

## Appignano festeggia dieci anni di Leguminaria



<sup>[1]</sup>Natura, arte e cultura. Se le regala Leguminaria per il decimo compleanno. Il 19, 20 e 21 ottobre, ad Appignano di Macerata, artisti da tutta Italia e artigiani della terracotta rendono omaggio, con le loro opere, alla bellezza di un territorio di cui la rassegna autunnale che abbina i legumi, il vino e le ceramiche è diventata il biglietto da visita: la campagna, custode dell'operosità degli agricoltori, e il borgo, cuore pulsante della tradizione degli antichi vasai, dei ceramisti e dei moderni imprenditori del mobile.

Passato, presente e futuro in un connubio vincente per uno sviluppo adeguato con i tempi. Leguminaria è la sintesi e, per l'edizione 2012, grazie all'impegno del Comune di Appignano, al sostegno della Regione Marche, al patrocinio della Provincia di Macerata e alla creatività della Pro Loco, ci invita a riscoprire la buona tradizione, con lo sguardo rivolto all'Emilia Romagna, colpita dal terremoto, in un gemellaggio col Comune di San Felice sul Panaro.

Osterie aperte venerdì 19 e sabato 20 a cena, dalle 19, e domenica 20 ottobre sia a pranzo, dalle 12, sia a cena: ceci al rosmarino, fagioli con le cotiche, lenticchie con la salsiccia impreziositi dall'olio monovarietale di Mignola a cura dell'Assam, serviti nelle ciotole di terracotta realizzate dai Maestri Vasai Appignanesi - da portare a casa con sé a fine pasto - e accompagnati dal Rosso Piceno dell'Azienda agricola Villa Forano.

Assaggi di fagiolo Solfi nella "cantinetta biodegradabile", lezioni di cucina a cura dell'Università della Terza età dell'Alto Maceratese, installazioni d'arte, mercatino di prodotti tipici e bio, stand del mobile e spettacoli per tutti i gusti vanno ad arricchire la manifestazione, che nella giornata di domenica ospita la 2ª Mostra mercato della terracotta e della ceramica artistica, sostenuta dall'assessorato regionale alle Attività produttive, fino alle 19, con l'apertura spettacolare del forno, nella via dei Vasai, e la creazione dei Maestri del Fuoco. Info: [www.leguminaria.it](http://www.leguminaria.it)

## Leguminaria e l'agricoltura

*Cece Quercia, fagiolo Solfi e roveja Monocromatica. Appignano, Comune Bandiera Verde Agricoltura, è da tempo impegnato a recuperare gli ecotipi dei suoi caratteristici legumi, attraverso la ricerca scientifica condotta dal CRA-ORA Orticoltura di Monsampolo del Tronto (Ap) e finanziata dalla Regione Marche. Un programma da cui annualmente scaturisce, nell'ambito del progetto Leguminaria, la consegna dei semi in purezza ai contadini custodi dell'Associazione "I legumi di Appignano" individuati dall'Assam.*

Occhio di luna. Si chiamerà così, per via dell'alone azzurro intorno all'ilo, il fagiolo che potrà contraddistinguere, senza sorta di equivoci, il territorio di Appignano.

La nuova varietà è stata ottenuta, con interventi migliorativi, dal CRA-ORA Orticoltura di Monsampolo del Tronto (Ap), nell'ambito della ricerca scientifica, coordinata dal dott. Valentino Ferrari, finanziata dal servizio Internazionalizzazione, Cultura, Turismo e Commercio della Regione Marche.

L'Occhio di luna, pur mantenendo intatta l'originalità del Solfi per aspetti qualitativi e nutrizionali (nutriente e altamente digeribile), rispetto allo Zolfino, di più difficile identificazione geografica, avrà un carattere unico ed inequivocabile.

Per l'ulteriore tipicizzazione del territorio, Appignano potrà fare affidamento anche sulla roveja, il pisello selvatico multicolore che il CRA-ORA sta cercando di rendere monocromatico.

Le tre nuove varietà in fase di studio, contraddistinte da granella nera, verde e rossa, nel 2013 saranno restituite all'areale di origine con un alto livello di stabilità per il colore; sarà lo stesso territorio a decidere su quale tipologia puntare.

## Leguminaria e i piatti "poveri" della cucina marchigiana

In realtà si tratta di piatti sostanziosi, dagli indiscutibili benefici nutritivi. In passato si preparavano in abbondanza: quello che rimaneva si mangiava la mattina successiva a colazione, prima di andare a lavorare nei campi.

Come altri piatti, anche questi venivano cotti nelle pigne di coccio, visto che il camino e il fuoco a legna erano l'unica fonte di calore. Il cibo così preparato aveva un sapore eccezionale, anche perché cuoceva molto lentamente e gli aromi non evaporavano.

Ancora oggi Leguminaria propone i suoi piatti serviti nelle tradizionali ciotole di terracotta realizzate dai Maestri Vasai, che i commensali portano a casa con sé, insieme al bicchiere, a fine pasto:

ceci, fagioli, lenticchie, assaggi di roveja, inaffiati dal Rosso Piceno dell'Azienda Agricola Villa Forano.

La **Roveja** (*Pisum Arvense*), piccolo legume simile al pisello, era conosciuta più che altro come erba infestante.

Usata nei secoli passati per sostenere l'alimentazione dei pastori insieme ad altri legumi poveri come lenticchie, cicerchie e fave, Leguminaria la rivaluta e la propone al pubblico come gustoso legume da assaggiare, con l'obiettivo di tutelare e far conoscere il prodotto, collocarlo sul mercato e coinvolgere altri coltivatori che al momento producono solo per autoconsumo.

Questo pisello selvatico, dal seme di colore marroncino tendente al giallo, il cui sapore ricorda quello della fava e del cece, si consuma ancora, anche se sporadicamente, sul versante marchigiano degli Appennini. In tavola lo si può gustare con la pasta, come tutti gli altri legumi, ma anche macinato, ottenendo una polenta dal gusto marcato, tendente all'amarognolo.

Il fagiolo "Solfi" per aspetti organolettici e nutrizionali, si colloca al primo posto di una ipotetica graduatoria delle diverse tipologie di fagiolo, perché è caratterizzato da una buccia sottilissima e da una bassissima concentrazione di fattori antinutrizionali che ne determinano una elevata digeribilità. Varietà a taglia bassa, con granella color zolfo.

## Leguminaria e le ricette

### Fagioli con le cotiche

*Ingredienti.* Cipolla, olio d'oliva, fagioli precedentemente ammollati, cotenna di maiale, passata di pomodoro, sedano, carota, sale.

*Preparazione.* Una volta bollite le cotiche, ben pulite, in acqua calda, finché non diventano tenere, si prepara un soffritto con l'olio di oliva e la cipolla. Quindi si versano le cotiche nel soffritto e si aggiungono due o tre mestoli di passata di pomodoro, il sedano e la carota a pezzi. Si sala e si fa cuocere fino ad ottenere un sugo denso. Finalmente si aggiungono i fagioli, precedentemente tenuti a bagno per almeno 15 ore, sciacquati e bolliti in acqua salata, e si fa insaporire il tutto per altri 10 minuti. Si serve con pane abbrustolito.

### Zuppa di ceci al rosmarino

*Ingredienti.* Aglio, rosmarino, olio d'oliva, ceci precedentemente ammollati, sale.

*Preparazione.* I ceci, tenuti a bagno dalla sera prima con un po' di sale, si scolano e si lasciano per qualche minuto con una puntina di bicarbonato. Si sbattono bene, quindi si immergono in una pentola con acqua tiepida e si sciacquano. L'operazione va ripetuta un paio di volte. Finalmente in un'altra pentola, sempre con acqua tiepida, si mettono a cuocere, aggiungendo aglio, sale e rosmarino. Si serve con olio d'oliva.

### Lenticchie con la salsiccia

*Ingredienti.* Cipolla, olio d'oliva, lenticchie precedentemente ammollate, salsiccia, passata di pomodoro, sedano, carota, aglio, sale, pepe, 1 bicchiere di vino.

*Preparazione.* Si tritano insieme le verdure e si fanno soffriggere nell'olio di oliva. Quando saranno appassite, si aggiungono la salsiccia e le lenticchie, precedentemente tenute a bagno per almeno due ore, scolate e bollite per 20 minuti. Si cuoce il tutto, mescolando e bagnando con il vino. Quando il vino sarà evaporato per la metà, si aggiungono la salsa di pomodoro e acqua fino a coprire. Si sala e si cuoce per un'ora a tegame coperto. Infine si alza la fiamma per ridurre buona parte del liquido.

Si aggiunge una manciata di pepe e si serve con pane abbrustolito.

### Polenta di roveja

*Ingredienti.* Cipolla, olio d'oliva, farina di roveja, lardo, pecorino, sale.

*Preparazione.* La farina di roveja viene sciolta lentamente nell'acqua salata, prima che questa arrivi ad ebollizione, per poi essere cotta per circa un'ora. Il condimento è molto povero e viene fatto con cipolle appassite nel lardo (o acciughe ed aglio), pecorino grattugiato e un filo d'olio. La polenta può essere consumata anche il giorno dopo, a fette, riscaldata in forno o in padella.



[Scarica il programma](#) <sup>[2]</sup>

---

Articolo stampato dal sito E-news: <http://e-news.provincia.mc.it>

Indirizzo web dell'articolo: <http://e-news.provincia.mc.it/?p=635>