

## Riscorpire la bontà semplice di ceci, fagioli e lenticchie a Leguminaria

14 OTT 2013 PUBBLICATO DA REDAZIONE STILE DI GUSTO



Mai come oggi l'abitudine a nutrirsi di legumi è diventato un fenomeno "trendy". Il sempre maggior numero di vegetariani, ma anche "umani onnivori" che non disdegnano un'ottima zuppa di fagioli, ha portato ad una maggiore consapevolezza e all'utilizzo frequente di questi vegetali. **Per celebrare e promuovere il consumo di questi ottimi alimenti**, nonché le attività legate all'utilizzo di fagioli, cicerchie e altri legumi, è nata oramai da 11 anni "Leguminaria", una rassegna gastronomica che si tiene annualmente ad **Appignano, in provincia di Macerata**. Quest'anno nei giorni 18, 19 e 20 ottobre 2013.

L'obiettivo della rassegna è di far conoscere e tutelare le coltivazioni di fagioli, lenticchie e ceci con particolari caratteristiche di unicità e tipicità, quelle produzioni, magari di nicchia, senza le quali molti prelibati, anche se talvolta poveri, piatti marchigiani non sarebbero lo stesso.

**Piatto povero non significa piatto scarsamente nutritivo** o, peggio, foriero di problemi di salute, anzi, tutti gli studi del settore portano alla conclusione che sostituire la carne con la "carne vegetale" costituita dalle leguminose non possa essere che un fattore assolutamente positivo.

**A Leguminaria non si troveranno solo fagioli, ceci e lenticchie, ma anche prodotti più sconosciuti al come la roveja**, una specie di pisello coltivato, in Italia, prevalentemente in Umbria e nelle Marche.

Oltre a questo prodotto, a Leguminaria **potrete trovare anche altre rarità alimentari**, nonché il modo migliore di gustarli, ad esempio conditi con oli extravergini di oliva "monovarietali", cioè di uno stesso tipo di olive, magari provenienti da una stessa collina, un po' come i "grand cru" dei raffinati vini francesi.

Per cuocere e servire al meglio questi prodotti, si sa che il materiale per piatti e pentole più idoneo è la terracotta. Probabilmente per questo una zona che ha grandi tradizioni e grandi prodotti nell'ambito dei legumi, ha anche grandi tradizioni e grandi prodotti nel campo delle terracotte. **Appignano, infatti, è uno dei paesi dove l'arte della terracotta, portata avanti dai suoi maestri vasai, è tuttora attiva e prospera.**

Quindi, se ne avete la possibilità, un viaggio ad Appignano per assistere a Leguminaria e gustare piatti locali a base di legumi in un caratteristico recipiente di terracotta innaffiato da del buon Rosso Piceno è sicuramente un'idea da promuovere.

Biografia

Ultimi articoli

CERCA



Email

INVIA



Leggi info privacy