L'Eco del Topino

GIORNALINO DELLA PRO LOCO CAVE

Periodico bimestrale della Pro Loco Cave, Anno 2, Numero 5, Ottobre 2015, Autorizzazione N° 1 del 25/03/2014 Tribunale di Spoleto.

"Fagiolo di Cave", il marchio

Gli agricoltori, hanno riprodotto i semi aumentando la diversità, la resistenza, il gusto, il valore nutrizionale, la salute e l'adattamento agli agro-ecosistemi locali. La produzione industriale considera invece i contributi della natura e degli agricoltori come niente. Ho scelto le parole della famosa ambientalista e scienziata indiana Vandana Shiva perché emblematiche per introdurre il discorso sul marchio del "Fagiolo di Cave"; un prodotto della tradizione contadina delle nostre terre che stava scomparendo. La Pro Loco da oltre trenta anni con l'organizzazione dell'omonima sagra ha cercato di mantenerne viva la tradizione, ma vuoi per il progressivo invecchiamento della popolazione, i giovani non coltivano più la terra, che per la difficoltà della coltivazione e perché le "stagioni non sono più come una volta, il raccolto, con gli anni, è progressivamente diminuito.

Ci voleva qualcosa che riuscisse a fermare questo depauperamento, ancora una volta è intervenuta la Pro Loco Cave con l'acquisizione del marchio collettivo "Fagiolo di Cave" come prodotto tipico regionale umbro.

Il consiglio dell'associazione infatti conta di aumentarne la produzione in poco tempo, grazie anche all'intervento del Consorzio della Bonificazione Umbra, che ha rinnovato tutto l'impianto di irrigazione in sponda destra del Topino, portandola da irrigazione a scorrimento a irrigazione a goccia, cosa che faciliterà notevolmente la coltivazione del prezioso seme; un tempo considerato come prodotto povero e buono solo per la tavola del contadino, oggi rivalutato da famosi chef e dietologi.

Ogni seme è l'incarnazione dei millenni di evoluzione della natura e dei secoli di riproduzione da parte degli agricoltori. E' l'espressione pura dell'intelligenza della terra e dell'intelligenza delle comunità agricole. Sono sempre parole di Vandana Shiva che ci fanno ancora riflettere su quanto sia importante salvaguardare la sostenibilità, la produzione biologica e le tradizioni di un territorio anche piccolo come il nostro, dove i profumi ed i sapori di un tempo almeno per una volta in un anno tornano protagonisti durante la "Sagra del Fagiolo di Cave".

Maurizio Tozzi

Storia del fagiolo, "phaseulus vulgaris"

Fagiolo comune proveniente dall'America Centrale e dalle regioni più settentrionali dell'America del Sud. In Europa arrivò nel 16° secolo diffondendosi in breve tempo e diventando parte essenziale della dieta delle classi rurali e di quelle meno abbienti di città.

Questo legume è oggetto di mille modi di dire come: "cade a fagiolo", "riso e fagioli fanno crescere i figlioli", oppure: "il fagiolo è la carne dei poveri". A questo legume vengono riconosciute varie proprietà, perché oltre al contenuto delle vitamine A, B, C, è ricco di fibre, fosforo, ferro e potassio, assicurando anche un buon apporto in amminoacidi.

Nel 19° secolo si pensava che la farina di fagioli avesse proprietà medicinali come, rinforzare i reni e agevolare il processo respiratorio.

Tutt'oggi nella tradizione popolare alle bucce del fagiolo vengono riconosciute proprietà antidiabetiche, diuretiche, antisclerotiche; se ne adopera il decotto, ottimo se usato come lozione facciale; pulisce e rigenera la pelle.

Anticamente l'acqua del fagiolo veniva usata per lavare tessuti delicati, sete e lane.

Angelo Luciani

Il fagiolo di cave

Come testimoniano scritti lasciati dagli storici, una vasta zona della valle Umbra Sud, comprendente Cave, era invasa dalle acque del "Lacus Umber", grazie all'opera degli Etruschi che operarono il cosiddetto "taglio di Torgiano"; le acque defluirono nel fiume Tevere. Emersero quindi i primi conoidi di terra, favorendo la nascita dei primi nuclei abitativi intorno all'alveo del Topino (chiamato dagli Etruschi Supumna, e successivamente Timia o Tinia dai Romani.)

Nel 500 d.C., Teodorico, re dei Goti, tentò di proseguire con la bonifica delle paludi, (Cassiodoro), presto abbandonata in seguito alla caduta dell'impero romano ed alla successiva invasione longobarda.

La lotta contro i terreni paludosi riprese nell'XI° secolo (carte dell'Abbazia di Sassovivo) costruendo delle vie fluviali in cui far defluire l'acqua, in questo modo era possibile strappare alla palude altre fette di terreno da coltivare.

Altri tentetivi vennero fatti attraverso i secoli; la soluzione definitiva avvenne nel 1828, con un decreto di Papa Leone XII° che prevedeva l'arginatura del fiume Topino, l'ingegnere architetto Rutili Gentili ne curò sia la progettazione che l'esecuzione.
Dopo la bonifica è emerso un terreno molto fertile, particolarmente adatto alle coltivazioni agricole di pregio.
Il fagiolo di Cave, grazie ai sali minerali sciolti nel terreno, povero di calcare, trovano la condizione ideale per esaltare il loro sapore gradevole e la tenerezza della buccia.
La coltivazione del fagiolo di Cave, che viene seminato dopo la mietitura del grano, risulta biologica in quanto non ha bisogno di alcuna concimazione chimica ne di particolari interventi fitosanitari.
La sua bontà ha acquisito spessore e conferma nell'arco degli anni, i tipi di fagioli prodotti sono: "Verdino di Cave" e "Giallo di Cave".
Già nel 2004 il Dipartimento di Biologia Vegetale e Biotecnologie Agroambientali dell'Università di Perugia, ha iniziato un'indagine per constatare se questo seme oltre ad essere un prodotto tipico, sia anche una varietà "originale".
Successivamente, il seme, è stato inserito nella banca dei semi per garantirne la conservazione nel tempo ed il mantenimento di questa risorsa genetica, ricchezza inestimabile del nostro territorio.
A celebrarne la squisitezza e digeribilità, esaltate dalla bontà delle ricette locali, tutti gli anni nel mese di ottobre, appena dopo la raccolta, puntualmente viene vissuta, per alcuni giorni, la SAGRA DEL FAGIOLO.
Una festa di lavoro e aggregazione sociale per tutti i paesani, una festa culinaria e di spensierato divertimento per i sempre più numerosi visitatori che giungono da molte parti.
Attualmente tutta la produzione viene regolamentata attraverso un disciplinare garantito dal marchio collettivo "Fagiolo di Cave" di proprietà della Pro Loco Cave.

Angelo Luciani

Che tempi che fanno

EXPO - Di recente ho visitato l'Expo di Milano, un esperienza che vale la pena di fare, magari soltanto per la ragione di imparare a conoscere, attraverso il cibo, le varie nazioni del mondo. Purtroppo i miei giorni erano soltanto il sabato e la domenica e visto la marea di persone che, come me, si sono presentate ai cancelli sabato mattina non ho avuto la possibilità di visitarlo nella sua totalità. Ho volutamente evitato il padiglione Italia, (7 ore di fila) ma quello che ho visto mi è bastato per fare un quadro della situazione abbastanza chiaro.
Pochi Paesi hanno interpretato correttamente il tema di Expo: "Nutrire il pianete, Energia per la vita" alcuni paesi europei, notevoli i padiglioni della Gran Bretagna, dell'Austria, Svizzera, del Vaticano e quello della UE. Il padiglione italiano, il più grande, l'ho visto attraverso le trasmissioni televisive e mi è sembrato il migliore di tutti. Per il resto del mondo credo che i padiglioni del Cile, USA, Israele, Corea del Sud, Kazakistan, che ospiterà la prossima edizione di Expo, siano quelli che più hanno centrato l'obiettivo del tema. Forse ne dimentico qualcuno, ma vorrei soffermarmi un po' sui cluster, quei padiglioni che comprendevano più paesi, aree geografiche o prodotti che accumunano più paesi nel mondo, come ad esempio il caffè, il cioccolato e così via. Qui mi sono soffermato di più perché ho voluto capire quale grado di sviluppo, nelle produzioni agricole, nella trasformazione dei prodotti e nella loro relativa commercializzazione, hanno raggiunto i paesi più poveri nel mondo. Ed ho scoperto che attraverso la cooperazione ed il lavoro delle Organizzazioni non Governative, i Paesi del cosiddetto "terzo mondo" si stanno svegliando, e che contribuiranno anche loro a nutrire il pianeta in un prossimo futuro; forse bisogna aiutarli di più importando i loro prodotti, e non affossando la loro economia come stanno facendo attualmente le multinazionali, ed i paesi come la Cina che sta acquistando, per un po' di riso, Km quadrati di terreno agricolo in Africa.
Nei cluster ho mangiato al ristorante eritreo, veramente buono, mi sono inebriato dei profumi delle spezie, ho assaggiato la frutta dei Caraibi, ma quello che ho apprezzato di più è stato il caffè dell'Uganda, un profumo intenso ed un sapore unico che noi poveri mortali, abituati al caffè globalizzato della grande distribuzione, forse non avremo mai la possibilità di gustare.

MIGRANTI – Il 2015 sarà sicuramente ricordato in futuro, come l'anno delle grandi migrazioni: nei nostri Tg, ogni giorno ci giungono le immagini di uomini aggrappati a misere barchette che a stento resistono alle onde del Mediterraneo. Vengono dalle aree più povere dell'Africa sub sahariana, o dalle aree dove i conflitti si sono cronicizzati, come in Somalia, o da Stati dove ci sono conflitti religiosi, come in Nigeria. Da pochi mesi, ma il fenomeno ha raggiunto aspetti da esodo, anche dalla Siria la popolazione sta scappando da una guer-

ra crudele in cui non si capisce chi sta contro di chi e perché, soprattutto non si capisce come la diplomazia internazionale e soprattutto l'ONU non siano riusciti a fermare questo conflitto che rischia di portare in una pericolosa spirale crescente di guerra tutta l'area del Medio Oriente.

MURI – In questo quadro caotico e drammatico la risposta dell'Europa è, a dir poco, confusa e contraddittoria, mentre una parte dei Paesi si attrezza per salvare ed accogliere i migranti, come l'Italia, dall'altra c'è chi costruisce dei muri alle proprie frontiere, vedi Ungheria. Più che i muri fisici, a me preoccupano di più i muri che innalziamo dentro di noi, quello della diffidenza, dell'intolleranza, quello dell'odio razziale.
Questo avviene perché, in genere si ha paura del diverso e di ciò che non conosciamo, ma il nostro pianeta si NUTRE, quindi vive, anche di relazioni e delle ENERGIE di tutta l'umanità.

PONTI – Ed allora più che ad innalzare i muri, pensiamo a costruire dei ponti, come fece Francesco, il Santo, che incontrò il feroce Saladino, come ci ha ricordato Francesco, il Papa, pochi giorni fa nel suo intervento all'assemblea generale dell'UNO.

Maurizio Tozzi

Vecchi stornelli

I più anziani abitanti di Cave ricorderanno come in modo semplice, in grande amicizia e condivisione, ci si divertiva nei dopocena estivi, ma innanzitutto, durante le feste paesane con particolare riferimento alla mietitura e susseguente battitura.
Come non ricordare allora gli stornelli a dispetto eseguiti da Enio, aiutato spesso da Luciana , Valeria, Novella e dalla non dimenticata Ines?
Penso sia utile anche per i più giovani conoscere il contenuto di questi canti, che a volte venivano eseguiti a più voci, per conoscere la storia contadina ed in particolare la nostra storia.
Questo è il contenuto di uno stornello satirico cantato da Enio Antonelli.

"È lo benedire lo fiore de canna
e lu prete jo lu fossu cò na donna
lu prete jo lu fossu cò na donna
e la donna njè ce sta lu prete s'addanna
lu prete s'addanna
'lora sa raccomanna a la Madonna."

Alcuni stornelli a dispetto

"E mi pare di sentire una bella voce
me pari na cornacchia su la noce
io che t'arsento a poco a poco
me pari 'n porcellino a beve nto lu troccu
davanti a casa mia c'ho 'n pioppu
lo vojo buttà jo per farlo un troccu
lo vojo buttà jo per farlo un troccu
ce vojo abberà te, musu de porcu."

Esecuzione della mai dimenticata Olimpia Montenero:

"Canda moretta mia che il tempo vola
ma che pozzi fa la fine della cicala.
e ti voglio tanto bene e non è poco
e te vojo mette sopra 'mbajaro
pià nu furminande e daje foco.
e so condenda che me fai 'stu comblimendo
ma io vicino a te faria andrettando."

Queste sono solo una piccola parte di stornelli di vario tipo che venivano cantati, stornelli che risalgono alla metà dell'ottocento.
Con i prossimi numeri ne seguiranno altri.

Angelo Luciani

La die sille dei poveri morti

Preghiera declamata dalla non dimenticata nostra compaesana Olimpia Montenero.

Servo in secula in favilla
Declamanti consivilla
Gesù mio con gran dolore
Verrà il giudice con favore
Giudicando il peccatore
Suonerà la squilla e trmba
E ogni corpo d'ogni tomba
Con giudizio Romma Romma

Sorgeranno le creature
Dall'antiche sepolture
Anderanno al tribunale
Dov'è scritto il bene e il male
Avanti a Dio si fan ragione
Con la santa remissione

Avanti al giudice pene e colpe
Quando Dio sarà presente
Chi sarà per Cristo e Santi
Chi sarà per noi procura
Le buone opere son giuste
E son sicure

Oh clemente Maestà
Salvo son per la tua bontà
Salva l'anime del Purgatorio
Per sta fonte di pietà
Ricorriamo, Gesù mio
Che non ci perdi in questo rio

Quando uomo lo facesti
Lo creasti a favor mio
Lo creasti, lo salvasti
Da quel legno della Croce
E poi lo ricomprasti
Fai che alfin questo ci basti

Al tribunale di contrizione
Avanti a Dio si fa ragione
Con la Santa remissione
Ego, ego inaudisti
Le sue colpe non archisti
Maria maddalena risolvestiù

Al buon ladron pietà gli avesti
Io ti prego e non son degno
Tu o Signor ci puoi far degni
Che non cadiamo in basso regno
Fai quel luogo gli sia dato
Fra quegli Angeli beati
E fra questi disperati
Separati, maledetti
Stanno al fuoco, stanno stretti
Chiamate le anime Sante del Purgatorio
Fra quell'altre benedette
Benedette in terra e in cielo

Che abbia cura, in terra danni
Condannati in tanti affanni
Verrà il giorno del Giudizio
Spaventoso o buon Gesù
Così giusto e pietoso
Diesilla lacrimosa

E donate pace e riposo
A quelle anime benedette
Del Santo Purgatorio
Che il Signor vi dia salute e bene

Angelo Luciani

Alziamo gli occhi

Avete speso una piccola parte del vostro tempo per osservare le meraviglie del cielo?
Mi auguro proprio di si!
Del resto di cieli sereni ne abbiamo avuti abbastanza ed al fresco (o meglio al meno caldo) della notte sarà stato piacevole perdersi con lo sguardo lassù.
Questa volta parliamo di un fatto veramente notevole e di un particolare fenomeno: la scoperta di un pianeta molto lontano praticamente uguale alla terra e l'eclisse totale di luna del 28 settembre.
Al luglio, gli scienziati della NASA hanno annunciato la scoperta tramite il satellite Kepler di un pianeta simile alla Terra a cui è stato dato il nome di Kepler 452 B.
Gli anni su Kepler 452 B durano come sulla terra (385 giorni in realtà) e sono miliardi di anni che occupa la zona abitabile della sua stella; per la sua posizione fortunata Kepler 452 B potrebbe quindi avere la giusta temperatura per consentire all'acqua di esistere in una forma liquida sulla superficie e pertanto potrebbe aver ospitato vita o potrebbe ospitarla ora.
Kepler 452 B sembra abbia una età di circa 6 miliardi di anni, la sua dimensione è compatibile con quella della terra, ossia una volta e mezza il nostro globo, ed il suo sistema solare anche.
L'unico problema o l'unica fortuna (a seconda dei punti di vista) di questa scoperta è che quel pianeta si trova a 1400 anni luce da noi; fate un po' voi i conti di quanto impiegheremmo per raggiungerlo!
Passiamo ora al fenomeno celeste dell'eclisse totale di luna che è molto più abbordabile per noi poveri terrestri, a patto di essere mattinieri; infatti l'ombra della terra, che si interporrà tra il nostro satellite ed il sole, inizierà a vedersi alle ore 3:07, il massimo sarà alle ore 4:47 e scomparirà alle ore 6:27.
La penombra inizierà alle ore 2:11 mentre cesserà alle ore 7:23: volendo quindi basterà, come al solito, alzare

gli occhi verso ovest per conservare questo particolare fenomeno, ben più comune dell'eclisse di sole, ma che l'ultima volta si era verificato il 15 giugno 2011.
Alla prossima e buone osservazioni a tutti.

Mauro pacchia

EDITORIALE

"Che butti via! È peccato"

In uno dei miei frequenti viaggi di ritorno in Italia, ho colto l'occasione per fermarmi a Milano e sono andata proprio alla tanto chiacchierata esposizione universale di Milano, o più comunemente, l'Expo 2015. Il tema di questa edizione, che sembra perfettamente calzante per un'esposizione ospitata proprio dal nostro paese, si dice sia il cibo. Più esattamente però, il vero tema dell'Expo dovrebbe essere "*Nutrire il pianeta, energia per la vita*".
Il tema, messo così, sembra bellissimo e nobile, moderno ma soprattutto, necessario. Perché stiamo finendo le risorse del nostro pianeta, qui, nel primo mondo.
8 miliardi di euro di cibo all'anno buttati. Un terzo della produzione mondiale di alimenti viene gettato via e di questo: 32% produzione agricola, 22% post raccolta e immagazzinaggio, 11% distribuzione, 22% consumo domestico. Per non dimenticarci dell'acqua, 250 miliardi di litri sprecati all'anno e del suolo (il 30% della superficie agricola mondiale utilizzabile).
Di fronte a queste cifre, si capisce perché sia così importante l'educazione al non-spreco, al consumo intelligente e alla sensibilizzazione a questi temi.
In occasione dell'Expo, è stata redatta la Carta di Milano che cita: "*Noi donne e uomini, cittadini di questo pianeta, sottoscriviamo questo documento, denominato Carta di Milano, per assumerci impegni precisi in relazione al diritto al cibo che riteniamo debba essere considerato un diritto umano fondamentale. Consideriamo infatti una violazione della dignità umana il mancato accesso a cibo sano, sufficiente e nutriente, acqua pulita ed energia. Riteniamo che solo la nostra azione collettiva in quanto cittadine e cittadini, assieme alla società civile, alle imprese e alle istituzioni locali, nazionali e internazionali potrà consentire di vincere le grandi sfide connesse al cibo: combattere la denutrizione e la malnutrizione, promuovere un equo accesso alle risorse naturali, garantire una gestione sostenibile dei processi produttivi*."
Parole che tutti dovremmo condividere e sottoscrivere. Parole di una verità che qualche anno fa potevamo dichiarare ancora estranea a noi, ma di cui ormai siamo tutti consapevoli, la povertà la viviamo tutti i giorni anche se non c'è la stretta di fame nel nostro stomaco.
Questi propositi però come si sono concretizzati nella realizzazione dell'Expo? Tante sono state le critiche mosse all'esposizione, anche a priori.
Visitando l'Expo, con tutto il preambolo fatto bene in mente, alcune critiche vengono spontanee. All'occhio l'Expo risulta bellissimo, i padiglioni sono meravigliosi, ma dopo averli visitati non si avverte quella giusta consapevolezza che l'esposizione dovrebbe trasmettere. Nelle lunghe file per i padiglioni dovrebbero esserci più parole spese per ciò che si sta vivendo, e non la pesantezza della busta della Lindt. Una mostra che dovrebbe

promuovere il consumo equo, può accettare come sponsor una multinazionale famosa per la sua discutibilità? O vendere prodotti di marca che potremmo trovare in qualsiasi altro super mercato?
Perché invece non promuovere di più le particolarità del cioccolato e del caffè dei cluster, del riso e delle spezie, che hanno la rappresentanza dei paesi e delle persone che davvero producono questi prodotti? I cluster sono un gioiello di Expo, la vera zona dove senza troppa fatica si osserva e si vede qualcosa di tipico di un Paese, che apri gli occhi sui processi e sulla fatica del lavoro nei campi.
Ci siamo dimenticati quello che ci hanno insegnato i nostri nonni, che del maiale non buttavano via nulla. Quando vedo gli avanzi che produco a Londra vorrei avere due galline nel cortile. Noi vissuti in un piccolo paese di contadini pieno di tradizioni, viviamo in una piccola isola felice. Sarei curiosa di sapere quanto si spreca nelle nostre zone, secondo il nostro stile di vita, sicuramente meno che in città. Dobbiamo essere grati per le nostre tradizioni che ci fanno considerare la terra come bene prezioso, in una scala che va oltre le generazioni. Noi stiamo coltivando un seme unico, con un impianto a basso spreco di acqua. Cuciniamo le pietanze di tutti i giorni, e della sagra, senza sprechi, e se qualcosa avanza si condivide.
Saremo pochi, ma impegnandoci ancora di più nel non sprecare potremo sempre dire di aver fatto tutto il possibile per salvaguardare le risorse della terra. Lo sforzo di pochi è comunque una conquista per tutti.
E con questo ringrazio ancora chi prepara, cucina, organizza, chi porta a tavola e chi viene a mangiare alla nostra Sagra del Fagiolo. Manteniamo questa bellissima tradizione e facciamolo in modo giusto e consapevole. Anche perché non deve esserci un tornaconto, se non la consapevolezza di aver passato altri sei giorni l'anno in compagnia, a fare qualcosa che ci rende fieri di essere di Cave.

Giulia Tozzi