

ALIMENTAZIONE - Capitolo VIII

a cura del prof. Rocco Gianni

Impaginazione e grafica Prof. A.L.Chiaro

Olio d'oliva, viatico dell'anima e ristoro del corpo

A discapito delle numerose descrizioni mitologiche, non è possibile indicare con assoluta certezza la data d'inizio della coltivazione dell'ulivo. L'ipotesi più accreditata è quella che indica nei fenici, greci e cartaginesi coloro che introdussero nel Nord Africa e nel Mediterraneo Occidentale la pianta già conosciuta in Oriente e sulle sponde dell'Egeo. È comunque parimenti accertato che in Italia come in Spagna già esisteva l'ulivo silvestre, che cresceva spontaneamente e, probabilmente, ricopriva le terre di minor pregio, visto che quelle più fertili e meglio raggiungibili erano riservate alla coltivazione sistematica dei cereali e del vigneto. Dall'olivastro (in siciliano agghiastro, da cui deriverebbe Agliastrelli, nome di una contrada, ora quartiere, carinese dove, in effetti, vengono segnalate piante del genere sin dal XV) si ricavano dei piccoli frutti che, sottoposti a spremitura, fornivano un olio molto acido, il cui uso prolungato pregiudicava la salute dell'appartamento digerente. Grazie all'ausilio dell'antropologia si può constatare che nella nostra area culturale predomina l'associazione dei tre elementi che costituiscono la cosiddetta triade mediterranea del pane, dell'olio e del vino, con conseguenti manifestazioni rituali. Occorre ricordare come un eminente storico come Fernand Braudel abbia sottolineato come nell'era cristiana si siano rafforzati i legami che uniscono il sentito religioso con il pane, con il vino, con il grano e la vite e, naturalmente, con l'olio.

In tutta la cultura occidentale e in parte anche in quella orientale, l'ulivo è un simbolo di pace e ricchezza, di purificazione e di guarigione. L'olio estratto dalle olive rese possibile un gran progresso nelle tecniche culinarie, aprendo la via ai cibi fritti. Inoltre, si cominciò anche ad utilizzarlo come elemento costitutivo di farmaci e di unguenti medicinali. Tante e tali virtù ascrivibili ad un albero perfettamente adattatosi al clima mediterraneo non potevano non venir assimilate dalle diverse religioni. Ne troviamo traccia, infatti, nell'Antico Testamento ebraico, nella narrazione di come Noè riuscì a salvare dal Diluvio Universale sé stesso, la sua famiglia e una coppia di tutti gli animali e di quando, non appena smise di piovere, abbia mandato in avanscoperta una colomba che, nel suo secondo viaggio, ritornò traendo nel becco un tenero ramoscello di ulivo. Noè ebbe così la certezza che le acque non coprivano più l'intera superficie terrestre, segnale inconfutabile della fine del castigo divino e del trionfo della natura (Genesi, 8, 11).

Da parte loro, gli antichi Greci sostenevano che la pianta gli fosse stata donata dalla dea Atena nell'ambito della gara che questa fece con il fratello Poseidone nel tentativo di assicurarsi il privilegio di dar il proprio nome a quell'assemblamento urbano che sarà noto come Atene. L'olivo, i



Battitura dei rami e raccolta da terra delle olive, anfora ateniese con figure nere, VI secolo a.C., Londra, British Museum

suoi frutti e le sue fronde, furono sempre tenuti in grande considerazione presso le genti della penisola ellenica tanto che, ancora in epoca classica, si adoravano i teneri germogli del tronco originale, piantato nei giardini dell'Accademia ateniese, mentre era consuetudine incoronare con serti di foglie di olivo i vincitori di giochi panatenesi. I Romani lo veicolarono al culto di Giove e Minerva (l'Athena capitolina). Mentre con l'unione, fatta con olio profumato, si dava il segnale con il quale i sacerdoti israeliti rendevano noto di aver dedicato degli altari a Jehova, e sarà poi utilizzato per la consacrazione di profeti, sacerdoti e re, così venivano consacrati luoghi e strumenti destinati al culto divino e come veicolo di guarigione dai mali. Da ciò deriverà il nome di Messia in ebraico e Cristo in greco, che equivalgono al nostro unto.



Noè riceve il ramoscello d'Ulivo dalla colomba, maestranze bizantine, XII secolo, mosaici del Duomo di Palermo

Perciò non deve sembrar tanto strano se il Cristianesimo ha convertito l'olivo, le sue fronde e l'olio in segni d'identificazione così marcata, specialmente in campo sacramentale. La festosa entrata in veste di re dei re di Gesù a Gerusalemme, coincidenza proprio attraverso quello che è il monte degli Ulivi, si commemora tutt'oggi nel rituale semi liturgico della Domenica delle Palme, con i fedeli che innalzano al cielo i rami benedetti di olivo e della palma.

Una delle cerimonie del Giovedì Santo, festa chiave in questa religione, è la consacrazione dell'olio mischiato a balsamo fatta dai vescovi, producendo così il Santo Crisma che verrà utilizzato da tutta la diocesi per ungere il capo in tutti i sacramenti, dalla comunione all'ordinazione dei sacerdoti. Nell'estrema unzione, infine, questo crisma viene versato sul capo e sulle mani dei moribondi, ultimo ausilio disponibile per tentar di prolungare l'esistenza terrena oppure, in caso contrario, viatico e lasciapassare dell'anima presso i cancelli del Paradiso. Questa vigente caratteristica di segno divino che



Preghiera di Gesù nell'orto degli ulivi di Andrea Mantegna, 1450-1452, Londra National Gallery

possiede l'olio d'oliva consacrato deriva direttamente dalle proprietà miracolose che avrebbe l'olio del Santo Sepolcro di Gerusalemme, balsamo che con tanti sforzi cercò di assicurarsi persino il

gigantesco, nerboruto e malvagio cavaliere saraceno Fierabras, tra i protagonisti delle canzoni del ciclo carolingio. I poteri apotropici, di protezione e guarigione furono trasmessi nel Medioevo ai monarchi cristiani. Secondo quanto riportato dal vescovo Jacopo da Varagine nella sua *Legenda Aurea* (XII secolo), San Remigio avrebbe convertito al Cristianesimo Clodoveo, re dei Franchi, ma al momento di procedere all'unzione si ritrovò senza crisma. Allora apparve una colomba che portava in becco un piccolo contenitore dal quale il prelado trasse l'olio necessario per ungere il novello catecumeno. Questo miracoloso balsamo si conserva presso la cattedrale di Reims e venne usato per consacrare l'incoronazione dei re di Francia.

La pianta dell'ulivo, quindi, è presente nel paesaggio e nella storia e tradizione religiosa e letteraria di varie epoche e spazi: è sul tronco di un esemplare secolare che Odisseo costruisce il suo inviolato talamo nuziale. L'olio viene menzionato nei testamenti pro luminaria ovvero per tenere acceso un lume davanti un altare o di fronte a un particolare immagine, in memoria eterna di un defunto di alto ceto sociale. L'olio di oliva è un bene di lusso, tipicamente "signorile", sinonimo di ricchezza e benessere, anche per l'uso che se ne faceva.

Viene usato l'olio nella lavorazione della lana (l'olio conferiva al tessuto la necessaria compattezza per sopportare la successiva lavorazione, quella della "pettinatura"). La farmacopea medievale lo usa come eccipiente e come medicinale considerato rimedio principe per alcune ferite e in certe malattie e mischiato col vino serviva a medicar le piaghe. Quanto alla cosmesi, era usato per lo più come ingrediente di lozioni per capelli (polvere di radice di lattuga incorporata in olio d'oliva per



"Natura morta con pollo, torta e olive", Clara Peeters, XVII secolo, Museo del Prado di Madrid. La ricca borghesia fiamminga desiderava mostrare la propria ricchezza esibendo opere come queste in cui l'opulenza dei cibi, la raffinatezza degli addobbi e la ricchezza delle posate e stoviglie diveniva, al contempo, manifesto della propria agiatezza e tentativo di esorcizzare le paure di carestie, povertà e fame rappresentate dalle continue guerre che avevano sconvolto la regione, come il resto del vecchio continente, sul finire de XVI e tutta la prima metà del XVII secolo

allungarli, polvere di canna, miele e olio per la caduta). Infine, era base per saponi e per delle creme per le mani: per le screpolature si ricorreva a balsami a base di cera nuova, incenso maschio e olio buono, farli bollire il tempo di "tre o quattro Credo" mescolando fino a ottenere un unguento. Usato in molti ambiti, ma non in tutti; ricercato, amato, prezioso, carissimo tanto da precluderne il ricorso in alcune attività, come quelle belliche. Infatti, possiamo confutare con certezza l'uso dell'olio bollente durante gli assedi di città e castelli

in epoca medievale, immagine tanto cara ad una certa storiografia poco attenta alla ricerca, poi ripresa e pubblicizzata da cinematografia da "cappa e spada". Un bene così costoso e pieno di virtù non poteva andar disperso con colpevole leggerezza. Esistono, è vero, casi di città in fiamme a

causa dell'olio di oliva, la cui infiammabilità non è in discussione, ma lo si doveva piuttosto a incendi provocati da errori umani, causalità o, come avvenne nella Palermo della prima metà del XV secolo, a causa di una rivolta che portò il popolo ad assalire i magazzini regi e mercantili siti in prossimità di piazza Marina, provocando la fuoriuscita di abbondanti quantità di sostanze oleose che ben presto si mutò in una fiumana di fiamme che divorò letteralmente i vicoli del centro.

Per quanto riguarda il suo uso in cucina, dobbiamo mettere in risalto come il ricorso all'olio di oliva fosse comune presso i Romani, almeno presso le grandi masse contadine e operaie, così come presso i militari tanto che l'annona militaris, ossia quella parte dell'amministrazione imperiale che si occupava di reperire, stipare e distribuire i viveri all'esercito, faceva largamente incetta dell'olio iberico, ritenuto il migliore sulla piazza, e lo inviava via terra e via mare ai quattro angoli del vasto Impero, trasportandolo in anfore (nella fattispecie, l'anfora catalogata come Dressel) che pesavano 30 kg e avevano una capacità di circa 70 litri.

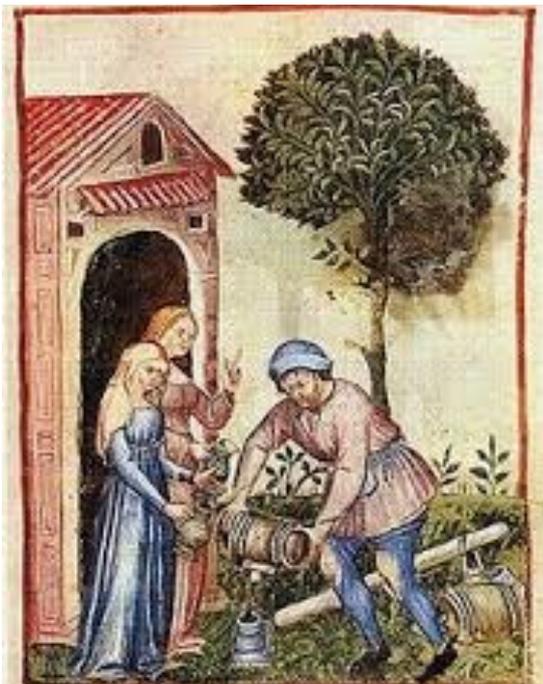
Del resto, anche per i Romani valeva la triade pane-olio-vino di Braudeliana memoria, anzi per essi questa trilogia mediterranea era un segno di demarcazione culturale, un bastione di civiltà cui rifugiarsi prima di venire inghiottiti dai barbari costumi dei selvaggi delle terre del Nord e Centro Europa dove si mangiava selvaggina, si usava grasso animale, specie quello di cervo, e si beveva birra. Del resto, il concetto di multiculturalità non era ancora di moda. Abbandonata la coltivazione durante l'epoca Medievale (in Sicilia, documenti di archivio della seconda



"La raccolta delle olive", rilievo in marmo ispano-romano, III - IV secolo d. C., Cordoba, museo arqueológico

metà del XV secolo, testimoniano dell'assoluta esiguità degli appezzamenti di terreno adibiti a tale coltura, mentre l'olio veniva importato in gran parte dal Nord Africa) dove ebbe il sopravvento burro e grassi animali prediletti dalle genti germaniche, l'olio di oliva venne utilizzato in farmacopea, nella medicina, nella concia delle pelli, nella produzione di saponi ma non nell'alimentazione. Anzi, in ambito alimentare divenne anche mezzo per riconoscere e discriminare, considerato che il divieto di usare grasso suino costringeva arabi ed ebrei a cuocere, e ancor più a friggere, con l'olio producendo odori che molti cronisti cristiani definirono fetus judeorum, talmente compromettente da essere utilizzato come indizio di eresia e prova di falsa abiura allorché gli sgherri della Santa Inquisizione, in Sicilia come nella Spagna del XVI secolo, andavano alla ricerca di quei marranos ossia cristiani di origine ebraica della cui conversione - certamente non proprio spontanea - non si era poi così certi. A rimarcare quanto netta fosse questa divisione di campo tra cristiani anti e mori e israeliti pro olio in cucina, riportiamo le parole con le quali il cronista spagnolo Andrés Bernáldes, in pieno XV secolo, alludendo ai vizi giudei e musulmani, denunciava, come se si trattasse di render noto un vero e proprio attentato alla morale e autentica umanità cristiana, la pratica di queste due etnie di preparare e consumare "i loro ripugnanti stufati che fanno con l'olio di oliva".

Le usanze, si sa, sono molto dure a morire. E se l'olio non trova spazio nella cottura, continuerà ad averlo nell'alimentazione quotidiana, specie in quella dei meno ricchi e, per necessità, ancor meno schizzinosi. Infatti, presso la cultura alimentare contadina, sopravvissero per millenni le



"Venditore di olio di oliva", Tacuinum Sanitatis, XIV secolo

consuetudini proprie dei lavoratori agricoli romani. E, nello specifico, nelle tre tappe quotidiane del pasto dei braccianti agricoli, l'olio d'oliva mantenne il suo specifico ruolo: i contadini mangiavano, nelle fredde mattine d'inverno, una zuppa fatta di pane di frumento, aglio e acqua calda impreziosita da un filo d'olio. Quando si trovavano nei campi, a mezzogiorno, ci si rifocillava con una zuppa fredda di verdure, mollica, aglio, olio, talvolta con l'aggiunta di un po' di aceto. Al ritorno a casa, dopo una giornata di fatica, si cenava con il piatto forte del giorno: una zuppa di legumi, spesso ceci, arricchita da abbondante olio. A ciò va aggiunto un'altra pietanza, semplice ma importantissima: il pane con l'olio. Realizzato con del pane appena sfornato o tostato, insaporito con l'aggiunta di un poco di sale, una alice o acciuga salata oppure, come in Andalusia e Catalogna, spalmandovi dello strutto o del burro, arricchito con del pomodoro a fette - naturalmente dopo che questo ortaggio arriverà in Europa dall'America e avrà avuto ragione

dei pregiudizi secondo cui non era commestibile - questa combinazione era, ed è, conosciuta in tutto il Mediterraneo: in Spagna prende il nome di roustido, in Provenza è denominato buscauda, in Italia è conosciuto come bruschetta, in Sicilia si contano varie versioni di quello che è comunemente chiamato pani cunzatu.

Sino ad ora abbiamo fatto i conti con l'utilizzo dell'olio crudo in un ambito lavorativo prettamente, anche se non esclusivamente, maschile. Di fronte a ciò, troviamo la controparte femminile dell'uso dell'olio, adoperandolo in piatti sempre più sofisticati ed impiegandolo nella frittura. Inoltre, l'introduzione dell'olio d'oliva nella realizzazione dei dolci permise, come afferma l'antropologa spagnola Isabel Gonzales Turmo, alle donne di metter pubblicamente in luce le loro doti culinarie, in un mondo dove le porte delle cucine rimanevano rigorosamente serrate agli occhi indiscreti dei curiosi. Ed ecco che le mogli, figlie,



"Ragazze che raccolgono le olive", Vincent Van Gogh, 1889, collezione privata. Il pittore olandese rimase fortemente colpito dalla presenza dell'ulivo nel paesaggio provenzale tanto da farne il soggetto di ben 18 altre rappresentazioni pittoriche.

madri, sorelle, nonne grazie a un po' di farina, uova, zucchero, miele, spezie, frutta secca, vino o liquore e, dulcis in fundo, olio d'oliva producevano manicaretti come ciambelle, pignolate, crostate, biscotti che placavano la voluttuosità delle gole e degli stomaci, mentre permettevano di esprimere vigorosamente un forte desiderio di socialità allorché si degustavano in compagnia dei propri parenti, vicini e amici. E tutto, il più delle volte, filava via, senza intoppi, liscio come l'olio. D'oliva, s'intende.