

NEL FRIGO DI...

Anna Scafuri
«Niente frigo,
ho il mio orto
sotto il Vesuvio»



Anna Scafuri, giornalista economica Rai e campana Doc, da anni, sul Tg1, manda in onda i servizi settimanali di «Terra e sapori», confessando una passione per la buona cucina. Ha una casa sulle pendici del Vesuvio e conosce bene il Cilento: «E' una

natura meravigliosa, intatta dove tutto è rimasto primitivo e originale». E il frigo di Anna Scafuri, che cosa contiene? «Riesco a trascorre qualche giorno di vacanza, d'estate, nella mia casa in campagna. Così posso uscire nel giardino e aspetto che i po-

modori del piennolo siano maturi, che la melanzana abbia il colore giusto, che la pianta di albicocche sia carica. Quello è il mio frigorifero: prendo tutto fresco dall'orto e non devo lasciare la verdura e la frutta del supermercato ad appassire».



Pagina
a cura di
**Gigi
Padovani
e Clara
Vada**
twitter@Gigi
Padovani

Gigi Padovani

Non finisce mai, la strada provinciale che da Paestum scende a Sud lungo la costa, verso Pisciotta e Marina di Camerota. È una curva dietro l'altra, tra boschi di abeti, scogliere che si gettano in mare, calette azzurre e siti archeologici. Si impiegano due ore per 70 chilometri. Il viaggio alla scoperta del Cilento vero, quello del Parco Nazionale nato nel 1991, nella zona montuosa tra l'autostrada Salerno-Reggio Calabria e il Tirreno, richiede tempo, dedizione e voglia di lasciarsi trasportare dalla curiosità. Le gioie per gli occhi e per la gola ripagano però della fatica. Se poi si riprende un pezzo di Autostrada del Sole, si può visitare il più grande chiostro d'Italia: la Certosa di Padula è un tesoro d'arte, sconosciuto ai più, che saprà darvi forti emozioni. E a pochi chilometri da questo edificio barocco, concedetevi una dolcissima tappa a Montesano sulla Marcellana (Sa), nella pasticceria L'Orchidea (tel. 349 5605444): è il regno del

Morbidi fichi
ripieni, fagioli
pregiati e torte
di nocciola
di Montesano

maestro Giuseppe Manilia, campione del mondo per le torte alla nocciola, un angolo di Parigi nel Vallo di Diano tra macarons perfetti, eclairs e sfogliatine sfiziose.

Questo territorio magico, che si distende su 181 mila ettari e copre 80 Co-

La zona a sud di Salerno
è un giacimento di tesori
gastronomici d'altri tempi



PRELIBATEZZA

L'acciuga di menaica si pesca sulle coste del Cilento tra primavera e estate, fino a luglio

Cilento

Sapori di mare

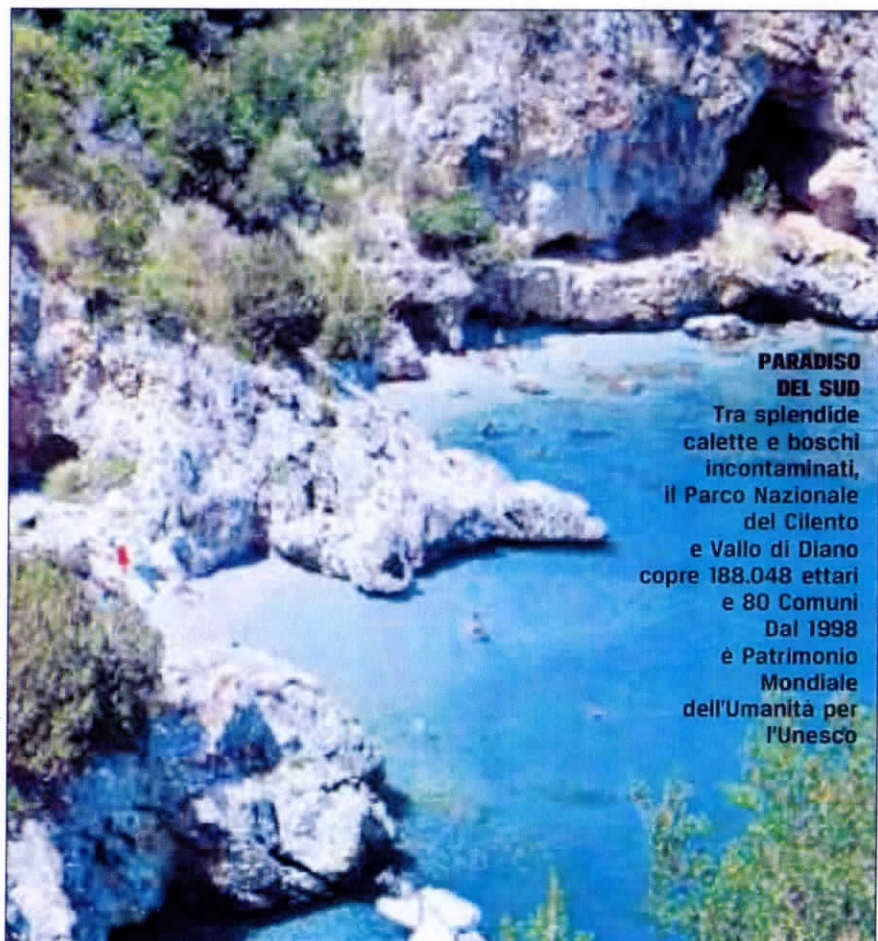


PRESIDIO SLOW FOOD

Il fagiolo tardivo
di Controne

muni, è protetto dall'Unesco come Patrimonio dell'Umanità ed è rimasto ancora autentico, soprattutto nei centri dell'interno. Se lasciate per qualche ora le spiagge affollate (soprattutto in questa stagione), potrete trovare i prodotti tipici che hanno fatto del Cilento un giacimento goloso. Il primo incontro, poco dopo Eboli, a Sud, è con il «fagiolo di Controne» (info www.fagiolodicontrone.it): è il

più tardivo, si raccoglie tra novembre e dicembre, e dal 2010 un Presidio Slow Food. Raccoglie 25 produttori, questo tipo di fagiolo pregiato è bianco, piccolo, non farinoso, non si deve mettere in ammollo a cuocere. Più a Sud, vicino ad Agropoli, a Prignano Cilento (Sa) ha sede l'azienda Santomiele (www.santomiele.it), che confeziona morbidi fichi dottati bianchi, trattati in modo da renderli irresistibili: ripieni con le noci, a capicollo,



PARADISO DEL SUD
Tra splendide calette e boschi incontaminati, il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano copre 188.048 ettari e 80 Comuni. Dal 1998 è Patrimonio Mondiale dell'Umanità per l'Unesco

immersi nel cioccolato fondente. Nel 1999 il geologo Antonio Longo ha deciso di sfruttare il tesoro dei ficheti locali, investendo in una struttura elegante e moderna, uno degli esempi di imprenditoria meridionale troppo spesso dimenticata.

Tra i primi a credere in questo territorio è stato Vito Puglia, dirigente Slow Food che ha fatto nascere i Presidi, compreso quello dell'«Acciuga di menaica» (la menaica è un tipo di

barca e rete), che si pesca da aprile a luglio: Vito ha dedicato un piatto a questo pesce azzurro, nel suo locale a Pisciotta, il Perbacco, uno dei primi circoli Arcigola in Italia. Dice Puglia: «A Pioppi, frazione di Pollica, i coniugi Keys negli Anni Cinquanta hanno inventato la dieta mediterranea: tutti i prodotti che la coppia di medici americani studiarono allora, si possono trovare anche oggi».

LA RICETTA

Melanzane ripiene alla Pisciotta

A Marina di Pisciotta, paesino affacciato sul mare, la Trattoria Angiolina, ora gestita dal figlio Rinaldo Merola e dalla moglie (www.ristoranteangiolina.it) è un piccolo angolo di grande tradizione, dove gustare piatti e sapori d'altri tempi. Questa è la loro ricetta di melanzana ripiena.

C.V.



Ingredienti per 4 persone

4 melanzane lunghe; 150 g di fiordilatte; 80 g di pasta (tipo tubettini); 12 pomodorini del Vesuvio; 800 g di passata di pomodoro; 2-3 spicchi d'aglio; 1 manciata di capperi; 4 filetti di acciuga; 50 g di olive nere; 30 g di pecorino; basilico, origano, olio extravergine di oliva, pepe e sale q.b.

Preparazione

Lavate le melanzane e con un coltellino estraete la polpa, lasciando uno strato

esterno di 1 cm, con la buccia. Saltate la polpa con olio e aglio e lasciate raffreddare. Tagliate a pezzetti pomodorini, il fiordilatte, i capperi, le olive, le acciughe; aggiungete la polpa di melanzane, la pasta (cruda), gli aromi e il pecorino. Mescolate con un cucchiaio e farcite l'interno delle melanzane: tappate le estremità con un pezzo di melanzana e uno stecchino. A parte, preparate una salsa di pomodoro allungata con acqua. In una padella, ponete le melanzane farcite, copritele con la salsa e fatele cuocere, lentamente rigirandole, per 30-40 minuti.

IL VINO

GIGI PADOVANI

L'Aglianico Maroccia di Castellabate



Prezzo: 19 €
Zona: Castellabate (Sa)
Gradazione: 15°
agricolasangiovanni.it

Mario Corrado è un architetto, la moglie Ida Budetta avvocato. A Punta Tresino, nel Parco Nazionale del Cilento, da 4 ettari di vigneto strappato alla macchia mediterranea che aveva coperto le colture originarie del Principe di Belmonte, riescono a produrre 20 mila bottiglie di Fiano e Aglianico di grande carattere. Mario e Ida nel 1999, trentenni, hanno deciso di

cambiare vita e lasciare Salerno: è nata l'Agricola San Giovanni, affacciata sul mare di Castellabate. Oggi è meta di un turismo ecologico (offre delle stanze), che compra i vini a km zero e fa trekking. Sulla loro terrazza ho degustato il Cilento Aglianico Maroccia 2007 (Paestum Igt): vino quasi scontroso, all'inizio, si allunga con buon corpo e un frutto caldo. Da abbinare a piatti saporiti di carne e verdura.