

Bentvenuto Autunno, stagione dei colori e delle bacche

L'Autunno, che un tempo si identificava con la riapertura delle scuole, è sicuramente un periodo attivo, per la voglia di occuparsi di mille cose che pervade molte persone, dopo l'abbandono intellettuale e fisico che spesso accompagna l'estate. Si potrebbe dire che è un momento particolarmente indicato per iscriversi a corsi di ogni tipo: cucina e pasticceria per gli amanti della tavola, cucito, ceramica, erboristeria, fotografia, informatica, lingue, per quelli che non hanno perso il gusto dell'apprendimento, senza dimenticare quei corsi che riguardano esclusivamente la cura del corpo. C'è insomma per tutti i gusti.

Con i suoi colori che dal giallo, attraverso tutte le tonalità del rosso, degradano verso il marrone, il mese di Ottobre è il trionfo dei cromatismi, che si esaltano soprattutto nella splendente colorazione del fogliame di alcuni alberi e arbusti; motivi di fine poesia che alimentano la sensibilità dei romantici proprio per tutte quelle sfumature che pennellano il paesaggio, in nessun altro momento dell'anno così radioso e nitido. E che dire di quei tramonti, così intensi da ammaliare anche la più insensibile delle persone! La temperatura nelle ore centrali della giornata è poi spesso così calda da farci dimenticare di essere ormai alle soglie dell'inverno.

Ecco perché, a mio avviso, non c'è niente di meglio che una salutare camminata (niente di impegnativo, comunque) nella vicina campagna alla scoperta di quel piccolo mondo, dove colorate e spesso saporite bacche regalano agli amanti della natura un momento di gioia supplementare ed un'ocasio-

ne per sperimentare facilmente alcune ricette gastronomiche originali.

Ci imbattemmo così nel variopinto albatro, dalle nostre parti più noto col nome di *corbezzolo*, arbusto sempreverde i cui frutti maturano in autunno e rappresentano una preziosissima riserva alimentare per gli uccelli; nel poco conosciuto *prugnolo*, con i cui frutti, che giungono a maturazione dopo le prime gelate invernali e si presentano pertanto diminuiti di volume e rugosi (la scarna polpa sarà rossastra, mentre appare di color verde durante l'estate), si prepara un vero e proprio nettare degli dei; nel *biancospino*, conosciuto ed utilizzato per le proprietà sedative del sistema nervoso e cardiotoniche, con cui si prepara un'originalissima marmellata; e nel *mirto*, con le cui bacche e foglie viene preparato in Sardegna un profumatissimo liquore; nella *rosa canina*, che in Garfagnana e sui monti dell'Alta Versilia i ragazzi chiamavano un tempo "grattaculo", ecc.

A partire da questo numero de *l'Aurelia* vi presenteremo di volta in volta alcune di queste ricette forse sconosciute ma che meritano di essere riscoperte non solo per il contributo storico ma anche per la loro qualità, superiore talvolta a molti dei prodotti che si trovano in commercio.

Marco Marando



La ricetta del mese: Prugnolino

INGREDIENTI

25 frutti di prugnolo
250 g di zucchero
1 litro di vino bianco secco
200 gr di alcool 95°
1 pezzetto di cannella
4 chiodi di garofano

PROCEDIMENTO

Lavare i frutti di prugnolo, eliminare il nocciolo ed immergere il resto nel vino; accendere il gas e portare ad ebollizione, indi abbassare la fiamma, coprire la pentola con il coperchio e lasciare sobbollire per 10 minuti.

Far raffreddare bene prima di rovesciare in un recipiente a bocca larga (ma dotato di chiusura ermetica) insieme alla cannella ed ai chiodi di garofano; lasciare macerare 3 giorni. Trascorso questo tempo filtrare il liquido, rimetterlo in pentola, aggiungere lo zucchero e, mescolando in continuazione (servendosi di un mestolo di legno), far bollire per 5 minuti. Lasciar raffreddare di nuovo, unire l'alcool e imbottigliare. Dopo 2 giorni filtrare il liquore con un filtro di carta ed imbottigliare definitivamente, ricordando che potrà considerarsi pronto per l'uso almeno due mesi dopo.