

WIGWAM

NEWS



DIVENTA RESILIENTE!

**PARTECIPA CON NOI
E SOSTIENI LA RETE DELLE
COMUNITA' LOCALI WIGWAM**

Quote associative 2024

- Socio Ordinario € 25,00
- Socio Sostenitore € 100,00
- Socio Sostenitore Ente € 300,00

c/c Postale n. 69120327 intestato a Wigwam APS Italia o con bonifico a IBAN IT86X0760112100000069120327 BIC/SWIFT BPPIITRRXXX

Scegli Wigwam per il tuo **5 per mille**

92061130289



Mimmo Vita*

Corrispondenza dalla
Comunità Locale Wigwam
della Locride

IL VINO COTTO E LE SAMMARTINE DELLA LOCRIDE, GOLOSITÀ CALABRESI

Una tradizione millenaria che, in Calabria è sinonimo di festa di Comunità Nata per far durare un prodotto derivato dal vino è oggi una apprezzata tipicità

Al termine della vendemmia c'è una tradizione che fortunatamente sopravvive ancora, ma a macchia di leopardo, in tutt'Italia: è quella del mosto cotto. Una pratica molto molto antica. Ad esempio, presso gli antichi Romani, venivano prodotti e variamente consumati diversi tipi di mosti cucinati; fra quelli più frequentemente menzionati dalle fonti scritte, il *caroenum*, il *defrutum* e la *sapa*.

Come ricorda l'Enciclopedia Treccani, tutti e tre questi mosti venivano concentrati tramite ebollizione e si differenziavano a seconda della percentuale di acqua residua. Plauto, nel 191 a. C., li cita per un lauto banchetto e più tardi

Plinio il Vecchio (23-79 d.C.) nella sua *Storia Naturale*, ne parla come fra le bevande dolci più ricercate. Ne descrive così la preparazione: "*ingenii, non naturae opus est, musto usque ad tertiam partem mensurae decocto*" (è frutto dell'ingegno, non della natura, poiché si tratta di mosto cotto fino ad un terzo del suo volume).

Si tratta quindi un prodotto tradizionale, tipico, ottenuto da uve solitamente mature e per questo con zuccheri maggiori rispetto a quelli dell'ordinaria vinificazione (23-25%).

Denominato anche vincotto, assieme al miele ed agli altri possibili succhi di frutta ridotti tramite cottura, era il

'U vinu cuattu o misticuattu un tempo, e forse talvolta ancor oggi, veniva proposto quasi come un farmaco. Si usava per preparare ottimi decotti contro i malanni di stagione



La Comunità Locale
Wigwam Locride



**IL VINO COTTO,
STORIA MILLENARIA**



tipico dolcificante dei nostri avi; infatti lo zucchero di canna e quello di barbabietola erano ancora sconosciuti. La procedura per realizzarlo è mediamente uguale dappertutto: si pigia l'uva a dovere. Si prosegue con la "diraspatura", separando il succo dalle bucce, dalla polpa e dei raspi. Filtrato, si versa il mosto in un pentolone abbastanza capiente (un tempo paioli di rame o pignatte di terracotta) in modo da riempirlo poco più della metà, perché durante la cottura il liquido si "gonfia".

Si fa bollire lentamente per ore (7-9), fino a ridurre il volume: se di un terzo prendeva il nome di *defrutum*, se della metà *sapa*. Il risultato è un denso liquido, dal sapore particolarmente



dolce, colore bruno scuro, profumo gradevole ed intenso.

Come detto, la tradizione del mosto cotto attraversa tutta la penisola. Qualche esempio? L'aceto balsamico, sia quello di Modena IGP che il DOP Tradizionale di Reggio Emilia, che lo richiedono entrambi come base. Oppure la tradizione calabrese: *'U vinu cuattu o misticuattu*. La curiosità è che un tempo, e forse talvolta ancor oggi, veniva proposto quasi come un farmaco. Si usava per preparare ottimi decotti contro i malanni di stagione, assumendolo a piccole dosi, oppure allungato con acqua e miele per preparare decotti, come facevano gli antichi romani; e persino si massaggiava sulle gambe dei bambini, per rinforzarle. Studi recenti hanno dimostrato che molte di queste pratiche non sono del tutto infondate.

Vediamone allora le caratteristiche. Innanzitutto il vino cotto è ricchissimo di polifenoli, che, come si sa, combattono l'effetto dannoso dei radicali liberi; il suo elevato potere antiossidante è poi risultato correlato, oltre che alla presenza dei fenoli, anche agli zuccheri che si formano in seguito al processo di caramellizzazione. *"U vinu cuattu"*, a conferma delle antiche tradizioni popolari calabresi, è quindi un alimento prezioso, ricco di quei composti antiossidanti che possono combattere l'invecchiamento cellulare e prevenire le patologie cardiovascolari e tumorali.



L'abbiamo ricordato, in passato l'uso dello zucchero era molto limitato. Per questo molti dolci della tradizione vengono realizzati ancor oggi, specie al sud, con dolcificanti naturali quali il miele, lo sciroppo di fichi ed appunto il mosto cotto. Visto che da non molto si è festeggiato San Martino (11 Novembre), la festa che per il mondo contadino indicava la chiusura dell'annata agricola, momento dove venivano regolate tutte le partite economiche, ecco la proposta di un dolcetto tradizionale della costa ionica della provincia di Reggio Calabria, chiamato proprio "Sammartina".

A dire il vero si trattava di un preparato particolarmente costoso per gli ingredienti che lo componevano, così la saggezza popolare ha allungato il suo tempo di consumo fino al Natale e oltre; proprio perché, grazie alla presenza del vino cotto, esso si conserva per tutto il lungo periodo festivo.

A seguire la ricetta, è una sorta di panzerotto, questi gli ingredienti ■

© Riproduzione riservata

(*) Mimmo Vita
Giornalista del gusto - Greentelling.com

Le Sammartine DELLA LOCRIDE

INGREDIENTI PER IL RIPIENO

- 250 gr di fichi secchi tritati
- 100 gr di mandorle spellate e tostate tritate
- 100 gr di noci tritate
- 100 gr di cacao amaro in polvere
- 100 ml di caffè
- 100 gr di uvetta
- 50 ml di vino cotto
- grattare le scorza di due mandarini
- 5 chiodi di garofano tritati
- cannella qb

Il tutto va mescolato e lasciato a riposo per una notte

INGREDIENTI PER L'IMPASTO

- 1/2 kg farina 00
- 1 bustine lievito per dolci
- 75 gr di zucchero
- 2 uova
- 100 ml olio evo
- 100 ml di latte
- 100 ml di anice

Tirare bene la pasta con un mattarello, non troppo spessa, fare dei triangoli, inserire un cucchiaino di impasto, o quanto a piacere..., chiudere, fare un piccolo taglio al centro della faccia superiore e, se gradito, guarnire con codette di zucchero. Per rimanere in tema, visto che ci troviamo nell'area grecanica calabra, il consiglio è di gustare questi piacevolissimi dolcetti accompagnati da un passito locale delizioso come il Greco di Bianco DOC. Buon santo Natale!