

CESOIA & RASTELLO- La cicoria selvatica

Inviato da Marista Urru
martedì 28 ottobre 2008

Campagna romana e cicoria: una chiama alla mente ’altra. I Romani ci si sostentavano, nel periodo della povertà andar per cicoria aiutava a sopravvivere, se poi ci si poteva mettere accanto un uovo di giornata o una salsiccia la domenica.. si era signori. In tempo di guerra con le radici grosse e profonde di questa pianta, dopo averle tostate, ci si faceva una bevanda scura a sostituzione, con molta fantasia, del caffè che così ottenuto veniva detto anche “Il caffè di Prussia” perché Federico il Grande nel XVIII secolo, ne favorì la produzione. I fiori son molto belli e durano quando ad autunno inoltrato gli altri son finiti, ma restano aperti per poco durante la giornata, verso il primissimo pomeriggio son già chiusi.

Anticamente nel nord Europa, la cicoria era considerata una pianta magica attraverso la quale si poteva arrivare al piacere dell’amore, spezzare incantesimi, diventare invisibili e invulnerabili. Per ottenere questi effetti era però necessario dissotterrare la radice nel giorno di San Pietro e Paolo, avvalendosi di un pezzo d’oro o delle corna di un cervo

Ora in commercio ve ne è di buona, ma coltivata, anche se da seme di cicoria selvatica; un tempo esisteva il cicoraro, si trattava spesso di vecchietti o vecchiette che con un coltello affilato ed un grosso sacco sulle spalle, batteva i campi, poi ad apertura dei mercati, si mettevano subito dopo i banchi dei “vignaroli” , cioè dei piccoli contadini, col sacco e la stadera e avevate a poche lire

una verdura saporitissima che oggi vi vendono coltivata a peso d’oro.

Cucinarla : lessa all’agro o meglio “strascinata “ in padella ; mettete in una padella a prender calore olio e spicchi d’aglio e del peperoncino, quando il tutto profuma, senza che l’aglio bruci, ma sia solo dorato, mettete le cicorie che dopo aver lessato avete ben bene strizzato con le mani, rigirate e strascinate ben bene fino ad aver eliminato l’umido in eccesso; è buona anche nel panino.

