

La Panzanella: un po' di Storia

A volte scorrendo le liste dei ristoranti, in estate, tra gli antipasti si trova: "Panzanella" e poi fra parentesi: (insalata di pane e verdure di stagione con olio e aceto). Non è giusto! Non si può trattare così uno dei due monumenti (l'altro è la zuppa di cavolo) della cultura del cibo in Toscana.

La panzanella non è un antipasto, la panzanella è un piatto unico, talmente unico che nelle famiglie contadine, quando andava bene, c'era solo quello. Non è un antipasto, non si può svilire così. Per favore, non è questo il modo di accostarsi a questo piatto, a questa tradizione, a questa cultura; è un problema di rispetto, nei confronti delle generazioni di toscani, contadini e non, che di questo cibo ne hanno fatto l'ingegnoso mezzo di sopravvivenza in tempi e in situazioni di certo più dure di quelle che noi, per nostra ventura, e sicuramente senza alcun nostro merito, oggi viviamo. E allora prima di mettere la panzanella tra gli antipasti bisogna pensare e soprattutto sapere cosa si fa, lo scempio che si compie, la grande cultura che si tradisce.

L'abbiamo detto più volte, la cucina toscana tradizionale è una cucina di pane. È anche una cucina particolare perché naturalmente si adegua al tipo di pane che si faceva in Toscana e anche al modo di fare il pane in questa regione. E da qui forse bisogna partire per capire. Nelle campagne, dove l'organizzazione agraria era tutta imperniata sulla conduzione a mezzadria, l'alimentazione, e quindi la sopravvivenza, delle famiglie dei mezzadri era tutta basata sul cibo che si produceva nel podere e sulle possibilità di poterlo conservare. In ogni podere toscano di pianura e di collina, (esclusi quelli di montagna dove le condizioni erano per forza diverse) si coltivava sempre il grano, che rappresentava comunque il raccolto principe del podere. Il grano si poteva conservare facilmente

per tutto l'anno, fino al raccolto successivo. Per fare il pane si doveva andare al mulino e far macinare il grano, ottenendo quindi la farina, che non era una farina bianca e sottile come quella che noi oggi siamo abituati a vedere, ma era una farina più scura, all'interno della quale, c'era ancora la semola e il granello; era vera farina integrale, che bisognava "setacciare" prima di fare il pane.

Il pane si faceva, quando si faceva spesso, una volta la settimana, perché accendere il forno era dispendioso e l'operazione occupava per molto tempo i membri della famiglia, distogliendoli da altri lavori.

Il pane quindi era sempre destinato a diventare "pane posato". Proprio questo pane un po' duro diventa allora la materia prima, il punto di partenza di tutto la cucina tipica toscana. In questa sede ci vogliamo occupare solo della panzanella, ma si pensi a tutti i crostini e a tutte le "fette" tipiche di ogni zona e di ogni paese, alle varie zuppe e minestre che sempre ammorbidiscono altre fette di pane. La cucina toscana non potrebbe esistere senza il pane toscano. Anche la panzanella trae origine da lì, dall'unico prodotto che si poteva avere a disposizione; è comunque il frutto dell'ingegno e della ricerca dell'essenziale.

Nelle calde giornate estive, quando i contadini attendevano al lavoro nei campi dall'alba al tramonto, si sfamavano quasi sempre con questo cibo, preparato dalla massaia la sera precedente. Nella panzanella si ritrova quindi il motore e l'energia di chi ci ha preceduto su questa nostra terra e soprattutto di chi è riuscito a conservarla nel suo splendore.

E allora per favore, credete amici ristoratori, non è proprio il caso. Non si può dire che la panzanella è uno dei tanti antipasti da mangiare in alternativa ai gamberetti con i fagioli verdi o al famoso tagliere di salumi. No, nella

panzanella ancora oggi bisogna sentire un certo non so che di sacro, che non si può ignorare e quindi, o ci si pensa, oppure non si mangia neppure.

Dell'importanza della panzanella per le famiglie dei mezzadri abbiamo già detto, ma l'utilizzazione di questo piatto non si limitava alla campagna, ma era anche patrimonio culturale dei ceti poveri della città. Nei romanzi di Vasco Pratolini ambientati nella Firenze della prima metà del '900, quando "il mangiare" costituiva una voce importante del bilancio familiare, spesso i protagonisti mangiano con gusto la panzanella.

Bisogna a questo proposito osservare che è un piatto, diciamo una minestra, una zuppa che si consuma fredda, ma che non ha bisogno di essere cotta e che quindi non ha bisogno del fuoco. Non era un particolare di poco conto fino a qualche decina di anni fa, quando non c'era né gas né elettricità; i fornelli funzionavano solo a carbone o a brace di legna. In estate si preferiva, quindi, anche e soprattutto per motivi economici, evitare di accendere il fuoco; e la panzanella veniva a proposito.

È un cibo sicuramente antichissimo, forse è sempre esistito, proprio perché rappresenta la soluzione semplice per un'alimentazione gustosa e sufficientemente equilibrata, realizzata con ingredienti facilmente reperibili: ci sono i carboidrati del pane, ci sono le vitamine della verdura, ci sono anche un po' di grassi vegetali fornite dall'olio di oliva.

Era poi un piatto adatto a tutti i componenti della famiglia ai giovanissimi e ai vecchi. Fino a poco tempo fa la cura dei denti non era possibile, specialmente per i ceti più poveri. Non esistevano otturazioni, protesi e impianti. I denti al massimo si potevano solo togliere e quando si erano tolti non c'erano più. I contadini anziani avevano in bocca pochi denti, ma avevano sempre in tasca un coltellino a serramanico, che serviva per mille usi e per mille lavori, ma che serviva anche per tagliare in piccoli pezzi il cibo, che non si poteva più masticare. La panzanella non poneva neppure questo problema.

Il Boccaccio nel suo Decameron, nella settima novella dell'ottava giornata, verso la fine del racconto dice che alla protagonista viene dato da mangiare "pan lavato". Se si legge la nota

c'è scritto che si tratta di pane ammorbidito nell'acqua e quindi rappresenta per tutti gli esperti di gastronomia la prima citazione letteraria che si conosca della panzanella.

Ma ce ne sono altre, di citazioni, un po' più recenti, ma ugualmente interessanti, come quella di Agnolo di Cosimo detto il Bronzino il famoso pittore dei Medici, che scrive nel '500 un'opera intitolata *l'Ode della Cipolla* nella quale ci propone, in versi, proprio la ricetta della panzanella:

*“Chi vuol trapassar sopra le stelle
en’tinga il pane e mangi a tirapelle
un’insalata di cipolla trita
colla porcellanetta e citriuoli
vince ogni altro piacer di questa vita
considerate un po’ s’aggiungessi
bassilico e ruchetta” .*

(Agnolo di Cosimo detto il Bronzino)

Mancano i pomodori, che ai tempi del Bronzino erano appena arrivati dalle Americhe, ma nessuno li mangiava, perché erano considerati solo come piante ornamentali, mentre la porcellanetta è un'erba che oggi non si usa più e il basilico e la rucola vengono considerati opzionali, perché allora di difficile reperibilità. Nel 1865 il Barone Bettino Ricasoli ebbe ospite nel suo castello di Brolio il re Vittorio Emanuele e sembra che gli abbia offerto una splendida panzanella, apprezzata dal sovrano, che nelle intenzioni doveva avere suggestioni patriottiche con il rosso del pomodoro, il bianco del pane e il verde del basilico.

E per finire con le citazioni, ma non con la panzanella, *Aldo Fabrizi*, romano doc, ha scritto questi versi e, pur non citando la cipolla, ha riconosciuto alla toscanesissima panzanella un viatico quasi internazionale:

*E che ce vo’
pe’ fa’ la Panzanella?
Nun è ch’er condimento sia un segreto,
oppure è stabbilito da un decreto,
però la qualità dev’esse quella.
In primise: acqua fresca de cannella,
in secondise: ojo d’uliveto,
e come terzo: quer di-vino aceto
che fa’ veni la febbre magnarella.
Pagnotta paesana un po’ intostata,
cotta all’antica,co’ la crosta scura,
bagnata fino a che nun s’è ammolata.
In più, per un boccone da signori,
abbasta rifini la svojatura
co’ basilico, pepe e pommidori.*

(Aldo Fabrizi)

ma la panzanella continua ...

PITINGHI
