

Calendario d'avvento – 16 dicembre 2022

Questo weekend, libero da gare (tranne forse la Corsa da Natal di Ascona), oltre a decorare la casa per le feste natalizie, si può cominciare a pensare al menu di Natale, o della vigilia, per chi festeggia e scarta i regali già la sera del 24. Ognuno di noi ha le sue tradizioni e le pietanze preferite, che ritornano di anno in anno per le Festività. A me tocca sempre fare l'arrosto "della Rita", cioè preparato come faceva anni fa la nostra super-cuoca Rita al campo di Pasqua, usando delle spezie particolari, che danno un gusto speciale alla salsina fatta bagnando la carne a metà cottura con una miscela di latte e panna. In cambio le mie sorelle si occupano del resto. Una in particolare è specialista dei tortellini fatti in casa, che si gusteranno in brodo dopo l'antipasto di affettati, salmone e paté, come quello visto alla nostra festa. Devo chiederle di farli una volta da portare nelle nostre trasferte nella Svizzera tedesca.



Notoriamente gli orientisti sono dei buongustai e fanno festa ad ogni pietanza che arriva in tavola, e questo a tutte le ore della giornata, dal primo mattino fino a tarda ora. Lo abbiamo potuto constatare anche quest'estate in Svezia nella bella tavolata della sala da pranzo della casa affittata per la 5-giorni. Fra chi mangiava pomodori interi a colazione, o spaghetti a metà mattina, e chi riscaldava i resti appena tornato dalla tappa, si è proprio visto di tutto. Del resto anche i podisti non sono da meno. Sembra che un giovane vincitore di cross faccia colazione presto la mattina della gara, per poi mangiare tre ore prima della propria partenza un piattone di spaghetti. Pane, burro e miele alle 7 e alle nove spaghetti in bianco con parmigiano grattugiato (carboidrati a balla e un po' di proteine). Quindi i nostri ragazzi sono sul pezzo anche in questo ambito della preparazione alla prestazione sportiva.

I nostri tris e bisnonni non avevano le nostre fortune; polenta, polenta e ancora polenta, castagne e minestra erano i cibi quotidiani. Però per l'Avvento e per Natale, visto che era il periodo corrispondente alla mazza del maiale, trovavano nel piatto anche la carne. *Pei fèst tücc i fa giò i crèsp dal stómeugh*, per Natale tutti spianano le grinze dallo stomaco, mangiano tanto; *a Natál ènca mengèe la cóva d'on ratt, bénga mengèe carn*, a Natale anche mangiare la coda di un topo, ma bisogna mangiare carne. *Al dí de Natál a gh'éva lügánega, i mazzava n quai galètt, e risòtt, risòtt l'éva l piatto fòrte, risòtt de Natál, gh'éva mia tanta carna e tanta stòria*, il giorno di Natale c'era la salsiccia, ammazzavano un qualche galletto, e risotto, risotto era il piatto forte, risotto di Natale, non c'era tanta carne e tante storie. Visto che se ne cucinava in grande abbondanza, una parte del risotto si teneva per darlo alle galline; si riteneva che così avrebbero aumentato la produzione di uova e non sarebbero andate a farle fuori dal pollaio: *sa ga da al risòtt da Natál ai galinn*

par no fá che i vaga fö da cá a fá l'öv, si dà il risotto di Natale alle galline per fare in modo che non vadano fuori di casa a deporre l'uovo.

Meglio non prevedere un menu troppo abbondante per il pranzo di Natale: *béu e mangiaa a Natál u fa vegnii il maa da pancia, a san Silvéstro a finiss l'ann e va vía tutt i malann*, bere e mangiare a Natale fa venire il mal di pancia, a S. Silvestro finisce l'anno e scompaiono tutti i malanni

Buona giornata.

Lidia