

Massa

CRONISTI *in* CLASSE 2020

Istituto comprensivo "Ferrari"
sede di Arpiola (Mulazzo)

 **CONAD**
Persone oltre le cose

LA NAZIONE

Vota questa pagina e scopri
contenuti speciali sul nostro sito
campionatidigiornalismo.it

ALL'I.C. "TIFONI"

**Tutti i ragazzi
"cronisti in erba"**

La pagina è stata elaborata dall'I.C. Ferrari, sede di Arpiola. Gli alunni di prima A sono Azzolini Nicola, Baldassarre Michele, Barbieri Celeste, Blandini Leonardo, Calani Letizia, Fontana Mattia, Magurno Nicolas, Maucchi Emanuele, Piola Serena, Porteri Letizia, Ricci Raffaele, Romano Iris, Salliu Kristjan, Scognamiglio Andrea, Tommasini Giada, Zito Emanuele. Quelli della seconda A sono Antoniotti Emanuele, Battaglia Filippo, Binzeschi Swami, Crispino Benedetta, Curadini Luca, Curadini Sofia, Erta Giada, Fanti Cristian, Ferdani Alex, HoxhaBesjan, Mussi Ginevra, Salvi Matteo. Quelli della terza A sono Baldassarre Giorgia, Bianchi Manuel, Calabria Alice, Cantinotti Christian, Ceccotti Mattia, Corrado M. Francesca, Corsi Stella, Ferdani Francesco, Ferrari Patrik, Fogola Lavinia, Gatti Riccardo, Giancaterina Mattia, Kornienko Iryna, Mihai Georgefabian, Pellegrini Sebastiano, Rotelli Giada, Ruzza Diego, Sirage Eddine Hiba, Volpi Serena. Docenti tutor: Ambrosini Caterina, Deluchi Serena, Ginesi Sabrina; la dirigente è Bugliani Michela

Il cibo dei tempi passati: l'intervista

Le abitudini alimentari di anni che non sono molto lontani raccontate ai noi alunni dai nostri nonni

Quali alimenti mangiavate più spesso?

«Durante l'inverno, grazie alla produzione di farina di castagne, macinate a pietra, si era soliti mangiare pattona, lasagne "mesce", polenta e frittelle. In tutte le stagioni non mancava mai un buon minestrone, con le verdure coltivate nei nostri orti, talvolta al posto di latte e pane a colazione. In un grosso paiolo di rame veniva cotta la polenta, fatta con la farina di granturco, anch'essa di nostra produzione. Ogni famiglia aveva la stalla con mucche, pecore, maiali e galline che garantivano la produzione di latte, formaggi e uova. La "crescente", cotta nei testi di ghisa, era il pane di tutti i giorni. In mancanza di lievito si faceva un impasto a base di farina, acqua e sale, più volte amalgamato e chiamato "lisetta".

Quanti pasti consumavate al giorno? E quante volte potevate permettervi carne e formaggi?

«Si mangiava tre volte al giorno, e la carne era nel menù solo una vol-

SCONOSCIUTO

Una volta il pesce si mangiava poco: solo baccalà e stoccafisso alla vigilia del Natale



Studenti della scuola di Arpiola insieme ai loro nonni dopo l'intervista

ta a settimana, il sabato o la domenica; quasi tutti i giorni, invece, mangiavamo i formaggi».

Il pesce era spesso sulle vostre tavole? E la pizza e il gelato?

«Il pesce molto raramente; solo baccalà e stoccafisso la Vigilia di Natale. La pizza non sapevamo cosa fosse; noi avevamo i testaroli. Il gelato costava dalle 20 alle 30 lire».

Quale tipo di frutta e verdura si consumava con più frequenza?

«Le mele erano le più comuni; si conservavano tutto l'inverno e con esse si potevano preparare dolci. Facevano anche da spuntino. Erano sempre presenti anche le patate, mentre fagioli, piselli e ceci si alternavano. Con i nostri ortaggi, bietole ed erbe selvatiche, preparavamo squisite torte d'erbi

e nei nostri orti non mancavano mai cavoli, verza, insalate e pomodori».

Dalle parole dei nostri nonni capiamo che alcune pietanze sono rimaste nelle nostre abitudini: la differenza è negli ingredienti, spesso non più di produzione propria. Se prima i contadini raccoglievano il grano a fine agosto e lo portavano a macinare nel mulino vicino casa per avere la farina con cui fare il pane, oggi quasi tutte le persone compra il prodotto finale, pronto da mangiare. In passato le coltivazioni non prevedevano l'uso di diserbanti e fertilizzanti, e gli animali avevano un'alimentazione più sana; non c'era lo sfruttamento estremo del terreno. Era così che si otteneva un cibo genuino, dal sapore inconfondibile. Oggi abbiamo accesso ad un'alimentazione più varia, ma spesso di qualità inferiore e non rispettiamo più la stagionalità dei cibi, perché li importiamo da tutto il mondo. Una sana alternativa sono i "prodotti alimentari a Km zero", quella categoria di alimenti per la quale si accorcia o si elimina la distanza tra agricoltore e consumatore: csi non solo aiutiamo lo sviluppo locale, ma riduciamo l'inquinamento e ci guadagniamo in salute.

Una corretta alimentazione

Il cibo questo (s)conosciuto che unisce tutti ma tra gli adulti e i più giovani ci sono differenze

Molte delle persone che abbiamo intervistato ignorano notizie che sono importanti

Prendiamo un gruppo di adolescenti tra gli 11 e i 15 anni e un gruppo di adulti tra i 30 e i 50 anni. Poniamo domande sull'alimentazione e ... volete sapere cosa è successo? Ecco le risposte. Oltre metà dei giovani intervistati mangia più di tre volte al giorno, mentre il gruppo degli adulti è meno assiduo nel consumare i pasti; uno ha ammesso di mangiare una volta al giorno! Anche sui cibi preferiti scopri-

mo differenze: i ragazzi sembrano non poter fare a meno di pasta, pizza e patatine, ma anche carne; gli adulti mostrano più variabilità e, accanto a pasta e carne, che si aggiudicano il primo posto a pari merito, collocano, a sorpresa e positivamente, frutta e verdura. Se più del 90% degli adulti dice che è la famiglia ad influire sulle scelte alimentari, per il 25% dei ragazzi entrano in gioco altre variabili, come amici o pubblicità. E che dire della conoscenza dei composti chimici? La quasi totalità degli intervistati sa che pasta e pane verdura e fruttasono ricchi di carboidrati, che sono fonti di vitamine, benché qualcuno abbia



pensato alle proteine, ma nei due gruppi è meno chiara la composizione della carne, per il 75% composta di proteine, per altri di grassi o di carboidrati. E sembra che i grassi non siano ben visti: il 45% dei ragazzi ritiene che sia possibile eliminarli.

Una specialità

Ed ecco l'angolo degli chef

Le "Lasagne bastarde" sono fatte unendo la farina di castagne con quella doppio 0

Un primo piatto della tradizione proposto con successo nei ristoranti del nostro territorio. Lasagne "bastarde" (così chiamate perché l'impasto nasce unendo farina di castagne a farina di grano) Preparazione: Si impasta la farina di castagne con farina 00 in dosi 2/1 perché l'impasto puro, di sola farina di castagne, si "sgrana" e non si riesce ad amal-

gamare. In una ciotola si mescolano le due farine con acqua sufficiente a ottenere un impasto sodo, poi trasferito su una spianatoia e lasciato riposare per 10 minuti. Dopo aver infarinato bene il piano di lavoro, si stende l'impasto e lo si tira fino ad ottenere una sfoglia sottile che verrà poi ritagliata, a piacimento, in quadrati o losanghe. Le lasagne possono essere cotte subito o, una volta fatte asciugare, possono essere consumate in un secondo momento. Cottura e condimento: Si cuociono in abbondante acqua bollente salata. Si colano un po' alla volta e si adagiano sul piatto di portata avendo cura di condirle a strati. Il condimento classico consiste in olio e formaggio parmigiano, ma possono essere condite anche con ricotta fresca nostrana o con un sugo a base di salsiccia e porri. Una vera leccornia.