

La Conserva

La ricetta 732 della “Scienza in cucina e l’Arte di Mangiar bene di Pellegrino Artusi” si intitola: “Conserva di Pomodoro senza sale”. Già il titolo è significativo, perché sta a testimoniare che la conserva di Pomodoro ai tempi dell’Artusi (alla fine dell’ottocento) in genere si confezionava con il sale. La ricetta del noto gastronomo differisce da quella di solito usata solo per il fatto che, alla fine del processo di confezionamento, si mettono le bottiglie tappate piene di conserva, in un grande recipiente con acqua che viene portata ad ebollizione. Questo processo, che oggi tutti conoscono, e che, invece, l’Artusi considerava innovativo non rappresenta altro che la sterilizzazione del contenuto e del contenitore, in modo da eliminare tutti i batteri presenti ed evitare così processi di fermentazione.

Il maggior responsabile del deperimento dei cibi, è il fatto che in tutti i cibi è sempre presente una certa quantità d’acqua, che, alle comuni temperature dei nostri ambienti, costituisce l’ideale habitat dei batteri; per poter conservare i cibi, quindi bisogna provvedere a rendere innocui i batteri, con la sterilizzazione, oppure ad eliminare l’acqua contenuta nei cibi. I sistemi che tendevano ad eliminare l’acqua, sono quelli più usati fin dall’antichità. Fin dai tempi più remoti, addirittura nel Neolitico, l’uomo si è reso conto che il sale era un potente conservante (anche se i meccanismi chimici per i quali il sale (cloruro di sodio) agisce come conservante sono stati spiegati solo nel secolo scorso) e proprio per questo motivo il sale è stato sempre molto prezioso. Naturalmente la conservazione con l’ausilio del sale modificava e modifica il sapore e le caratteristiche dei cibi e quindi, proprio per questo il nostro simpatico Artusi si affrettava a specificare che la sua conserva è “senza sale”. Infatti i contadini toscani, quando facevano la loro conserva il sale ce lo mettevano e, spesso, ce ne mettevano

assai proprio per essere sicuri della sua conservazione. Il procedimento per ottenere questa conserva “antica” merita un po’ di attenzione, perché ai nostri giorni, nella pratica, è andato perduto e non crediamo che ci sia famiglia che ancora lo possa attuare in proprio. Il racconto delle metodiche messe in atto è quindi l’unica testimonianza possibile. In tutto il processo si tendeva, di tappa in tappa, ad eliminare sempre di più l’acqua contenuta, attraverso tutta una serie di operazioni di volta in volta diverse, ma sempre miranti a questo scopo. Il punto di partenza erano, naturalmente, i pomodori, quei pomodori maturi rossi, di polpa tenera e di qualità nostrana (Grinzoso Sanminiatese e/o Costoluto Fiorentino, non di certo il San Marzano). Pomodori larghi e piatti, non molto grandi, di buccia sottile. Dopo averli raccolti si lavavano e venivano poi aperti in due metà, quella superiore e quella inferiore, si faceva colare l’acqua e si adagiavano, stesi, sui ... “cannicci” o “graticci”. E già qui bisogna fare una sosta per spiegare cos’erano questi oggetti; i cannicci erano dei grandi vassoi di vimini (in effetti erano fatti in casa dagli stessi contadini con vari vegetali a seconda delle zone). I pomodori posti su questi cannicci venivano prima passati in forno, nel forno del pane quando era tiepido dopo la cottura e in questo modo cominciavano ad essiccarsi e a perdere acqua e poi venivano esposti per intere giornate al sole estivo. L’esposizione al sole aveva due effetti: il primo, evidente, era quello di asciugare i pomodori e il secondo meno evidente, ma utilissimo, era quello derivante dall’azione sterilizzante e battericida dei raggi ultravioletti del sole, che non permetteva lo svilupparsi di microorganismi e batteri. L’umidità in eccesso evaporava o filtrava dai cannicci. Dopo diversi giorni di queste esposizioni (la sera i cannicci venivano messi al riparo), quando i pomodori non apparivano più

umidi si procedeva a passarli dallo staccio, per togliere bucce e semi. Si otteneva una specie di crema già densa, che a questo punto veniva abbondantemente salata; questa poltiglia, dopo averla scolata attraverso un panno, si trasferiva in tegami di terracotta resistenti al fuoco, quando si avevano, oppure anche in semplici tegami di latta smaltata quando non c'era di meglio e comunque questi recipienti con il loro prezioso contenuto venivano passati in forno a temperatura piuttosto alta. In questo ambiente la conserva continuava a perdere acqua, l'ultima che era rimasta; bisognava fare attenzione e continuamente rigirare l'impasto, perché, specialmente con i tegami di latta smaltata, si rischiava che il calore non fosse uniforme e che la conserva si bruciasse ai bordi, conferendo poi un cattivo sapore di bruciato a tutto l'impasto. A questo punto, dopo diversi giorni, il procedimento era terminato; non rimaneva che il definitivo confezionamento, che era semplicissimo; si prendevano dei "coccetti" in terracotta smaltata ben puliti e si riempivano con la conserva facendo attenzione di non lasciare all'interno bolle d'aria, poi si lisciava e si pareggiava la superficie, si metteva a finire uno straterello di olio d'oliva, un piattino per coperchio e la nostra conserva era pronta.

Quando poi si andava ad utilizzare ne bastava pochissima; si prendeva con la punta del coltello, perché era diventata dura e compatta, si disfaceva nell'acqua calda e si adoperava per tutti i sughi e ... , magari, per il tradizionale coniglio in umido. Questa conserva durava anche due o tre anni senza problemi. Il fatto che fosse leggermente salata non era un problema, perché le massaie lo sapevano e quindi aspettavano ad aggiustare di sale le pietanze dopo che l'avevano messa.

Abbiamo voluto dilungarci sulla preparazione della conserva all'antica per lasciare una testimonianza, ma anche per confrontare questo metodo di conservazione "virtuoso" del derivato del pomodoro, con le nostre abitudini "consumistiche". Oggi, noi, senza più neppure accorgercene, sempre più spesso carichiamo il carrello del supermercato di barattoli di pomodori pelati, cartocci di polpa, bottiglie di passata; così facendo non facciamo altro che portarci a casa dei litri di acqua inutile, che però ha bisogno di essere confezionata in barattoli, in

bottiglie e in cartocci di cartone plastificato. In tutti questi prodotti poi c'è poco pomodoro e quasi sempre invece ci sono agenti conservanti di dubbia salubrità. Che senso ha allora commercializzare tutta questa acqua, che in definitiva è del tutto inutile e dannosa? L'acqua fa aumentare il peso del prodotto, provocando un aggravio nei costi di trasporto, l'acqua è il brodo di coltura dei batteri e quindi può essere pericolosa, l'acqua costringe ad utilizzare metodi di imballaggio complicati, con enormi quantità di rifiuti.

La conserva allora, era e rimane la civiltà; la passata di pomodoro in bottiglia è solo stupido consumismo e barbarie.

C'è poi un altro aspetto, quello legato alla stagionalità, che nel caso del pomodoro conservato, quasi mai viene tenuto nel debito conto, neppure negli ambienti gastronomici più attenti e sensibili. Nella cucina di oggi si tende ad usare sempre i pelati o la polpa, con la conseguenza che in ogni stagione il pomodoro cucinato ha sempre lo stesso sapore, mentre nella cucina dei nostri vecchi contadini il pomodoro fresco d'agosto dava ai piatti il suo sapore, mentre la conserva di novembre ne dava un altro altrettanto gustoso, ma diverso e perfettamente in linea con la stagione.

E vogliamo finire con il "licopene" definito "l'antidoto contro il tempo che passa". Il licopene è il principale carotenoide presente nei pomodori rossi molto maturi. È un antiossidante che aiuta a combattere malattie degenerative come quelle che colpiscono il cuore. A differenza delle vitamine non si distrugge con la temperatura e si mantiene quindi in alte concentrazioni specialmente nella conserva di pomodoro. Questo è un motivo in più per abbandonare tutti i prodotti conservati in acqua nei quali il licopene non raggiunge mai concentrazioni in grado di svolgere la sua benefica azione. Con tutto questo non vogliamo dire che ognuno in casa sua debba rifare la conserva come la facevano i nostri contadini, ma che almeno si ritorni ad utilizzare un prodotto, sempre industriale, ma più civile e più vicino a quella conserva di cui si è detto, che altro non è che il banale concentrato di pomodoro. Si trova ancora in commercio; certo che se nessuno lo usa

PITINGHI