



# Parrocchia di San Perpetuo in Solero

# 2010

Ricette tratte dal libro di Luigino Bruni "La Cucina Alessandrina"

# Introduzione

L'idea di abbinare il calendario alle ricette non è certo nuova. Il cibo della mensa e le infinite maniere di prepararlo sono una nostra grande eredità del tempo passato. Antichi calendari liturgici, presenti nei monasteri da oltre un millennio, ricavano spesso, a fianco delle ricorrenze religiose, i cibi che venivano preparati nei refettori. La cucina è oggi oggetto un aspetto importante e riconosciuto della nostra cultura. Il cibo, sia nella storia della nostra vita materiale (essenzialmente contadina nel passato e oggi anche industriale e terziaria), sia nella storia della vita spirituale (dal tempo della Bibbia ai giorni nostri) rappresenta elemento fondamentale della nostra identità. Il pane e il vino sono alla base della nostra alimentazione quotidiana e sono al contempo tramite di comunicazione spirituale nel cristianesimo. I piatti indicati nel presente calendario, necessariamente limitati ad uno per mensilità, riflettono momenti penitenziali, pensiamo ai piatti

di magro come quelli a base di merluzzo, acciughe e pesci d'acqua dolce in carpione, momenti di festa e pensiamo alle paste ripiene, all'agnello pasquale e ai dolci che spesso vengono preparati in ricorrenze di Santi. Anche la vita nei campi è punteggiata da ricette che ne segnano i momenti più significativi, pensiamo ai piatti del tempo della mietitura o della vendemmia. Le ricette contenute in questo calendario sono tutte d'origine ottocentesca e della nostra tradizione. È per noi importante mantenere vivo il riferimento al nostro territorio e alle sue risorse agro-alimentari oggi spesso riassunto nello slogan "chilometro zero". Valorizzare le nostre risorse dell'orto-frutta e non perdere la biodiversità, oggi minacciata dalla globalizzazione dei mercati, riteniamo che sia un grande valore e un patrimonio da trasferire alle future generazioni.

*Luigino Bruni*

## Cibi e bevande nel mondo biblico

Nella Palestina dei tempi biblici, gran parte della popolazione aveva solo il cibo sufficiente per sfamarsi. Le scarse precipitazioni, la siccità e i flagelli, come le locuste, rendevano i raccolti molto vulnerabili. Le carestie erano parte della quotidianità. Spesso, inoltre, i nemici attaccavano proprio durante il periodo del raccolto. La distruzione dei raccolti impediva a molti di sopravvivere.

### La frutta

La frutta era molto importante in epoca biblica. I grappoli d'uva erano mangiati freschi all'epoca del raccolto o essiccati per farne uva passa. Anche i fichi potevano essere consumati freschi o essiccati. Nella Bibbia non si fa menzione dei datteri, anche se sicuramente essi dovevano essere presenti. Erano utilizzati inoltre per la preparazione del charoeth, una particolare salsa a base di datteri, fichi, uvetta e aceto, nella quale gli Ebrei intingevano il pane durante la celebrazione della Pasqua. Si consumavano anche le olive, fresche durante il mese di ottobre, e poi conservate in salamoia. In Israele crescevano inoltre melograni, mandorli e pistacchi, mentre gli agrumi si diffusero in epoca neotestamentaria.

### Gli ortaggi

Nel corso della stagione si mangiavano cipolle, porri, meloni e cocomeri, mentre fagioli, lenticchie e piselli erano fatti essiccare e conservati in anfore di terracotta. Gli ortaggi erano utilizzati per la preparazione di zuppe. Nell'Antico Testamento, nel libro della Genesi, Esaù cede il proprio diritto di primogenitura per un piatto di minestra di lenticchie.

### Il dolce

Gli Israeliti non conoscevano lo zucchero e il dolcificante più comune era il miele, ottenuto da api selvatiche. Esisteva però anche un altro tipo di dolcificante, ottenuto dalla bollitura di datteri e carrube.



# Agnolotti Alessandrini

## • Ingredienti x 6:

Per il ripieno:

150 g di polpa di maiale,  
150 g di polpa di vitello,  
50 g di petto di pollo,  
50 g di salame cotto,  
100 g di prosciutto crudo,  
100 g di parmigiano grattugiato,  
10 g di burro o 1 cucchiaio d'olio,  
2 uova,  
noce moscata,  
pepe e sale

Per la sfoglia:

3 uova,  
350 g di farina,  
1 pizzico di sale,

Occorrono inoltre 2 litri di brodo di gallina

## • Preparazione:

Tagliate le carni a dadi e mettetle con il burro e l'olio a rosolare per alcuni istanti. Coprite con del brodo e lasciate asciugare per 20 minuti circa.

Tritatele finemente con i salumi mettendole in una terrina con il parmigiano, le uova e le spezie. Regolate di sale. Amalgamate con cura il ripieno.

Preparate ora la pasta con gli ingredienti indicati e tiratela sottilissima. La confezione degli agnolotti avverrà nel solito modo formando strisce di pasta su cui allineare mucchietti di ripieno. Ripiegare la pasta e saldare con le dita, tagliare infine con la rotella tagliapasta. Gli agnolotti dovranno risultare molto più piccoli del consueto.

La loro cottura dovrà avvenire in brodo di gallina o cappone preparato aggiungendo un pezzo di manzo magro e la classica trilogia di sedano, carota e cipolla in piccole dosi. Servire con parmigiano a parte.



# gennaio 2010

<b>01</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Maria Madre di Dio	Giornata per la Pace
<b>02</b>	<b>SABATO</b> S. Basilio	
<b>03</b>	<b>DOMENICA</b> S. Genoveffa	
<b>04</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Ermete	
<b>05</b>	<b>MARTEDÌ</b> A. Amelia	
<b>06</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> Epifania di Nostro Signore	Infanzia missionaria. Arriva la Befana.
<b>07</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Luciano, S. Raimondo	
<b>08</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Massimo, S. Severino	
<b>09</b>	<b>SABATO</b> S. Giuliano M.	
<b>10</b>	<b>DOMENICA</b> S. Aldo	
<b>11</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Iginio Papa	
<b>12</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Modesto	
<b>13</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Ilario	
<b>14</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Felice, S. Bianca	
<b>15</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Mauro	
<b>16</b>	<b>SABATO</b> S. Marcello Papa	
<b>17</b>	<b>DOMENICA</b> S. Antonio	Giornata di Voce Alessandrina
<b>18</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Basilio	
<b>19</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Liberata	
<b>20</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Mario	
<b>21</b>	<b>GIOVEDÌ</b> A. Agnese	
<b>22</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Vincenzo	
<b>23</b>	<b>SABATO</b> S. Emerenziana	Beata Teresa Michel
<b>24</b>	<b>DOMENICA</b> S. Francesco di Sales	
<b>25</b>	<b>LUNEDÌ</b> Conversione di S. Paolo	
<b>26</b>	<b>MARTEDÌ</b> SS. Tito e Timoteo, S. Paola	
<b>27</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Angela Merici	
<b>28</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Tommaso d'Aquino, S. Valerio	
<b>29</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Costanzo, S. Ciro	
<b>30</b>	<b>SABATO</b> S. Martina, S. Savina	Commemorazione caduti. Messa in musica.
<b>31</b>	<b>DOMENICA</b> S. Giovanni Battista, S. Ignazio	

# Pe di Solero

## Ingredienti x 6 persone:

400 g di pane di pasta dura raffermo,  
100 g di parmigiano stagionato,  
100 g di lardo,  
100 g di salame cotto,  
4 uova,  
300 g di spinaci o erbette o coste,  
1 ciuffo di prezzemolo,  
1 spicchio d'aglio,  
1 pizzico di sale.

## Preparazione:

Grattugiare pane e formaggio. Lavare e cuocere e strizzare gli spinaci. Tritare o macinare tutti gli ingredienti aggiungendo le uova e i sapori, per ottenere un impasto compatto ma abbastanza morbido da essere lavorato, occorrerà aggiungere un mestolino di brodo caldo. Alcune famiglie usano sostituire il lardo con il grasso di bue prelevato attorno al rene (quello usato dai trentini per i canederli) e impiegano il prosciutto cotto invece del salame cotto.

Dopo aver infarinato il piano di lavoro formate con il palmo delle mani delle palle della grandezza di un uovo. Passate nella farina eliminandone ogni eccesso in superficie onde evitare che restino collosi dopo la cottura. Lessateli in brodo vegetale, o se possibile, in un buon brodo di gallina sgrassato.

Dopo alcuni minuti di bollore cominceranno a galleggiare, abbassate la fiamma e continuate la cottura per una trentina di minuti scopercchiando la pentola. Le aggiunte di spezie quali il pepe e la noce moscata o di erbe aromatiche quali la maggiorana, sono valide ma non classiche.

Vanno serviti molto caldi in una fondina aggiungendo un mestolino di brodo e un cucchiaino di parmigiano grattugiato. Alcuni preferiscono servirli asciutti accompagnandoli con i bagnetti tipici del bollito (verde, cotto od anche rosso), si tratta di un'usanza recente, molto indicata ma non tradizionale.

Questo piatto può essere validamente inserito in un menù il cui secondo sia costituito da una gallina lessa o da un bollito misto.



# febbraio 2010

01	LUNEDÌ	S. Verdiana	
02	MARTEDÌ	Presentazione del Signore	
03	MERCOLEDÌ	S. Biagio, S. Oscar, S. Cinzia	
04	GIOVEDÌ	S. Gilberto	
05	VENERDÌ	S. Agata	
06	SABATO	S. Paolo Miki	
07	DOMENICA	S. Teodoro	Festa della Vita
08	LUNEDÌ	S. Girolamo Emiliani	
09	MARTEDÌ	S. Apollonia	
10	MERCOLEDÌ	S. Arnaldo, S. Scolastica	
11	GIOVEDÌ	S. Dante, B.V. di Lourdes	Giornata del malato.
12	VENERDÌ	S. Eulalia, S. Alessio	
13	SABATO	S. Maura	Cena di Carnevale alla Casa.
14	DOMENICA	S. Valentino	Carnevale nel pomeriggio.
15	LUNEDÌ	S. Faustino	
16	MARTEDÌ	S. Giuliana	
17	MERCOLEDÌ	Le ceneri	Inizia la Quaresima.
18	GIOVEDÌ	S. Simone	
19	VENERDÌ	S. Mansueto, S. Tullio	
20	SABATO	S. Silvano, S. Eleuterio	
21	DOMENICA	I di Quaresima	
22	LUNEDÌ	S. Margherita	
23	MARTEDÌ	S. Renzo	
24	MERCOLEDÌ	S. Edilberto	† P. Lucio Ferraris (1763)
25	GIOVEDÌ	S. Cesario	
26	VENERDÌ	S. Romeo	
27	SABATO	S. Leandro	
28	DOMENICA	II di Quaresima	

# Frittelle di san GIUSEPPE

## • Ingredienti x 8 persone:

750 g di latte,  
400 g di farina bianca,  
25 g di burro,  
7 uova,  
1 pizzico di sale,  
Zucchero a piacere.

## • Preparazione:

Portate ad ebollizione il latte con sale e burro. Aggiungete la farina a poco a poco mescolando energicamente con una frusta e cuocete fino ad ottenere una polenta che si stacchi dalle pareti della pentola (circa 20 min). Lasciate intiepidire e aggiungete le uova intere ad una ad una mescolando continuamente e a lungo sino a che la pasta non risulti perfettamente omogenea. Se di vostro gradimento armonizzate con scorza di limone.

Si preparino a questo punto due padelle con olio o meglio strutto scaldando la prima moderatamente e la seconda ad alta temperatura. Si prende la pasta a piccoli cucchiari e la si tuffa nella prima padella ove scaldandosi inizierà a gonfiarsi e si capovolgerà da sola. A questo punto la si trasferisce con una schiumarola nella seconda padella ove gonfierà immediatamente.

Appoggiate le frittelle su una carta assorbente indi zuccherate a piacere. L'impiego delle due padelle è un accorgimento che potete evitare anche se consente una cottura ideale all'interno e una perfetta doratura esterna. Le frittelle dovranno risultare vuote leggere ed asciutte.

L'olio usato nella preparazione è molto importante. L'ideale sarebbe grasso di rognone bovino o lo strutto che non altera il sapore dei cibi (sono grassi animali saturi, oggi sempre più abbandonati per ragioni dietetiche)

Si ricorre così agli oli vegetali, quelli di olio extravergine pur sopportando bene il calore impregna le frittelle del suo sapore in modo eccessivo, l'olio indicato potrebbe essere quello di arachide che tollera le temperature anche elevate ed è economico.

Il vino ideale per l'abbinamento è l'Asti spumante servito tra i 6 e 8 gradi di temperatura.



# marzo 2010

01	LUNEDÌ	S. Albino, S. Alba	
02	MARTEDÌ	S. Basileo	
03	MERCOLEDÌ	S. Cunegonda	
04	GIOVEDÌ	S. Umberto	
05	VENERDÌ	S. Adriano	† Don Giovanni Valiera (1984)
06	SABATO	S. Giordano	
07	<b>DOMENICA</b>	III di Quaresima	
08	LUNEDÌ	S. Giovanni di Dio	
09	MARTEDÌ	S. Francesca	
10	MERCOLEDÌ	S. Simplicio Papa	
11	GIOVEDÌ	S. Costantino	
12	VENERDÌ	Beato Don L. Orione	
13	SABATO	S. Arrigo, S. Eufrasia	
14	<b>DOMENICA</b>	IV di Quaresima	
15	LUNEDÌ	S. Longino, S. Luisa	
16	MARTEDÌ	S. Eriberto	
17	MERCOLEDÌ	S. Patrizio	
18	GIOVEDÌ	S. Cirillo	
19	VENERDÌ	S. Giuseppe, S. Quinto	
20	SABATO	S. Alessandra	
21	<b>DOMENICA</b>	V di Quaresima	San Giuseppe al Mezzano. Festa del Papà. Ore 15 Messa e festa.
22	LUNEDÌ	S. Lea, S. Caterina	
23	MARTEDÌ	S. Turibio	
24	MERCOLEDÌ	S. Romolo	Giornata dei missionari martiri
25	GIOVEDÌ	Annunciazione di N.S.	
26	VENERDÌ	S. Teodoro, S. Romolo, S. Emanuele	
27	SABATO	S. Augusto	Beato Francesco Faà di Bruno
28	<b>DOMENICA</b>	Le Palme	Confessioni per la S. Pasqua
29	LUNEDÌ	S. Secondo	
30	MARTEDÌ	S. Amedeo	
31	MERCOLEDÌ	S. Beniamino	ore 21 Messa del Crisma in Cattedrale

# Capretto Farcito Pasquale

## • Ingredienti:

- ½ capretto
- 1 kg di verdura a foglia verde (coste o borraggine o bietole)
- 100 g di prosciutto cotto
- 50 g di salame cotto
- 100 g di parmigiano
- 2 o 3 uova
- 1 costa di sedano, 1 carota, 1 cipolla
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 2 spicchi di aglio
- salvia, alloro, rosmarino, timo
- 40 g burro
- poco olio d'oliva
- 1 bicchiere di vino bianco
- sale, pepe e noce moscata

## • Preparazione:

Pulite, lessate e cuocete la verdura a foglia che strizzerete, triterete e farete asciugare con 20 grammi di burro in una padella per alcuni minuti. Unite in una terrina la verdura appena preparata con il parmigiano grattugiato, le uova, il prosciutto e il salame tritati, salate, pepate e profumate con pochissima noce moscata. Potrete sostituire la suddetta farcia con quella che abitualmente impiegate per riempire la cima alla genovese o la saccoccia piemontese. Tagliate il capretto all'altezza del rene separandolo dalla coscia, tagliate la pancia all'altezza del rene separandolo dalla coscia, tagliate la pancia all'altezza delle costine che metterete a nudo e scostate lo strato esterno della carne dorsale longitudinalmente formando una lunga sacca (se avete qualche problema nell'eseguire qualche operazione chiedete gentilmente al vostro macellaio di farvela). Riempite la sacca con la farcia lasciandola un poco morbida come per la cima e cucitela accuratamente.

Fate lessare in una capace pentola il capretto in brodo vegetale preparato con il sedano, la carota e la cipolla per una decina di minuti affinché si restringa ed assuma una forma più arrotondata. Tritate il prezzemolo e l'aglio e mettetelo in una teglia con l'olio, burro, alloro, timo e rosmarino; unite il capretto, rosolatelo e bagnatelo con il vino bianco portandolo a cottura per un'oretta circa a 180° gradi). Data l'esiguità della carne del giovane capretto, potrete mettere in cottura anche la coscia servendola congiuntamente. Contornate il piatto con patatine novelle al forno e una fresca insalatina mista.



# aprile 2010

01	<b>GIOVEDÌ</b> S. Ugo	8:30 Lodi e Ufficio 21:00 S. Messa in Caena Domini
02	<b>VENERDÌ</b> S. Francesco di Paola	8:30 Lodi e Ufficio 21:00 Via Crucis per il paese
03	<b>SABATO</b> S. Riccardo	8:30 Lodi e Ufficio 21:30 Veglia Pasquale
04	<b>DOMENICA</b> Pasqua di Resurrezione	
05	<b>LUNEDÌ</b> Lunedì dell'Angelo	
06	<b>MARTEDÌ</b> S. Guglielmo, S. Diogene	
07	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Ermanno	
08	<b>GIOVEDÌ</b> S. Dionigi	
09	<b>VENERDÌ</b> S. Maria Cl.	
10	<b>SABATO</b> S. Terenzio m.	
11	<b>DOMENICA</b> S. Stanislao Vescovo	
12	<b>LUNEDÌ</b> S. Giulio	
13	<b>MARTEDÌ</b> S. Martino	
14	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Abbondio	
15	<b>GIOVEDÌ</b> S. Annibale	
16	<b>VENERDÌ</b> S. Lamberto	
17	<b>SABATO</b> S. Aniceto Papa	BVM della Salve
18	<b>DOMENICA</b> S. Galdino Vescovo	
19	<b>LUNEDÌ</b> S. Ermogene m.	ore 20:15 Pellegrinaggio zonale alla Salve
20	<b>MARTEDÌ</b> S. Adalgisa Vergine	
21	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Anselmo, S. Silvio	
22	<b>GIOVEDÌ</b> S. Caio	
23	<b>VENERDÌ</b> S. Giorgio m.	
24	<b>SABATO</b> S. Fedele, S. Gastone	
25	<b>DOMENICA</b> Festa della Liberazione	Pregliera per le Vocazioni. Processione della Salve ore 16
26	<b>LUNEDÌ</b> S. Cleto, S. Marcellino	
27	<b>MARTEDÌ</b> S. Zita	
28	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Valeria, S. Pietro Chanel	
29	<b>GIOVEDÌ</b> S. Caterina da Siena	
30	<b>VENERDÌ</b> S. Pio V Papa, S. Mariano	

# Mon (mattone dolce)

## • Ingredienti:

- 1 confezione di biscotti novellini,
- 400 gdi mascarpone,
- 80 g di zucchero,
- 4 tuorli d'uovo,
- 2 cucchiaini di cacao amaro in polvere,
- 40 g di nocciole tostate,
- 1 tazza di caffè ristretto e lievemente zuccherato.

## • Preparazione:

Preparate del caffè ben ristretto e lievemente zuccherato.

Sbattete i tuorli d'uovo con lo zucchero sino a farli diventare chiari e spumosi, unite il mascarpone e sbattete nuovamente sino ad amalgamare perfettamente gli ingredienti.

Dividete il composto in due parti, in una aggiungete il cacao in polvere e mescolate nuovamente.

Prendete un vassoio di portata od una pirofila rettangolare dai bordi piuttosto fondi.

Versate in un piattino poco caffè e passatevi, solo per un attimo, i biscotti novellini che, non troppo inzuppati disporrete, ben allineati sul fondo dello stampo. Ricoprite con metà della crema bianca, ripetete l'operazione con i novellini e la metà della crema al cioccolato, continuate nello stesso modo ripetendo lo strato di novellini, la restante crema bianca, l'ultimo strato di novellini e la restante crema al cioccolato a copertura del dolce. Aggiungerete man mano del caffè nel piattino appena sarà tutto assorbito dai biscotti che devono appena imbibirsi restando solidi.

Riducete a granella le nocciole pestandole o frullandole appena, ricoprite l'intera superficie del dolce e mettete in frigorifero per un'intera giornata.

Servite dopo averlo lasciato a temperatura ambiente per alcuni minuti.



# maggio 2010

<b>01</b>	<b>SABATO</b> S. Giuseppe, S. Pio V	Rosario alle 21 nei rioni durante il mese
<b>02</b>	<b>DOMENICA</b> S. Cesare, S. Atanasio	Giornata 8x1000 alla Chiesa cattolica
<b>03</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Filippo, S. Giacomo	
<b>04</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Silvano, S. Nereo	
<b>05</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Pellegrino	
<b>06</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Giuditta	
<b>07</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Flavia, S. Fulvio	
<b>08</b>	<b>SABATO</b> S. Desiderato, S. Vittore	
<b>09</b>	<b>DOMENICA</b> S. Gregorio, S. Duilio	Festa della mamma
<b>10</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Antonino, S. Cataldo	
<b>11</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Fabio	
<b>12</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Rossana	
<b>13</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Emma	BVM Fatima
<b>14</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Mattia	
<b>15</b>	<b>SABATO</b> S. Torquato, S. Achille	
<b>16</b>	<b>DOMENICA</b> S. Ubaldo	
<b>17</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Paquale	
<b>18</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Giovanni I Papa	
<b>19</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Pietro	
<b>20</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Bernardino	
<b>21</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Vittorio	
<b>22</b>	<b>SABATO</b> S. Rita da Cascia	Benedizione delle rose
<b>23</b>	<b>DOMENICA</b> Pentecoste, S. Giovanna A. Thouret	
<b>24</b>	<b>LUNEDÌ</b> Natività S. Giovanni Battista	
<b>25</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Beda	
<b>26</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Erminio	
<b>27</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Agostino	
<b>28</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Emilio, S. Ercole	
<b>29</b>	<b>SABATO</b> S. Massimino	
<b>30</b>	<b>DOMENICA</b> SS Trinità	Fine del catechismo
<b>31</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Angela	Processione alla Madonna del Poggio

# Rosolio

- **Ingredienti per una bottiglia di liquore:**

30 g di petali di rosa canina,  
Alcune rose domestiche rosse non trattate da pesticidi,  
30 g di acqua non calcarea,  
250 g di alcool a 95°.

- **Preparazione:**

Preparazione: mescolate 100 g di zucchero con i petali delle rose e alcuni cucchiaini di alcool, pestate bene il tutto nel mortaio o frullate per alcuni minuti.

Ponete in un vaso a chiusura ermetica con tutto il restante alcool e agitate il vaso quotidianamente per un paio di settimane.

Trascorso tale periodo mettete in una pentola lo zucchero e l'acqua portandola ad ebollizione, dopo tre minuti spegnete il gas ed attendete che lo sciroppo sia completamente freddo.

Filtrate l'alcool di rosa e unitelo allo sciroppo, mescolate e rimettetelo nel vaso di vetro per una settimana.

Se il liquore risulta limpido imbottigliatelo tappando ermeticamente ed attendete almeno due mesi prima di consumarlo, se invece risultasse torbido filtratelo in un apposito filtro di carta.

# giugno 2010

01	<b>MARTEDÌ</b>	S. Giustino	
02	<b>MERCOLEDÌ</b>	S. Marcellino	Festa della Repubblica
03	<b>GIOVEDÌ</b>	S. Carlo Lwanga	Adorazione. Processione del Corpus Domini ore 21
04	<b>VENERDÌ</b>	S. Quirino	
05	<b>SABATO</b>	S. Bonifacio	
06	<b>DOMENICA</b>	S. Norberto	
07	<b>LUNEDÌ</b>	Santissima Trinità	
08	<b>MARTEDÌ</b>	S. Medardo	
09	<b>MERCOLEDÌ</b>	S. Primo, S. Efrem	
10	<b>GIOVEDÌ</b>	S. Diana	
11	<b>VENERDÌ</b>	S. Barnaba	
12	<b>SABATO</b>	S. Guido, S. Onofrio	
13	<b>DOMENICA</b>	S. Antonio da Padova	
14	<b>LUNEDÌ</b>	Corpus Domini	
15	<b>MARTEDÌ</b>	S. Germana, S. Vito	
16	<b>MERCOLEDÌ</b>	S. Aureliano	
17	<b>GIOVEDÌ</b>	S. Gregorio, S. Adolfo	
18	<b>VENERDÌ</b>	S. Marina	
19	<b>SABATO</b>	S. Gervasio, S. Romualdo	
20	<b>DOMENICA</b>	S. Silverio Papa, S. Ettore	
21	<b>LUNEDÌ</b>	S. Luigi Gonzaga	
22	<b>MARTEDÌ</b>	S. Paolino da Nola	
23	<b>MERCOLEDÌ</b>	S. Lanfranco	
24	<b>GIOVEDÌ</b>	Natività di S. Giovanni Battista	
25	<b>VENERDÌ</b>	S. Guglielmo	
26	<b>SABATO</b>	S. Virgilio	
27	<b>DOMENICA</b>	S. Cirillo d'Alessandria	
28	<b>LUNEDÌ</b>	S. Attilio	
29	<b>MARTEDÌ</b>	SS. Pietro e Paolo	
30	<b>MERCOLEDÌ</b>	SS. Primi Martiri	



# Torta sbattuta

## • Ingredienti x 6 persone:

150 g di fecola di patate,  
150 g di zucchero,  
1 pugno di farina bianca,  
6 uova,  
¼ di bustina di lievito.

## • Preparazione:

Rompere le uova e separare gli albumi e i tuorli, sbattere gli albumi a neve ben dura.

Unire i tuorli e mescolare adagio, amalgamando bene unire lo zucchero, la fecola setacciata, un pugno di farina ed il lievito.

Mettere in una teglia ben unta di burro e infarinata, cuocere in forno a 170 gradi.



# luglio 2010

01	<b>GIOVEDÌ</b> S. Teobaldo	
02	<b>VENERDÌ</b> S. Ottone	
03	<b>SABATO</b> S. Tommaso	
04	<b>DOMENICA</b> S. Elisabetta, S. Rossella	
05	<b>LUNEDÌ</b> S. Antonio	
06	<b>MARTEDÌ</b> S. Maria Goretti	
07	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Edda, S. Claudio	
08	<b>GIOVEDÌ</b> S. Adriano, S. Priscilla	
09	<b>VENERDÌ</b> S. Armando, S. Letizia	
10	<b>SABATO</b> S. Felicità, S. Silvana	Partenza Campo scuola ACR
11	<b>DOMENICA</b> S. Benedetto, S. Olga, S. Fabrizio	
12	<b>LUNEDÌ</b> S. Fortunato	
13	<b>MARTEDÌ</b> S. Enrico	
14	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Camillo de Lellis	
15	<b>GIOVEDÌ</b> S. Bonaventura	
16	<b>VENERDÌ</b> N.S. del Carmelo	
17	<b>SABATO</b> S. Alessio	Partenza Campo scuola ACR
18	<b>DOMENICA</b> S. Bruno da Solero Patrono (1123)	Processione ore 17
19	<b>LUNEDÌ</b> S. Giusta, S. Simmaco	
20	<b>MARTEDÌ</b> S. Elia	
21	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Lorenzo	
22	<b>GIOVEDÌ</b> S. Maria Maddalena	
23	<b>VENERDÌ</b> S. Brigida	
24	<b>SABATO</b> S. Cristina	
25	<b>DOMENICA</b> S. Giacomo	
26	<b>LUNEDÌ</b> SS. Anna e Gioacchino	
27	<b>MARTEDÌ</b> S. Liliana, S. Aurelio	
28	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Nazario, S. Innocenzo	
29	<b>GIOVEDÌ</b> S. Marta	
30	<b>VENERDÌ</b> S. Pietro Crisologo	
31	<b>SABATO</b> S. Ignazio di Loyola	

# Polenta di Marengo

## • Ingredienti:

150 g di mandorla sgusciate asciugate in forno senza farle colorire,  
200 g di zucchero,  
80 g di farina gialla,  
40 g di farina bianca 00,  
20 g di fecola di patate,  
1 manciata di uva sultanina,  
60 g di burro,  
100 g di zucchero a velo,  
5 uova.

## • Preparazione:

Frullate 100 grammi di mandorle con 50 grammi di zucchero sbattete 5 tuorli con 150 grammi di zucchero e incorporate con i 5 albumi montati a neve ben soda.

Aggiungete la farina di mais, la farina bianca, la fecola, il sale e le mandorle, il tutto sbattendo con dolcezza dal basso verso l'alto per mantenere ben soffice e spumoso il composto.

Aggiungete infine il burro appena fuso.

Imburrate una teglia infarinatela, versate il composto a cuocere a 160° per circa 60 minuti.

Quando la torta è ormai fredda ricopritela con lo zucchero a velo che sarà fatto glassare con due cucchiaini di acqua.

Tritate i restanti 50 grammi di mandorle abbastanza finemente e cospargete la glassa prima che indurisca.



# agosto 2010

<b>01</b>	<b>DOMENICA</b> S. Alfonso	
<b>02</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Eusebio, S. Gustavo	
<b>03</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Lidia	
<b>04</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Nicodemo, S. Giovanni	
<b>05</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Osvaldo	
<b>06</b>	<b>VENERDÌ</b> Trasfigurazione N.S.	Inizia la Novena per l'Assunta
<b>07</b>	<b>SABATO</b> S. Gaetano	Anniversario dell'istituzione della Fondazione Grattarola (1819)
<b>08</b>	<b>DOMENICA</b> S. Domenico	
<b>09</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Romano, S. Fermo	
<b>10</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Lorenzo	
<b>11</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Chiara	
<b>12</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Giuliano	
<b>13</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Ippolito, S. Ponziano	
<b>14</b>	<b>SABATO</b> S. Alfredo	
<b>15</b>	<b>DOMENICA</b> Assunzione Maria Vergine	S. Messa e processione
<b>16</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Rocco	Messe ore 10 e 18 segue cena
<b>17</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Giacinto	
<b>18</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Elena	
<b>19</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Ludovico, S. Italo	
<b>20</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Bernardo	
<b>21</b>	<b>SABATO</b> S. Pio X Papa	
<b>22</b>	<b>DOMENICA</b> S. Maria Regina	
<b>23</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Rosa da Lima, S. Manlio	
<b>24</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Bartolomeo	
<b>25</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Ludovico	
<b>26</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Alessandro	† Mons. Perpetuo Guasco (1859)
<b>27</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Monica, S. Anita	
<b>28</b>	<b>SABATO</b> S. Agostino	Festa dei Giovani alla Casa
<b>29</b>	<b>DOMENICA</b> Martirio di S. Giovanni B.	
<b>30</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Faustina, S. Tecla	
<b>31</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Aristide	

# Merluzzo alla alessandrina

## • Ingredienti per 6 persone:

- 1 kg di baccalà ammollato,
- 2 cipolle,
- 3 spicchi d'aglio,
- 5 filetti di acciughe,
- ½ l di passata di pomodoro,
- ½ bicchiere di vino bianco,
- ½ bicchiere d'olio,
- 1 ciuffo di prezzemolo,
- Olio da friggere quanto basta.

## • Preparazione:

Lasciate disfare in una larga padella le acciughe con l'aglio finemente tritato nell'olio d'oliva a bassa temperatura.

Aggiungete le cipolle tagliate a fettine sottilissime e bagnate con il vino bianco secco lasciando consumare per 10 minuti indi aggiungete la passata di pomodoro e continuate la cottura per 15 minuti tagliate nel frattempo il merluzzo a pezzi dopo averlo spelato e diliscato, infarinatelo e frigetelo a forno vivace in abbondante olio da entrambi le parti fino a che formi una crosticina dorata.

Unite il merluzzo alla salsa di pomodoro e cospargete con il prezzemolo tritato.

Fate insaporire senza aggiunta di sale per alcuni minuti e servite caldissimo con la polenta.



# settembre 2010

01	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Egidio	
02	<b>GIOVEDÌ</b> S. Elpidio	
03	<b>VENERDÌ</b> S. Gregorion., S. Marino	
04	<b>SABATO</b> S. Rosalia	
05	<b>DOMENICA</b> S. Vittorio	
06	<b>LUNEDÌ</b> S. Petronio, S. Umberto	
07	<b>MARTEDÌ</b> S. Regina	
08	<b>MERCOLEDÌ</b> Natività B.V. Maria	
09	<b>GIOVEDÌ</b> S. Sergio Papa	
10	<b>VENERDÌ</b> S. Nicola da Tolentino, S. Pulcheria	
11	<b>SABATO</b> S. Diomede m.	
12	<b>DOMENICA</b> SS. nome di Maria, S. Guido	Festa della Madonna del Poggio e benedizione dei trattori
13	<b>LUNEDÌ</b> S. Maurilio, S. Giovanni Crisostomo	
14	<b>MARTEDÌ</b> Esaltazione S. Croce	
15	<b>MERCOLEDÌ</b> B.V. Addolorata	
16	<b>GIOVEDÌ</b> S. Cornelio, S. Cipriano	
17	<b>VENERDÌ</b> S. Roberto	
18	<b>SABATO</b> S. Sofia	
19	<b>DOMENICA</b> S. Gennaro	Anniversari di Matrimonio S. Messa e pomeriggio insieme
20	<b>LUNEDÌ</b> S. Eustachio, S. Candida	
21	<b>MARTEDÌ</b> S. Matteo	
22	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Maurizio	
23	<b>GIOVEDÌ</b> S. Lino Papa	
24	<b>VENERDÌ</b> S. Pacifico	
25	<b>SABATO</b> S. Aurelia	
26	<b>DOMENICA</b> SS. Cosma e Damiano	S. Messa e Festa a S. Michele
27	<b>LUNEDÌ</b> S. Vincenzo de' Paoli	
28	<b>MARTEDÌ</b> S. Venceslao	
29	<b>MERCOLEDÌ</b> SS. Michele, Gabriele e Raffaele	
30	<b>GIOVEDÌ</b> S. Girolamo	

# Bollito Misto

## • Ingredienti x 8 persone:

500 g di muscolo o culacciolo,  
1 coda,  
500 g di piano di manzo,  
alcuni salamini di vacca,  
1 lingua di vitello,  
50 g di testina,  
1 o 2 cotechini,  
1 gallina,  
1 cipolla,  
2 carote,  
2 coste di sedano,  
sale grosso.

## • Preparazione:

Lavate le verdure e tagliatele grossolanamente. Prendete una pentola capace e mettetela al fuoco con le verdure ed acqua abbondante, salata.

Quando bolle unite la carne di manzo. Lasciate cuocere per almeno due ore.

Mettete contemporaneamente al fuoco una seconda casseruola: in essa fate lessare il solo cotechino e i salamini.

Ponete in una terza pentola la testina con metà acqua e metà brodo di manzo e lessate per un paio di ore.

Mettete a riscaldare un piatto di servizio grande a sufficienza per ricevere il bollito.

Quando le carni sono giunte a cottura toglietele dalla pentola, ivi compreso il cotechino e sistematele sul piatto di servizio.

Se la cottura è a puntino la carne si lascia tagliare senza consistenza e nervosità, inoltre non si sfalda mantenendo le fibre asciutte deve cioè mostrarsi compatta ma morbida.



# ottobre 2010

01	VENERDÌ	S. Teresa	
02	SABATO	SS. Angeli Custodi	
03	DOMENICA	S. Gerardo	Festa di inizio del catechismo. S. Messa e pomeriggio insieme.
04	LUNEDÌ	S. Francesco d'Assisi	
05	MARTEDÌ	S. Placido	
06	MERCOLEDÌ	S. Bruno	
07	GIOVEDÌ	N.S. del Rosario	
08	VENERDÌ	S. Pelagia	
09	SABATO	S. Dionigi, S. Ferruccio	
10	DOMENICA	S. Daniele	1157° arrivo di San Perpetuo a Solero. Festa degli anziani alla Casa.
11	LUNEDÌ	S. Firmino	
12	MARTEDÌ	S. Serafino	
13	MERCOLEDÌ	S. Edoardo	
14	GIOVEDÌ	S. Callisto I Papa	
15	VENERDÌ	S. Teresa d'Avila	
16	SABATO	S. Edvige, S. Margherita	
17	DOMENICA	S. Ignazio, S. Rodolfo	Giornata missionaria. Festa degli anziani alla Casa di Riposo.
18	LUNEDÌ	S. Luca	
19	MARTEDÌ	S. Paolo della Croce	
20	MERCOLEDÌ	S. Irene	
21	GIOVEDÌ	S. Orsola	
22	VENERDÌ	S. Donato	
23	SABATO	S. Giovanni	
24	DOMENICA	S. Antonio	
25	LUNEDÌ	S. Crispino, S. Daria	
26	MARTEDÌ	S. Evaristo Papa	
27	MERCOLEDÌ	S. Fiorenzo	
28	GIOVEDÌ	S. Simone	
29	VENERDÌ	S. Ermelinda, S. Massimiliano	
30	SABATO	S. Germano	Cena dei ceci alla Casa
31	DOMENICA	S. Lucilla, S. Quintino	

# Fave dolci dei morti

## Ingredienti per 6 persone:

200 g di nocciole,  
200 g di zucchero,  
2 chiare d'uovo,  
1 limone.

## Preparazione:

Frullate a lungo le nocciole con l'aggiunta di un cucchiaino di zucchero, montate a neve le chiare, grattugiate la scorza di mezzo limone. Formate quindi un impasto con tutti gli ingredienti che lavorerete accuratamente.

Su un piano di marmo, trasformate l'impasto in rotolini che taglierete a pezzetti cercando di dar loro la forma di una grossa fava.

Disponete su un piano imburato e infarinato le "fave" e cuocetele a fuoco moderato per circa 15 o 20 minuti.

Con lo stesso impasto ma modellato a forma di bastoncino potete preparare anche gli ossi di morto.

# novembre 2010

<b>01</b>	<b>LUNEDÌ</b> Tutti i Santi	Messa al Cimitero
<b>02</b>	<b>MARTEDÌ</b> Commemorazione dei Defunti	Messe al Cimitero. Indulgenza per i defunti.
<b>03</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Martino, S. Silvia	
<b>04</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Carlo Borromeo	Festa delle Forze Armate. Suffragio dei Caduti.
<b>05</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Zaccaria	
<b>06</b>	<b>SABATO</b> S. Leonardo	
<b>07</b>	<b>DOMENICA</b> S. Ernesto	Festa del ringraziamento per i doni del creato
<b>08</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Goffredo	
<b>09</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Oreste, S. Ornella	
<b>10</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Baudolino	
<b>11</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Martino di Tours	
<b>12</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Renato, S. Elsa	
<b>13</b>	<b>SABATO</b> S. Diego, S. Omobono	
<b>14</b>	<b>DOMENICA</b> S. Giocondo	Festa della Diocesi in Duomo nel pomeriggio
<b>15</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Alberto, S. Arturo	
<b>16</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Margherita	
<b>17</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Elisabetta	
<b>18</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Oddone	
<b>19</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Fausto	
<b>20</b>	<b>SABATO</b> S. Benigno	
<b>21</b>	<b>DOMENICA</b> Presentazione B.V. Maria	Cristo Re. Giornata sostegno ai sacerdoti. Vespri alle 16:30.
<b>22</b>	<b>LUNEDÌ</b> Cristo Re	
<b>23</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Clemente Papa	
<b>24</b>	<b>MERCOLEDÌ</b> S. Flora	
<b>25</b>	<b>GIOVEDÌ</b> S. Caterina d'Alessandria	
<b>26</b>	<b>VENERDÌ</b> S. Corrado	
<b>27</b>	<b>SABATO</b> S. Massimo, S. Virgilio	
<b>28</b>	<b>DOMENICA</b> I d'Avvento	Inizia l'Avvento (Anno A)
<b>29</b>	<b>LUNEDÌ</b> S. Saturnino	
<b>30</b>	<b>MARTEDÌ</b> S. Andrea, S. Duccio	



# Torta di zucca della vigilia di Natale

## • Ingredienti per 8 persone:

- 1 kg di zucca dalla polpa soda e privata della buccia e dei semi,
- 4 uova
- 200 g di amaretti del tipo secco,
- 1 cipolla,
- 1 limone,
- 20 g di burro,
- 2 cucchiaini di grappa bianca,
- 3 pere maderna o 700 g di pere martine,
- 5 cucchiaini di parmigiano grattugiato,
- 2 cucchiaini di pane grattugiato,
- ½ bicchiere di latte intero,
- 1 rametto di salvia,
- 1 noce moscata,
- sale e pepe.

## • Preparazione:

Togliete la buccia e le parti interne con i semi alla zucca, tagliatela a pezzi poco più grande di una noce e infornateli alla temperatura di 170° per una mezz'oretta. Controllate che sia morbida e passatela al passavivande a buchi grossi pestate gli amaretti e uniteli alla polpa di zucca.

Affettate sottilmente e tritate la cipolla, rosolatela nel burro e salvia aggiungete il latte per non farla colorire sino a quando risulti ben cotta ed asciutta. Unite il soffritto di zucca ed unite le uova intiere precedentemente sbattute, il sale, il pepe, 3 cucchiaini di parmigiano grattugiato, 3 bicchieri di grappa la scorza del limone grattugiata e la noce moscata. Se l'impasto risultasse troppo morbido aggiungete poco pane grattugiato.

Sbucciate e togliete il torsolo alle pere affettatele sottili ma non troppo. Imburrate una teglia dai bordi non troppo alti e cospargetela con del pane grattugiato finemente. Versate l'impasto in modo da formare uno strato di circa 3 centimetri d'altezza. Inserite le fettine di pera nell'impasto ed eventualmente a raggiera e cospargete con il restante parmigiano e pane grattugiati mescolati tra loro. Cuocete in forno alla temperatura di 160°-170° per un'ora. Controllate la cottura della torta deve restare morbida ma asciutta. Se vi sembra ancora troppo bagnata continuate la cottura per altri 15 minuti.

Volendo potete cospargerla con dello zucchero a velo o del cioccolato in polvere.



# dicembre 2010

01	MERCOLEDÌ	S. Eligio	
02	GIOVEDÌ	S. Bibiana	
03	VENERDÌ	S. Francesco Saverio	
04	SABATO	S. Giovanni Damasceno	Cena di Beneficenza
05	DOMENICA	II d'Avvento	
06	LUNEDÌ	S. Nicola	
07	MARTEDÌ	S. Ambrogio	
08	MERCOLEDÌ	Immacolata Concezione	S. Rosario
09	GIOVEDÌ	S. Valeria	
10	VENERDÌ	B.V. Maria di Loreto	
11	SABATO	S. Damaso Papa	
12	DOMENICA	III d'Avvento	
13	LUNEDÌ	S. Lucia	† Tenore Carlo Guasco (1876)
14	MARTEDÌ	S. Giovanni, S. Pompeo	
15	MERCOLEDÌ	S. Valeriano	
16	GIOVEDÌ	S. Adelaide	Inizia la Novena di Natale
17	VENERDÌ	S. Lazzaro	
18	SABATO	S. Graziano	
19	DOMENICA	IV d'Avvento	
20	LUNEDÌ	S. Liberato	
21	MARTEDÌ	S. Pietro Canisio	
22	MERCOLEDÌ	S. Francesca Cabrini	
23	GIOVEDÌ	S. Ettore	
24	VENERDÌ	S. Delfino	Attendiamo il Natale. Presepe Vivente.
25	SABATO	Natale del Signore	
26	DOMENICA	S. Stefano	
27	LUNEDÌ	S. Giovanni	
28	MARTEDÌ	SS. Innocenti Martiri	
29	MERCOLEDÌ	S. Tommaso Becket	
30	GIOVEDÌ	S. Eugenio	
31	VENERDÌ	S. Silvestro I Papa	Te Deum di ringraziamento. Cenone di Capodanno alla Casa.

# Cibi e bevande nel mondo biblico

## Il pane

Ai tempi della Bibbia, il pane era preparato con diversi tipi di farina. Probabilmente il più comune era il pane d'orzo, ma anche il pane di grano era piuttosto diffuso. Il grano era raccolto e poi macinato. In epoca antica la macinatura avveniva sfregando una piccola pietra su una di dimensioni maggiori. Successivamente la macinatura avveniva ponendo il grano tra due piccole macine. La pietra inferiore era saldamente fissata, con acqua od olio, sino a formare una massa di pasta.

A questa si aggiungeva poi un pezzo di pasta fermentata, detta lievito, conservata dalla panificazione precedente. L'impasto era quindi lasciato lievitare. Prima della cottura, si conservava una parte di questa pasta per la successiva. Il pane, simile alle nostre focacce, era poi posto a cuocere in forno.



## I latticini e le uova

In Palestina il burro non trovava grande impiego, in quanto facilmente deteriorabile dalle elevate temperature. Il formaggio e lo yogurt, invece, erano alimenti alquanto diffusi. Ai tempi del Nuovo Testamento molti possedevano galline e ne friggevano le uova in olio d'oliva.



## La carne

Nei tempi biblici il consumo di carne era molto limitato. La gente comune abitualmente si cibava di carne di pecora, di capra o di volatili, ma solo in occasioni speciali. I più abbienti potevano mangiare carne d'agnello, vitello e manzo. Normalmente la carne era bollita. L'agnello arrostito consumato per la cena di Pasqua era quindi un'eccezione.

## Il pesce

Sicuramente il pesce era un alimento importante all'epoca di Gesù. I pesci più piccoli erano fatti essiccare e quindi posti sotto sale, per essere poi consumati accompagnati dal pane, proprio come nella colazione che Gesù, secondo il vangelo di Giovanni, prepara per i suoi seguaci.



## Il vino

Il vino era la bevanda più frequente in epoca biblica. Il Nuovo Testamento racconta che Gesù fornì il vino per le nozze di Cana e che egli stesso apprezzava il vino. Tuttavia, coloro che avevano fatto voto a Dio o che rivestivano cariche particolari si astenevano dal consumo di vino. L'ubriachezza e gli eccessi erano sistematicamente condannati. In epoca neotestamentaria le dimore dei più benestanti erano dotate di cantine, nelle quali si conservavano ottimi vini, provenienti da tutto il bacino del Mediterraneo. Erano conservate in stretti recipienti, chiamati amphorae, che consentiva di piantarle nella terra o nella sabbia, così da mantenere fresco il vino. Comunemente il vino era tuttavia conservato in recipienti di cuoio, chiamati otri.

## Stagionatura e conservazione degli alimenti

Il sale era utilizzato per la stagionatura degli alimenti ma soprattutto per la loro conservazione. Sulle sponde sud-occidentali del Mar Morto le rocce saline abbondavano e il sale era ottenuto per evaporazione delle acque. Per insaporire i cibi si utilizzavano menta, aneto e cumino, spezie molto apprezzate, che avevano la funzione di rendere più variata un'alimentazione peraltro abbastanza monotona. Spezie più rare, importate dall'Africa e dall'Asia, erano utilizzate solo dai più benestanti.

## L'acqua

Sebbene l'acqua fosse ampiamente utilizzata per la preparazione delle vivande, ai tempi degli Israeliti non era sempre potabile. Generalmente l'acqua da pozzi o sorgenti locali era abbastanza sicura, mentre non lo era affatto quella conservata nelle cisterne. Anche ai tempi dei Romani, quando un sistema di acquedotti (come a Cesarea e a Betlemme) o un impianto idraulico (come a Gerusalemme) portava l'acqua nelle città, non sempre l'acqua era potabile. Per questa ragione le bevande erano spesso preparate con latte di capra o vino.



**Parrocchia di S. Perpetuo - Solero**  
Tel./Fax 0131 217219 - Cell. 329 8046432  
donmariobianchi@alice.it  
www.parrocchiasanperpetuo.it

**Orari delle Messe**  
feriale ore 16.30, festivo ore 8.30-11.00, prefestivo ore 17.00