

Dolci a Pereto (L'Aquila)



Massimo Basilici

Edizioni **LO**

*A Giuseppina,
Andina, Italia
e a tutte le altre donne,
mamme, sorelle e zie
di Pereto che hanno reso
la vita di un paese...
più dolce.*

Introduzione

In tempi recenti ogni donna di Pereto (L'Aquila) aveva un quaderno, o dei foglietti di carta in cui erano scritte le ricette per preparare i dolci. Questi non si realizzavano tutti i giorni e per ricordare gli ingredienti e le dosi erano appuntati su fogli di carta. Da considerare che in tempi antichi la disponibilità di carta e penna era un lusso, chi sapeva scrivere e leggere erano pochi in paese. In passato le ricette erano tramandate oralmente e preparate in particolari occasioni.

Chi realizzava un dolce era una donna che per certe occasioni o per sfamare la famiglia sfruttava gli ingredienti rimasti nella dispensa, se ne erano rimasti! Le donne erano delle "alchimiste" nel realizzare i dolci: provavano e riprovavano ricette fino a realizzare dolci ghiotti e golosi.

In molti casi la preparazione era collettiva, ovvero altri componenti della famiglia, soprattutto i bambini, aiutavano nella preparazione dell'impasto. Questi poi aspettavano la fine della lavorazione per raccogliere i resti dell'impasto con il dito e leccarlo. Aspettavano che qualche biscotto si rompesse, quando era tolto dal recipiente in cui era cotto, per mangiarlo con avidità.

Sono stati recuperati i "ricettari" di tre donne di Pereto ed il loro contenuto è stato trascritto.

L'obiettivo della presente pubblicazione è quello di riportare le ricette tradizionali dei dolci, trascritte così come rinvenute, ricette che ancora oggi sono preparate.

Ringrazio:

La compianta Cicchetti Berardina *Ndina 'e Giorgio*
Pescosolido Maria per le ricette di sua nonna, Giustini Italia *Italia*
'e Ciancione

Bove Giuseppa *Giuseppina 'e Gennarino*

Graziani Palmieri Angela per le ricette di sua madre, Bove Giuseppa *Giuseppina 'e Gennarino*

Bove Valentina *Valentina 'e Giacuminu*

Sciò Anna *Annina 'e Fiacchittu*

Iannola Sonia

Sciò Luisa

Palombo Antonella

Eboli Annarita

I testi sono stati trascritti da Branciani Luchina.

Massimo Basilici

Roma, 5 agosto 2023.

Note per questa pubblicazione

Il simbolo # indica che la relativa informazione non è stata trovata.
Tra parentesi quadre sono indicate le note del redattore utili alla
comprensione del relativo testo.

Nella copertina di questa pubblicazione è riportato il ferro per realizzare le *ferratelle*, un dolce abruzzese, tipico non solo di Pereto. Nell'immagine, il ferro è mostrato aperto, così si notano le incisioni geometriche che davano la particolare forma al dolce.

Gli ingredienti

Per realizzare i dolci, alcuni ingredienti erano disponibili in casa (uova, farina, latte e patate), altri erano acquistati da produttori locali (nocciole, mele, mandorle), altri da botteganti locali (lievito, zucchero, aromi), altri ancora erano acquistati fuori dal paese in quanto non si trovavano (limone, arancio, cannella fichi secchi, zibibbo), in special modo alla fiera di Carsoli.¹

La farina

Il grano duro, rispetto al grano tenero, è una pianta più dura sia come stelo che come chicchi. La farina ottenuta è grossolana come grana, di colore giallino ed è più dura da impastare. Per queste sue proprietà il grano duro era poco coltivato in paese.

Per realizzare i dolci serviva la farina di grano tenero, prodotto coltivato in paese. Questa è di colore bianco, assorbe meno acqua ed è più facile da stendere. Il grano tenero ha meno glutine, minerali, proteine e vitamine rispetto all'altro tipo di grano.²

La farina di grano era utilizzata principalmente per le feste (Natale, Pasqua, Ferragosto) e per certe occasioni (battesimi, matrimoni, o mortori).³

La gente del paese sapeva che la farina di grano durava qualche settimana e poi irrancidiva: si formavano le famigerate *farfalline* (un tipo di insetto), segno che la farina si era rovinata e quindi andava

¹ Nell'arco dell'anno, a Carsoli si svolgevano varie edizioni della fiera; la più frequentata era quella del 23 dicembre, giorno in cui la Chiesa cattolica festeggia Santa Vittoria, patrona di Carsoli, fiera a ridosso del Natale. Per l'occasione erano acquistati prodotti utili per il Cenone di Natale e le feste successive, compresi quelli utili per realizzare i dolci.

² Per maggiori dettagli sulle tipologie di farine e le loro proprietà si veda: Basilici Massimo, *Il grano a Pereto (L'Aquila)*, edizioni Lo, Roma, 2018, pagine 160-161.

³ In tempi passati la famiglia di una persona deceduta era ospite a pranzo o a cena per alcuni giorni presso parenti o amici. Per l'occasione la famiglia ospitante non lesinava sul cibo, questo per lenire il dolore della perdita del defunto e per non mostrare la povertà in cui versava la famiglia ospitante!

buttata. Per questo motivo, se una famiglia aveva cento chili di grano, non lo macinava tutto subito, ma ne macinava una piccola parte. Per la macinazione andava al mulino, oppure macinava il grano in casa.

Successivamente, saranno disponibili in commercio le farine industriali e saranno sempre più utilizzate, in quanto disponibili in ogni momento e senza il problema dell'irrancidimento a breve termine.

In alcune ricette rinvenute è riportato il quantitativo di farina richiesto, in molte di queste si andava *ad occhio*, ovvero si utilizzava tanta farina quanta ne richiedeva l'impasto, il quale poteva essere liquido (quindi con poca farina), oppure più denso (con più farina). Per questo motivo in diverse ricette è riportato: *quanta ne prende* (di farina), oppure *quanto basta* (per la realizzazione). Da notare che in alcune ricette trascritte la farina non è elencata negli ingredienti, ma è certo che ci andava con una certa quantità!

Le uova

In genere, la base di ogni dolce erano le uova. Generalmente, in ogni famiglia si allevava qualche gallina, poiché le uova erano fondamentali per il sostentamento. Le uova erano messe da parte per più giorni; queste erano usate per preparare i dolci, oltre che la pasta all'uovo o le frittate.

Da segnalare che molte donne quando realizzavano qualche dolce tendevano a sottolineare che era stato realizzato con solo *rossi*. Invece, si diceva che è *tuttova*, per segnalare che era realizzato utilizzando tutto l'uovo e senza lievito.⁴

La frutta

In molti dolci si trova tra gli ingredienti la frutta, ovvero le mele, oppure la frutta secca (nocciole, mandorle, o noci).

⁴ Era questo il caso del *Pan di Spagna*.

Le mele si trovavano facilmente in paese.⁵ Erano inserite a fettine o a spicchi in alcune torte, sia per guarnirle, che per dare sostanza. Da ricordare che le mele erano messe a conservazione nella paglia (al pari delle pere) per poterle usare anche molte settimane dopo la raccolta.

le piante di nocciole (*nocchie*), crescevano selvaticamente, oppure erano coltivate da qualcuno nel proprio terreno. Le nocciole giunte a maturazione erano raccolte e stipate in sacchetti. Per la preparazione di dolci erano sgusciate e inserite nell'impasto del dolce principalmente tritate.

Particolari erano le mandorle, i cui alberi crescevano in alcuni terreni di proprietà.⁶ Di mandorle ne esistono due tipi. La mandorla amara si distingue dalla dolce non solo per il sapore, anche per la forma: è leggermente più ampia e più tozza delle classiche mandorle dolci.⁷ Le mandorle amare conferivano un sapore diverso al dolce, per questo motivo erano acquistate appositamente.

Le mandorle amare sono pericolose:⁸ 6-10 semi sono sufficienti a provocare un avvelenamento mortale in un bambino, mentre per un adulto la dose letale si attesta intorno alle 50-60 unità.⁹ Va fatta attenzione a queste ricette con le mandorle amare. In epoca passata

⁵ Uno che aveva frutta in paese e la vendeva era Tittoni Nicola *Nicola 'e patana* (Pereto, 28 maggio 1900 - #), figlio di Giuseppe e Iacuzzi Marianna. Sposò Brusciotti Maria Luisa *Luisa 'e Nicola 'e patana*. Aveva un terreno in prossimità della località *Madonnella* in cui coltivava alberi da frutta e nel terreno aveva la sua abitazione in muratura.

⁶ Un gruppo di mandorli si trovava in prossimità dell'aia (*ara*) *Salere*, sopra l'attuale Pineta. Altre si trovavano nel terreno di Bove Tommaso *Tomasso 'e Ar-cagno* in località San Giovanni.

⁷ Le mandorle amare derivano da piante di mandorlo non innestato e contengono una componente oleosa maggiore di circa il 50% rispetto alla varietà dolce.

⁸ Le mandorle amare sono considerate tossiche perché contengono amigdalina, che sottoposta a idrolisi enzimatica libera cianuro nel corpo umano. Se ingerite in quantità significative, le mandorle amare possono provocare cefalee, vomito e, nei casi più gravi, la morte, soprattutto nei bambini. Questa sostanza tossica è presente anche nei noccioli delle pesche, albicocche, ciliegie, susine.

⁹ Una mandorla con il guscio pesa in totale 3 g circa; una mandorla senza guscio pesa circa 1,2 g. Il peso delle mandorle varia anche in base alla loro grandezza.

non si avevano indicazioni sulla tossicità di alcuni ingredienti o di come dovevano essere trattati. La pericolosità era ridotta con la cottura in forno. In tempi passati non si avevano queste conoscenze scientifiche.

Al pari delle piante di mandorlo, quelle di noce crescevano in terreni di proprietà. Anche con le noci si realizzavano diversi dolci.

Nelle ricette rinvenute, per le nocciole, le mandorle e le noci sono espresse le quantità, ma non è indicato se il peso si riferisce con il guscio o senza, probabilmente senza guscio. Questa nota è importante perché nel caso delle mandorle amare inserite negli ingredienti si trovano in alcune ricette delle quantità elevate se si riferiscono senza guscio.

I dolcificanti

Lo zucchero, quello che oggi è venduto in confezioni di carta, è un prodotto moderno. Questo ingrediente permette di distinguere le ricette antiche da quelle moderne. In tempi passati lo zucchero era un elemento raro in paese ed anche costoso. Per questo si facevano dolci con ingredienti senza zucchero. Con la comparsa di questa sostanza, dovuta soprattutto alle disponibilità economiche di una famiglia, iniziarono a comparire i veri e propri dolci, dove la dolcezza era fornita principalmente dallo zucchero. In tempi antichi si utilizza il mosto cotto, facile da ottenere con la lavorazione dell'uva.¹⁰

Altro dolcificante era il miele ed un suo derivato, la *melata*. Quando il miele veniva recuperato, era messo in un recipiente per poi riversarlo nei contenitori. Nel recipiente rimaneva attaccato un po' di miele e per non perderlo si metteva dell'acqua nel recipiente che faceva scogliere le ultime parti del miele. Questo liquido ottenuto era utilizzato per i dolci o gustato semplicemente così.¹¹

¹⁰ Il mosto d'uva viene cotto per evitare che i lieviti contenuti in esso inneschino la fermentazione alcolica, iniziando a trasformare gli zuccheri in alcol. Infatti, se lasciato fermentare, il mosto crudo diventerà vino. Non essendo fermentato, il mosto cotto non è una bevanda alcolica.

¹¹ Uno che produceva la melata era Gervasi Antonio *U mmastaru* (Pereto, 5 luglio 1890 - Roma, 9 marzo 1973), figlio di Berardino e Meuti Maria, sposato con

In tutte le ricette rinvenute nei tre ricettari si trova citato principalmente lo zucchero, in due casi il miele. Il mosto cotto è assente, segno che queste ricette sono dovute a tradizioni più recenti nel tempo.

Altro dolcificante era l'uva passerina, chiamata l'*uvetta*, utilizzata in alcune ricette. È un tipo di uva a frutto nero, bianco o rosa, priva di semi, i cui acini (*chicchi*) sono appassiti. In tempi passati l'uva raccolta era lavorata per diventare vino, i grappoli più radi erano appesi in casa per farli seccare e poi mangiare durante l'anno. I chicchi più piccoli, caduti o staccati (*svagati*) dal raspo, erano cotti al forno con tutti i semi.¹² Questi diventavano l'uva passerina che si conservava per lungo tempo.

In una ricetta, rinvenuta durante la ricerca, si trova citato lo zibibbo, uva di sapore dolcissimo, appassita per essere usata in pasticceria. Di questo tipo di uva non si hanno notizie se fosse coltivata in paese, probabilmente era acquistata. L'uva secca, per essere utilizzata nei dolci, doveva essere *rinvenuta*, ovvero reidratata: infatti, si metteva l'uva in un recipiente con un po' di acqua o liquore e diventava morbida e succosa.

Gli aromi

Il succo di limone, in combinazione con alcuni lieviti attivava la reazione di lievitazione. La buccia del limone era ideale per profumare e caratterizzare i dolci; era usata solo la parte gialla della buccia perché quella bianca è amara. In alcuni dolci si utilizzava la buccia dell'arancio per aromatizzare il preparato.

L'aroma utilizzato per eccellenza erano i semi dell'anice (*anise*) che si trovano citati in vari dolci di Pereto. I semi di questa pianta provenivano in genere da Pietrasecca, frazione di Carsoli, dove c'erano delle coltivazioni. Qualche venditore ambulante (*anesaru*) veniva in

Ranati Laura *Lauretta*. Il padre era di Colli di Monte Bove, frazione di Carsoli e si trasferì in Pereto con il matrimonio. Aveva diverse arnie presso la sua abitazione in località San Giovanni.

¹² Sempre cotti al forno, ma non utilizzati nella preparazione dei dolci, erano le bacche del corniolo (i *grugnali*) e del prugnolo selvatico (i *prignoli*). Erano delle leccornie.

paese a vendere questi semi.¹³ Erano utilizzati principalmente per le tisichelle e le ciambelle.

Successivamente, farà la comparsa la cannella e la vaniglia (*vanillina*), entrambe vendute in bustine presso i botteganti del luogo.

L'aroma più accentuato era quello dovuto ai liquori che poi emanavano un particolare odore, ma i liquori fecero la comparsa in tempi recenti. I dolci ricercati erano quelli che avevano nell'impasto qualche liquore. Il solo citare il liquore inserito nell'impasto rendeva il dolce "prelibato".

I lieviti

In tempi antichi si usavano alcuni ingredienti o metodi per far lievitare i dolci e per farli mantenere a lungo. Quello che si usava come lievito per dolci, diverso dal *lievito madre* (in Pereto chiamato *mis-situra*), utilizzato per la produzione di pane e pizza,¹⁴ era chiamata la *medicina*. Di seguito sono elencati i lieviti conosciuti in paese e le loro proprietà.

Bicarbonato di sodio

Questa sostanza ha un basso potere di lievitazione.¹⁵ Un cucchiaino di bicarbonato mescolato con un acido (125 ml yogurt, oppure 1 cucchiaino di limone, oppure con del latte) producono insieme anidride carbonica. Queste formulazioni lievitanti andavano dosate alla fine nell'impasto e il dolce messo subito in forno, senza aspettare, altrimenti l'effetto lievitante svaniva.

¹³ Uno dei venditori di semi di anice fu Cicchetti Antonio *Ianesaru* (Pereto, 30 luglio 1917 - #) figlio di Luigi e Giustini Angela. Sposò Toti Lidia *Lidia 'e Ianesaru*.

¹⁴ In merito alla realizzazione del *lievito madre* si veda: Basilici Massimo, *Arcari a Pereto (L'Aquila): la vita*, edizioni Lo, Roma, 2017, pagina 185.

¹⁵ È tra gli additivi alimentari codificati dall'Unione europea con la sigla E500. È nel gruppo *Regolatori di acidità e antiagglomeranti - acidi e basi inorganiche*.

Cremor tartaro

Il cremor tartaro, o cremore di tartaro,¹⁶ abbreviato in *cremore*, è un sale di potassio dell'acido tartarico (bitartrato di potassio) estratto dall'uva, quindi del tutto naturale. Più esattamente è una delle sostanze costituenti la feccia che si deposita durante il riposo del vino che segue la fermentazione e che è separata dal vino mediante travasi. È usato in associazione al bicarbonato di sodio per ottenere la lievitazione degli impasti. È un ingrediente facile da trovare in commercio. In paese era conosciuto come la *medicina*, venduto insieme ad un pizzico di bicarbonato.

Il cremor tartaro si attiva anche in presenza di acqua: in questo modo la sua leggera acidità sviluppa, per reazione, anidride carbonica gassosa e permette quindi di far lievitare i dolci, conferendogli morbidezza senza appesantirli. Per 300-500 gr di farina servono in genere 8 g di cremor tartaro, con un cucchiaino da caffè raso di bicarbonato, circa 3 g.

Ammoniaca

L'ammoniaca per dolci, o bicarbonato di ammonio,¹⁷ è un sale che con la combinazione di acqua presente nel dolce e il calore del forno, si degrada rapidamente per riscaldamento in ammoniaca gassosa e anidride carbonica, permettendo così la lievitazione.

La differenza è che nel caso del lievito per dolci, nell'impasto rimangono alcuni residui di acido tartarico, mentre, nel caso dell'ammoniaca per dolci, sia l'ammoniaca che l'anidride carbonica vengono completamente eliminate, rendendo l'impasto più compatto. Per questo motivo è il lievito più adatto per biscotti e crostate. Solitamente si usano 20 g di bicarbonato d'ammonio per 500 g di farina.

Oltre alla lievitazione, l'ammoniaca è utile per la conservazione e mantiene i biscotti fragranti più a lungo. È un prodotto naturale che

¹⁶ È tra gli additivi alimentari codificati dall'Unione europea con la sigla E336. È nel gruppo *Antiossidanti e correttori di acidità - citrati e tartrati*.

¹⁷ È tra gli additivi alimentari codificati dall'Unione europea con la sigla E503. È nel gruppo *Regolatori di acidità e antiagglomeranti - acidi e basi inorganiche*.

si può usare tranquillamente. L'odore intenso dell'ammoniaca scompare completamente dopo la cottura in forno. Ha un retrogusto lievemente amarognolo se il dolce non è cotto bene. Anche questo lievito in paese era conosciuto come la *medicina*.

Lievito di birra

Era venduto in cubetti o panetti.¹⁸ Questo ingrediente era usato principalmente per le pizze salate (pizza bianca o pizza rossa), o il pane, andando a sostituire il *lievito madre*, prodotto in casa, mentre il lievito di birra si comprava dai botteganti. Fece la comparsa in tempi recenti.

Lievito in bustina

Chiamato in paese *lievito chimico*, o più in generale la *bustina*. È una polvere del prodotto, chiusa in una bustina sigillata (da qui il nome), venduta singolarmente o in confezioni da 5 o da 10 bustine. I più noti ed usati lieviti in bustina per dolci erano e lo sono ancora il lievito Bertolini¹⁹ e il lievito Pane degli Angeli.²⁰ Solitamente si utilizza una bustina di lievito da 16 g per 500 g di farina.

Il sale da cucina

Spesso nelle ricette si trova come ingrediente il sale da cucina. Un pizzico di sale nei dolci serve ad esaltare il sapore di tutti gli ingredienti, in quanto è un esaltatore di sapidità; non ha potere lievitante. La sua azione specifica consiste nel conferire gusto e sapore a prodotti come: pasta sfoglia, creme, biscotti, prodotti da forno e lievitati.

¹⁸ A differenza del cremor tartaro, che fa lievitare il prodotto alimentare mediante la reazione tra acido tartarico e bicarbonato di sodio, il lievito di birra provoca la lievitazione mediante la fermentazione degli zuccheri.

¹⁹ Una bustina pesa 16 grammi e contiene: agenti lievitanti (difosfato disodico E450, carbonato, acido di sodio E500), amido di mais, stabilizzante (sali di sodio, di potassio e di calcio degli acidi grassi), aroma.

²⁰ Una bustina pesa 16 grammi e contiene: agenti lievitanti (difosfato disodico (E 450), carbonato acido di sodio (E 500)), amido di mais, stabilizzante (sali di sodio, di potassio e di calcio degli acidi grassi (E 470a)), aromi.

Venditori di queste sostanze

Tutti i tipi di lievito citati erano venduti dai botteganti locali, al contrario del *lievito madre* che era realizzato in casa. Fatta eccezione per i lieviti Bertolini e Pane degli Angeli che erano già imbustati, gli altri lieviti erano venduti “sfusi”, in dosi versate su pezzetti di carta e poi ripiegati. Per questo motivo si mandava qualche bambino/a dal bottegante per far comprare una o più dosi dicendo, ad esempio: *Compra 'na dose 'e medicina*. Una dose valeva 16 g. Questa quantità era prodotta con un cucchiaino: con quattro cucchiaini si faceva una dose.

Altri lievitanti

Un'altra sostanza che ha il potere di far lievitare i dolci è il *bianco dell'uovo*, ovvero l'albume (*chiara*). Il trucco è, oltre a montare tanto la *chiara* con una frusta o con due forchette, quello di mettervi un pizzico di sale fino nella *chiara* in modo da aumentare il volume della *chiara* montata. Stesso ragionamento vale per i *rossi* dell'uovo, che se montati bene rendono soffice il dolce prodotto. Oggi si preferisce inserire dello zucchero nell'impasto per renderlo più soffice, che in tempi passati non era disponibile.²¹ Da segnalare che per il *Pan di spagna* non è necessario adoperare il lievito per dolci; montando bene l'impasto, il dolce lievita bene senza lievito.

Bisognava sbattere le *chiare* fino a che queste non fossero “ben ferme”, ovvero scuotendo il recipiente che conteneva le *chiare* montate queste non dovevano muoversi. Le donne più temerarie capovolgevano il recipiente per mostrare che la montatura delle *chiare* era perfetta, questo perché il composto rimaneva attaccato al recipiente in cui le *chiare* erano state montate.

Inserimento del lievito

In genere, il lievito deve essere introdotto all'inizio dell'impasto, insieme agli altri ingredienti secchi, ovviamente ad eccezione del sale che va aggiunto alla fine. Rispettare questa sequenza è necessario, in quanto, aggiungendo il lievito ad impasto già formato, si corre il

²¹ L'inserimento di un solido (sale da cucina o zucchero) in un liquido (*rossi* o *chiare* dell'uovo) prende il nome di soluzione colloidale, e questo tipo di soluzione è una delle più antiche conosciute.

rischio che non si incorpori bene. Questo metodo non è valido con l'uso del bicarbonato che innesca immediatamente la reazione rilasciando l'anidride carbonica, per questo va inserito alla fine della preparazione.

In quasi tutte le ricette rintracciate non si accenna ad un periodo di riposo dell'impasto: si preparava l'impasto e subito era messo in cottura per non perdere la lievitazione che era in atto.

Il dosaggio

In molti casi le dosi degli ingredienti del dolce che si preparava erano "ad occhio" ovvero non si aveva una quantità precisa dei vari ingredienti, si mescolava e cuoceva quello che si trovava in casa. Per questo motivo molte ricette presentano lo stesso nome, realizzate con gli stessi ingredienti, ma in quantità diverse, oppure con alcuni ingredienti diversi.

Le dosi in molti casi erano in base agli ingredienti disponibili al momento, quelli disponibili presso una normale famiglia (farina, olio, uova, latte, frutta secca).

In tutte queste ricette non esiste un ordine di inserimento degli ingredienti. Probabilmente l'ordine in cui sono scritti gli ingredienti è la successione di inserimento di questi nell'impasto.

Gli attrezzi usati

Per la realizzazione di dolci il cui impasto diventava solido si utilizzava il piano della tavola, oppure la *spianatora*, ovvero una tavola apposita, utilizzata per lavorare gli impasti di farina. Per impasti liquidi si utilizzava una grossa scodella di coccio (Figura 1). Per dosare si usavano il cucchiaio, il cucchiaino o il bicchiere (Figura 2).



Figura 1 – Scodella



Figura 2 - Bicchiere

Per spianare certi impasti si usava il mattarello (Figura 3) e con un coltello (Figura 4) si facevano le strisce o le parti dell'impasto che era solido.



Figura 3 - Mattarello



Figura 4 - Coltello

Messa la farina sopra la tavola o dentro la scodella, si faceva un buco al centro, ovvero si realizzava la *fontana* (Figura 5), ed al suo interno erano depositati i vari ingredienti della ricetta. Il tutto veniva mescolato con qualche *cucchiarella* di legno o forchetta di metallo.



Figura 5 – Fontana di farina

Preparato l'impasto questo poi seguiva la sua lavorazione in base al dolce che si intendeva realizzare. In Figura 6 è mostrato l'impasto per la crostata, steso sopra il tavolo.



Figura 6 - Pasta per la crostata

La cottura e la conservazione

In nessuna ricetta è riportato il contenitore in cui era cotto il dolce. In genere erano delle latte (*spasette*) per i dolci di forma rettangolare, oppure circolari (*testi*).



Figura 7 - Spasette

In Figura 7 sono mostrate tre *spasette* di varie dimensioni.

In Figura 8 è mostrato un *testo*, utilizzato per realizzare le pizze, dolci di forma circolare. Con questo attrezzo era possibile realizzare il ciambellone, ovvero un dolce circolare con un buco al centro. Prima di versare l'impasto nel testo, andava poggiato al centro un recipiente di metallo tondo,²² capovolto.



Figura 8 - Testo

Al termine della cottura il recipiente di metallo era rimosso e così rimaneva il buco al centro.

²² Alcuni temerari mettevano al centro un bicchiere o una tazza capovolta. Poteva succedere che per qualche graffiatura ed il forte calore questo oggetto si rompesse, rendendo vana la preparazione.

Per il ciambellone si utilizzava anche un apposito contenitore cilindrico con il bordo alzato all'interno, utile a formare il buco, ma in paese fu poco usato.

Negli anni Sessanta fece la comparsa in paese il “fornetto”, ovvero il *Fornetto Versilia*²³ che permetteva la cottura sul fuoco a gas, realizzando il buco al centro del ciambellone, potendo così far crescere alto il dolce.²⁴

Tutti questi recipienti di metallo andavano oliati o imburati e poi spolverati di farina per non far attaccare i dolci.



Figura 9 - Fornetto

Nelle ricette rinvenute non sono riportati i tempi di cottura. Si sformava quando il dolce risultava “colorato”. Per verificare il grado di cottura del dolce si faceva la prova dello stecchino per i ciambelloni. Si estraeva il dolce dal forno, si infilava un bastoncino di legno (stecchino) nel dolce e se sul bastoncino rimanevano dei grumi di impasto attaccato, era segno che andava cotto per qualche altro minuto.

In tempi antichi i dolci erano realizzati quando si accendeva il forno per panificare. Era solo per particolari occasioni che si accendeva il forno a legna per realizzare dolci. Il forno doveva essere bello caldo e non arroventato come per fare il pane, altrimenti il dolce si bruciava all'esterno lasciando l'interno crudo.

²³ È un recipiente di alluminio con un coperchio che si incastra sul bordo, coperchio dotato di fori per permettere la fuoriuscita del vapore del preparato che si stava cuocendo. È dotato di un disco di metallo (*spargi fiamma*) che era posizionato sopra il fuoco del fornello, in questo modo il calore della fiamma si propagava uniformemente sotto la base del contenitore. L'uso è semplice, l'unica regola da seguire è quella di imburare e infarinare bene la pentola e per i dolci imburare anche il coperchio. Non si deve togliere il coperchio fino a quasi fine cottura.

²⁴ Con il “fornetto” si potevano preparare anche le mele cotte, i pomodori con il riso, il pollo arrosto, le patate e tanti altri cibi. Era una specie di piccolo forno, da qui il nome, che funzionava grazie al gas della bombola.

Nel caso di pizza o torta, una volta sfornata era posizionata in una scodella. In questo modo c'era la possibilità di far scolare la parte liquida che ancora fuoriusciva dall'impasto. In questo modo non si ammorbidiva il fondo del dolce sfornato.

I dolci sfornati erano posizionati su una *scifa* (Figura 10).²⁵



Figura 10 - Scifa

I più fortunati riponevano i dolci piccoli in qualche scatola di latta recuperata da qualche bottegante.

Poi verrà la cottura al forno della “stufa economica”²⁶ e l’uso del “fornetto” sulla fiamma del gas in bombole.

²⁵ Recipiente rettangolare di varie dimensioni (da qui i vari nomi: *scifa*, *scifetta* o *scifone*), ricavato da una tavola di legno scavata, nel quale era servita la pasta, scodellata la polenta, seccati gli ortaggi ed i funghi, trasportato il pane al forno e dal forno, controllate le granaglie.

²⁶ Era definita “economica” perché – con un solo pezzo di legno – si scaldava l'ambiente, si scaldava l'acqua, si aveva una piastra per cucinare e un forno caldo sempre a disposizione.

Le tre pasticcere

Di seguito sono riportate delle note biografiche delle tre pasticcere da cui sono state tratte le ricette della presente pubblicazione.

Bove Giuseppina



Conosciuta come *Giuseppina 'e Gennarino*. È figlia di Gennaro e Giustini Angela. Nata a Pereto, 24 ottobre 1935, vivente. Sposò Graziani Palmieri Giovanni *U stradinu*.

Giuseppina realizza dolci, sia con il forno elettrico, sia con il forno a gas, e sia ancora con il forno a legna, risultando un'esperta dell'arte dei dolci e non solo. Ha annotato le sue ricette in un quaderno ed in alcune pagine sono riportate più ricette. In Figura 11 è mostrata una delle sue ricette.

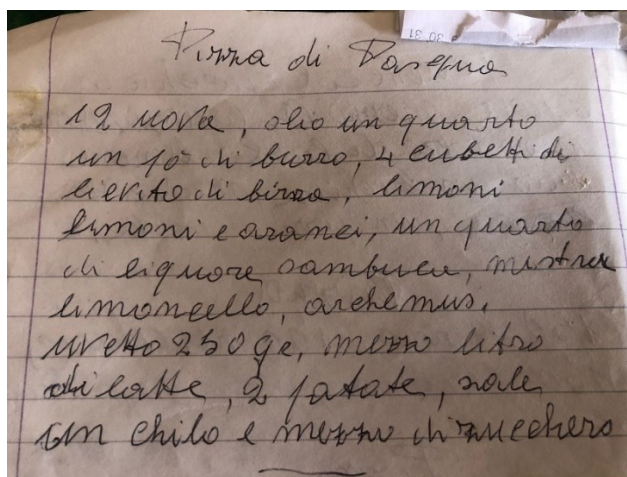


Figura 11 - Ricetta di Giuseppina

In molte delle sue ricette non è riportata la farina, questo perché Giuseppina dà per scontato che va inserita in quantità in base all'impasto che si vuole realizzare (solido o liquido).

Cicchetti Berardina



Conosciuta come *Ndina 'e Giorgio*. Era figlia di Giuseppe e Malatesta Angela. Nata a Pereto, 1 aprile 1935 e morta a Pereto, 3 settembre 2011. Sposò Cicchetti Giorgio *Giorgio 'e Bannella*.

Quasi tutte le sue ricette sono scritte in una vecchia agenda riciclata (Figura 12). In fondo all'agenda si trovano inseriti dei foglietti con delle ricette, probabilmente ricette fornite da altre donne. In alcune pagine della sua "agenda ricettario" si trovano alcune ricette di cucina riguardante dei primi o delle pietanze; ma non sono state inserite in questa pubblicazione, poiché non inerenti all'argomento.

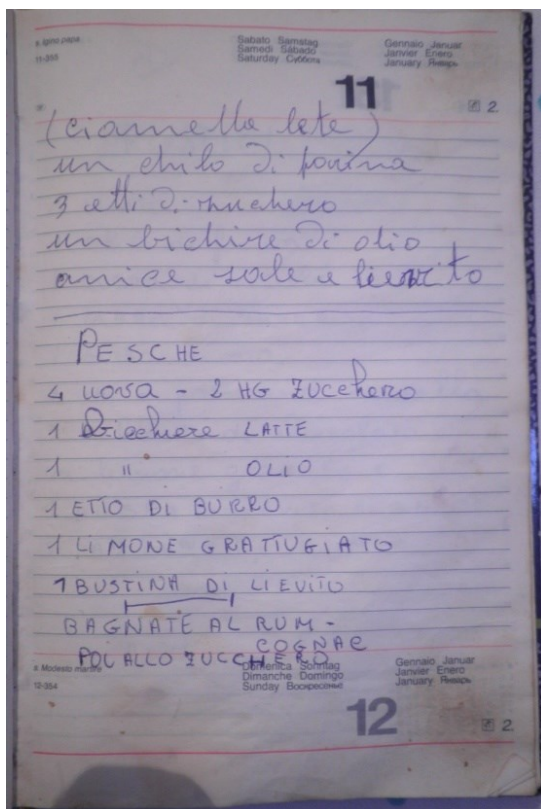


Figura 12 - Ricetta di Andina

Giustini Italia



Conosciuta come *Italia 'e Ciancione*. Era figlia di Antonio e Ranati Michelina. Nata a Pereto, 28 settembre 1903 e morta a Pereto, 16 settembre 1983. Sposò in prime nozze Ciancione Giovanni e poi Nicolai Michele Bidone.

Italia studiò fino alla terza elementare. Le piaceva aiutare i bambini più poveri che non andavano a scuola insegnando loro a leggere e scrivere. Aiutava in famiglia portando il pranzo ai contadini che lavoravano nei campi o che si occupavano del bestiame. Le piaceva tessere al telaio. Oltre alle fettuccine di cui era una esperta rinomata, preparava le ciambelle dolci, quelle salate, le pizze di Pasqua, e quelle chiamate *Bocca di dama*, ovvero senza nessun lievito, ossia il Pan di Spagna.

I fogli delle sue ricette riportano quelle più antiche rintracciate nella ricerca; portano in alcuni casi gli ingredienti espressi in libbre! In Figura 13 è mostrata una di queste ricette.

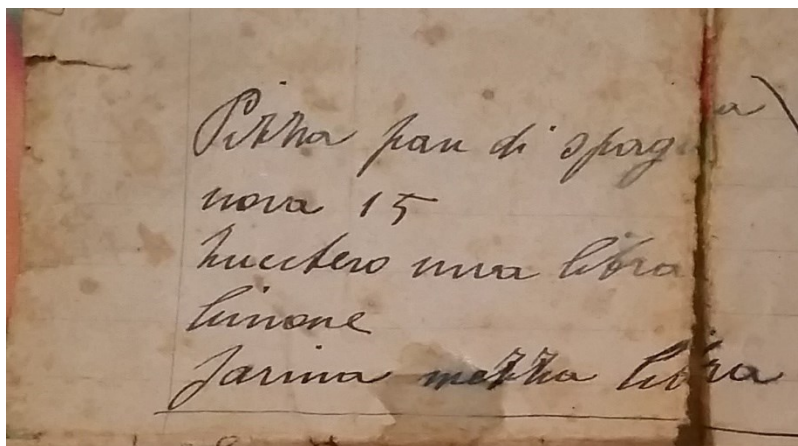


Figura 13 - Ricetta di Italia

Normalizzazioni

Per rendere leggibile ed uniforme il testo trascritto, sono stati presi degli accorgimenti.

Per una corretta comprensione, gli ingredienti sono stati scritti in italiano, correggendo errori di scrittura. Il tuorlo/i dell'uovo è indicato con il termine *rosso/i*, mentre l'albume/i con il termine *chiara/e*, termini utilizzati in paese per distinguere le due parti di cui è composto l'uovo.

I pesi sono stati tutti normalizzati in grammi (g) o chilogrammi (Kg).

½ litro, ½ chilo, ¼, ¾ di litro o di chilo, ecc. sono traslitterate nei dosaggi:

500 ml, 500 g, 250 ml/g o 750 ml/g, ecc.

In alcune ricette è scritta la lavorazione, ma il testo è molto stringato. In questi casi è proposta una descrizione in un formato comprensibile.

Le ricette sono ordinate alfabeticamente per tipo di dolce. In alcuni casi il dolce è seguito da un numero progressivo perché la stessa donna ha scritto la ricetta in versioni diverse, ovvero con ingredienti e quantità diverse. Al termine del titolo è riportato il nome della donna dalla quale è stata presa la ricetta.

Per ogni ricetta sono indicati gli ingredienti così come trascritti.

Alcune ricette riportano una breve descrizione della lavorazione, testo presente nel ricettario. Questo testo è riportato nel campo *Lavorazione*.

In alcune ricette è stato inserito un campo *Note* in cui sono state inserite delle considerazioni sulla ricetta.

Le ricette

Amaretti 1 - Andina

Ingredienti:

Mandorle dolci 500 g

Mandorle amare 50 g

Uova 6 *chiare* montate a neve

Zucchero 600 g

Amaretti 1 - Italia

Ingredienti:

Mandorle dolci 500 g

Mandorle amare 120 g

Farina 11 cucchiari

Zucchero 11 cucchiari

Olio 5 cucchiari

Uova 4

Ammoniaca 5 g



Amaretti 2 - Andina

Ingredienti:

Mandorle dolci 500 g

Mandorle amare 200 g

Zucchero 500 g

Uova 5 *chiare* montate a neve

Amaretti 2 - Italia

Ingredienti:

Mandorle 500 g, due parti di dolci e una di amare

Olio 5 cucchiari

Zucchero 11 cucchiari

Farina 11 cucchiari

Limone

Uova 4

Amaretti 3 - Italia

Ingredienti:

Mandorle dolci 250 g circa
Mandorle amare 120 g circa
Zucchero 300 g
Uova 4 *chiare*

Note: questa ricetta è antica in quanto l'unità di misura è espressa in once per le mandorle, qui riportate in grammi.

Amaretti simili - Andina

Ingredienti:

Uova 3
Zucchero 300 g
Burro 100 g
Pane degli Angeli ½ bustina
Mandorle dolci 200 g
Mandorle amare 100 g

Note: le mandorle sono state aggiunte successivamente nella ricetta in quanto è stata utilizzata una penna diversa.

Bignè - Andina

Ingredienti:

Burro 200 g
Acqua 200 g
Farina 200 g
Uova 5

Lavorazione: mettere burro e acqua insieme; quando è bene sciolto, mettere la farina e girare sempre fino a che sia amalgamata bene. Quando è un po' tiepida, mettere le uova, una ad una, e girare sempre; mettere ... [il foglio sul quale era scritta la lavorazione risulta strappato: probabilmente precisa che l'ultima parte della lavorazione prevede la frittura in olio dei bignè].

Bignè 1 - Italia

Ingredienti:

Acqua 250 ml
Burro 100 g
Sale un pizzico
Farina 250 g
Uova 7

Lavorazione: in una casseruola mettere al fuoco acqua e burro e un pizzico di sale; appena comincia a bollire, mettere le uova uno per volta, mischiando per bene. Appena finito di mischiare, friggere.

Bignè 2 - Italia

Ingredienti:

Acqua 1 bicchiere
Strutto punta di un cucchiaino
Sale un pizzico
Limone 1
Farina 150 g
Uova 2

Lavorazione: mettere nell'acqua lo strutto, il sale, il limone grattugiato e mettere al fuoco. Appena alza il bollire, inserire la farina e mischiare bene. Appena freddato bene, mettere le due uova e battere molto. Quando il tutto è bene mischiato, prendere col cucchiaino un po' dell'impasto e friggere.

Bignè - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 100 g
Acqua 100 g
Burro quanto una noce
Margarina quanto una noce
Limone 1 scarso buccia grattugiata
Uova 2
Uovo 1 *rosso*

Lavorazione: mettere sul fuoco acqua e burro; quando bolle versare la farina tutta insieme e mescolare forte per 30 minuti. Appena poi è fredda oppure tiepida, s'incomincia a lavorare prima con un *rosso*

d'uovo e quando l'ha bene incorporato aggiungere una *chiara* montata, poi un altro *rosso*, poi ancora un'altra *chiara* e un altro *rosso*. Quando la pasta è ridotta come un unguento, con la punta di un cucchiaio versare sull'olio bollente abbondante. I bignè si devono voltare/girare da sé.

Note: ricetta peretana di Annina Gervasi.

Biscotti - Andina

Ingredienti:

Zucchero 500 g

Latte 500 ml

Strutto 150 g

Uova 1

Limone 1

Farina quanto basta

Medicina una dose

Biscotti alle mandorle - Italia

Ingredienti:

Mandorle dolci 600 g

Mandorle amare un po'

Zucchero 600 g

Uova 6 *chiare*

Vaniglia 1 bustina

Note: le mandorle amare devo essere poche e far sì che con quelle dolci il peso sia di 600 g.

Biscotti col burro - Italia

Ingredienti:

Farina 1 kg circa
Zucchero 900 g circa
Burro 100 g
Uova 4
Limone 1
Bicarbonato 1 cucchiaino
Cremore 1 cucchiaino
Latte 250 ml
Sale un pizzico



Note: Anche questa è una ricetta antica poiché nella ricetta originale il peso è espresso in libbre per la farina (2,5 libbre) e lo zucchero (2 libbre).

Biscotti colle nocciole 1 - Andina

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 400 g
Mandorle 150 g
Farina 800 g
Lievito 1 bustina
Vaniglia 1
Nocciole

Biscotti colle nocciole 2 - Andina

Ingredienti:

Farina 300 g
Zucchero 300 g
Uova 3 di cui 2 intere
Nocciole 300 g
Burro 100 g
Sale un pizzico

Biscotti collo zucchero 1 - Andina

Ingredienti:

Pane degli Angeli 1 bustina

Uova 10

Zucchero 1 kg

Limone 1

Burro 400 g

Nocciole quanto vuoi

Farina quanto basta

Biscotti collo zucchero 2 - Andina

Ingredienti:

Uova 5

Zucchero 500 g

Limone 1 grattugiato

Burro 200 g

Nocciole macinate, un po'

Farina quanto basta

Note: manca il lievito per dolci.

Biscotti con l'ammoniaca - Italia

Ingredienti:

Uova 2

Zucchero 500 g

Latte 500 ml

Olio 250 ml

Limone 1

Sale 1 pizzico

Ammoniaca

Note: negli ingredienti non è indicata la quantità dell'ammoniaca, probabilmente serve una dose.

Biscotti con la vaniglia - Italia

Ingredienti:

Uova 2
Zucchero 500 g
Latte 500 ml
Ammoniaca 15 g
Strutto o burro 100 g
Sale un pizzico
Vaniglia a piacere

Note: non è scritto come ingrediente la vaniglia, che è citata nel titolo.

Biscotti da inzuppo - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 3
Zucchero 200 g
Olio di semi 150 g
Latte 80 g
Ammoniaca 15 g
Limone 1 buccia grattugiata
Farina 600 g

Lavorazione: mettere dello zucchero a parte per passare i bastoncini dei biscotti tagliati.

Bombe - Andina

Ingredienti:

Patate 4
Burro 50 g
Zucchero 5 cucchiari
Lievito di birra 2 cubetti
Uova 3
Latte 250 ml
Arance grattugiate 2
Limone grattugiato 1
Sale un pizzico
Farina quanta ne prende

Bombe - Andina

Ingredienti:

Patate 4
Burro 50 g
Zucchero 5 cucchiari
Lievito di birra 2 cubetti
Uova 3
Latte 250 ml
Aranci 2 grattugiati
Limone 1
Sale un pizzico
Farina quanto basta

Bombe - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 2
Patate 4
Latte 1 tazza
Zucchero 3 cucchiari
Olio 3 cucchiari
Limone 1 buccia grattugiata
Lievito di birra 30 g

Briosce - Giuseppina

Ingredienti:

Olio di semi 1 l
Uova 1 kg pesate col guscio
Zucchero 1 kg
Farina 1 kg
Limoni 3 buccia grattugiata
Note: vengono delle mini-brioches.

Bruschesini - Giuseppina

Ingredienti:

Olio di semi 1 l

Uova 1 kg

Zucchero 1 kg

Farina 1 kg

Pane degli Angeli 1 bustina

Limoni 3 buccia grattugiata

Note: le uova vanno pesate con il guscio. I biscotti hanno una forma piccola e tonda.

Brutti boni - Andina

Ingredienti:

Mandorle con la buccia 500 g

Zucchero 500 g

Sale un pizzico

Semolino 1 cucchiaio

Brutti boni - Andina

Ingredienti:

Mandorle 100 g

Nocciole 150 g

Uova 2 *chiare*

Zucchero 200 g

Miele 30 g

Note: prima del nome della ricetta, Andina ha scritto *Cicchetti Roberto*, il nome di uno dei figli. Probabilmente la ricetta era dedicata a lui.

Brutti buoni - Giuseppina

Ingredienti:

Noci 300 g

Uova 4

Pane degli Angeli 1 bustina

Cannella 1 bustina

Farina 800 g

Uva passerina 200 g

Cioccolata 2 quadretti

Rum 1 bicchiere

Limone 1

Olio di semi 2 bicchieri scarsi

Sale un pizzico

Lavorazione: cuocere a forno basso, 140°.

Castagnole - Andina

Ingredienti:

Farina 400 g

Uova 2

Zucchero 4 cucchiari

Anice 5 cucchiari

Olio 5 cucchiari

Limone grattugiato 1

Sale un pizzico

Lievito ½ bustina

Castagnole 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 400 g

Uova 2

Zucchero 5 cucchiari

Liquore anice 5 cucchiari

Olio di oliva 6 cucchiari

Limone 1 buccia grattugiata

Pane degli Angeli 2 cucchiaini

Sale un pizzico

Castagnole 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 400 g
Uova 2
Zucchero 3 cucchiari
Liquore di anice 5 cucchiari
Olio d'oliva 5 cucchiari
Limone 1 buccia grattugiata
Pane degli Angeli 2 cucchiaini
Sale un pizzico

Castagnole 3 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 3
Vino bianco 1 bicchiere
Zucchero 4 cucchiari
Pane degli Angeli 1 bustina
Limone
Sale un pizzico
Lavorazione: si fa un impasto leggero/soffice.

Castagnole 4 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 3
Strutto 100 g
Liquore quanto basta
Lievito per dolci 1 bustina

Ciambelle - Giuseppina

Uova 8
Patate 1 kg
Lievito di birra 50 g
Farina quanto basta
Sale un pizzico
Zucchero
Limone
Latte un po'

Lavorazione: il lievito va diluito con un po' di latte; impastare morbido e fare lievitare per due ore.

Ciambelle al forno - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 5
Olio 250 ml
Latte 500 ml
Zucchero 500 g
Limone 1
Ammoniaca 20 g
Bicarbonato 20 g
Cremore 10 g

Lavorazione: cotte al forno come i biscotti.

Ciambelle al vino - Andina

Ingredienti:

Vino 500 ml
Olio 500 ml
Zucchero 500 g
Farina 1,5 kg
Lievito ½ bustina

Ciambelle con le uova - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta

Uova: ogni uovo un cucchiaio d'olio

Olio: ogni uovo un cucchiaio d'olio

Sale un pizzico

Lavorazione: per ogni uovo utilizzare un cucchiaio d'olio. Impastare *leggero*; mettere in acqua bollente; lessare e poi cuocere al forno.

Ciambelle con patate - Andina

Ingredienti:

Farina 300 g

Patate 200 g

Burro 30 g

Lievito di birra 20 g

Uova 2

Zucchero 2 cucchiai

Sale un pizzico



Lavorazione: lessare le patate e schiacciarle; aggiungere gli ingredienti; il lievito di birra va sciolto con un po' di latte; impastare il tutto e farlo riposare per un'ora e mezza. Fare poi le ciambelle e friggerle in abbondante olio poi passare le ciambelle nello zucchero.

Ciambelle di Carnevale - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4
Patate 4
Zucchero 4 cucchiari
Sale un pizzico
Limone 1 buccia grattugiata
Burro 100 g
Latte 500 ml
Lievito di birra 2 cubetti
Farina 1,5 kg
Cannella un pizzico
Liquore

Lavorazione: farle lievitare due volte: prima si fa lievitare l'impasto. Poi formare le ciambelle e far lievitare nuovamente.

Ciambelle fritte 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 1 kg
Limone 1
Zucchero 1 ½ cucchiario
Lievito di birra 70 g
Uova 4
Sale un pizzico
Margarina 150 g
Burro 150 g
Strutto 150 g
Olio di semi

Lavorazione: dopo lievitate si realizzano le ciambelle e si fanno lievitare almeno un'ora; poi friggere e ricoprire con lo zucchero.

Ciambelle fritte 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Latte 1 cucchiaio
Zucchero 1 cucchiaio
Liquore bianco 1 cucchiaio
Uova 1
Lievito per dolci
Limone 1
Sale un pizzico

Ciambelle lete - Andina

Ingredienti:

Farina 1 kg
Zucchero 300 g
Olio 1 bicchiere
Anice
Sale un pizzico
Lievito
Note: il termine *lete* sta per lievitate.

Ciambellette 1 - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta
Latte 1 l
Olio 500 ml
Uova 6
Anici
Sale un pizzico
Bicarbonato un pizzico

Lavorazione: si sbollentano.

Note: il nome di ciambelletta o ciambelline in locale si chiama *ciam-millittu*.

Ciambellette 2 - Italia

Ingredienti:

Vino 500 ml
Olio 500 ml
Anice
Farina quanto basta
Sale un pizzico

Ciambellette 1 - Andina

Ingredienti:

Farina 700 g
Uova 3
Zucchero 600 g
Pane degli Angeli 1 bustina
Burro 50 g
Latte ½ bicchiere
Olio ½ bicchiere
Vermut 1 bicchierino
Limone 1 grattugiato

Ciambellette 2 - Andina

Ingredienti:

Uova 8
Zucchero 800 g
Lievito 7 bustine
Farina 1 kg
Limoni 2
Latte 500 ml
Olio 2 bicchieri
Vaniglia 2 bustine

Ciambellette dolci - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 1

Olio 1 cucchiaio

Zucchero 1 cucchiaio

Grani di arance 1 pizzico

Farina quanto basta

Anice un po'

Rhum un po'

Lavorazione: lessare ed infornare.

Ciambellette lete - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta

Olio 250 ml

Acqua 500 ml

Zucchero 250 g

Anice

Sale 1 pizzico

Ciambellette olio, zucchero e vino - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta

Olio 500 ml

Zucchero 700 g

Vino 500 ml

Sale un pizzico

Bertolini 2 bustine



Ciambelline fritte 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Burro 20 g

Zucchero 150 g

Uova 1

Latte 1 bicchiere

Farina 500 g

Bertolini 1 bustina

Lavorazione: stendere la pasta un po' sottile, poi tagliare le ciambelline.

Ciambelline fritte 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta

Uova 1

Zucchero 1 ½ cucchiaino

Olio 1 ½ cucchiaino

Latte 1 ½ cucchiaino

Limone 1 succo

Bicarbonato quanto basta

Sale un pizzico

Ciambelline fritte - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta

Uova 3

Latte 1 cucchiaino

Olio 1 cucchiaino e mezzo

Zucchero 1 cucchiaino e mezzo

Sale un pizzico

Bicarbonato un pizzico

Arancio 1

Limone 1

Ciambellone 1 - Andina

Ingredienti:

Uova 4
Farina 500 g
Zucchero 300 g
Latte 1 bicchiere
Olio ½ bicchiere
Sale un pizzico
Pane degli Angeli 1 bustina

Ciambellone 2 - Andina

Ingredienti:

Uova 4
Zucchero 300 g
Farina 300 g
Olio ½ bicchiere
Latte ½ bicchiere
Lievito 1 bustina
Limone grattugiato
Anice, o mistrà, un po'

Ciambellone - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4
Olio 5 cucchiari
Latte 8 cucchiari
Zucchero 300 g
Farina 300 g
Limone o arancia 1
Pane degli Angeli 1 bustina

Ciambellone 1 - Italia

Ingredienti:

Uova 2
Zucchero 280 g
Latte 250 ml
Farina 300 g
Arancio 1
Limone 1
Cremore 10 g
Bicarbonato 5 g
Sale 1 pizzico

Lavorazione: utilizzare il lievito Bertolini al posto del cremore e del bicarbonato.

Ciambellone 2 - Italia

Ingredienti:

Uova 6
Farina 400 g
Olio 1 bicchiere
Latte ½ bicchiere
Zucchero 15 cucchiari
Limone grattugiato 1
Lievito una bustina

Crema gialla o cioccolato - Italia

Ingredienti:

Uova 5 *rossi*
Latte 1 l
Zucchero 300 g
Farina 100 g
Vaniglia 1 bustina

Lavorazione: mettere insieme zucchero, farina e vaniglia e mischiare bene; versare il latte piano, piano; quando si è finito di versare il latte, si fa bollire tre o quattro minuti; questa è la crema gialla *poi se la vuoi fare al cioccolato, ci metti un cucchiaino di cacao.*

Crepes - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 5
Zucchero 10 cucchiari
Sambuca o anice
Nutella quanto basta
Farina quanto basta
Latte 1 l circa

Lavorazione: mescolare le uova con lo zucchero, la sambuca o anice; aggiungere la farina fino a ottenere un impasto tipo ciambellone; aggiungere poi il latte.

Note: la nutella è utilizzata come guarnizione.

Crostata - Andina

Ingredienti:

Farina 300 g
Zucchero 100 g
Uova 2 tuorli
Limone 1
Marsala 1 cucchiario
Margarina 150 g
Sale un pizzico
Pane degli Angeli un po'

Crostata - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 8
Pane degli Angeli 2 bustine
Marsala 5 cucchiari
Limone 1
Sale un pizzico
Zucchero 20 cucchiari
Margarina 250 g
Olio un po'



Crostata con nocciole - Andina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Nutella o Marmellata 2 cucchiari
Nocciole 250 g
Zucchero 250 g
Uova 2 *chiare*
Limone ½ spremuto

Crostata di Maria - Andina

Ingredienti:

Uova 2 *rossi* e 1 intero
Farina 400 g
Zucchero 160 g
Burro 180 g
Latte 1 cucchiaio
Limone 1 grattugiato
Lievito ½ bustina

Note: in alto alla ricetta è riportato il nome *Maria*.

Crostatine di Laura - Andina

Ingredienti:

Uova 3
Farina 300 g
Margarina 200 g
Zucchero 160 g
Pane degli Angeli 1/2 bustina
Limone 1 spremuto

Diplomatici - Andina

Ingredienti:

Uova 3

Farina 300 g

Zucchero 300 g

Ricotta 250 g

Pane degli Angeli 1 bustina.

Alchermes un po'

Gin un po'

Lavorazione: bagnare la parte sotto con l'alchermes, sopra con il gin, in mezzo mettere la crema.

Dolce - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 7 *rossi*

Marsala 2 cucchiari

Zucchero (non precisato)

Amaretti 2 pacchetti

Savoardi 2 pacchetti

Caffè liquido quanto basta

Caffè in polvere

Liquore quanto basta

Panna quanto basta

Lavorazione: montare a zabaglione, uova, zucchero e marsala; cuocere a bagnomaria per addensare; bagnare gli amaretti e i savoardi nel caffè e liquore; mettere uno strato di savoardi e zabaglione, uno strato di amaretti con metà della dose di panna disponibile, un po' di caffè in polvere; mettere gli amaretti e ricoprirli di panna.

Dolce ai savoiardi - Italia

Ingredienti:

Uova 6 *rossi*

Zucchero 12 cucchiari

Limone 1

Ricotta 500 g

Biscotti savoiardi 2 scatole

Lavorazione: mettere insieme *rossi* d'uovo, zucchero, limone grattugiato, mezzo chilo di ricotta; mischiare bene tutto; mettere in fila nello stampo, attorno e nel fondo, i biscotti savoiardi; versare tutto l'impasto prodotto bene mischiato; far riposare; il giorno dopo si serve a tavola.

Note: è un semifreddo da preparare il giorno prima della degustazione.

Dolce all'amaretto e ricotta - Giuseppina

Ingredienti per impasto:

Ricotta 300 g

Zucchero 100 g

Amaretti biscotti 100 g

Amaretto liquore ½ bicchiere

Ingredienti per pastafrolla:

Farina 300 g

Burro 100 g

Zucchero 100 g

Pane degli Angeli 1 bustina

Limone 1 buccia grattugiata

Lavorazione: mettere in un *testo* mezza pastafrolla sul fondo del *testo*; ricoprire con l'impasto di ricotta e amaretti sbriciolati; infine aggiungere il resto della pastafrolla a pizzichi sull'intero *testo*.

Dolce con la ricotta - Giuseppina

Ingredienti:

Ricotta 1 kg

Uova 8 *rossi*

Zucchero 16 cucchiari

Limone 1 buccia grattugiata

Savoiardini quanto basta

Lavorazione: mettere i savoiardi tutti intorno ad una casseruola, in mezzo la ricotta e si mette in frigorifero.

Dolce freddo a forma di salame - Giuseppina

Ingredienti:

Biscotti secchi 300 g

Burro 100 g

Zucchero 100 g

Marsala o Vermout 3 bicchierini

Limone 1 buccia grattugiata

Cacao 60 g

Uovo 1

Lavorazione: avvolgere l'impasto in una carta oleata e mettere dentro il frigorifero.

Ferratelle - Andina

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 12 cucchiari
Margarina 15 cucchiari
Sambuca 1 bicchierino
Limone 1 grattugiato
Vanillina 1 bustina
Farina quanto basta.



Note:²⁷ per realizzarle ci vuole un ferro adatto, detto il ferro da ferratelle che presenta in genere delle losanghe o rombi. In tempi antichi ogni famiglia aveva il suo e per paura che venisse rubato su una delle facce del ferro erano incise le iniziali della famiglia. Così quel ferro era univoco e difficilmente era rubato.

S'impasta il tutto, deve venire una pasta tipo quello dell'impasto delle fettuccine, ma più morbido. Qualcuno realizza dei piccoli salisciciotti da questo impasto, per realizzare dei piccoli pezzi. Poi si prende il pezzettino dell'impasto e lo si mette al centro del ferro da ferratelle preventivamente riscaldato dopo averlo oliato o imburato per non far attaccare l'impasto al ferro.

Lo si può riscaldare sopra la fiamma del camino o quella della cucina a gas, meglio questo metodo.

Come si cuociono e quanto tempo ci vuole? Il tempo di recitare l'Ave Maria, la preghiera della Madonna. Ecco come si procede.

Si posiziona il ferro da ferratelle, riempito di pasta e chiuso, sopra la fiamma. Si comincia recitare la preghiera con un tono normale (è riportato il testo della preghiera):

²⁷ Questa ricetta è tipica delle donne di Pereto. Ringrazio Eboli Annarita per la descrizione dettagliata della lavorazione.

*Ave, o Maria, piena di grazia,
il Signore è con te.
Tu sei benedetta fra le donne
e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.*

a questo punto si gira il ferro

*Santa Maria, Madre di Dio,
prega per noi peccatori,
adesso e nell'ora della nostra morte.
Amen.*

Finita la preghiera, di toglie il ferro dalla fiamma, si apre il ferro e si toglie la ferratella. Si rimette un cucchiaino dell'impasto nel ferro e si continua a sfornare altre ferratelle seguendo i passi precedenti. Ogni tanto si deve imburrare o oliare il ferro per non fa attaccare l'impasto.

Note: le ferratelle sono un dolce tipico, buone da mangiare e da farcire, con cioccolata, marmellata e tante altre salse dolci. Sono conosciute con il nome di *Zimmelle* (a Carsoli), di *Neole*, *Pizzelle* o *Cancelle*, dipende in quale paese sono preparate.

Ferratelle - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 6

Zucchero 12 cucchiaini

Burro o margarina 14 cucchiaini

Limone 1

Farina quanto basta

Pane degli Angeli

Lavorazione: si impastano in *uno scudellino* e si prende col *cucchiaino*. L'impasto deve essere un po' più duro delle pizzette.

Ferratelle (dose semplice) - Giuseppina

Ingredienti:

Uovo 1

Olio 1 cucchiaio

Zucchero 1 cucchiaio

Limone 1 buccia grattugiata

Farina quanto basta

Lavorazione: l'impasto deve essere leggerissimo, ovvero liquido.

Frappe - Andina

Ingredienti:

Farina 250 g

Uova 2

Zucchero 2 cucchiari

Burro 15 g

Liquore 2 cucchiari

Sale un pizzico

Zucchero a velo

Frappe 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 500 g

Uovo 1 (intero)

Uovo 1 *rosso*

Burro 50 g

Limone 1 buccia grattugiata

Vino bianco un po'

Zucchero 50 g

Lavorazione: il burro deve essere sciolto nello zucchero.

Frappe 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4
Zucchero un po'
Pane degli Angeli 1 bustina
Liquore di arancio
Limone 1 buccia grattugiata
Sale un pizzico
Vino bianco

Lavorazione: impastare un po' leggera e stendere; realizzare i pezzi e friggere.

Frappe 3 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 3
Vanillina 1 bustina
Zucchero 4 cucchiari
Mistrà 1 bicchierino
Limone 1 buccia grattugiata
Pane degli Angeli ½ bustina
Margarina 100 g
Vino bianco 1 bicchiere
Farina quanto basta
Sale un pizzico

Frappe 4 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 2
Margarina 50 g
Zucchero 2 cucchiari
Vino bianco ½ bicchiere
Latte ½ bicchiere
Sale un pizzico
Limone 1
Pane degli Angeli un po'

Frappe 5 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 100 g

Strutto 100 g

Latte 2 bicchieri

Uova 5

Lievito per dolci 1 bustina

Fregnacce - Andina

Ingredienti:

Uova 2

Latte 250 ml

Lievito di birra 30 g

Margarina 150 g

Limone grattugiato

Zucchero 250 g

Fregnacce - Andina

Ingredienti:

Uova 2

Latte 250 ml

Lievito di birra 2 g

Margarina 150 g

Limoni grattugiati 2

Zucchero quanto basta

Lavorazione: impastare uova, latte, lievito di birra, margarina; quando l'impasto è steso mettere 2 limoni grattugiati e zucchero quanto basta.

Frutta secca - Andina

Ingredienti:

Frutta secca mista 2 kg

Fichi secchi 200 g

Uvetta 200 g

Uova 4

Zucchero 200 g

Farina 200 g

Cioccolato a pezzi 200 g

Lavorazione: forno a bassa temperatura.

Note: Questa ricetta sembra quella del *Pampepato*, senza il pepe.

Girasole al cioccolato - Giuseppina

Ingredienti:

Pavesini 3 pacchetti

Caffè 3 cucchiaini.

Cioccolata quanto basta

Uova 3

Cacao 3 cucchiaini

Latte 3 cucchiaini

Farina 3 cucchiaini

Lavorazione: bagnare i Pavesini nel caffè; fare la cioccolata nel seguente modo: unire uova, farina, cacao, latte e caffè. Disporre la cioccolata preparata sui Pavesini; mettere il cioccolato sbriciolato.

Girasole alla crema - Giuseppina

Ingredienti:

Pavesini quanto basta

Latte quanto basta

Uova 8 *rossi*

Zucchero 8 cucchiaini

Marsala 16 cucchiaini

Panna quanto basta

Lavorazione: bagnare i Pavesini con il latte; fare uno zabaglione con *rossi* dell'uovo, zucchero e marsala; cuocere a bagnomaria; montare la panna. Nella preparazione, intervallare un po' di panna con un po' di zabaglione.

Lingue di gatto - Andina

Ingredienti:

Zucchero 100 g

Burro 100 g

Farina 100 g

Uova 1 *chiara*

Mandorle alla neve - Giuseppina

Ingredienti:

Mandorle 600 g

Zucchero a velo 500 g

Uova 1 e $\frac{1}{2}$ *chiara*

Lavorazione: unire allo zucchero, la *chiara* montata a neve e le mandorle abbrustolite bene, girate sempre con la forchetta.

Note: Sono mandorle dolci zuccherate, cotte al forno. Il risultato è una specie di torroncino.

Mantovana - Andina

Ingredienti:

Uova 4 *rossi* e 1 intero

Zucchero 175 g

Burro 175 g

Farina 175 g

Pinoli 50 g

Lavorazione: 20 minuti di cottura, infine cospargere di zucchero a velo.

Mantovana dolce - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4 *rossi* ed 1 intero

Zucchero 175 g

Burro 175 g

Farina 175 g

Pinoli 50 g

Zucchero a velo per guarnire quanto basta

Lavorazione: unire gli ingredienti, mettere sopra i pinoli; 20 minuti di cottura; dopo che il dolce si è raffreddato, metterci sopra lo zucchero a velo come guarnizione.

Micerelle - Andina

Ingredienti:

Mandorle dolci 1 kg

Zucchero 1 kg

Mandorle amare 20 g

Uova ½ bicchiere di *chiare*

Lavorazione: montare le *chiare* dell'uovo. Con gli ingredienti fare un rotolo; far riposare per circa un'ora; tagliare il rotolo in tondi; spolverizzarli con zucchero e metterli in forno per 15 minuti.

Moretti - Andina

Ingredienti:

Burro 100 g

Zucchero 100 g

Cacao 100 g

Uova 2

Liquore 1 bicchierino

Caffè 1 bicchierino

Biscotti 250 g

Nocciole a piacere

Pan di Spagna - Andina

Ingredienti:

Farina 90 g

Fecola di patate 80 g

Zucchero a velo 190 g

Uova 6

Vaniglia 1 stecca o ½ bustina

Lavorazione: montare a neve le *chiare*. Imburrare la tortiera con burro e farina.

Pan di Spagna - Italia

Ingredienti:

Uova 15

Zucchero 450 g

Limone

Farina 230 g

Note: In questa ricetta le dosi dello zucchero e della farina sono espressi rispettivamente in una libra e in mezza libra. 1 libbra equivale a 453,59 g, ovvero circa 500 g. Questa è una delle ricette antiche, viste le misure utilizzate per gli ingredienti.

Panettone - Italia

Ingredienti:

Zucchero 300 g

Farina 1 kg

Uova 3

Limone 1

Lievito di birra 25 g

Burro 100 g

Latte 500 ml

Zibibbo o uva passerina

Sale un pizzico

Lavorazione: mettere insieme farina, zucchero, latte e lievito; impastare e farlo riposare per due o tre ore; poi unire altri ingredienti e far lievitare.

Pasta frolla per crostata - Giuseppina

Ingredienti:

Farina 300 g
Burro 125 g
Zucchero 150 g
Uovo 1 (intero)
Uovo 1 *rosso*
Limone 1 buccia grattugiata

Pesche - Andina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 4
Zucchero 200 g
Latte 1 bicchiere
Olio 1 bicchiere
Burro 100 g
Limone 1 grattugiato
Lievito 1 bustina

Lavorazione: bagnare le pesche realizzate con il Rum o il Cognac, poi passarle nello zucchero.

Note: vanno prima realizzate dei dolci semisferici (*pesche*) e poi guarnite.

Pizza 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 2
Farina 19 cucchiai
Zucchero 19 cucchiai
Latte ½ bicchiere
Olio 13 cucchiai
Limone
Lievito 1 bustina
Sale un pizzico

Pizza 1 - Italia

Ingredienti:

Uova 12
Zucchero 400 g
Farina 450 g
Cremore 36 g
Bicarbonato 18 g
Limone 1
Sale 1 pizzico

Pizza 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4
Olio 5 cucchiari
Latte 8 cucchiari
Zucchero 300 g
Farina 300 g
Limone 1 buccia grattugiata
Arancio 1 buccia grattugiata
Pane degli Angeli 1 bustina

Pizza 2 - Italia

Ingredienti:

Uova 2
Patate 3
Zucchero 6 cucchiari
Olio ½ bicchiere
Uva passerina 100 g
Liquore misto a piacere ½ bicchiere
Limone 1
Arancio 1
Lievito di birra 50 g
Sale un pizzico

Lavorazione: ammassare come per il pane.

Pizza 3 - Giuseppina

Ingredienti:

Burro 250 g
Zucchero 500 g
Farina 600 g
Uova 6
Cacao in polvere 2 cucchiari
Lievito per dolci 1 bustina
Limone 1
Latte 250 ml
Sale



Note: Giuseppina la chiama la *Pizza di Cesarina*.

Pizza 3 - Italia

Ingredienti:

Uova 6 cucchiari
Farina 6 cucchiari
Cremore 10 g
Bicarbonato 5 g
Limone 1
Sale un pizzico

Note: interessante sono i 6 cucchiari di uovo.

Pizza 4 - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 6
Cremore 10 g
Bicarbonato 5 g
Farina 300 g
Zucchero 300 g
Limone 1

Pizza 5 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 500 g
Farina 500 g
Burro 250 g
Pane degli Angeli 2 bustine
Limone 1 buccia grattugiata
Cacao quanto basta

Lavorazione: montare a neve le uova.

Pizza alle nocciole - Andina

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 450 g
Farina 450 g
Nocciole 450 g
Vaniglia 2 [stecche]

Pizza bianca e nera - Andina

Ingredienti:

Margarina 200 g
Uova 4 *rossi*
Zucchero 250 g
Ricotta 250 g
Farina 350 g
Pane degli Angeli 1 bustina

Lavorazione: montare le *chiare*; versare nell'impasto; dividere l'impasto, metà impasto 50 g di cacao e 50 g di zucchero; 55 minuti di cottura a 180°.

Pizza col lievito Bertolini - Italia

Ingredienti:

Zucchero 200 g
Uova 2
Olio 1 tazzina
Latte tazzine [numero illeggibile]
Mandorle amare un po'
Farina 300 g
Sale un pizzico
Limone 1
Bertolini 1 bustina



Note: Il lievito Bertolini non è stato scritto negli ingredienti, ma è citato nel titolo.

Pizza con chiare dell'uovo - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 6 *chiare*
Zucchero 300 g
Limone 1 succo e buccia grattugiata
Margarina 200 g
Farina 400 g
Pane degli Angeli 1 bustina
Latte 1 bicchiere

Pizza cresciuta 1 - Andina

Ingredienti:

Uova 15
Uva passerina 500 grammi
Limoni 3
Arance 3
Margarina 200 g
Patate 4
Ricotta 300 g
[ingredienti illeggibile] 250 g
Liquore misto 1 bicchiere
Latte 1 bicchiere
Farina quanto basta

Pizza cresciuta 2 - Andina

Ingredienti:

Farina 1,2 kg
Lievito di birra 3 cubetti
Bertolini 1 bustina
Latte 500 ml
Zucchero 700 g
Uova 4
Vermut 1 bicchierino
Anice 1 bicchierino
Rum 1 bicchierino
Alchermes rosso 1 bicchierino
Olio 1 bicchierino
Burro 100 g
Limone 1 grattugiato
Arancio 1 grattugiato
Marsala 1 bicchiere

Pizza di noci - Giuseppina

Ingredienti:

Noci con il guscio 700 g
Farina 350 g
Zucchero 350 g
Uova 6
Cioccolato 150 g
Vaniglia 1 bustina
Pane degli Angeli 1 bustina
Limone 1 grattugiato

Pizza di Pasqua - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta

Uova 12

Olio 250 ml

Burro un po'

Lievito di birra 4 cubetti

Limone

Arancio

Liquore 250 ml: Sambuca, o Mistrà, o Limoncello, o Alchermes

Uvetta 250 g

Patate 2

Sale un pizzico

Latte 500 ml

Zucchero 1,5 kg

Pizza Margherita di Pierina - Andina

Ingredienti:

Uova 4

Lievito 2 bustine

Zucchero 400 g

Farina 500 g

Limone 1

Latte 250 ml

Olio 1 bicchiere

Vaniglia 1 bustina

Pizza schiacciata - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 2

Zucchero 12 cucchiari

Olio 13 cucchiari

Limone 1

Latte ½ bicchiere

Farina 18 cucchiari

Pane degli Angeli 1 bustina

Pizze cresciute - Andina

Ingredienti:

Zucchero 1 kg
Farina 1 kg
Olio 500 ml
Rum e alchermes 100 ml
Vino 1 bicchierino
Anice
Uova 6
Lievito di birra 3 cubetti
Latte 500 ml
Bertolini 2 bustine

Lavorazione: forno a 180°, 1 ora e 15 minuti. Vengono 4 pizze piccole, se messe in 4 recipienti a cuocere.

Pizzelle - Andina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 6
Zucchero 500 g
Latte 500 ml
Ammoniaca 30 grammi
Limone grattugiato
Sale un pizzico

Pizzelle (mezza dose) 1 - Andina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 3
Zucchero 250 g
Latte 250 ml
Burro 100 g
Ammoniaca 1 bustina

Pizzelle (mezza dose) 2 - Andina

Ingredienti:

Farina quanto basta
Uova 3
Zucchero 250 g
Latte 250 ml
Limone grattugiato 1
Olio ½ bicchiere

Pizzelle con cucchiaio - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 500 g
Latte 500 ml
Farina 1 kg
Olio 1 bicchiere
Cremor tartaro una dose
Sale un pizzico



Pizzelle con cucchiaio al forno - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 3
Latte 250 ml
Ammoniaca 15 g
Olio ½ bicchiere
Zucchero 250 g
Farina 500 g
Limone 1
Lievito per dolci ½ bustina

Pizzette - Italia

Ingredienti:

Uova 6
Zucchero 500g
Latte 500 ml
Burro 100 g
Limone 1
Farina 1 kg
Sale un pizzico



Plum cake - Andina

Ingredienti:

Uova 4
Burro 170 g
Farina 250 g
Zucchero 250 g
Lievito 1 bustina
Limone o arancio 1 intero e la buccia grattugiata

Ricciarelli - Italia

Ingredienti:

Mandorle dolci (incluse alcune mandorle amare) 600 g
Zucchero 600 g
Uova 6 *chiare*
Vaniglia 1 bustina

Rustici - Andina

Ingredienti:

Uova 4
Farina 1 kg
Nocciole 1 tazza
Zucchero 1 tazza
Olio 1 tazza
Uva passerina 200 g
Cannella
Cioccolato 3 cubetti
Limone grattugiato 1
Pane degli Angeli 1 bustina
Rum 1 tazzina

Salame del Papa - Giuseppina

Ingredienti:

Burro quanto basta
Uova 2 *rossi*
Zucchero 2 cucchiari
Biscotti Oro Saiwa quanto basta
Cacao
Caffè 1 tazzina
Liquore dolce
Carta stagnola 1 foglio

Lavorazione: prendere il burro e farlo sciogliere; unire i *rossi*, lo zucchero e girare; unire i biscotti sbriciolati il cacao, il caffè, il liquore dolce; dare la forma del polpettone; arrotolare nella carta stagnola; mettere in frigo.

Note: è un dolce freddo.

Salame dolce - Andina

Ingredienti:

Biscotti Oro Saiwa 1 pacchetto
Cacao amaro 60 g
Marsala 2 bicchierini
Uova 1
Zucchero 100 g
Limone 1 grattugiato

Schiacciata - Andina

Ingredienti:

Uova 2
Zucchero 12 cucchiari
Olio 13 cucchiari
Latte ½ bicchiere
Limone 1
Sale un pizzico
Lievito 1 bustina
Farina 18 cucchiari

Schiacciata - Italia

Ingredienti:

Farina 18 cucchiari
Zucchero 12 cucchiari
Uova 2
Sale un pizzico
Olio 13 cucchiari
Limone grattugiato 1
Latte 1 e ½ bicchiere
Lievito per dolci

Semifreddo-cotto al cioccolato - Andina

Ingredienti:

Noci 500 g
Nocciole 500 g
Zucchero 600 g
Uova 3 intere e 3 *chiare*
Cioccolato fondente 2 tocchi

Lavorazione: impastare il tutto e mettere in frigo 7/8 ore, poi in forno a 180° per 15 o 20 minuti.

Note: questa ricetta è senza titolo.

Semifreddo all'amaretto - Andina

Ingredienti:

Panna 500 g
Zucchero 200 g
Amaretti 100 g
Cioccolato 2 scaglette
Uova 2

Lavorazione: montare la panna, uova e lo zucchero; mescolare delicatamente gli ingredienti, poi unire gli amaretti sbriciolati e un po' di scaglie di cioccolato. Versare il tutto nello stampo e mettere in freezer.

Stampini - Andina

Ingredienti:

Olio 1 l
Zucchero 1 kg
Uova 1 kg
Farina 1 kg
Limone 1
Sale un pizzico
Pane degli Angeli 1 bustina

Struffoli 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 5

Farina quanto basta

Sale un pizzico

Miele quanto basta

Lavorazione: realizzare come i *ceca mariti* [tipica pasta realizzata con acqua, uova e farina]; tagliarli come ceci, friggerli, metterli in padella passati nel miele.

Struffoli 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4

Sugna (grasso) 2 cucchiari

Zucchero 1 cucchiario

Spirito per dolci 1 cucchiario

Bicarbonato ½ cucchiaino

Lavorazione: mettere la farina sul tavolo; rompere le uova nella farina; aggiungere sugna, zucchero, spirito per dolci, bicarbonato. Lavorare la pasta che deve essere morbida. Friggere gli struffoli nell'olio, togliendo ogni volta la padella, si girano e si mettono in un piatto. Una volta raffreddati guarnire a piacere.

Tartufi - Giuseppina

Ingredienti:

Biscotti Oro Saiwa 1 pacchetto

Burro 100 g

Cacao in polvere 50 g

Caffè 1 macchinetta

Zucchero 4 cucchiari

Liquore forte a piacere 1 bicchierino

Lavorazione: unire tutti gli ingredienti con i biscotti e farli fini come una farina; mettere in un recipiente e formare delle palline.

Tiramisù - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 5

Zucchero 6 cucchiari

Rum 5 cucchiari

Savoardi 1 pacco grande

Mascarpone ½ kg

Caffè per inzuppare i biscotti quanto basta

Lavorazione: montare i *rossi* d'uovo con lo zucchero; aggiungere Rum, mascarpone e le *chiare* montate a neve ben ferme. Inzuppare i biscotti nel caffè (appena zuccherato) e disporli in una teglia; versare sopra uno strato della crema di mascarpone; realizzare un altro strato di biscotti, poi un altro strato di crema e finire con uno strato di biscotti. Mettere in frigorifero per qualche ora, poi rigirare il dolce su un piatto e spolverare con lo zucchero a velo.

Tisichelle - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta

Uova 8

Latte 500 ml

Olio 500 ml

Bicarbonato un pizzico

Sale un pizzico

Anice un po'

Lavorazione: mescolare uova, latte, olio, un pizzico di bicarbonato, sale e anice; impastare *leggere*; il forno un po' più leggero di quelle *tuttova*.

Tisichelle 1 - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta

Olio 500 g

Zucchero 500 g

Vino 750 ml

Bertolini 1 bustina

Uova 3

Anice

Sale un pizzico

Tisichelle 2 - Italia

Ingredienti:

Farina quanto basta

Olio 1 bicchiere

Latte 2 bicchieri

Anice, un po'

Uovo 1

Sale un pizzico

Bicarbonato, un po'

Note: Nella ricetta si trova scritto: *si aoffiano*, ovvero si gonfiano, ma non si comprende a cosa si riferisce

Tisichelle con il vino - Giuseppina

Ingredienti:

Farina quanto basta

Vino 750 ml

Olio 1 bicchiere

Bicarbonato un po'

Uova 2

Sale un pizzico

Lavorazione: impastare vino, olio, bicarbonato, uova e sale; impastare un po' dure; lessare; cuocere al forno.

Torroncini - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 2

Nocciole 200 g

Cioccolato grattugiato 100 g

Limone 1 buccia grattugiata

Zucchero 250 g

Olio di semi ½ bicchiere

Latte ½ bicchiere

Pane degli Angeli 1 bustina

Farina quanto basta

Lavorazione: fare l'impasto lungo e tagliare i torroncini per infornarli.

Torta al limone - Andina

Ingredienti:

Limoni 2

Zucchero 350 g

Burro 200 g

Latte 1 bicchiere

Farina 400 g

Lievito 1 bustina

Uova 6 *chiare*

Lavorazione: mettere i 2 limoni grattugiati e spremuti e sbattere con lo zucchero; aggiungere il burro fuso a bagnomaria, latte, farina, lievito ed infine aggiungere le *chiare* montate a neve. Cuocere in forno a 180° per 30 minuti.

Torta alle mandorle - Andina

Ingredienti:

Mandorle dolci a piacere
Olio 250 g
Vermut 250 ml
Farina 500 g
Zucchero 400 g
Uova 5
Limone 1
Sale un pizzico
Pane degli Angeli 1 bustina

Torta allo yogurt - Andina

Ingredienti:

Uova 3
Yogurt 1 vasetto
Zucchero 2 vasetti
Olio 1 vasetto
Farina 3 vasetti
Lievito 1 bustina
Sale un pizzico

Lavorazione: mettere in forno a 170° per 30 minuti.

Note: L'unità di misura è il vasetto di yogurt vuoto, pari a 125 ml.

Torta di mandorle - Giuseppina

Ingredienti:

Burro 300 g
Zucchero 300 g
Mandorle pestate 300 g
Farina 300 g

Lavorazione: sciogliere a bagnomaria il burro; unire zucchero e mandorle pestate; impastare con la farina; spianare fino a fare una torta alta 1 cm. Mettere in teglia imburrata e cuocere finché diventa di colore nocciola.

Torta di mele 1 - Andina

Ingredienti:

Farina 300 g
Zucchero 300 g
Uova 4
Sale un pizzico
Margarina 100 g
Limone 1
Mele a fette
Lievito 1 bustina

Torta di mele 1 - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 2
Zucchero 3 cucchiaini; altri 4 da spolverizzare sul dolce
Limone 1 buccia grattugiata
Lievito per dolci 1 bustina
Latte 1 bicchiere scarso
Farina 6 cucchiaini
Mele 5
Burro 100 g

Lavorazione: mescolare tutti gli ingredienti con una bustina di lievito sciolta in un bicchiere di latte. Mettere in uno stampo ben unto e spolverato di pangrattato o farina. Sopra adagiare 5 mele sbucciate e tagliate a fettine. Colarci sopra il burro fuso e spolverizzare con lo zucchero. Cottura 30 minuti.

Torta di mele 2 - Andina

Ingredienti:

Mele 1 kg a tocchetti
Farina 200 g
Zucchero 200 g
Uova 2
Burro 150 g
Limone 1 buccia grattugiata
Latte 1 bicchierino
Pane degli Angeli 1 bustina

Torta di mele 2 - Giuseppina

Ingredienti:

Margarina 100 g

Uova 4

Zucchero 300 g

Farina 300 g

Mele 5

Pane degli Angeli 1 bustina

Lavorazione: Le mele vanno messe a fette.

Torta di noci - Giuseppina

Ingredienti:

Uova 4

Farina 200 g

Zucchero 100 g

Burro 100 g

Noci 25-30

Torta di noci teramana - Giuseppina

Ingredienti:

Noci pestate 150 g

Cioccolato pestato 150 g

Zucchero 150 g

Uova 5

Rhum 1 bicchierino

Limone o cannella essenza

Lavorazione: montare a parte le uova.

Nota: questa era una ricetta segnalata da una certa Giuditta di Teramo, che per un periodo svolse il lavoro di postina in Pereto.

Tozzetti 1 - Andina

Ingredienti:

Uova 10

Farina 1 kg

Mandorle sbucciate 500 g

Zucchero 500 g

Lievito 2 bustine

Tozzetti 2 - Andina

Ingredienti:

Uova 4
Zucchero 300 g
Farina 300 g
Nocciole 300 g
Vaniglia 1 bustina
Ammoniaca 5 g
Olio 1 bicchiere
Limone 1grattugiato

Tozzetti - Italia

Ingredienti:

Zucchero 300 g
Farina 300g
Nocciole 300 g
Uova 4
Ammoniaca 5 g
Vaniglia 1 bustina
Sale 1 pizzico

Lavorazione impastare (*ammassare*) poi tagliare come i muzzitti.

Tozzetti amaretti - Andina

Ingredienti:

Uova 3
Farina 300 g
Zucchero 300 g
Burro 100 g
Lievito ½ bustina

Note: Sono una specie di amaretti.

Dolci per ricorrenze

Ci sono dei dolci particolari che vengono preparati in speciali ricorrenze: per le feste paesane, per i compleanni, per i rinfreschi o da regalare a qualche parente arrivato in paese.

Natale

Muzzitti
Tisichelle

Pasqua

Pizza e Pasqua
Pizza cresciuta

Occasioni particolari (Matrimoni)

Ovo alla neve [di cui si parlerà]

Altre feste (feste patronali, Santa Lucia e Santa Teresa, San Giovanni Battista, Madonna del Rosario)

Ciambellette
Pizzelle

La ricchezza di questi ricettari

Se si prendono delle donne che preparano lo stesso dolce, ognuna realizza il dolce più buono, questo per indicare che c'era e c'è una rivalità nello sfornare dolci migliori degli altri. C'è sempre stata una continua ricerca di un dolce migliore per sbalordire la gente del paese.

Nelle ricette moderne si parla spesso di grado di difficoltà nel realizzare una portata o un dolce, ovvero quanto tempo e che tipo di lavorazione serve per realizzarlo. A Pereto, nella preparazione dei dolci non c'era una difficoltà, bensì la disponibilità degli ingredienti e la volontà, in certi casi la necessità, di realizzare qualcosa di inusuale per la famiglia. Non c'era tanto tempo disponibile per realizzare dolci, c'erano altri lavori da svolgere in casa, in famiglia o nei campi; quindi, se si faceva un dolce, questo doveva essere realizzato in tempi brevi.

In tempi in cui l'analfabetismo a Pereto era alto, queste tre donne hanno codificato almeno gli ingredienti per preparare i dolci tramandati dalle mamme, nonne, zie o sorelle. Alcune ricette rintracciate sono state preparate nei primi anni del Novecento. In alcune ricette, infatti, il peso di alcuni ingredienti è espresso in libbre, unità di misura utilizzata in passato, prima dell'avvento del chilogrammo o dell'etto.

Alcune ricette riportano il nome di un'altra donna, che avrebbe provato il dolce, consigliandolo alle altre e fornendo loro la ricetta.

Le ricette rintracciate sono state scritte in tempi diversi e con penne diverse. Sono state scritte al volo, anche con qualche errore ortografico, come ad esempio: *gratato/cratato*, *ova/ovo*, *marcherina*, *nocchie/noccioli*, *vermutte*, *passerina*, *archemuse*, *anisi*. L'importante non era la scrittura corretta, ma avere una traccia degli ingredienti e delle quantità di base per realizzare il dolce.

Dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale molti ingredienti furono resi disponibili dai botteganti del luogo e così molte ricette si sono modificate in base all'evoluzione dei tempi. Alcune ricette

sono di origine recente. Lo si comprende quando come ingrediente cominciò ad utilizzarsi il lievito Bertolini (la cui azienda produttrice è stata fondata nel 1911) o il lievito Pane degli Angeli (la cui azienda è stata fondata nel 1907), al posto del cremor tartaro o dell'ammoniaca. L'utilizzo prima dell'olio e poi della margarina vegetale e del burro testimoniano l'evoluzione delle ricette; il passaggio dal forno a legna a quello a gas; l'uso dello zucchero sfuso e della cioccolata a quadretti o barrette, o dei liquori per rendere i dolci più gradevoli al palato. Successivamente, tra gli ingredienti faranno la comparsa i biscotti Oro Saiwa ed i Pavesini, biscotti venduti al negozio, utilizzati in alcune ricette.

La cosa interessante in queste ricette è la presenza dei pesi degli ingredienti. In tempi passati le dosi erano calcolate a bicchieri, tazze, o cucchiaini in quanto non esisteva in casa una bilancia, strumento che farà la comparsa in paese negli anni Sessanta.

L'uso che ne è stato fatto di questi "ricettari" è mostrato dalle macchie di olio o dell'impasto (*patacche*) presenti in alcuni fogli. Da segnalare che la ricetta che riusciva bene non era cambiata con un'altra, per questo veniva riproposta e la ricetta diventava un testo ricordato a memoria, come una poesia. Messa in bella vista durante la preparazione, questi fogli servivano a controllare che tutti gli ingredienti, o almeno la maggior parte, fossero disponibili. Mancando qualcuno di questi, si facevano delle varianti, veri e propri esperimenti di cucina, tutto poi era *bonu*.

Le ricette rintracciate sono state trascritte affinché possano essere tramandate, provate e verificarne la bontà. Sono ricette, con ingredienti naturali, facili da realizzare.

Appendice

Per non perdere traccia, sono proposte ricette conosciute in paese, ma non rinvenute nei tre “ricettari”.

Uovo alla neve

Ingredienti:

Liquore di vario tipo
Biscotti savoiardi quanto
bastano
Uova 3
Zucchero quanto basta
Latte quanto basta



Preparazione: In un piatto fondo mettere una base liquida, formata da liquore a piacimento. Inzuppare nel liquido i savoiardi e poi metterli in un piatto basso, utilizzato come base. Separare i *rossi* delle tre uova dalle *chiare*, mettendoli in due ciotole diverse. Montare le *chiare*, poi aggiungere lo zucchero e continuare a montare le *chiare* fino a produrre una massa soffice. Mettere un pentolino sul fuoco per scaldare il latte. Prendere un cucchiaino di *chiara* montata e con un cucchiaino farla cadere nel latte caldo. Con un mestolo o con un cucchiaio girare la *chiara* che sta cuocendo. Dopo qualche minuto, togliere la *chiara* cotta e metterla sui savoiardi. Cuocere altra *chiara* e metterla sopra i savoiardi, ma lasciare un po' di *chiara* per la guarnizione. In questo modo si crea una specie di panna.

Spalmare la *chiara* cotta sui savoiardi. Mettere tre cucchiaini di zucchero nei tre *rossi* e montarli. Mettere la farina e mescolare. Mettere un po' del latte avanzato con la cottura della *chiara* nella ciotola con i *rossi*. Dopo aver mescolato, versare nel pentolino l'impasto. Mettere sul fuoco il pentolino e mescolare ripetutamente. In questo modo si realizza della crema. Stendere la crema ottenuta sopra la *chiara* presente nel piatto con i savoiardi, fino a ricoprirla. Coprire tutta la torta con la crema e guarnirla con la *chiara* rimasta.

Note: Conosciuto con il nome paesano di *iou alla nee*, era il dolce tipico dei matrimoni, ovvero la torta nuziale per i pochi parenti presenti. Poi verrà la torta alla panna e *Pan di Spagna*, realizzata anche su più piani, ma preparata dalle pasticcerie della zona. Questo dolce era preparato anche in occasioni particolari. Con il tempo fu sostituito dalla *Zuppa inglese*, della quale un'abile pasticceria era Maccafani Angela *La professoressa*.

La preparazione del dolce “uovo alla neve” è stata illustrata, anche mediante immagini, in una pubblicazione ed in un video registrato da Iannola Sonia che ha ripreso la realizzazione di questo dolce, preparazione eseguita da Bove Valentina *Valentina 'e Giacuminu*. La pubblicazione ed il video sono entrambi disponibili su internet.

Muzzitti

Ingredienti per sfoglia:

Farina
Uova
Olio
Zucchero

Ingredienti per ripieno:

Noci
Nocciole
Mandorle
Uva passerina
Cioccolato
Miele



Lavorazione: si realizza una sfoglia sottile ed al suo interno si mette l'impasto, con tutti gli ingredienti tritati. Si arrola la sfoglia e la si mette a cuocere al forno. Dopo un po' che la sfoglia si è indurita con la cottura, questa è estratta dal forno e tagliata in pezzi di 2 cm circa poi si rimettono a cuocere fino a diventare croccanti. La cottura avviene in forno a legna oppure nel forno a gas per 20 minuti. Al termine si cosparge il sopra con del rosso d'uovo o del latte per farli colorire.

Note: Per la realizzazione della sfoglia non è stata rinvenuta una ricetta completa: chi la prepara ha una sua dose particolare. Questo è

un dolce tipico da riciclo; al suo interno era messa frutta secca ed altri ingredienti in proporzioni variabili, cioè in base alla disponibilità. Sono biscotti dalla forma romboidale, colore dorato scuro.

Fagottini

Ingredienti per sfoglia:

Farina 1,6 kg

Vino bianco 650 g

Olio evo 350 g

Zucchero 5 cucchiari

Ingredienti per ripieno:

Nocciole tostate 400 g

Mandorle 400 g

Noci 400 g

Cioccolata fondente 200 g

Mandarini 3 buccia

Pane mollica circa ½ pagnotta

Mosto cotto un pò

Miele 1 kg

Note: Camposecco Chiara *Chiarina* aveva avuto la ricetta da Camerlengo Anna *Anna la postina*, la moglie di Ippoliti Evangelista *Il cavaliere*. Poi la ricetta divenne il pezzo forte di Palombo Tecla *Tecla 'egliu Scirrittu* e della sorella di Tecla, Palombo Vincenza *Vincenza 'egliu Scirrittu*, figlie di Chiara, fino ad arrivare alla nipote, Palombo Antonella.

