


Il cibo, la natura e la vita

✘ Prima cacciatori, poi raccoglitori, poi agricoltori e allevatori... poi quello che siamo ora: troppi, troppo concentrati, incapaci di leggere e rispettare la natura.

Quando mi rapporto al cibo mi vengono in mente tutte queste cose e nella organizzazione della mia giornata ne tengo conto. Non siamo più *raccoglitori/agricoltori* ma possiamo esserlo, almeno in parte, se abbiamo un po' di tempo (il *tempo del pensionato*) e se accettiamo di vivere in contesti da pochi abitanti al chilometro quadrato: lentezza, rispetto dei ritmi della natura.

Potrei parlare della cura dei pomodori che la scorsa estate ho piantato intorno a un ulivo e che hanno prodotto ciliegini e datterini per quattro mesi in mezzo alle olive e ai fiori viola di una ipomea o delle zucche Hokkaido di fianco al fico con dei bellissimi giochi di colore tra le foglie verdi e le zucche gialle.

Le zucchine si raccolgono e si mangiano da giugno ad ottobre; in quei mesi ne vengono tante e bisogna avere solo l'accortezza di scaglionare la semina per averne di nuove quando una pianta si esaurisce; tutte le mattine un po' di fiori maschio da fare fritti o da mettere nella pasta insaporiti con la salvia e il timo, il *pepolino* dicono qui. Interri un seme, con la punta verso l'alto, in un terreno dove tra gennaio e marzo avrai messo letame di cavallo e, dopo una settimana, il seme si è rotto, il germe si sviluppa come un piccolo verme e dal terreno ecco spuntare le due foglioline che, prima si separano, e poi fanno spazio a quelle più grandi che, man mano, assumono la forma dovuta. Acqua e sole, foglie sempre più grandi di un bel verde, i fiori maschio pieni di bombi e di api che passano su quelli femmina con le zucchine che nascono piccole e in pochi giorno diventano gigantesche.

La stagione dei funghi inizia quando sta per finire quella  dell'orto che continua a produrre da solo mentre le semine sono ferme e *basta lavorare di acqua. Andare per funghi*, per me, vuol dire girare nel bosco, esplorare nuovi percorsi, ripercorrere quelli vecchi fissando nella memoria i punti di riferimento: una sughera bitorzoluta, una vecchia carbonaia, la tana di un tasso.. Giro munito di bastone, cappello e cestino ma, nella tasca della camicia, ho sempre un coltello e le forbici da potatura perchè i boschi, lasciati a loro stessi, sono ormai sporchi e ogni tanto si finisce nei rovi. I funghi lo fanno, non gradiscono e ne nascono di meno rispetto a quando i castagneti erano tenuti come un *prato all'inglese*. Il mio chiodo fisso è quello del *chilometro zero*: lasciare a casa la macchina, partire dalla esplorazione del mondo vicino a casa e, anche quando ci si allontana, godersi le *camminate di avvicinamento*. Se proprio ci si deve allontanare di qualche chilometro c'è sempre la bici: pedalata, cestino nello zaino e via.

A fine settembre del 2016 ho fatto un intervento di ernia bilaterale inguinale e quando, dopo mesi di attesa, è arrivata la chiamata ho avuto un attimo di smarrimento: *sto aspettando da gennaio e mi chiamate proprio ora che sta iniziando la stagione dei porcini?*

A fine estate c'è l'ansia mentre si guarda il cielo che non si decide a buttare giù qualche giorno di pioggia continua; ma prima o poi l'acqua arriva e dopo una settimana inizia il raccolto. Guardando gli album fotografici che documentano i giorni di raccolta direi che *il momento giusto coincide grosso modo con il mio compleanno*, all'inizio di ottobre.

Si guarda il terreno per vedere se bolle, cioè se il micelio si è messo in attività, e si incomincia ad andare dove vengono le primizie. Non sono di quelli che fanno la foto con il GPS per tornarci a colpo sicuro l'anno dopo; trovo che sia una rottura della magia del rapporto con il bosco; il posto lo devi memorizzare per quello che è non attraverso le coordinate

e ripassarci con regolarità.

Quando vedi *quella cappella marroncino* ci metti sotto la mano e lo *palpi*. Il gambo del porcino è inconfondibile al tatto, sia per la forma sia per la consistenza e se è lui ti prende una gioia particolare. Il fungo è il premio della camminata e, se c'è, inizi a guardarti in giro perché raramente c'è solo lui: nessuna frenesia, nessuna fretta, calma e metodo.

L'intervento di ernia l 'ho fatto in laparoscopia e i chirurghi mi hanno rassicurato; potevo camminare e così quest'anno ho fatto *l'esperienza della ricerca con i bastoncini da trekking e con il cestino di vimini messo dentro lo zaino*. L'unica raccomandazione riguardava il non trasportare carichi pesanti e lo zaino è una grande invenzione. Va via più tempo con il *metti e leva dallo zaino*, ma anche quello è un modo per apprezzare il guardarsi intorno e con i bastoncini si procede in piena sicurezza anche nei passaggi peggiori. Mi hanno operato il lunedì e il giovedì ero *già aggro*.

Mentre *i porcini si cercano*, le giallarelle e *i cucchi si vedono*. Bisogna sapere quali sono i boschi buoni, ma se sei nel posto giusto e nel momento giusto, le giallarelle di bosco, più grandi, più colorate e più profumate di quelle degli uliveti, le vedi a dieci metri e raramente sono da sole.

I Cucchi nei boschi semi aperti li vedi anche a cinquanta metri. Nessun fungo ha quel colore e quel portamento; loro prediligono il terreno quasi pulito e asciutto. Inutile (e vietato) raccogliere quelli piccoli e ancora chiusi. Meglio dedicarsi ai fratelli maggiori e lasciare qualche giorno per la crescita dei più piccoli; se stanno per rompere la punta dell'uovo bianca basta una fettina con il coltello per far comparire quel mix di rosso e giallo e quel profumo.

Ogni tanto il Cucco ti delude, o meglio *delude chi ha poco occhio*. C'è una *Russula* che ha lo stesso colore del cappello e

ha le lamelle gialle, ma è più piccola e poi come tutte le russule ha un gambo più corto e meno slanciato, oltre a non avere alla base i residui dell'ovulo. Girando per i boschi le vedo spesso, spezzate dalla rabbia del cercatore deluso: errore la *russula aurea* (o colombina dorata) è un ottimo commestibile.

A proposito di russule (o rosselle), due consigli per la ricerca, visto che ne esistono 750 specie: hanno un gambo e delle lamelle morbide e ben spaziate, inconfondibili. Nessuna russula è velenosa ma ce ne sono di *ottime*, di *insignificanti*, di *pepate* e di *puzzolenti*. Non ci si può nemmeno fidare del colore perchè molte si assomigliano e il colore vira con il clima e l'habitat.

Prima ci si assicura, dopo averla guardata (gambo e lamelle), che sia una russula, poi con il coltello si leva la cuticola, che nella russula si leva molto facilmente e questa è la prova definitiva. A questo punto si assaggia masticandone un pezzetto e poi si sputa. L'esito dell'assaggio determina la scelta di lasciarla lì o metterla nel cestino.

Gli avvelenamenti mortali da *Amanita Phalloide* che si hanno in alcune regioni (tra cui il Veneto e alcune province della Lombardia) derivano dal largo consumo che si fa del *verdone* (*russula virescens*) ottimo commestibile che, come il Cucco, può anche essere consumato crudo.

A volte, in un cesto di Verdoni, capita una Falloide raccolta inavvertitamente: diverso portamento, diversa forma, diversi rapporti dimensionali, presenza dell'ovulo alla base; ma ne basta una per produrre danni irreparabili. Dove vivo di *verdoni* non ne vengono tantissimi e quelli che vengono, insieme alle *cianoxante*, le russule violacee o grigiastre, li vedo sempre lì trascurati da tutti,

☒ Finchè durano il caldo e le piogge di ottobre il raccolto è assicurato. C'è un antico detto secondo cui *quando arrivano i*

Cucchi vuol dire che la stagione dei Porcini sta finendo, ma questo clima pazzerello sta modificando anche gli antichi detti. Da due o tre anni i principi della raccolta compaiono e spariscono insieme. Poi inizia a fare più freddo, le piogge diventano la norma ed è il momento delle grandi raccolte per i vasi sott'olio e per le zuppe.

Giallarelle, il fungo che dura decisamente di più da luglio sino a dicembre e che predilige il freddo, *mazze di tamburo* e quelle grandi con il cappello da 25 centimetri e il gambo anche più lungo le vedrebbe anche un cieco, i *leccini* che quando sono giovani e grossi assomigliano maledettamente al porcino nero e poi ti spernacchiano perché li giri e ti mostrano il sotto e il gambo gialli, i *dentini* amano il bosco misto di albatro e pino e, nel momento di grande fioritura, si raccolgono a chili, sapendo dove cercarli, le *pennecciole*, che noi su al nord chiamiamo sanguinacci con il loro lattice aranciato inconfondibile, vicino ai pini, le *trombette dei morti* (il tartufo dei poveri) che vengono in grande quantità nei boschi bui di quercia e castagno e che, fatte seccare e polverizzate, si usano tutto l'inverno per condire la pasta e le tagliatelle. Per ultimi i *finferli*, che iniziano a venire a metà novembre ma in pineta si trovano ancora nel mese di gennaio.

Ogni regione ha i suoi nomi popolari e lo stesso nome, a volte, è usato per indicare cose diverse. Prendiamo i *cantarelli*: il *cibarius* al nord è chiamato *gallinaccio*, *giallino* o *finferlo* mentre in Toscana è la *giallarella*; il *craterellus cornucopioides* è chiamato quasi ovunque *trombetta dei morti* per il colore nerogrigiastro e perché compare a novembre tra le foglie in decomposizione; il *cantarellus lutescens* che in Toscana è detto *Finferlo* mentre al nord, per via della forma longilinea è detto *fiammiferino* e qui ne vengono anche alcune sottospecie di colore variabile ma tutte ottime. Nella confusione dei nomi basta intendersi.

Quando viene il freddo e piove, di solito a metà novembre,

compaiono i *paonazzi* (*hygrophorus russula*, ma non è una russula) noti anche come *lardaioli rossi*. Qui in Maremma se ne fa una grande consumo perché vengono in un periodo breve, ma compaiono a grandi gruppi e dunque se ne fa una grande raccolta. Si mettono sott'olio e si consumano tradizionalmente nell'antipasto delle feste di Natale. Ne esiste una varietà bianca, il *lardaiolo bianco* (*hygrophorus penarius*) con caratteristiche simili e molto profumato che però, nel senese, per ragioni a me sconosciute e che appartengono alla cultura locale, viene lasciato sul terreno.

Tra i *misteri della cultura locale*, la parte del leone la fanno *gli ordinali* (grigi, viola, reali) il cui nome deriva dal fatto che, solitamente compaiono a file e in gruppi numerosi. Il più diffuso è certamente quello grigio che ormai la letteratura scientifica ha ridefinito da sospetto a tossico. Si tratta di un fungo molto profumato e dal sapore grato che contiene però numerose tossine non completamente termolabili. Così ci sono tanti suggerimenti di cottura che la voce popolare considera demolitivi delle tossine. Ottimo con le tagliatelle, l'ho assaggiato una sola volta, ma non lo raccolgo, con tutto quel ben di Dio commestibile che esiste. Una volta l'anno (non di più) mi capita di incontrare quello *reale*, color nocciola, profumatissimo e pregiatissimo al punto che, secondo la tradizione popolare, la notizia sul luogo degli ordinali era uno dei beni che si lasciavano in eredità, di padre in figlio. Va reciso alla base con il coltello perché tendenzialmente ributta l'anno dopo e dunque è fondamentale ricordarsi del posto.

Ma non ci sono solo i funghi; i *maledetti rovi*, che si riproducono selvaggiamente appena il bosco lascia spazio alla luce, che tendono a chiudere sentieri e passaggi, dai primi di luglio sino a tutto agosto producono le *more*, nere, succose, leggermente acidule. Non ci si fa solo la marmellata; stando indietro con lo zucchero e aggiungendo componenti agrodolci come senape e aceto si possono produrre delle ottime salse per

accompagnare le carni e il pecorino.

Mi è capitato, nei miei giri in bicicletta, di usarle come cibo e bevanda d'emergenza quando lo zaino era vuoto di cibo e la borraccia era vuota. Lo stesso si può dire dei frutti del *corbezzolo*, meno dolci e dal vago sentire di mela. Il corbezzolo (*albatro*) è uno dei *re dei nostri boschi* e dopo i tagli si riappropria del terreno con cespugli che si trasformano in piante. Ti incanta con i fiori che compaiono contemporaneamente ai frutti: un bel bianco accompagnato da queste palline di un paio di centimetri giallo rosse, a grappolo, in mezzo alle foglie di un verde lucido e intenso. Ma la magia non finisce con il frutto perchè il legno di albatro, insieme all'orniello, al leccio e al rovere è un ottimo combustibile. E' un legno durissimo che, raramente, supera i dieci centimetri di diametro e assume le forme più bizzarre dovute al fatto di crescere, spesso, dentro boschi fitti in cui le geometrie sono dovute all'aggiramento di un ostacolo o alla ricerca della luce. Recentemente con un pezzo di albatro, trovato mentre cercavo funghi, ho fatto un modellino del mostro di Lochness.

Il bosco ti dà il cibo, ti dà energia, ti dà prelibatezze e ti rimanda a un altro mondo quello in cui *non c'è fretta*, in cui *c'è rispetto per la natura* e *c'è spazio per tutti gli altri mammiferi*, anche il capriolo, il daino, il cinghiale, il tasso, l'istrice, la volpe e il lupo, *perché non esiste solo l'uomo*.