

La copertina e le immagini dell'interno sono state appositamente realizzate dal pittore Giuseppe Fioroni.

Progetto grafico e impaginazione: Jessica Cardaioli.

*Prima edizione:* 2016

ISBN/EAN: 978-88-6074-832-4

© 2016 copyright by Morlacchi Editore, Perugia. Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, anche parziale, con qualsiasi mezzo effettuata, non autorizzata. redazione@morlacchilibri.com | www.morlacchilibri.com. Stampato nel mese di dicembre 2016, presso Digital Print-Service, Segrate, Milano.

Flavia Cerasa Mariotti

Giuseppe Fioroni

## **Umbria a tavola.**

*Una tavolozza di colori*

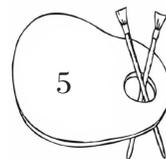
Morlacchi Editore

## *Introduzione*

**L**a pubblicazione di un ennesimo libro di cucina non costituisce certamente una novità. Tanta è la produzione di genere (non inferiore alla proluvie, addirittura imbarazzante, di trasmissioni tv) da risultare perfino irritante. In questo caso, però, non si tratta, per fortuna, di palinsesti da riempire, quanto di un bisogno d'interlocazione che sgorga da un mix di esperienza e creatività.

Va dunque spiegato perché, e per come, questo libro – firmato a quattro mani da Flavia Mariotti e da Giuseppe Fioroni – si distingua dagli altri. E perché, dunque, valga la pena di prenderlo, poggiarlo sul tavolo di cucina e seguirne i suggerimenti.

Intanto cominciamo col dire che Flavia non è una novizia, ma è accreditata da un libro cui, negli anni Ottanta, arrise un notevole e meritato successo. Si chiamava *Cosa mangiavi, nonna* e si configurava non come semplice silloge di genere culinario, ma come esito di una ricerca di carattere storico-antropologico, fortemente identitaria. Successivamente veniva pubblicato il libro a schede *La cucina umbra*.



*32 tradizionali ricette di casa nostra.* Nel 1995 veniva stampato *Qualcosa di vecchio, qualcosa di nuovo, qualcosa di prestato, qualcosa di blu.*

Giuseppe Fioroni, pittore di prestigio internazionale e gallerista di vaglia, è un raffinato enologo e noto gourmet, oltre che conoscitore delle caratteristiche degli alimenti, per aver esercitato qualche decennio di fortunata carriera commerciale nel settore.

I due si sono messi insieme sotto il comun denominatore del colore: operazione arguta e non banale. Anche se, oggi, la storia degli alimenti colorati non è più una novità, posso personalmente garantire che i due amici pensano da qualche anno a questa operazione e con questa impostazione.

Perché, dunque, il volumetto è prezioso?

Innanzitutto, perché non ha la pretesa di essere enciclopedico. Insomma: non è un centone, scopiazzato dai tanti (troppi?) manuali in circolazione. È invece nato da sperimentazioni dirette e, soprattutto, fattibili. La sua ispirazione di fondo è riconducibile alla semplicità, che non è mai semplicismo, quando è il frutto di una sintesi personalizzata.

Difatti, non si suggeriscono componenti rare e introvabili, non ci si perde in analitiche (e spesso inutili) descrizioni di quantità e tempi, ma si bada all'essenziale: "a buon intenditor...".

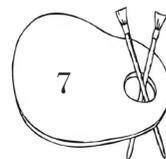


Al lettore-sperimentatore il privilegio di cimentarsi in modo personale e verificare l'esito del proprio impegno. Prendendo appunti e stilando annotazioni di personali scoperte, se del caso (in coda al volume sono stati creati appositi spazi, proprio a tal fine).

Altro punto di forza: molte delle ricette proposte sono il risultato dell'inventiva degli autori. La straordinaria creatività culinaria di Fioroni, ad esempio, viene messa alla prova in improvvisati momenti conviviali in cui un gruppo di amici si presenta allo studio del pittore in modo imprevisto. E, in poco tempo, Giuseppe mette mano a ingredienti e fornelli, preparando prelibatezze inimmaginabili.

Ma questo lavoro ha pure un valore aggiunto del tutto inusuale: sconfinata nei territori dell'arte. Un libro "buono e bello", definizione in omaggio al detto greco che associa etica ed estetica. Insomma: un'opera che consente di delibare saperi e sapori, gratificando il palato, non meno che le legittime esigenze di cultura e di bellezza.

Le tavole ariose di Fioroni sono il trionfo del colore e della sua sbrigliata creatività: oggetti preziosi e rari. Non mi meraviglierei se il lettore acquistasse il libro *anche* solo per entrare in possesso delle tavole, tutte da incorniciare.

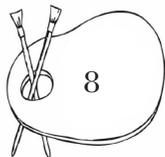


Altro punto di forza della pubblicazione è il ricorso a materie prime e componenti di carattere locale: un legame stretto e indissolubile col territorio. Niente componenti esotici, ma utilizzo di ingredienti acquistabili in loco, senza “deportazioni” intercontinentali che tolgono sapore e identità.

Se è vero il detto di Feuerbach “L’uomo è ciò che mangia” (*Der Mensch ist was er isst*), credo che mai come in questo caso si possa mangiare qualcosa di fresco, autentico, genuino, sincero, originale.

Proprio come sono Flavia e Giuseppe, uniti nell’avventura di questo libro. Non per caso.

*Sandro Allegrini*



## *Cari amici lettori*

**S**iamo sicuri che vedendo questo volumetto direte: “Uff... ecco un altro libro di ricette!” State tranquilli: non vogliamo certo tediarvi, ma offrirvi una visione un po’ particolare della cucina Umbra attraverso i suoi colori.

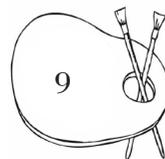
Pensate alla antica “spianatora”, ricoperta di gialla polenta e rosso sugo! È un pezzo di sole! La semplice peperonata, detta anche “bandiera”, che armonia di colori, che allegria!

Che dire del fulgido arancione di un bel piatto di pomodori e uova strapazzate?

E il verde placido e sereno delle zucchine e degli asparagi che si avvicinano, timidi, al manto grigio-argento della Regina del Trasimeno?

I peperoni verdi, rossi, gialli, mescolati al fastoso viola delle melanzane, delle prugne, dell’uva, sono una composizione degna di un quadro!

Cercheremo di mettere in luce la genuinità della cucina Umbra, la sua semplicità e bontà, e soprattutto prenderemo in esame i benefici che si possono ottenere da ricette basate sui colori degli ingredienti.

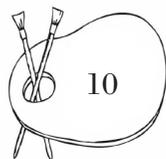


Tutto ciò senza pretese di insegnamento, perché questo libro ha soprattutto lo scopo di fornire indicazioni. Ne è la prova il fatto che in genere non abbiamo indicato dosi, tempi e modalità di esecuzione delle ricette che sono sempre semplici, veloci e di facile realizzazione. Siamo infatti convinti che, quando ci si trova di fronte a una descrizione molto lunga e complessa, spesso si decide di soprassedere.

Cosicché abbiamo cercato di minimizzare il più possibile, sottintendendo ovvietà come lavare frutta e verdure, sbucciare le patate e simili. Direte: troppo sintetici? Forse qualche volta sì, ma... non vogliamo farvi perdere tempo prezioso e abbiamo considerato che le complesse ricette della tradizione si possono ormai trovare nei tanti libri di cucina tipica.

Inoltre, cosa c'è di più bello che incontrare per caso degli amici, invitarli a cena dicendo che apriremo il frigorifero e prepareremo, in pochi minuti, qualcosa da mangiare insieme?

In Umbria, oggi come ieri, la convivialità è sempre apprezzata: perciò si cerca di offrire cibi che hanno sì, solide radici nel passato, ma che spesso hanno subito rivisitazioni e contaminazioni con cibi di altre regioni e di altre culture. Talvolta basta aggiungere o togliere un ingrediente, una spezia, ed ecco una ricetta “nuova”.



In cucina si sono ampliati gli orizzonti e nei supermercati si trovano cibi già pronti, verdure, frutta, fino a ieri del tutto sconosciuti.

Chi mai aveva visto carote, patate, cavolfiori viola? O sushi?

Noi no! Ne terremo conto però, promettiamo!

Speriamo quindi che, leggendo il nostro lavoro, trascorriate qualche momento piacevole, rischiando anche... di apprendere qualcosa!

*Gli Autori*

