



## Arrià maggiu, se scappa!



La sera del 30 aprile per i ternani, da sempre, segna l'inizio del **Cantamaggio** e delle prime uscite per ammirare i carri allegorici. Quest'anno per la seconda volta potremmo ammirare la sfilata dei "carrucci de maggio" soltanto sul web!

*L'origine del Cantamaggio è un'origine prettamente campagnola [...]. L'usanza di cantare il maggio diffusa in gran parte dell'Italia centrale, si svolge in prevalenza durante la notte precedente il 1° maggio e si fonda sullo scambio cerimoniale di "cantata" contro doni, in genere uova, tra una comitiva di due o tre suonatori e gli abitanti dei casolari di campagna. Il Cantamaggio ternano si svolge alla stessa data, ma è costituito da una sfilata di carri allegorici che attraversano le vie della città per raggiungere la piazza centrale dove una giuria premia i migliori carri e le migliori canzoni.[...]. Tuttavia lo scenario urbano, l'impiego di carri allegorici, la sostituzione dello stornello con la canzone, l'elemento agonistico e la centralità assunta dalla piazza sono differenze troppo rilevanti per poter accettare l'accostamento di Cantamaggio e usanze maggiaiole.[...]. Solo in tempi molto recenti, vale a dire l'ultimo decennio dell'Ottocento, si hanno prove della presenza di tali usanze nel ternano...(Cavazza Stefano, **Trasformazioni di una festa urbana: il cantamaggio ternano**. Quaderni storici n. 66 a. XXII, n. 3 dicembre 1987, pp. 901-914, Il mulino)*

*I maggiiauoli, dei ragazzi che portavano il "maggio" e cioè un ramo con dei fiori gialli e una lanterna appesa all'estremità, passavano di casa in casa cantando stornelli e ricevevano in cambio uova, pane o denaro. Il ramoscello veniva poi piantato in segno di prosperità.[...]. La festa non ha un piatto specifico di riferimento, ma nel corso di essa non manca la possibilità di gustare e apprezzare numerose e appetitose pietanze. (Ida Trotta e Silvana Moretti, *Di sagra in festa...* M. Tuzzuolo, 2014)*

Approfittando del clima mite si facevano le prime scampagnate "fuori porta". Dopo la gita di Pasquetta che segnava l'inizio, c'era quella del 1° maggio (Festa del lavoro).

Nella seconda metà del '900, quando ancora non c'erano molti mezzi di trasporto, i ternani si recavano nei dintorni di Terni: a piedi, in bicicletta, chi possedeva un'auto arrivava alle Prata di Stroncone, a Carsuale, ai Campacci, a Sant'Erasmo. Si portavano le coperte da distendere sui prati e nei cesti i prodotti tipici della tradizione contadina rigorosamente fatti in casa: le frittate con gli

asparagi o con le erbette, la pizza di formaggio con il capocollo, le fave e pecorino (rigorosamente locale!) con pane casareccio e la scafata era d'obbligo, tutto bagnato da buon vino.

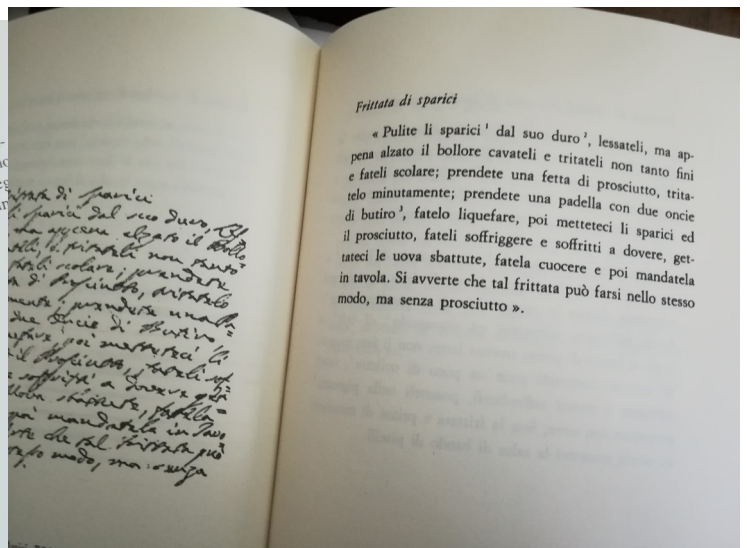
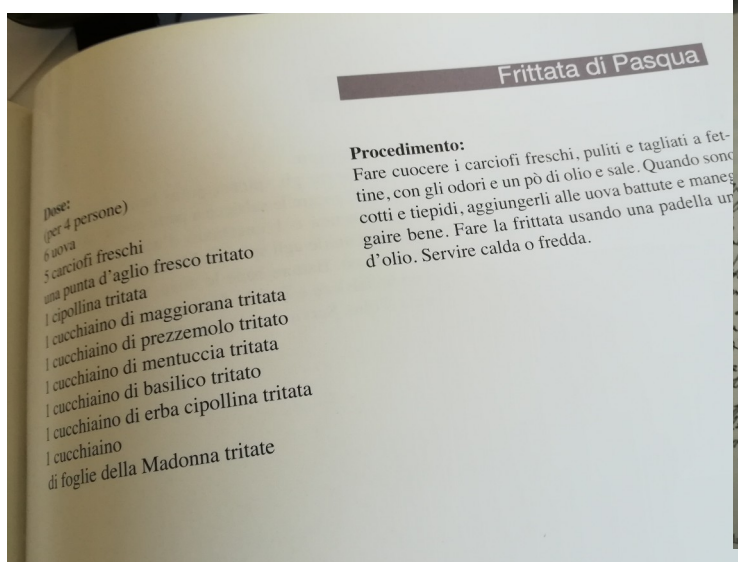
La gita in campagna segnava un momento speciale di condivisione con allegria e semplicità.

Giornate perfette da trascorrere tra ritmi *slow* e piatti genuini prodotti con ingredienti di qualità.

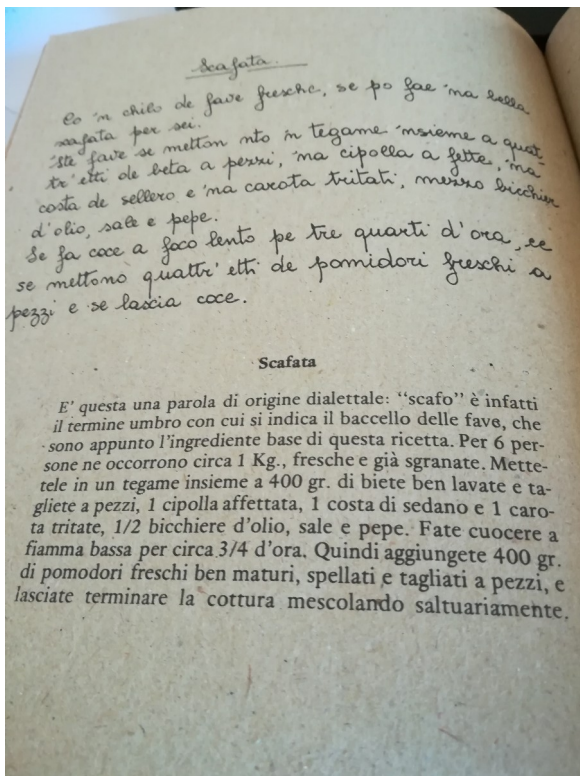
Comportamenti che erano normali quasi un secolo fa e che oggi stiamo cercando di ritrovare.

Speriamo che torneremo a far presto queste uscite con tranquillità e soprattutto insieme!

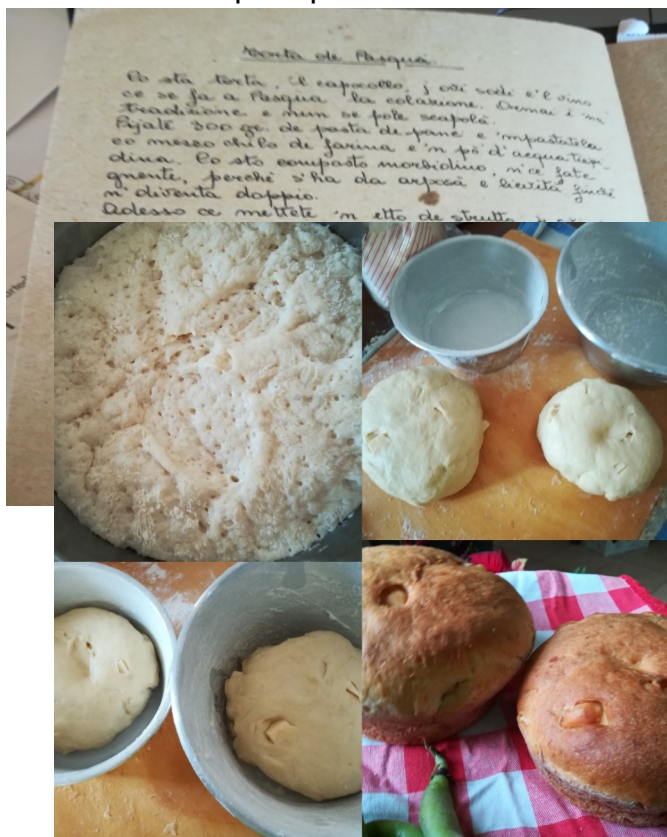
Nel bistrot riprendendo le ricette della tradizione ternana cucino tre piatti prendendo spunto dai libri di cucina tipica *L'Umbria in bocca* di Antonella Santolini (la scafata e la pizza di formaggio), *Combinazioni magiche* di Marisa Salvati e Agapito Miniucchi (frittata di Pasqua) e *Gastronomia umbra del '700: frittate e piatti d'uova* di Salvatore Pezzella (frittata di sparici)  
La **frittata** l'ho preparata con asparagi selvatici, erbe aromatiche tritate finemente (menta, mentuccia, maggiorana, basilico), aglio fresco, scalogno, carciofi, qualche foglia di spinacio tritata grossolanamente, una spolverata di parmigiano, sale e pepe.



La **scafata** cucinata presenta una variante: la pancetta affumicata. Dopo aver soffritta la pancetta affumicata (una confezione in cubetti) con uno spicchio d'aglio e un filo d'olio, ho aggiunto le fave fresche, un pò di pomodoro fresco a pezzetti, alcune foglioline di mentuccia, un po' d'acqua tiepida e aggiustato di sale e pepe (o peperoncino). Fate cuocere fintanto che il brodo di cottura sia rappreso. La scafata è pronta da servire! Se frullata con un minipimer, si trasforma in un gustoso purè da spalmare su fette di pane tostato.



La **pizza di formaggio** è una ricetta più impegnativa e lunga in quanto la preparazione necessita di due lievitazioni. Nella mia preparazione insieme ai formaggi, pecorino e parmigiano, grattugiati ho aggiunto dei cubetti di formaggio emmenthal (circa 200 grammi). Consiglio di preparare la pizza di formaggio soltanto ai cucinanti più esperti!



Volete anche voi cimentarvi in cucina con queste ricette? Prendete in prestito o consultate (molti sono di sezione locale e quindi esclusi dal prestito) i libri in bct: *Dal '700 consigli per la cucina d'oggi* di Salvatore Pezzella, Calosci, 1984;

*Combinazioni magiche* di Marisa Salvati e Agapito Miniucchi, Ceansa editori, 2008 e *L'Umbria in bocca* di Antonella Santolini Edikronos, 1985. Troverete anche altre ricette tradizionali in: *Le Umbriache, ricette e racconti con i vini umbri* di Alida Serviziati e Mara Quadraccia, Puntouno, 2007 e *Di sagra in festa...alla ricerca delle ricette tradizionali del ternano* di Ida Trotta, Silvana Moretti, F. Tuzzuolo, 2014.

Volete documentarvi sul Cantamaggio? Consultate il nostro [catalogo](#)! In MLOL biblioteca digitale scaricate il libro *Le ricette dimenticate della cucina regionale italiana. 400 piatti che meritano di essere riscoperti* di Samuele Bovini, Newton Compton Editori, 2018  
Questo non è il solito ricettario. È un viaggio attraverso la nostra Italia, patria dei migliori ingredienti al mondo e una delle più antiche tradizioni gastronomiche. Ma soprattutto è un viaggio nel tempo.



Ancora non si può uscire insieme per fare delle scampagnate? Non demoralizzatevi e organizzate un pic-nic *indoor* con i vostri cari. Apparecchiate con fantasia in giardino o sul balcone (se l'avete) oppure dentro casa. Via libera a cuscini e cuscinoni sparsi sul pavimento, mentre come punti da appoggio si possono usare cassette di legno, ceste rovesciate, i tavolini bassi che si usano per fare colazione a letto, i taglieri di legno e i cestini di vimini e date ampio spazio alla vostra creatività! Speriamo in una nuova rinascita dopo questo periodo che ha stravolto le nostre vite e segnato psicologicamente tutti, cucinanti e non.

Buon vento!

MRC

