

LA CASTAGNA, PANE DEI MONTANARI

MAURIZIO & DAFNE

Parlando di resistenza in montagna, è chiaro che un capitolo importante è costituito dal discorso alimentazione: intere comunità spesso vedevano messa in forse la loro possibilità di sopravvivenza, a causa delle solite ingiustizie sociali, o altre volte per calamità naturali. Un ruolo fondamentale, in tutti questi frangenti, è stato ricoperto dall'uso della castagna. Questo nobile alimento, che si è guadagnato l'appellativo di pane dei montanari per il fatto di essere stato nei secoli la risorsa alimentare che ha salvato generazioni intere dalla morte per inedia, è stato usato nei modi più svariati, e dato che c'era il bisogno di conservarlo in tutta quella parte dell'anno in cui non poteva consumarsi fresco, sono nate tutte quelle tecniche che, garantendone la conservazione, andavano anche ad arricchire quella cultura montanara che oggi, chiusa in un museo, di fatto si vuole sterilizzare. Pensiamo ad esempio al momento della pulizia del castagneto, o a quello della raccolta, che per il fatto di essere fatte prevalentemente a mano, erano attività che coinvolgevano gruppi di persone che lavoravano fianco a fianco. Oppure all'importante fase della preparazione dell'essicatoio, passo fondamentale per la successiva conservazione del prodotto, e che anche in questo caso diveniva "attività di gruppo". Anzi il momento stesso dell'accensione spesso rivestiva l'importanza del rituale! E veniva poi, dopo più di quaranta giorni di attenzioni sia diurne che notturne, il momento della "spulatura", cioè l'eliminazione di tutte le scorie di bucce, fase che richiedeva l'uso della spulatrice, prima vera macchina che entrava nel ciclo di lavorazione della castagna. Anche questa fase richiedeva il lavoro di più persone, e di giornate intere, alla fine delle quali

arrivava, liberatorio, il momento della festa! E da questo hanno tratto origine poi tutte quelle sagre che oggi richiamano migliaia di persone, che spesso sono rigidamente a pagamento (a volte l'entrata stessa del paese è blindata per imporre il pagamento di un biglietto di accesso!), e che quindi si prestano a far circolare migliaia di euro!

LA CONSERVAZIONE

Le castagne sono frutti di difficile conservabilità. Il prodotto raccolto è facilmente deperibile, se non sottoposto ad un sistema di conservazione. I sistemi di conservazione delle castagne sono molteplici, di seguito sono elencati alcuni dei metodi più utilizzati.

LA CURATURA IN ACQUA FREDDA

La cura in acqua fredda si effettua sistemando le castagne dentro recipienti di legno o di plastica e versando acqua fresca fino a sommergerle completamente. L'operazione, ha una durata da 5 a 7 giorni, si svolge nel seguente modo: immersione delle castagne in acqua fresca e pulita, cambio giornaliero dell'acqua fino al quarto giorno al 50%, dal quinto fino a completa cura ricambio totale dell'acqua. Con l'immersione delle castagne in acqua vengono eliminati, per mancanza di ossigeno, i microrganismi aerobi agenti delle muffe e dei marciumi dei frutti. Successivamente si sviluppano microrganismi anaerobi che favoriscono una leggera fermentazione. Questa favorisce nell'interno del frutto la formazione di piccole quantità di acido lattico che consentono una prolungata conservazione. L'operazione di cura richiede una continua attenzione da parte degli operatori addetti, in quanto potrebbe rendersi necessario intervenire per favorire l'inizio della fermentazione. I frutti, dopo la cura, vanno siste-



mati in locali arieggiati con pavimenti in legno o in mattone cotto o meglio ancora in listelli di legno per favorire la circolazione dell'aria. Lo strato delle castagne non deve superare i 15-20 cm ed è necessario intervenire una o due volte al giorno per arieggiare i frutti, questa operazione favorisce un'asciugatura uniforme che si può raggiungere al terzo o quarto giorno. Raggiunta questa fase, le castagne vengono ammucchiate in strati più consistenti e si conservano per un lungo periodo purché vengano rivoltate periodicamente. La cura è una pratica di facile applicazione e può essere effettuata anche per piccoli quantitativi di prodotto da parte di quei consumatori che intendono approvvigionarsi di castagne per tutto l'anno.

LA STRATIFICAZIONE IN SABBIA

Le castagne, dopo la raccolta, ben selezionate, vengono stratificate in mezzo alla sabbia fine ed asciutta o segatura. Il prodotto stratificato non deve superare lo spessore di 20 cm e va posto su graticci o tavole in ambienti asciutti. Stratificato con sabbia, il prodotto si conserva fino all'inizio della primavera; stratificato con segatura la conservazione dura solo un paio di mesi. Sotto la sabbia o segatura, il frutto non viene alterato e conserva intatte tutte le sue caratteristiche (sapore, colore, ecc.).

DISINFESTAZIONE

Quando non è sufficiente la cura si fa ricorso alla disinfestazione. Questa pratica ha lo

scopo di uccidere le larve di balanino e carpocapsa contenute nell'interno dei frutti che non vengono separati per galleggiamento. La disinfestazione a caldo avviene immergendo la castagne, sistemate in appositi contenitori forati, in vasche con acqua calda alla temperatura di 50 gradi per 45 minuti. Dopo questo trattamento le castagne devono essere asciugate come quelle che hanno subito la cura in acqua fredda.

LA SURGELAZIONE

Qualora si voglia conservare le castagne per un periodo molto lungo si può ricorrere alla surgelazione. Con il surgelo a - 20 gradi centigradi è sufficiente il lavaggio, l'eliminazione dei frutti bacati e la spazzolatura.

LA TRASFORMAZIONE

LA BISCOTTATURA DEI FRUTTI (CASTAGNE DEL PRETE)

Un sistema tradizionale molto diffuso in Irpinia è la biscottatura dei frutti, che è effettuata nel seguente modo: le castagne sono sistemate sul traliccio dell'essiccatoio con uno spessore di 30-60 cm ed essiccate a fuoco lento per 16 giorni. Successivamente si procede alla tostatura in forno, al trattamento con acqua bollente o fredda e all'asciugatura. Il prodotto così ottenuto può essere consumato direttamente senza ulteriori trattamenti. È ottimo nelle festività natalizie e durante le fredde serate invernali.

CASTAGNE SECCHIE (BIANCHE)

A questa lavorazione sono generalmente destinate le castagne di pezzatura ridotta. Il procedimento per ottenere le castagne bianche è piuttosto lungo e laborioso e si effettua nei tradizionali essiccatoi. La disidratazione avviene a fuoco lento per circa 40 giorni in cui le castagne vanno girate almeno una volta. Ottenuta la disidratazione si effettua la sgusciatura. Successivamente si procede all'ultima selezione del prodotto. Le castagne sgusciate vengono anche macinate per produrne la farina, indispensabile per preparare polenta, dolci, da mischiare con quella di grano per farne pane, ecc.

LE CASTAGNE NEL MEDIOEVO

La raccolta dei frutti spontanei era un'attività economica volta all'utilizzazione delle risorse naturali. In questo campo, il prodotto di maggiore incidenza sul regime alimentare erano senza dubbio le castagne. In proposito è però necessario precisare che solo fino a un certo punto questo settore economico può essere qualificato come sfruttamento di aree "incolte". In molti casi infatti, e sempre più sistematicamente col passare del tempo, non ci si limitava a trarre partito dai castagneti spontanei, ma si procedeva ad innestare gli alberi, allevarli, coltivarli. Lo stesso *Capitolare de Villis* annovera il castagno fra gli alberi da frutto di cui si suggerisce l'impianto nelle proprietà reali; d'altra parte, l'ampia diffusione medievale del castagno nell'Italia del nord, e soprattutto in Lombardia, non può essere interpretata solo come un'espansione "naturale", ma va certamente ricondotta ad un piano cosciente di popolamento forestale, talora teso a sostituire la vegetazione originaria con i castagneti, o comunque a favorire lo sviluppo di questi ultimi dove già esistevano allo stato spontaneo. La cosa diventa sempre più chiara nel pieno e basso Medioevo, quando l'economia agraria decisamente prende il sopravvento, investendo le stesse aree forestali, anch'esse in certo

modo "coltivate". È così che le castagne di Lombardia diventano famose: perché soprattutto in questa regione si producevano, con gli opportuni innesti, i "marroni" - varietà di castagne selezionate per la loro grossezza e per il seme compatto, non suddiviso al suo interno dalla seconda pelle - che tutti ben conosciamo. Anche altrove, però, e soprattutto nelle zone prealpine e appenniniche, la produzione di castagne, spontanee e coltivate, era notevole, e alla loro raccolta venivano talora destinati, nelle grandi proprietà, dei servi specializzati, come quei *castagnatores* di cui si parla nel diploma di Adelaide per la chiesa di Santa Maria di Revello. Per quanto riguarda l'alto Medioevo, l'importanza delle castagne, sia nell'economia "signorile", sia - ciò che in questa sede più importa - nell'economia contadina, è attestata in primo luogo dai politici, che in molti casi registrano "canoni" in castagne pagati ai proprietari dai coloni dipendenti. Nella corte di Canelle Secco, nel bresciano, troviamo ventidue *manentes* tenuti a consegnare annualmente, fra tutti, un moggio di *castaneas mundas*, ossia pelate e seccate. Se i canoni in castagne registrati nei patti colonici e politici si riferiscono, come è ovvio, alle zone di più intensa produzione di quei frutti, quali le Prealpi lombarde (ma anche la Lombardia in genere) o l'Appennino ligure-emiliano-romagnolo, altri documenti permettono di allargare ad altre zone l'ambito delle nostre considerazioni, attestandoci come genera-

lizzato il consumo di tali prodotti. Il placito di Risano d'Istria, ad esempio, ci informa che a Cittanova più di duecento contadini pagavano regolarmente al fisco pubblico un canone in castagne, di cui però non si precisa l'en-



tità, dicendosi solo che è "sufficiente". Di un tributo in castagne pagato all'autorità pubblica sappiamo anche da una serie di diplomi imperiali (di Ludovico II, Carlomanno, Ludovico III) che accordano alla Chiesa di



Novara il diritto di esigerlo e di disporre. Con ogni probabilità, dunque, anche le castagne furono soggette a quella tipica esazione "pubblica" - almeno in linea di principio - che fu la decima, anche se le notizie che possediamo in tal senso non si riferiscono

all'alto Medioevo, ma ad un periodo successivo. Nel Medioevo come nell'età moderna, le castagne si sono sempre caratterizzate come un cibo a destinazione prevalentemente popolare, in virtù della facile reperibilità - e, più tardi, del basso prezzo - e dell'altissimo valore alimentare: il suo seme dal punto di vista nutrizionale "può essere paragonato ad un piccolo pane", come affermano i moderni botanici, e come, del resto, fin dall'antichità si era intuito. "Galeno dice, che la castagna è più nutritiva di tutti i granelli, in tanto che è prossima a' granelli del pane". Così Piero de' Crescenzi, che ci attesta la continuità di tale opinione nell'epoca medievale. L'affinità della farina di castagne con quella dei cereali - di quelli inferiori almeno - era sancita dall'analogia dei rispettivi impieghi alimentari: entrambe le farine servivano a fare pappe, polente, e anche il pane. Si trattava di alimenti in un certo senso interscambiabili, come ci informa, ad esempio, Bonvesin da la Riva. Tessendo l'elogio dei mulini del milanese, infatti, egli afferma che gli abitanti della città lombarda consumano pane in grande quantità: "e qui si deve notare - aggiunge poi - che i suddetti mulini non basterebbero, se l'abbondanza di castagne, panico e fagioli non rifocillasse assai spesso moltissime persone al posto del pane". La massa della popolazione sopperisce dunque con castagne, cereali inferiori e legumi alla carenza di pane: testimonianza tanto più attendibile quanto più il contesto in cui è inserita ha un carattere spiccatamente elogiativo della realtà descritta. Anche Salimbene, da



parte sua, mette sullo stesso piano i cereali minuti e le castagne, quando narra della carestia avvenuta nel 1285. In ogni caso, però, la situazione altomedievale deve essere stata assai diversa da quella dei secoli successivi, i soli in cui, come si è visto, il fenomeno del "ricorso ai surrogati", atti a sostituire il frumento accaparrato dalle classi superiori, è documentato con sicurezza. A parte, infatti, certe zone appenniniche, per le quali possiamo supporre un consumo di castagne assai elevato, non si deve dimenticare che nell'alto Medioevo il regime alimentare risulta generalmente variato nei suoi elementi, tanto da rendere impensabile l'idea di un cibo prevalente: come accadrà, invece, nel basso Medioevo e nell'età moderna, quando, in certi luoghi, la castagna assumerà un ruolo decisamente preponderante, simile a quello assunto altrove dalla patata. Per l'alto Medioevo si può senz'altro escludere qualsiasi tendenza del regime alimentare ad orientarsi verso il monofagismo: anche le castagne, dunque, come gli altri prodotti alimentari, vanno ritenute come un elemento fra gli altri. Abbiamo parlato di pappe, polente, pane fatto con castagne. Ma, naturalmente, le castagne si mangiavano anche - soprattutto? - intere. Sul modo di raccoglierle e conservarle si sofferma il Crescenzi, che così scrive: «le castagne si colgono allora, che la loro maturitade farà cascare i lor ricci in terra, o vero, che quando cominciano a mostrarsi ne' ricci, si scuotono con

pertiche, e raccolte co' ricci, si riducono in monte, infra una siepe, per paura de' porci. E quando saranno così state rinchiusse, per alquanti dì, nella ricciaia, s'aprono: e queste cotali son migliori a salvarle fresche, come ho detto, o vero verdi: imperocché, per tutto Marzo, si posson verdi serbare». Quanto poi ai sistemi di cottura, le castagne si facevano arrosto, lessate, fritte; alcuni metodi particolari sono ricordati da Bonvesin, che scrive: "si fanno cuocere verdi sul fuoco, e si mangiano dopo gli altri cibi... Spesso vengono lessate senza guscio e, così cotte, molti le mangiano col cucchiaino; buttata via l'acqua di cottura, molte volte si masticano senza pane, o anzi, al posto del pane. Seccate, poi, al sole, e cotte a fuoco lento, si danno anche ai malati".

Le foto che accompagnano l'articolo, a parte quella a pag. 37 che è tratta da Internet, sono opera di Giobbe e Silvia.

