

Calendario d'avvento – 14 dicembre

Oggi, sabato, se non state rincorrendo gli ultimi (o i primi?) regali, avete tempo per mettervi a fare i biscottini natalizi. E' questa una tradizione recente, arrivata dalla Svizzera interna, assieme con le piccole formine di metallo o di plastica per ritagliare la pasta. La casa di chi sforna i biscottini profumerà fra un po' di dolce, di vaniglia, di cannella, di cardamomo, di cacao; un misto di profumi che invogliano a gustare le delizie ancora calde, a rubare un po' di pasta cruda, o a leccare i resti di impasto su fruste e mestoli.



Anche i nostri nonni per Natale sfornavano qualche dolce, che chiamavano *bombón*, ovviamente non nella varietà di oggi, ma pur sempre speciali e festivi. Le case anche allora si riempivano di odori che rompevano l'aria fredda aprendo la porta al rincasare.

Fra i profumi più conosciuti sia di adesso che di un tempo vi è la **vaniglia**, che insapora milanesini e simili e migliorava un tempo soprattutto la torta di pane, nella quale si metteva, fra i tradizionali e scaccia-guai tredici ingredienti, una *büstina da zücro vanigliò*, una bustina di zucchero vanigliato. Sembra che il profumo di vaniglia abbia potere distensivo e metta di buonumore, perché attiva nell'organismo umano gli ormoni della felicità. Verrebbe da dire di usarne a quintali, non fosse che anche lo zucchero vanigliato, come i pinoli da mettere sopra la torta di pane, ha raggiunto prezzi quasi stratosferici.

La **cannella** è un altro ingrediente principe dei biscotti natalizi; nelle stelline glassate di zucchero, ancora nella torta di pane, e nei pani dolci di un tempo la cannella la faceva da padrone; ora, il solito studio scientifico dice che la cannella abbassa il livello di colesterolo nel sangue, migliora l'attenzione, la concentrazione e la memoria. Tanta roba per noi orientisti, che a volte nel bosco siamo un po' svagati. La cannella era un tempo ed è ancora molto usata nella macellazione: il *codegott* di Capodanno, acquistato nella bancarella di Piazza Riforma, le luganighe del mercatino natalizio di Cadro, contengono entrambi una spolverata di cannella: *la mamma la preparava i drògo per i lùganigh: òno büstini de pever, vünü de canèlle e vünü de ciolditt e la gratava on nòcc noscá*, la mamma preparava le droghe per le luganighe: una bustina di pepe, una di cannella, una di chiodi (di garofano) e grattugiava una noce moscata.



La **cannella** insapora pure il caldo *vin brülé* che ci scalda le ossa nei nostri giri di aperitivi o in visita dei molti presepi nei paesi, o il *ratafiá* (ma non ditelo in giro, cosa si mette nel ratafiá è uno dei segreti più custoditi da chi lo fa).



E poi nei biscottini vostri non mancherà neppure il **cacao**, ingrediente controverso della torta di pane: *la turta da pan la fò tüta a stimm, e mi ga mèti dent el cacáo mar e zücur e tanti invece i ga mètt el cicolatt in púlvura o i tavolètt che i fa fò in dal padelín*, la torta di pane la faccio tutta a occhio, e ci metto dentro il cacao amaro e zucchero e tanti invece ci mettono cioccolata in polvere o tavolette di cioccolata che fanno sciogliere nel padellino. *Tanti cá e tanti man..., chi abunda cul limón, chi vaniglia o cicolatt, chi canèla o tròpp pignöö*, tante case, tante mani, chi abbonda col limone, chi con la vaniglia o il cioccolato, chi con la cannella o con troppi pinoli.

Pure il cacao è di aiuto per la concentrazione e la memoria, sempre che lo si consumi con regolarità (beh, sarà mica un problema, questo!), come tutti gli orientisti élite sanno fare nel periodo di grande allenamento invernale, per poi astenersi nei due mesi precedenti le gare importanti. Quindi agetini, sotto con i pralinés fino all'Epifania, poi bisognerà smettere, per essere in piena forma al TMO di Taverne di inizio marzo.



Buona giornata.

Lidia