

## Asparagi ... de gustibus ...

Secondo una certa leggenda si racconta che Caio Giulio Cesare Cesare, ai tempi di quando era governatore della Gallia Cisalpina (dal 59 al 55 a.c.), e quindi di stanza a Milano, una sera venne invitato, con i suoi più stretti collaboratori, a cena da un nobile ed influente signore del luogo, tale Valerio Leone, che come prelibatezza fece servire nel corso del convito degli splendidi asparagi cotti in una salsa a base di burro. Questo tipo di condimento non piacque ai generali che accompagnavano il famoso condottiero, perché a Roma per condire si usava l'olio, mentre il burro era usato solo come unguento per la pelle. Per questo se ne lamentarono in maniera non proprio riservata e anche di fronte al padrone di casa. Per rimediare alla situazione imbarazzante, sembra che Cesare ambia redarguito i suoi sottoposti con la famosa frase, poi diventata un modo di dire proverbiale: "de gustibus non disputandum est" (*non si può discutere sui gusti*).

Al di là della veridicità o meno del fatto, che peraltro viene ricordato da Plutarco, il racconto conferma che nell'antichità gli asparagi erano sicuramente conosciuti e anche molto apprezzati.

Addirittura l'etimologia della parola ci porta molto lontano, perché attraverso il latino "asparagus" (germoglio) si arriva al greco asparagos che può avere nella forma verbale da cui deriva il significato di "essere turgido". Proprio con riferimento a questa idea di turgidità e alla forma fallica del turione dell'asparago, forse gli antichi, a partire dagli egizi, dai greci, dai romani e poi per arrivare anche al rinascimento, hanno sempre creduto che questa pianta avesse forti poteri afrodisiaci. Nell'antichità, forse anche per questa loro velleitaria virtù, gli asparagi furono molto consumati e ricercati. Sicuramente presso i babilonesi, presso gli egizi e presso i greci, ma

furono soprattutto i romani ad esserne ghiottissimi e forti consumatori. Venivano coltivati anche nelle colonie africane (in Libia per esempio, dove arrivavano a dimensioni particolarmente grandi). Sembra addirittura che in età imperiali esistessero delle navi adibite esclusivamente al trasporto degli asparagi.

I romani mangiavano gli asparagi quasi crudi, cotti pochissimo, tanto che l'imperatore Augusto per dire che una cosa doveva essere fatta subito e velocemente diceva: "nel tempo che si cuociono gli asparagi".

Ma gli asparagi nell'antichità erano anche ritenuti dei veri e propri medicamenti e quindi si utilizzavano spesso anche le radici cotte nel vino e si erano scoperte per via empirica proprietà che poi sono state anche dimostrate scientificamente veritiere in tempi moderni. Plinio il Vecchio sosteneva infatti giustamente il potere diuretico, depurativo e lassativo degli asparagi.

Che fosse considerata una pianta medicamentosa poi è confermato dal fatto che Linneo lo classifica appunto con l'appellativo di "Asparagus Officinalis"

Anche Pellegrino Artusi, molto più recentemente alla fine dell'800, è di quest'avviso e quando parla degli "Sparagi" dice: "Questo erbaggio, prezioso non solo per le sue qualità diuretiche digestive, ma anche per l'alto prezzo a cui si vende, lessato che sia si può preparare in diverse maniere, ma la più semplice e la migliore è quella comune di condirli con olio finissimo e aceto o agro di limone. ..." Al di là del fatto che il parsimonioso Artusi stia attento al prezzo, anche lui propone gli asparagi come vivanda salutare e alla fine della ricetta dà poi anche indicazioni di ordine pratico, almeno per chi, come succedeva a quell'epoca, non poteva disporre di servizi in camera: "Il cattivo odore prodotto dagli sparagi

---

si può convertire in grato olezzo di viola mammola, versando nel vaso da notte alcune gocce di trementina.”

Infatti gli asparagi, dato il loro alto contenuto di potassio, rappresentano anche un alimento molto utile al cuore e ai muscoli in generale e degno di considerazione è proprio il loro effetto diuretico a causa del rapporto potassio/azoto molto elevato e dell'asparagina, che è responsabile del forte odore penetrante, a cui l'Artusi cerca di porre rimedio.

D'altro canto, la comparsa dell'odore di asparagi nell'urina è associata all'efficienza del sistema renale ed è sintomo di buona efficienza del sistema proprio l'immediatezza con la quale tale odore compare.

L'asparago spontaneo, quello che si trova nei terreni non coltivati o ai margini dei boschi è una pianta erbacea pluriennale conosciuta con il nome scientifico di “*asparago comune*”, appartenente alla famiglia delle Liliaceae, sottofamiglia Asparagoideae, che produce numerosi germogli (turioni), che rappresentano la parte commestibile. Da questa pianta spontanea si sono poi selezionate tutte le varietà di asparago coltivate, che in genere hanno turioni di diametro e consistenza maggiori.

E allora, a questo punto, proviamo ad avvicinarci ai nostri asparagi in veste di consumatori. Prima di tutto bisogna procurarceli; ci sono due modi: il primo è quello di andarseli a cercare in campagna, quelli selvatici, quelli più piccoli, quasi filiformi, ma sicuramente più buoni, più profumati e tenerissimi; oppure quelli a cui accenna l'Artusi: andarseli a comprare al mercato, di quelli coltivati, più grossi, più insipidi, e come di ce lui quasi sempre cari.

Comunque una volta procurati bisogna anche acconciarli in modo da poterli mangiare. L'Artusi ci dice che basta scottarli e condirli, ma ci sono altri mille modi di gustarli; nel '500 il Soderini, fiorentino prevede una bollitura degli asparagi e poi “scolati e infarinati si friggono nella padella”; Gli asparagi alla fiorentina però, quelli da tutti conosciuti prevedono l'abbinamento con le uova, che vengono cotte a parte e adagiate sugli asparagi; quando si mangiano si intinge la punta dell'asparago nel tuorlo dell'uovo, come se fosse una specie di pinzimonio. In altri casi

sugli asparagi caldissimi solo si appoggia delicatamente il tuorlo di un uovo crudo.

Recentemente (negli ultimi venti anni) nel periodo in cui la cucina è diventata un fatto di costume e tutti vanno alla ricerca della novità e del diverso, sull'onda di quanto proposto da mille trasmissioni televisive, gli asparagi sono stati accoppiati, a volte anche con successo a pasta e riso; sono nati così gli innumerevoli e spesso insipidi risotti alle punte di asparagi, che purtroppo ritroviamo in tutte le stagioni (congelati) nei ristoranti alla moda.

Su questo abbrivio di moda vogliamo dare anche noi una ricetta particolare, la ricetta di una pasta condita con gli asparagi, che sicuramente non fa parte della tradizione, ma che senza dubbio, se fatta bene risulta gustosa:

### **le Penne agli Asparagi**

*Procuriamoci un mazzo di asparagi; se sono selvatici meglio, altrimenti quelli che ci sono; non devono essere però molto grossi. Il mazzetto così com'è mettiamolo per il lungo su un tagliere con le punte a sinistra e le basi a destra (sempre che non siamo mancini). Con un coltello si tagliano e si buttano tutte le parti dure e immangiabili; poi si tagliano tutti gli asparagi insieme in sezioni più o meno lunghe quanto le penne della nostra pasta (4/5 cm); le punte spigate degli asparagi si tengono separate; si mettono tutti i pezzi tagliati dei gambi in un colino e si lavano. In una pentola non molto grande si mette l'acqua calda, non molta e un po' salata, e si comincia a scottare i gambi degli asparagi, quando l'acqua bolle insieme ai gambi si mette anche la pasta (400 g. di penne per 4 persone); nel frattempo in una teglia, in un fondo d'olio avremo messo due spicchi di aglio schiacciati e una punta di peperoncino e quando l'aglio si colorisce metteremo a soffriggere le punte degli asparagi sfumando con un po' di vino bianco; il tutto deve durare cinque minuti; quando la pasta è a due terzi di cottura si scola insieme ai gambi degli asparagi conservando l'acqua; asparagi e pasta si fanno saltare nel sugo appena fatto con le punte, aggiungendo una cucchiata di grana grattugiato ed eventualmente un po' dell'acqua di cottura se ci si accorge che rimangono un po' asciutte. In tavola, in ciascun piatto, chi vuole, aggiunge una svirgolata di olio crudo.*

**PITINGHI**