



CONFERENZA

La Via Italiana dello *Stoccafisso*

RELAZIONE

dott. prof. **Saverio Montebianco Abenavoli**

L'affascinante epopea dei Normanni, i barbari geniali, popolo d'Europa.

*Le abitudini alimentari dei Vichinghi e dei loro diretti discendenti
i Normanni (VIII - XIII secolo)*



Conferenza 16 giugno 2019

Le abitudini alimentari dei Vichinghi (VIII-X secolo) e dei loro diretti discendenti i Normanni (X-XIII secolo)

dott. prof. Saverio Montebianco Abenavoli

Gli antichi Poemi Vichinghi, le numerose e autorevoli Saghe Nordiche, le iscrizioni runiche diffuse in tutti i paesi della Scandinavia e dell'Europa centro-settentrionale, gli innumerevoli studi storici e letterari del mondo europeo e musulmano, gli scavi archeologici documentati alcuni dei quali completati con approfondite ricerche di laboratorio C-14 (radioisotopo), ci hanno tramandato con abbastanza precisione quasi tutti gli aspetti delle comunità scandinave compresi quelli riguardanti le abitudini alimentari dei Vichinghi e dei loro diretti discendenti, i Normanni.

In conformità ai modelli indoeuropei dell'epoca, la società vichinga, era una società minuziosamente organizzata in tre classi: liberi, i non liberi ed i loro dominatori.

Il libero, il "bondi" rappresentava la spina dorsale della società scandinava che come il resto dell'Europa era prevalentemente dedita alla pastorizia, all'agricoltura, e alla pesca.

I coloni delle isole atlantiche erano definiti agricoltori con le barche da pesca o pescatori con fattoria, ed entrambi i gruppi erano aratori del mare della terra; ed in virtù del possesso della terra, il "Bondi" era la figura chiave a tutti i livelli: fattoria, terra, mare, barca, commercio, chiesa, provincia, regno.

I campi di messi erano campi d'orzo che producevano farina e malto che erano di necessaria importanza per la produzione di alimenti e bevande. L'orzo era il tipico grano scandinavo, ma si coltivava anche l'avena e la segale ed anche un po' di grano nelle regioni meridionali. Altri alimenti coltivati nelle terre scandinave, comprese le colonie atlantiche, erano fagioli, piselli, rape, cavoli, ed anche aglio e angelica. Dove crescevano le noci si piantavano noci; dove crescevano mele si piantavano mele; dove crescevano bacche queste venivano colte e mangiate fresche o venivano usate per la preparazione di squisite bevande. L'uso di alghe commestibili era moderatamente diffuso, specie nei periodi di carestia. La carne ed il pesce, questo in gran parte essiccato, rappresentavano la parte preponderante ed essenziale della dieta nordica; il latte con i suoi derivati: formaggio, burro, skyr simile all'ambrosia, costituivano una parte importante dell'alimentazione. La carne di balena, di foca e di orso bianco erano anche un cibo molto comune soprattutto in Norvegia e in Islanda. Del miele si faceva un gran uso e si usava soprattutto per la preparazione dell'idromele, il dolce fermentato.

Nelle regioni lontane dal mare e ricche di boschi, i vichinghi si nutrivano con la caccia agli uccelli, al cervo, all'alce, al cinghiale, all'orso e nell'estremo Nord si nutrivano anche di renna e bisonti. Ma nonostante tutte queste risorse, molte regioni della Scandinavia soffrivano in alcuni periodi di penuria di viveri,

tanto che allorquando i raccolti, la caccia, la pesca, nei periodi di fluttuazioni climatiche, andavano male o diventavano infruttuose per le basse temperature, la popolazione durante tale carestia si riduceva a cibarsi di alghe, di corteccia, di bacche e di licheni.

E fu così che i Vichinghi alzando l'ingegno divennero molto bravi nel sistema di conservazione dei cibi e alimenti da utilizzare come scorta alimentare nei periodi di penuria e di crisi; oppure durante i loro lunghi e interminabili viaggi bellici o commerciali. Per quanto riguarda la carne, i Vichinghi scavarono a terra delle buche che venivano coperte da tronchi, nelle quali si depositava la carne con la neve che subito gelava: fu la prima versione conosciuta della moderna surgelazione. I Vichinghi si distinsero in modo particolare nella conservazione del pesce in quanto avevano potuto osservare che appena pescato, il pesce si congelava da sé, a causa delle rigide temperature polari.



Per quanto riguardava la conservazione del pesce e soprattutto del merluzzo, molto prolifico ed abbondante, tanto che in alcune regioni della Norvegia si pescava calando le ceste o allungando le mani, i pescatori norvegesi ben presto colsero l'opportunità di conservare il pesce nel più semplice dei modi, esponendolo al sole e al vento asciutto di quelle latitudini. La produzione di stoccafisso, cioè di merluzzo essiccato è stata molto ben documentata in epoca vichinga prima dell'anno Mille ovvero intorno all'VIII secolo. Lo stoccafisso, il merluzzo seccato all'aria o "SKREIO", veniva pulito, tagliato ed appeso ad una stecca di legno chiamata "STOKKR" (da cui il nome stoccafisso) e poi fatto seccare su rastrelliere all'aperto in prossimità del mare per essiccare al sole. Non richiedendo l'utilizzo del sale, il procedimento era facile e tutt'altro che costoso così che i pescatori lo potevano eseguire per proprio conto appena scesi dall'imbarcazione. Il processo dell'essiccazione dura circa tre mesi ed il merluzzo conservato conserva inalterate tutte le sue qualità nutritive. La Norvegia settentrionale intorno alle isole Lofoten e l'Islanda sono tra le poche regioni al mondo in cui il merluzzo nonostante contenga molto olio, può essere lasciato seccare all'aria in modo ottimale. Il principale fattore determinante sono i venti freddi ma asciutti, i quali si alternano con un clima settentrionale marittimo relativamente mite con temperature che oscillano tra sopra e sotto zero. Queste condizioni si verificano lungo la piattaforma continentale nella cosiddetta fascia dei fondali costieri norvegesi lambiti da acque particolarmente ricche di nutrimento (banchi di cefalopodi e di altri pesci) dalle quali sulle rotte dei merluzzi, emergono le isole Lofoten, situati a circa 200 km a Nord del Circolo Polare Artico, che diventano meta della migrazione del merluzzo artico norvegese che giunge alle coste delle isole per depositare le uova, eleggendo l'Arcipelago delle Lofoten, lambito della Corrente del Golfo che regala a queste isole inverni relativamente miti, la principale area di riproduzione della specie.

Queste circostanze, insieme all'incomparabile clima artico, conferisce alle Lofoten il primato della produzione di stoccafisso. In Norvegia il merluzzo viene chiamato "SKREI" nome vichingo che significa migrare. Ma è conosciuto anche come "Pesce Valentino" perché emigra verso acque più calde e più adatte a costruire il suo nido d'amore dove avrà inizio la sua riproduzione.

Ogni anno centinaia di milioni di merluzzi adulti "GADUS MORHUA" emigrano in una impressionante moltitudine dal Mare Artico da un lato verso l'Islanda, la Groenlandia e il Labrador, dall'altro verso il Capo Nord, le Isole Lofoten e l'Irlanda Orientale. Nelle acque che hanno una temperatura ideale, avvengono degli incontri di tipo vagamente surreale e felliniano: le femmine depositano nei fondali marini le loro uova, mentre i maschi, senza incontrarsi, spargono il loro seme sulla superficie del mare; la enorme massa di uova fluttuanti vengono a galla e incontrano il seme e vengono fecondate; le femmine alleggerite dal peso delle uova ingoiano intanto dei piccoli sassi per non salire in superficie evitando così incontri romantici poco graditi con i maschi!

Il merluzzo artico norvegese ha il pregio delle cose semplici ed è un concentrato di straordinarie qualità nutritive e organolettiche: esso è conservato

nel più semplice dei modi esponendolo al sole e al vento asciutto e pertanto il suo nome è stoccafisso, sotto sale nei barili diventa baccalà e l'indice di qualità punta decisamente a favore del primo. A scanso di equivoci vogliamo qui precisare che i termini stoccafisso baccalà sono i termini che indicano diversi stati di conservazione dello stesso pesce, il merluzzo bianco dell'Atlantico. Soltanto nell'anno 2014 lo "Stoccafisso delle Lofoten IGP" ha ricevuto il Marchio dell'Indicazione Geografica protetta riconosciuto dalla Comunità Europea, per indicare il merluzzo bianco (*Gadus Morhua*) pescato attorno alle Isole Lofoten e Westeralen, fra gennaio e aprile, sbarcato in giornata presso un porto locale, quindi essiccato naturalmente e selezionato in loco che deve corrispondere ai requisiti di un dettagliato disciplinare! Il merluzzo conservato, sia essiccato che salato, nei secoli ha salvato la vita di intere popolazioni, soprattutto nei periodi di carestie, le quali altrimenti sarebbero morte di fame. Gli antichi conventi dei Cappuccini furono tra i primi ad associare la loro caritatevole azione verso i poveri che bussavano ai loro conventi con la amorevole preparazione di piatti gustosi e nutrienti di stoccafisso. Il merluzzo conservato oltre che cibo di sostentamento fu anche merce di scambio tra i marinai di tutto il mondo. Va ricordato ancora che uno degli elementi essenziali della vita del vichingo oltre la conquista delle terre, l'avventura guerriera e la pirateria, fu il commercio con le regioni ed i continenti lontani. A ragione, per tutti i motivi brevemente sopra riferiti, il merluzzo divenne un elemento molto importante dei commerci dei Vichinghi, e nelle reti commerciali dei Vichinghi, sparse in tutto il mondo, il merluzzo essiccato sviluppava notevoli e lucrosi guadagni. Il merluzzo artico norvegese (*Gadus Morhua*) è il merluzzo più pregiato e storicamente più importante della Norvegia e delle regioni atlantiche settentrionali e rappresenta un alimento di notevole interesse nutritivo, salutistico e clinico nella dieta mediterranea oltre che un alimento di raffinata e gustosa gastronomia diffuso in tutto il mondo. Il merluzzo, ebbe ancora un appuntamento importante nella storia e nella cultura alimentare dei popoli europei, allorché durante il Concilio di Trento indetto dalla Chiesa di Roma nel 1545, esso venne a rappresentare un alimento di grande rilevanza dietetica e nutritiva. In questo Concilio furono trattati la moderazione dei cibi e la "sobrietà della mensa" avendo come obiettivo il necessario santo esercizio del digiuno, rimedio di salute, sostegno della castità e radice di grazia. Venne pertanto stabilito un calendario di mortificazione dell'alimentazione con l'esclusione di cibi più ricchi come la carne.

Durante la cucina di magro (che riguardava oltre 130 giorni all'anno e comprendeva l'Avvento, la Quaresima, le Vigilie, Rogazioni, i mercoledì, i venerdì, i sabati) venne escluso il divieto del pesce considerato alimento magro che poteva mitigare i giorni della penitenza. La cucina di magro divenne un segno distintivo tra cattolici e riformati (protestanti) e simbolo di osservanza religiosa in tutti i paesi cattolici. I Vescovi Tridentini diedero il buon esempio consumando nelle loro mense lo stoccafisso che all'epoca era considerato plebeo.

E fu così che il merluzzo cominciò ad essere ben considerato dai cuochi ed è solo in nome dell'osservanza religiosa che nella seconda metà del cinquecento

comincia a comparire molto frequentemente nelle mense non plebee, nei libri di cucina e nei ricettari diventando ubiquitario e dominante nella gastronomia e cucina italiana. Le ricette a base di stoccafisso e baccalà sono oggi infinite, tanto che ve ne sono una per ogni giorno dell'anno, con oltre mille modi di servirlo, alle quali si aggiungono le infinite variazioni di esercizi di chef che sono l'orgoglio del nostro paese e delle nostre contrade.

Il merluzzo una volta ritenuto "plebeo" è ritenuto oggi un "nobilissimo" alimento per la ricchezza delle sue proteine nobili e dei suoi omega 3, per le sue eccellenti qualità nutritive, dietetiche, culturali e conviviali, tanto da essere adeguatamente rappresentato tra i "nobili" alimenti della Dieta Mediterranea che nel 2010 l'UNESCO ha riconosciuto "patrimonio scientifico, culturale e immateriale dell'Umanità"; Dieta che si è modellata nel corso dei millenni e che proprio qui in Calabria ha le sue radici più profonde e significative.

Su tale importante argomento seguirà la relazione scientifica del Prof. Ludovico Abenavoli.

Il Merluzzo atlantico fu conosciuto fin dai tempi dell'Antica Grecia con il nome di "Gadon" così come riportato da alcuni illustri scienziati greci come Aristotele ed Epicarpo.

Il merluzzo fu conosciuto anche dai Romani che al tempo di Plinio lo chiamavano "Asellus" cioè "Asinello" per la forma della testa ed il colore grigio degli asini. Galeno, celebre medico dell'Imperatore Aurelio, ci ha lasciato anche una ricetta per cucinare il merluzzo con le erbe aromatiche quali il porro e l'aneto, aromi che ancora oggi sono i preferiti della cucina norvegese. Linneo nel 1758 classificò il merluzzo come "Gadus Morhua" che è la latinizzazione del greco "Gadon".

Al seguito dei Vichinghi il merluzzo essiccato o salato ha solcato i mari dell'Europa Atlantica e Continentale. Fu intorno alla metà del secolo VIII che ebbe inizio il vero e proprio movimento vichingo oltremare. In tale epoca le scorrerie vichinghe non appena l'arte antica del Nord fu portata a quel grado di eccellenza quale possiamo osservare nei vascelli ritrovati in Norvegia e Danimarca - si trasformarono in vero e proprio movimento vichingo.

Primariamente nel VIII secolo, vi fu l'occupazione norvegese di tutte le isole e gli arcipelaghi del Nord Atlantico così che il Vichingo Ragnar il cui nome veniva declinato come "simbolo eroico supremo", figlio del Re Olaf di Norvegia, divenne intorno al IX secolo Sovrano del West-Fold, e Re delle Arcadi, delle Ebridi, delle Ecladi, delle Shethland, delle Fær Øer, delle Marche (Scozia) di tutte le altre isole dell'Atlantico Settentrionale oltre il Circolo Polare Artico, ove si svolgevano le rotte principali dei merluzzi e delle loro migrazioni, tra le quali le isole Lofoten la patria del "ciclo e della riproduzione del merluzzo", come abbiamo già riferito. Successivamente fu conquistata l'Islanda, altra tappa importante del "ciclo del merluzzo". Successivamente ancora nell'anno 911, Rollone figlio di Ragnar conquistò la Normandia in Francia. Da lui discesero i suoi successori Conti di Rouen i quali con Guglielmo il Conquistatore conquistarono l'Inghilterra (1066); i Drengot che costruirono nell'Italia Meridionale il primo

Stato Normanno del Mediterraneo la Contea di Aversa ed il Principato di Capua (1030-1059); gli Altavilla che riuscirono con Ruggero II ad unificare tutti gli Stati Normanni dell'Italia Meridionale e a costruire il Regno di Sicilia (1130). Ruggero II era il figlio di Ruggero I che fu Gran Conte di Calabria e di Sicilia, il quale prima di trasferirsi a Palermo, per moltissimi anni ebbe per capitale Mileto di Calabria (1060) e fece di questa nostra Regione, dopo averla liberata dai Saraceni, una piattaforma di cultura e di tradizioni normanne e centro politico del Mediterraneo.

Verso Oriente, risalente fiumi e laghi i Vichinghi Rus e Vareghi, raggiunsero il Mar Caspio, il Mar Nero e addirittura Costantinopoli dove si trasformarono in guardia armata dell'Imperatore, e da questa regione si espansero verso i mercati arabi e orientali. Una via commerciale orientale dei Vichinghi Vareghi o Russ, collegava questo popolo ai Greci e al Mare Caspio. In estrema sintesi, questa via iniziava seguendo il corso del fiume Dneper e tramite qualche trasbordo in altri fiumi ed in altri laghi terminava nel Mare Caspio.

I Vichinghi particolarmente attrezzati, spiritualmente e fisicamente dotati, partirono per le loro campagne in terra straniera portando con sé la loro armatura, le loro capacità, le loro leggi, le proprie abitudini alimentari e familiari lasciando una impronta duratura nei paesi colonizzati, soprattutto per quanto riguarda la propria alimentazione ed i propri stili di vita che erano la fortuna del loro successo.



I Vichinghi ed i loro diretti discendenti i Normanni, fanno parte del nostro bagaglio storico-culturale e di tradizioni culinarie che persone interessate e lontane dalle verità storiche vogliono sovvertire. Anche se, i Vichinghi meravigliosi uomini di mare, hanno l'aspetto di fantasmi, essi riescono ancora ad essere presenti con tutto il carico di mistero e di attualità. Per questa loro forza e fascino, è ancora necessario interrogare questo popolo guerriero per il suo coraggio, per la sua prestanza fisica e mentale, per la sua grande sincerità e franchezza nemiche acerrime della bugia e della corruzione, per i suoi arditissimi viaggi ai confini del mondo, per la sua divertente convivialità che celebrava i suoi istituti familiari ed il culto dell'amicizia con piacevoli banchetti (nei quali mancavano le forchette che i vichinghi non conoscevano in quanto sono state inventate ed usate successivamente dai Bizantini) nei quali il piatto forte era costituito dal merluzzo speziato che rappresentava per il Vichingo, alto come un pioppo e robusto come una quercia, l'alimento preponderante e salutare del suo nutrimento anche se all'epoca non potevano essere riconosciuti i vantaggi nutritivi e le evidenze cliniche e biochimiche dell'alimentazione con il merluzzo che noi oggi conosciamo! Soltanto ai nostri giorni infatti, la scienza ci fa presente che "l'uomo è ciò che mangia" e che "il cibo è all'origine della società".

La via italiana dello stoccafisso è inequivocabilmente e con estrema chiarezza documentata dalla storia delle nostre Regioni del Sud, Campania, Calabria e Sicilia. Numerosi storici e molte testimonianze scientifiche testimoniano senza ombra di dubbio, l'uso del merluzzo nell'Italia Meridionale al tempo della conquista normanna, e nell'epoca di Federico II. Nell'era della I e II Crociata, le cronache raccontano di impressionanti quantità di merluzzo secco stipato nelle stive delle navi che dai porti dell'Italia Meridionale partivano verso la Terra Santa.

La "carta geografica" dell'irradiazione dell'uso del pescestocco in Europa e nell'Italia Meridionale, è perfettamente sovrapponibile alla "carta storica" della conquista dei Vichinghi e dei loro diretti discendenti, i Normanni nei suddetti paesi e pertanto rivela chiaramente le radici del suo consumo e della sua diffusione. In continuità con l'Europa Normanna, le regioni Meridionali d'Italia conquistate dai Normanni, conservarono le stesse abitudini alimentari con l'uso del pescestocco Vichingo, anche nelle successive epoche angioini ed aragonesi e borboniche tanto che l'Italia Meridionale ancora oggi è la principale importatrice di stoccafisso e tale primato è in stretto rapporto e con evidente certezza con la conquista dell'Italia Meridionale da parte dei Normanni nei secoli XI e XII.

La via italiana dello stoccafisso è chiaramente delineata e ben disegnata dalla storia stessa delle nostre regioni meridionali. Nell'Italia Meridionale i Normanni Drengot eredi diretti dei Vichinghi Norvegesi di Rollone, fondarono nel 1030 ad Aversa il primo Stato Normanno del Mediterraneo e nel 1059 il grande Principato di Capua in Campania. E come abbiamo già riportato, sotto il Normanno Ruggiero II di Altavilla (1130) si formò il Regno di Palermo (Regno di Sicilia) che in precedenza e per molti anni aveva avuto come capitale la città di Mileto in Calabria, dove era nato lo stesso Ruggiero II, Re di Sicilia. La storia

normanna del Regno di Sicilia ci ha disegnato la “carta geografica” dell’uso dello stoccafisso e delle tradizioni alimentari dei Vichinghi!

Conclusioni

Per la storia e per la verità!

Come dice un proverbio cinese, tre cose al mondo non si possono nascondere: il sole, la luna e la verità!

Il convincimento di poter portare un contenuto di verità, anche modesto oltre che negli avvenimenti storici dei Normanni (popolo conosciuto nell’alto medioevo come Vichinghi) anche per quanto riguarda le loro abitudini alimentari, nasce in noi che per circa mezzo secolo ci siamo dedicati allo studio dell’affascinante epopea di questo popolo, dalla fondata consapevolezza di dover rinunciare e rimuovere alcune fantastiche e non vere ricostruzioni molto lontane dalla verità storica e dalle reali abitudini alimentari dei Vichinghi e dei Normanni loro diretti discendenti. Le abitudini alimentari dei popoli sono sempre una faccenda maledettamente seria, in quanto esse celebrano una grande e autentica autobiografia collettiva ed esprimono la cultura, la storia e le tradizioni di una regione o di un popolo.

Le abitudini alimentari dei Vichinghi e dei Normanni concorsero indubbiamente a fare di questi popoli, straordinari uomini di mare, degli intrepidi guerrieri, dei valorosi Campioni Omerici superiori a quelli dell’Iliade e dell’Odissea e soprattutto degli illuminati ed insuperabili legislatori che riuscirono a creare gli stati più ricchi ed importanti dell’Europa del XII secolo come la Normandia, il regno di Sicilia, il regno d’Inghilterra. I Vichinghi ed i Normanni poi, nei paesi che conquistarono portarono con loro le loro leggi, le loro usanze, le loro abitudini sociali e soprattutto quelle alimentari (stoccafisso compreso) che furono alla base dei loro successi di conquista e dei loro lunghi viaggi ai confini del mondo.

Per questi motivi qui brevissimamente riportati, l’alimentazione vichinga ed i tempi ed i modi della diffusione del suo principale componente cioè il merluzzo essiccato, vanno considerati con rispetto e vanno opportunamente rigettati alcune delle ricostruzioni errate lontane dalla realtà e dalla storia, ed alcuni racconti distorti e romanzati, i testi acritici ed interessati a creare “appropriazioni indebite”, i componimenti narrativi fiabeschi degni del miglior Collodi.

La storia del merluzzo Atlantico è senz’altro una storia tutta vichinga!

Vichinghi furono gli abitanti, i sovrani ed i re, delle isole del mare, degli arcipelaghi, delle coste continentali del nord Europa dove si svolgevano le grandi migrazioni, il ciclo e la riproduzione dei merluzzi e di altri pesci. E molto probabilmente, per ottenere questa ricchezza alimentare, fu il vero motivo della

conquista di queste regioni da parte dei Vichinghi.

Nell'anno 872 il vichingo Harold Harfagr ("Aroldo Bellachioma") fu il primo re assoluto della Norvegia, dopo lo seguì il vichingo e cugino Olaf e dopo questi venne il vichingo Rognvald Heidhumeri ("Alto nell'onore") o Ragnar (in francese), il quale fu re e sovrano di tutte le isole atlantiche del Nord anche oltre il circolo polare artico, Lofoten comprese, dell'Inghilterra settentrionale e la Scozia, dell'Irlanda; questo grande re vichingo il cui nome veniva declinato come "il massimo delle virtù" spinse i suoi Vichinghi lungo il Dneper fino a Costantinopoli dove divenne capo del LID di Bisanzio, la guardia dell'Imperatore! Nella Saga degli Ynglingar, ispirata alla storia e tramandata da Snorri sono elencati i trenta antenati vichinghi di Rognvald (o Ragnar in francese) e vengono narrate le varie vicende dei Re Vichinghi di Norvegia (la stirpe di Odino); la Saga dei re di Norvegia, descrive l'origine di una stirpe che la tradizione nobilitava attribuendo la discendenza divina a Odino, il quale divenne re per poter insegnare ai popoli vichinghi l'arte del governo! Il figlio di Rognvald (o Ragnar), fu il vichingo Horolfr o Rollone che proveniva come il padre Ragnar o (Rognvald) dal Malarem una zona boscosa ai confini tra la Norvegia meridionale e la Svezia Centrale, fu capo di tutti gli eserciti vichinghi e danesi nel 912 insieme al suo consanguineo Herold Avenel (di stesso padre e di madre differente), conquistarono la Neustria in Francia chiamandola Normandia che fu governata dai suoi discendenti per circa 300 anni. I Vichinghi ed i loro diretti discendenti i Normanni ebbero tanti meriti storici dei quali abbiamo già riferito. Tra le tante altre occupazioni, i Vichinghi fecero del merluzzo fresco, essiccato o salato, un elemento importante per le loro tavole, i loro banchetti e la loro alimentazione specie durante le carestie o durante i loro lunghi viaggi. Il merluzzo essiccato divenne un notevole ed autorevole mezzo di scambio e di baratto, nonché un componente di lucroso commercio nei mercati e nei traffici commerciali con il resto dell'Europa e con le regioni che avevano colonizzato soprattutto nei porti delle regioni meridionali dell'Italia che durante le crociate erano diventate la testa di ponte per i commerci e gli scambi con l'oriente mediterraneo e arabo.

Soltanto nel XV secolo, cioè ben sette secoli dopo (!) dell'epopea vichingo-normanna del prezioso merluzzo, i mercanti veneziani divenuti padroni del commercio del Mediterraneo praticarono una importante attività di commercio soprattutto con le spezie, il sale, i vini, le stoffe ed anche il merluzzo essiccato o salato, procurandosi con questa fiorente attività commerciale l'opportunità di costruirsi i loro palazzi di bellezza incomparabile. Ma certamente senza aspirare dissennatamente ad ottenere primati o promozioni o primogeniture nella vicenda storica del merluzzo, che i Vichinghi d'Europa ed i Normanni della Campania (Aversa, Capua, Napoli), della Sicilia (Messina, Catania, Palermo), della Calabria (Mileto, Serra San Bruno e la sua Certosa, Catanzaro, Reggio Calabria, Aspromonte), della Puglia (Melfi, Siponto, Bari), detenevano meritatamente da secoli!

Esistono ancora in Calabria tradizioni alimentari che riguardano il merluzzo atlantico e che risalgono ai Normanni e ai loro antenati Vichinghi, in quanto

anche la più importante e migliore cucina è sempre dinamica e può diventare frutto di contaminazione con altre cucine e con altre culture. La cucina calabrese che è nata e consolidata dalla sua grande cultura che ha permesso anche di tener conto dei popoli che hanno attraversato la nostra regione.

Nei secoli le nostre ave appresero parole, usanze, ricette dai greci, dai Bruzi, dai romani, dai normanni e dagli arabi e tutto adattarono al loro gusto utilizzando e a volte semplificando gli ingredienti usando sempre la grande varietà dei prodotti offerti dalle nostre splendide terre, dalle nostre fertili colline, dalle nostre purissime acque sorgenti, dal nostro mitico mare esaltando le pietanze più umili con il piccante del peperoncino ed i nostri aromi baciati dal sole come l'origano, il basilico, il finocchio selvatico e le cipolle che non hanno eguali nel mondo, per citare soltanto i più comunemente usati.

In Calabria anche lo stoccafisso atlantico venne mitizzato dall'arte gastronomica più antica del mondo ed oggi si trova utilizzato in numerose e magnifiche ricette che non hanno eguali. Senza voler trovare titoli nobiliari per le nostre antiche tradizioni culinarie calabresi, basterebbe elencare con grande umiltà, le tradizioni culinarie dei nostri progenitori greci che dall'arte del buon mangiare ne hanno fatto una nobile scienza. Ed ancora nella "Megale Ellas" e a Sibari, venne inventato il diritto d'autore per cuochi che dava diritto all'autore di una nuova pietanza di sfruttarla in esclusiva, anche dal punto di vista economico per un anno. Copiosa la letteratura greca e latina sulle civiltà, sui banchetti, sulla preparazione e la cura dei pranzi nella Magna Grecia, che divenivano un rito ed una festa che si celebrava dopo preparativi che potevano durare anche un anno.

Non ci dilungheremo più oltre sulle antiche tradizioni della cucina calabrese. In questa sede però è doveroso ricordare che la cucina calabrese è oggi il pezzo forte ed il segmento più importante della Dieta Mediterranea che ai giorni nostri viene celebrata come la più importante conquista scientifica e culturale dell'intera umanità.

Le tante eccellenze alimentari e gli infiniti gusti della cucina calabrese non sono molto conosciuti all'estero. Della Calabria si sa davvero poco nelle cucine straniere. L'incontro di oggi pertanto, non può celebrare solo questa giornata, ma doverosamente deve iniziare un percorso! La missione di oggi è quella di consolidare il processo di una operazione scientifico-culturale che vede nell'alimentazione calabrese, pezzo molto importante della Dieta Mediterranea, un veicolo ed un mezzo di notevole valore nella prevenzione verso il benessere, la salute e la qualità della vita.

Accademia dello
STOCCAFISSO
di Calabria

~~LA VIA ITALIANA~~
dello
Stoccafisso

con il patrocinio di



Comune di Cittanova



Comune di Mammola



in collaborazione con

COOKinMED
il gusto per la dieta mediterranea



NUTRACEUTICAL
Academy



eccellenzeitaliane

degustazione offerta da



CONFERENZA

La **Via Italiana** dello *Stoccafisso*

domenica **16 giugno 2019** ore 17:00

la **VILLA**

Cittanova _RC Via Vincenzo Zito n° 85

lavilla.academy