiale, il 12 ottobre 1946, l'Inno di Mameli diventa di fatto l'inno della Repubblica italiana, succedendo a La leggenda del Piave, scelto dopo l'armistizio del 1943, ma solo provvisoriamente. Il 17 novembre 2005, il Senato approva in commissione affari costituzionali un decreto-legge che deve essere presentato in seduta plenaria, cosa che non avviene immediatamente. Dopo 71 anni di attesa, la legge 181 del 4 dicembre 2017 il Senato approva definitivamente Il Canto degli Italiani come inno nazionale ufficiale della Repubblica Italiana. In conclusione: **Il Canto degli Italiani:** È il nome, ufficiale. **Inno di Mameli:** dal nome del suo autore, **Fratelli d'Italia:** dalla prima riga del testo, il titolo.

Il sale più puro e antico d'Italia si produce in Toscana ma non viene dal mare

In uso fin dagli Etruschi, e trasformate nel primo centro industriale del Paese nel Settecento, oggi alle **Saline di Volterra** si estrae ancora sale puro al 99,9%. C'è un motivo preciso per cui, ancora oggi, il pane toscano è esclusivamente sciapo (o per meglio dire: sciocco). E si rintraccia a Volterra, cittadina di 10mila abitanti di fondazione etrusca, in provincia di Pisa, culla della produzione del sale e dove ancora oggi si ottiene il più puro del Paese. “Nel XII Secolo, per via delle tasse alte dei Fiorentini, Volterra smise di vendere loro il prodotto. Un sale che viene dalla terra e non, come più di consueto, dal mare.

Operaio al lavoro alle Saline di Volterra



I primi ad accorgersi delle potenzialità del sottosuolo di Volterra e dintorni furono gli etruschi. Una civiltà che, prima dell'assoggettamento ai Romani, lasciò non poche tracce importanti. Si erano accorti, infatti, di avere sotto i piedi un patrimonio prezioso, poiché il sale, nell'antichità, era uno dei pochi modi per conservare i cibi. “Quella di Volterra è da sempre la salina principale del Centro Italia”, e ha generato moltissima ricchezza.

Come mai quello di Volterra è il sale più puro e prezioso d'Italia? “Dipende dal modo di estrarlo, che è rimasto più o meno invariato dagli Etruschi”. Il prodotto si può infatti ricavare modi diversi: il sale **marino**, ottenuto allagando vasche costiere e lasciando evaporare l'acqua — “ma con problemi di purezza, che arriva al 99,3 — 99,5 % al massimo, perché restano diversi residui”. Poi il **salgemma**, “estratto da vere cave; nel momento in cui si scava, il sale si contamina con sabbia o infiltrazioni e raggiunge il 99 o 99,5% di purezza.

Valerie C.

Dolce italiano alla ricotta senza glutine

Ingredienti

250 gr di ricotta

100 gr di burro a temperatura ambiente

1 cucchiaino di estratto di vaniglia

240 gr di polvere di mandorle

70 gr di scoglie di mandorle

La scorza di due limoni

160 gr di zucchero a velo

4 uova

Un pizzico di sale

Preparazione

- 1) preriscaldare il forno a 160°C e ungere uno stampo rotondo;
- 2) in una grande scodella, frustare la metà dello zucchero a velo con il burro;
- 3) aggiungere la scorza di limone, l'estratto di vaniglia, i rossi d'uovo, la polvere di mandorle e il pizzico di sale. Poi aggiungere la ricotta e mescolare;
- 4) montare gli albumi d'uovo a neve, aggiungendo mano a mano il resto dello zucchero a velo;
- 5) aggiungere gli albumi a neve alla preparazione;
- 6) versare la preparazione nello stampo e cospargere sopra le scoglie di mandorle.
- 7) cuocere nel forno per 40 o 50 minuti.

Buon appetito!



Marie Thérèse T.

Saltimbocca alla Romana

I saltimbocca alla romana sono veloci da preparare e irresistibili, in taglia ridottissima sono fenomenali anche come finger food, dato che si possono mangiare con le mani, magari serviti come un piccolo spiedino. Se, invece, li servirete secondo la tradizione, come secondo piatto, allora vi suggerisco di accompagnarli con un piatto di verdure di stagione!

INGREDIENTI

Fettine di vitello (300 g di Noce), **Prosciutto crudo** (sottili) 4 fette, **Salvia** 4 foglie, **Burro** 50 g

Vino bianco 100 g, **Pepe nero** q.b., **Farina 00** 50 g

Olio extravergine d'oliva 20 g, **Acqua** 20 g

Per preparare i saltimbocca alla romana iniziate tagliando a fette la noce di vitello. Adagiate ciascuna fetta su un tagliere, eliminate eventuali nervetti e grasso e poi battete con un batticarne per renderla sottile. A questo punto ponete al centro una fetta sottile di prosciutto crudo e una foglia di salvia.

Infilzate con uno stuzzicadenti la carne e la farcia in modo da sigillare tutto per bene.

Versate in una padella 40 g di burro e 20 g di olio e fate sciogliere a temperatura medio alta.

Infarinate le fette di carne solo da un lato e adagiatele nella padella con il condimento ben caldo, aumentate la temperatura così da dorare bene i saltimbocca. Pepate a piacere ma **non salate** perché la presenza del prosciutto renderà sapida la pietanza.

Quando la carne risulterà ben dorata sotto, sfumate con il vino bianco e lasciate evaporare.

Non appena l'alcol sarà evaporato completamente, coprite con il coperchio e cuocete ancora per 1 minuto. Trasferite i saltimbocca in un piatto e teneteli in caldo.

Ora occupatevi del sughetto di accompagnamento: nella stessa padella con il fondo di cottura della carne aggiungete 10 g di burro e l'acqua. Lasciate restringere fino a creare una crema leggermente densa.

Ora distribuite la crema sul fondo di un piatto di portata e adagiate sopra le fettine di carne.

I saltimbocca alla romana sono pronti per essere portati in tavola.