

P.O.R. Campania 2000/2006
Misura 3.8 Istruzione e Formazione Permanente



"Enogastronomia e Tradizione"

D.D. n. 188 del 27/07/04 - n. 199 del 28/07/05 - Cod. Uff. 165



Gli allievi

Cesare Maria, Ciampi Giovanni, Ciampi Giuditta, Ciervo Vincenzo, Coletta Antonio, Coletta Carmela, Covino Raffaele, D'Agostino Giuseppe, Della Ratta Clemente, Della Valle Lucia, Fusaro Errico, Iannotta Carmela, Iannotta Celestino, Iannotta Francesco, Iannotta Giovanni, Iannotta Grazia, Iannotta Lucia, Martino Maria, Pietrovito Lucia.

I docenti

Biscardi Mario, Coppolaro Nicola, Di Bellonia Fabio, Ferrara Enza, Grasso Aurelio, Iannotta Alfonso, Iannotta Domenico, Novizio Giovanna, Pasquarella Arturo, Piacquadio Mario, Spitaletta Pasquale, Aniello Troiano.

Partenariato

CIPAT Campania (Ente capofila)
Comune di Sant'Agata de' Goti
Soci S.r.l.

Gruppo di lavoro

Direzione
Angela Masone
Giovanna Brancaccio

Coordinamento
Maria Luisa Callisto
Alfonso Santillo

Amministrazione
Enza Cataudo

Segreteria tecnico amministrativa
Barbara Di Rubbo
Gennaro Coppola
Attilio Salierno

Tutoraggio
Concettina Della Valle

IL PROGETTO

Il percorso formativo " Enogastronomia e Tradizione", è stato organizzato dal CIPAT Campania (Centro per l'Istruzione Professionale e l'Assistenza Tecnica della Confederazione Italiana Agricoltori), costituitosi in ATS con il Comune di Sant'Agata de' Goti e la SOCI s.r.l. e rientra nella Misura 3.8 del POR Campania 2000/2006, finalizzata ad interventi specifici per l'Istruzione e la Formazione Permanente.

Il corso è stato destinato a 20 allievi, con età superiore ai 55 anni, occupati o non occupati e ha avuto tra le finalità, il trasferimento di conoscenze e competenze atte a riqualificare l'adulto.

L'idea forte è stata quella di progettare e realizzare un percorso formativo in grado di costruire le condizioni per consentire alle persone, non solo di apprendere a tutte le età della vita, in vista di un sempre miglior esercizio della propria attività lavorativa, ma anche di poter soddisfare il bisogno di educazione "disinteressata", di crescita personale sul piano umano, culturale e sociale, che esse, anche se non sempre esplicitamente, avvertono. Una formazione mirata solo ad accrescere le possibilità occupazionali, rischia infatti, di far perdere di vista l'intimo e particolare legame che c'è tra lavoro e cultura. C'è quindi, il bisogno di pensare a tutte le dimensioni della vita e non solo a quella occupazionale.

Dalle più recenti ricerche, l'educazione permanente viene definita "un processo che accompagna lo sviluppo personale, professionale e sociale degli individui, durante il corso della vita, per migliorare la qualità della vita degli individui stessi e delle loro collettività". Anziché di "educazione permanente", oggi si preferisce parlare di "apprendimento lungo tutto il corso della vita". Partendo da questi presupposti, il progetto in questione,

si è posto come principali obiettivi quelli di: sviluppare e potenziare la formazione permanente lungo l'arco della vita;

elevare il livello di competenze e le conoscenze; accrescere la capacità di adattarsi ai cambiamenti tecnologici, in particolare all'accesso alla società dell'informazione;

prevedere una struttura progettuale flessibile che tenesse conto delle esigenze dei partecipanti, in particolare delle donne e favorire, quindi le pari opportunità; rafforzare le conoscenze di cittadinanza attiva per incrementare la partecipazione alle opportunità e alla vita sociale in collegamento con il contesto territoriale.

Per rendere attivi e operativi questi processi, si è deciso di trasferire agli allievi conoscenze e competenze utilizzabili nel tessuto socio-territoriale e quindi di prestare particolare attenzione al contesto territoriale di riferimento e ai suoi punti di forza. Nel caso specifico dell'area di Sant'Agata de' Goti, si è inteso porre l'accento sull'aspetto turistico - enogastronomico, che rappresenta un traino per lo sviluppo economico del territorio.

Partendo dal contesto territoriale di riferimento, con il corso di formazione si è pensato di ampliare le opportunità di inserimento sociale e quindi sviluppare le competenze specifiche, che possano favorire lo sviluppo dell'EDA 3 BN, attraverso la partecipazione attiva dei soggetti partecipanti al progetto.

L'ATTIVITA' FORMATIVA

L'attività formativa si è articolata in moduli ed ha avuto una durata complessiva di 150 ore. La didattica è stata fondata sulla modularità del percorso, che ha consentito al docente una maggiore flessibilità del processo di insegnamento.

Le unità didattiche sono state affrontate sia a livello teorico che pratico e sono state animate da visite guidate, che hanno permesso ai partecipanti di entrare a contatto diretto con le realtà territoriali del settore di riferimento.

Le visite guidate sono state svolte presso: l'Agriturismo "Girasole" di Sant'Agata de' Goti; l'Azienda Casearia "Leaderlat" di Benevento, l'Azienda Agricola "Terra di Briganti" di Casalduni e l'Agriturismo "La Fontana del Carpino" di Dugenta.

I CONTENUTI:

Educazione Civica e Pari Opportunità

Obiettivo: trasferire le conoscenze necessarie al fine di una convivenza civile con il prossimo nel rispetto dei principi fondamentali in tema di diritti della persona. Sono stati trattati argomenti legislativi riguardo le diversità di genere ed i diritti dei cittadini.

Informatica e Internet

Obiettivi: unificare ed amalgamare il più possibile le conoscenze informatiche degli allievi in modo da fornirgli, in uscita, le competenze necessarie per poter utilizzare il computer in modo strumentale; fornire una preparazione di base sui componenti principali di un moderno elaboratore e sui software più utilizzati; rendere l'allievo capace di muoversi autonomamente in ambiente web, saper usare outlook e la posta elettronica, essere capaci di cercare informazioni in rete e sapersi orientare nella navigazione web.

Prodotti Enogastronomici della Tradizione Locale

Obiettivo: fornire una conoscenza approfondita sui prodotti tipici del territorio locale: le tradizioni, le modalità di produzione, le caratteristiche organolettiche e nutrizionali, i prodotti lattiero caseari, i vini campani, i prodotti agricoli, i prodotti ittici, i salumi della tradizione, la cucina tradizionale.

Il Percorso per le Certificazioni

Obiettivi: fornire gli elementi di base e gli strumenti metodologici per poter iniziare a realizzare i percorsi DOP, IGP, STG, DOC, DOCG, IGT, per la certificazione dei prodotti tipici.

Il Biologico in Campania

Obiettivo: fornire le conoscenze di base circa le produzioni biologiche, le caratteristiche che lo contraddistinguono, le caratteristiche organolettiche e nutrizionali.

Marketing Territoriale

Obiettivo: fornire gli strumenti metodologici e critici adeguati per promuovere il territorio attraverso la valorizzazione dei prodotti tipici, le tradizioni e la cucina etnica.

IL PIACERE DI SAPERE DA DOVE VENIAMO

Il corso di formazione "Enogastronomia e Tradizione" ha dato la possibilità, ad un gruppo di persone adulte, di riscoprire sapori, profumi, essenze, giochi, canzonette, mestieri, eventi, che li hanno segnati ed educati. Tornare indietro con la memoria per ricordare ciò che le mamme, le nonne preparavano in cucina per soddisfare famiglie numerose o ripercorrere eventi ormai rari come la battitura del grano o la realizzazione di funi fatte dal "funaro", artigiano ormai scomparso, ha fatto sì che ogni membro del gruppo si sia impegnato nella ricerca della propria esperienza di gioventù.

La necessità di non far perdere questa memoria è stato lo stimolo per realizzare un percorso fatto da obiettivi ben specifici:

- conoscere e trasferire un sistema di valori legati alla specificità e alla storia del territorio;
 - valorizzare le conoscenze, le attitudini e le capacità di ognuno attraverso la libera espressione del pensiero e dell'azione;
 - valorizzare le tradizioni e la cultura contadina per trasferirle alle nuove generazioni anche attraverso il collegamento con il mondo della scuola;
 - positivo interscambio tra generazioni diverse.
- Per favorire lo svolgimento delle attività, i docenti hanno deciso di suddividere i partecipanti in gruppi, tenendo conto delle specificità individuali e delle caratteristiche di ognuno di loro.

Prendendo spunto dalle esperienze, dalle inclinazioni e dagli interessi dei partecipanti, si è pensato di assegnare ad ogni gruppo un "ambito di ricerca".

Il gruppo di lavoro che ha elaborato e ricercato le ricette della cucina tipica tradizionale è stato formato da: Martino Maria, Cesare Maria, Della Valle Lucia, Ciampi Giuditta,

Iannotta Carmela, Pietrovito Lucia, Iannotta Lucia, Iannotta Grazia, Coletta Carmela, Covino Raffaele, Ciampi Giovanni. La ricognizione degli antichi mestieri è stata svolta da Iannotta Giovanni e D'Agostino Giuseppe.

Della Ratta Clemente, Iannotta Francesco e Iannotta Celestino si sono occupati della descrizione degli eventi del passato.

Ciervo Vincenzo e Coletta Antonio hanno descritto come si svolgevano i giochi della loro infanzia.

Infine un poeta contadino, Errico Fusaro, ha declamato e scritto poemi inerenti la sua esperienza di contadino, ma anche esaltato i suoi momenti di vita quotidiana. Il contenuto, il linguaggio, la forma grammaticale delle ricette e delle descrizioni riportate in questo opuscolo, sono tutte in originale per trasmettere l'essenza e l'entusiasmo che i corsisti hanno intensamente vissuto durante il percorso di formazione. Ne scaturisce la forte necessità di trasmettere le proprie esperienze, fatte di cose semplici, ma intensamente vissute.

Una vecchia ricetta, un buon piatto, costituiscono una muta offerta sull'altare della memoria, strada maestra che conduce alla scoperta di sé e del proprio passato. Non per nulla solo chi ha molto vissuto è in grado di accettare, in tutta la sua pienezza, la potenza evocativa del buon cibo.

Un rito quindi, nel quale ogni gesto, ripetuto da generazioni, è fissato per sempre in una rete di significati nascosti, ma agenti dentro di noi. E come tutti i riti, in esso è anche presente la capacità di unire la gente e scaldarne il cuore, come sempre succede quando si fa qualcosa di bello e di antico.

Nato prima di noi e che non finirà con noi, ma sarà testimonianza di vita vissuta.

LE RICETTE TRADIZIONALI



pranzi che facevamo una volta"

Il Menù della settimana:
di zia Maria Martino nata nel 1931

Lunedì

Patate scaurate e fasuli cuotti co pignato accanto al focolare, ammonnavamo e patane e tagliame peccerelle e poi mettevamo i fasuli a rinto, con sale uoglio e aglio. Questo era il nostro pranzo.

Martedì

Polenta: mettevamo l'acqua a bolle con u poco e sale e poi a poco a poco buttavamo la farina di graurigno. Quando era cotta la buttavamo su un tavolino rotondo, da parte facevamo il broto con aglio uoglio e conserva, una rattata di caso e pecora.

Eravamo in nove ognuno il suo piatto.

Mercoledì

Cocozza con fasuli rossi

Mettevamo a sfrie uoglio aglio e pistilli forti, la conserva no poco e reteca e sale. Per secondo frittata co e cipolle, sbattere l'ove rinte a no piatto con una brocca, sale e mettevamo a cuocere.

Giovedì

Pacche e ceci

Impastare la farina ianca con un po' di sale e acqua dopo impastata bene con il lainaturo stendere bene copp a nu tavolino poi tagliarli piccirilli e cuocerli. Il broto fatto con lardo uoglio, cipolla conserva di pummarola e vasanicola

con sausicchie di curine; cucere tutto e mangiare.

Venerdì

Minestra ammiscata: cardilli, cecca e pecora, borrhacciola e patane, ammiscare tutto e fatto a panecuotto sfriando aglio uoglio e cornicchi fritti.

Sabato

Fasuli cotti rinto o pignato coppo o focolare congiati con uoglio a cruro. Per secondo frittata di viticaglie: si scauravano e si asciugavano con un panno poi sdlallattavamo l'ova con un pizzico di sale una rattata di caso poi si ammiscava tutto e si frieva.

Sapato a sera

Pizza cotta sotto arasa co farina di graurigno. Si metteva a bollire acqua e sale e poi si metteva la farina, si impastava tutto mentre u fucolare steva abbicciato. Co na scopa e fruscine pulizzavamo u suolo e se metteva a pizza a coce, se metteva nu cupierchio e ngoppa se metteva arasa.

Domenica

Maccaruni grossi chiamati i zicarielli che erano scuri ma una volta cotti diventavano ianchi, e vote mammella o sapato a sera accireva nu pollastro e o mbuttinava co pane tuosto e l'interioraro pollastro no poco di caso rattato e pretosini. Ce lo metteva dentro e lo coseva con l'ago e lo spago, il broro si faceva ca conserva e pummarola.

Pastiera con i maccheroni che si faceva a Pasqua

di Coletta Carmela nata nel 1949

Mezzo chilo di linguine, pastina, e altri formati di pasta piccoli. Si lessa la pasta e si fa raffreddare poi si aggiunge zucchero, cannella. Vaniglia, olio sugna, poco sale, scorza di limone grattugiato un po' di formaggio grattugiato e uova.

Si prepara la sfoglia con farina sale, acqua, sugna, pepe e uova, poi si stende la sfoglia e si posa nei ruoti si aggiunge l'impasto precedentemente composto e si cuoce in forno.

Decotto

di Iannotta Lucia nata nel 1939

Mele, fichi secchi, prugne secche, malva, erba bronchiale, alloro, orzo, gramigna. Cotto tutto in un tegame di terracotta vicino al fuoco. Filtrare e bere caldo.

Panecotto

di Iannotta Carmela nata nel 1947

Si raccoglie la verdura spontanea dei nostri campi: borrhagine, cicoria, tarassaco e altre, si lessa e si procede a cuocere i fagioli nel pignato di terracotta. Si friggono i peperoni conservati nell'aceto e in codesto olio si mette il pane raffermo tagliato a pezzettini, si aggiunge la verdura i fagioli e si mescola tutto facendo cuocere per cinque minuti.

Pane con farina di mais

di Ciampi Giuditta nata nel 1942

Si prepara il lievito naturale, si setaccia la farina e si fa cuocere con acqua bollente, si lascia raffreddare e si mischia con farina di grano, si aggiunge il lievito e il sale si impasta e si lascia lievitare. Si prepara il forno a giusta temperatura. Per infornare si devono preparare delle foglie di castagne, si stendono sulla pala da forno e si versa

sopra la pasta di pane prendendola con un piatto grande. Si lascia cuocere per trenta minuti.

La pasta asciutta di una volta

di Ciampi Giovanni nato nel 1934

Come mia mamma mi ha insegnato a fare la pasta asciutta. Si prende la carne si apre poi si condisce con sale pepe un po' di pecorino, prezzemolo, aglio, si arrotola e si stringe forte con lo spago così viene chiamata la braciola. Poi si prende una pentola si mette un po' di olio e si soffrigge la braciola, quando è rosolata bene si tira fuori e si soffrigge la cipolla poi la cipolla si toglie e si mette la salsa e la braciola e si fa bollire finché la braciola non è cotta. Si cuoce la pasta e si condisce il tutto.

Zeppole cresciute

di Della Valle Lucia nata nel 1950

Acqua, farina, lievito e sale, si impasta e si lascia lievitare. In un tegame a sponde alte abbondante olio e si lascia riscaldare poi si prende la pasta a pizzico di 30-35 gr. E si mette nell'olio bollente e si lascia dorare. Si tirano fuori e si mettono in dei piatti con carta assorbente e si spolverizzano con lo zucchero.

Peperoni ripieni

di Cesare Maria nata nel 1945

Peperoni, mollica di pane, vino cotto, capperi, acciughe, aglio, prezzemolo, formaggio, uova, sale. Si amalgama il tutto e si riempiono i peperoni. Vanno fritti o infornati.

Taralli con uova (uncinetti)

di Iannotta Grazia nata nel 1941

Uova, farina, limone grattugiato, alcool, sale un pizzico di bicarbonato un po' di sugna. L'impasto dev'essere morbido, arrotarli velocemente e subito infornare a 200°

Zuppa di baccalà

di Pietrovito Lucia nata nel 1939

Baccalà, cipolla, pomodoro, noci, pinoli, uva passa, sale e pepe. Tutti gli ingredienti vanno messi in una padella molto capiente perché va cotto con abbondante acqua.

Fusilli al ragù di coniglio e ricotta

di Covino Raffaele nato nel 1948

Per preparare i fusilli, impastare la farina con le uova e l'acqua. Tirare la sfoglia e tagliare a striscioline di circa sette millimetri di spessore e 1,5 cm di larghezza e sei o sette cm di lunghezza. Ricavare i fusilli usando un ferro spesso 1,2mm.

Per preparare il ragù occorre un coniglio tagliato a pezzi. Passata di pomodoro, ricotta di pecora, olio sale, sedano, carote, basilico.

Far rosolare il coniglio con gli odori, aggiungere del vino bianco, far evaporare e unire la passata di pomodoro. Cuocere per più di un ora. Cuocere i fusilli e condire con il ragù di coniglio aggiungendo la ricotta e il basilico mescolare il tutto e servire caldo.

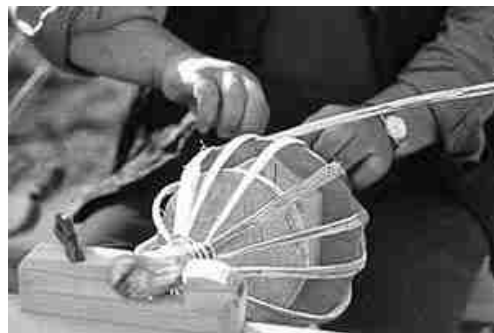
I MESTIERI TRADIZIONALI

"Un mestiere da ricordare"

"O funaro"

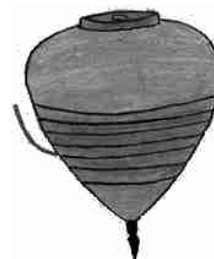
di Iannotta Giovanni nato nel 1945 e D'Agostino Giuseppe nato nel 1938

Tra i numerosi mestieri artigianali locali di un tempo, ci piace ricordare con simpatia e nostalgia, quello del funaro. Il lavoro veniva eseguito su un'ampia superficie per una lunghezza media di 40-50 metri e una larghezza di 4-8 metri. Assistere a l'esecuzione era un divertimento, vedere le attrezzature, i fili e i movimenti dell'esecutore sembrava una vera e propria giostra. Per quanto concerne la realizzazione delle funi la stessa avveniva con un procedimento più o meno complesso facendo ricorso alle seguenti attrezzature: una ruota di un metro circa di diametro contenente i fili di canapa collegata con un tuorno. I fili venivano attorcigliati attorno alla gruccia fino a raggiungere un palo. A varie distanze i fili venivano tirati e passati attraverso delle bocche dette rucine, dove passavano due o più fili sempre secondo il lavoro che doveva essere eseguito. Detti pali venivano posti 10-15 metri a distanza l'uno dall'altro, dopo tale procedimento le funi erano pronte.



I GIOCHI DI UNA VOLTA

"Così giocavamo..."



Il serpente

di Coletta Antonio nato nel 1937 e Ciervo Vincenzo nato nel 1944.

Si gioca in gruppo 4, 6, 10 persone. Si prendono ceci, fagioli, granturco. Ognuno avrà dieci quindici chicchi propri, si fa la puntata si stabilisce quanti chicchi si devono puntare e si forma il serpente. Si tira al serpente, se colpisci la testa vinci tutto, se lo tagli a metà prendi solo la metà spezzata. Poi si rigioca, se per caso si rimane senza chicchi il perdente viene escluso e deve dare al vincente il valore stabilito di ogni chicco perso.

EVENTI

"Il lavoro è una festa"

La battitura del grano

di Della Ratta Clemente nato nel 1948, Iannotta Celestino nato nel 1944 e Iannotta Francesco nato nel 1936.

Il grano veniva raccolto mediante mietitura, con falce manuale ed era un momento di festa perché durante questo evento si inneggiavano dei canti popolari e all'ora di pranzo ci si ritrovava insieme per consumare il pasto portato nei campi. Una volta mietuto il grano veniva raccolto in fasci dette "gregne" con le quali venivano fatti i covoni per dar modo alle spighe di raggiungere una essiccazione maggiore. Il trasporto avveniva con carri trainati da buoi o a spalla, raggiunta l'aia più capiente i fasci venivano disposti per terra e calpestati dai buoi o battuti con un attrezzo chiamato "vevillo". Dopo la battitura si separava il grano dalla paglia, ulteriore selezione veniva fatta lanciando il grano in aria, in questo modo il vento portava via ulteriori residui di paglia. Infine il grano veniva raccolto in contenitori chiamati "tinacci".

IL POETA CONTADINO

Le mie poesie

Fusaro Errico, nato nel 1948

L'orgoglio del contadino
Non mi vergogno di essere contadino,
vergognatevi voi che non lo siete.
Ho le mani cotte dal sole, sono nere e callose,
portano vanto di mani operose,
lavorano sempre e non sono mai stanche,
valgono più di mille mani bianche.

Il corso

All'inizio che emozione, tu che sei preoccupato,
tutto sarà facilitato se al corso sei preparato.
Al corso siamo in tanti, se non sei bravo non
trovi i santi,
ma se al corso sta attento tu ricevi i
complimenti.
Le materie sono tante tu apprendi cose
importanti
che prima non sapevi, sono cose nuove che
ci mettono alla prova.
Questo corso che esperienza ci hanno dato
intelligenza,
questo corso è stato bello tutti insieme in
armonia
coi docenti che simpatia, sembravamo tutti
una sola compagnia.
Tutti uniti siamo stati bene, voi forse non ci
credete.

La meraviglia è stata tanta che non riesco a
raccontarla.

Questo per noi ci voleva, non siamo più
ragazzini

abbiamo superato la cinquantina,
grazie a voi abbiamo trascorso delle ore liete.

Da questo corso mi sento ringiovanito,
qualche cosa ho capito, la vita per noi sarà
bella e la gioia sarà tanta

non pensiamo ai sessanta, ma se noi stiamo
attenti

ci vediamo agli anni cento.

Noi allegri viviamo la scuola non scordiamo.

"LA MIA VITA"

Gli allievi protagonisti attivi del processo educativo e di apprendimento: è questo il principio di base che ha accompagnato le scelte metodologiche e didattiche del percorso formativo "Enogastronomia e Tradizione". Oltre ad una programmazione didattica strutturata in base agli obiettivi generali del progetto, si è pensato di attivare degli interventi, per dare la possibilità agli allievi di esprimere le diverse e variegate dimensioni della propria personalità.

Dopo un'attenta analisi delle caratteristiche, dell'età anagrafica, del bagaglio culturale e sociale dei discenti, sono stati elaborati dei formulari, "su misura" dell'allievo, da somministrare e compilare sotto forma di colloqui individuali, attraverso cui, ognuno ha potuto parlare della propria vita, divisa tra passato e presente. I formulari, intitolati: "La mia vita", sono stati divisi in diverse sezioni:

A) "La mia storia professionale", in cui si parla dei lavori effettuati e di come si svolgevano.

B) "La mia storia personale", divisa tra ieri e oggi, comprendente notizie sulla propria famiglia di origine e quella da adulto, sulla vita di tutti i giorni, sugli amici, gli interessi e in riferimento al corso in questione, sul proprio piatto preferito.

Dal materiale raccolto, sono emersi dati e riflessioni interessanti, che ci hanno permesso di conoscere gli allievi in modo ancora più approfondito e di interagire con loro, attraverso le differenze tra presente e passato. Dai colloqui si evince che, a partire dalla storia personale, la famiglia di origine è sempre stata composta da più persone a differenza di oggi dove il nucleo familiare è limitato a due individui (marito e moglie);

il vissuto quotidiano di un tempo, era fatto di orari più

rigidi che impegnavano l'intera giornata esclusivamente per svolgere il lavoro. Oggi invece ci si concede più tempo per se stessi oltre che per il riposo.

Si evince che, nel passato, c'erano molte più amicizie vere perché, giorno dopo giorno, stando insieme per via del lavoro, si instauravano legami che rimanevano anche quando il periodo lavorativo si concludeva. Nonostante la stanchezza fisica per il duro lavoro in campagna, c'era ancora la voglia e l'entusiasmo per condividere qualche momento di spensieratezza.

Il lavoro prevalente riscontrato è quello agricolo, anche se una parte dei partecipanti ha avuto esperienze di emigrazione in Svizzera.

Le attività svolte durante il tempo libero per le donne riguardavano lavori artigianali come il ricamo, non si usciva mai per svago a differenza degli uomini che, almeno una volta a settimana, potevano andare a ballare. Oggi, che si ha più tempo per i propri svaghi, qualcuno frequenta corsi di ballo o partecipa occasionalmente a viaggi organizzati.

Anche i gusti culinari sono cambiati: nel passato, il desiderio di mangiare un piatto di pasta asciutta con il ragù cotto per circa quattro ore, ha caratterizzato un po' l'esperienza di tutti. Questo piatto si cucinava occasionalmente la domenica e non sempre il ragù conteneva la carne, tuttavia, vedere il piatto pieno di pasta dava la sensazione che il duro lavoro della settimana trascorsa appagava ogni sacrificio. Oggi si ha la possibilità di mangiare di tutto e di più. Per ovvi motivi anagrafici, ci si deve limitare per salvaguardare lo stato di salute, ma tutti rivelano la necessità di mangiare in modo sano, consumare prodotti di stagione e del nostro territorio.