COME SI E' MANGIATO A NATALE: A TRIONFARE LA TRADIZIONE TRA BRODO, LASAGNE E FRITTI

28 Dicembre 2017

L'AQUILA – Grigliata di tofu, healthy-food, no carbs afetr dark e carbonara vegana: sono alcuni degli hashtag più diffusi sui social che dimostrano come la cucina sia in continua evoluzione assorbendo mode e culture, ma sotto Natale, almeno in Abruzzo, non c'è storia: la tradizione vince su tutto, e da 'lu brode co' lu cardone' di Teramo, al timballino e ai fritti nelle altre province, si continua a festeggiare tramandandosi le ricette delle nonne, trascritte su vecchi fogli ingialliti.

Ne è custode della tradizione culinaria natalizia nel capoluogo Demetrio Moretti responsabile della delegazione dell'Aquila dell'Accademia italiana della cucina.

"La tradizione aquilana ha delle abitudini più che dei piatti tipici – spiega ad *AbruzzoWeb* – dovute principalmente alla poca ricchezza della nostra cucina che affonda le sue radici nella memoria pastorale di montagna e negli anni poi si è arricchita di alcuni piatti di pesce, per la cena della Vigilia".

La tipica cena di magro, quindi, in cui si possono trovare tante minestre, "con ceci e lenticchie o con l'aggiunta di castagne e poi gli spaghetti con il tonno oppure con le alici".

Un altro protagonista delle tavolate della Vigilia aquilane è il baccalà, "un pesce povero ma molto sapido – spiega ancora Moretti – preparato in vari modi: al forno con le patate, o in umido, e ancora anguilla o capitone, che prima era solo per le tavolate delle antiche famiglie aquilane benestanti".

E poi ancora il tripudio di fritti: "Verdure di stagione, e lo stesso baccalà pastellato, i carciofi e la frutta secca, come i fichi".

I contorni anche sono sempre gli stessi: rape rosse, cavoli e cavolfiori che anticipano il trionfo dei dolci: ”Il nostro torrone – conclude Demetrio – che ci invidiano in tutto il mondo, frutta secca, caciunitti presi in prestito dalle altre province, con ceci e cioccolato, e il classico panettone e pandoro”.

E per il pranzo del 25 la musica non è cambiata affatto: a vincere, ancora una volta, è stato il canone: ”L’antipasto classico di salumi e formaggi tipici locali, canestrato di Castel del Monte. Il brodo con la stracciatella, l’indivia e il pane fritto, oppure con il cardo, la lasagna classica o le fettuccine con il sugo di castrato, poi l’agnello, cucinato in vari modi, con le patate al forno oppure cacio e ova”.

Nelle famiglie più benestanti il pranzo si concludeva con la ”pizza dolce aquilana”: un profumato pan di spagna, bagnato alchermes e farcito di crema, ”che ancora oggi alcune famiglie preparano”, chiarisce Moretti.

Nel Chietino invece, la cena della Vigilia sembra essere il pasto più importante per Mimmo D’Alessio, originario di Chieti, coordinatore regionale dell’ Accademia italiana e membro del direttivo nazionale.

“In questa zona la cena del 24 dicembre è diventata quasi codificata: vengono servite 9 portate, in onore dei 9 mesi di gravidanza della Madonna, che si consumano tutti insieme dopo una giornata di digiuno”.

Ogni famiglia ha le sue peculiarità ma, in linea di massima, le ricette sono sempre le stesse: ”Verdure cotte, come le rape rosse, o in umido a fettine condite con aglio e olio, non manca mai il baccalà, gli spaghetti con le sarde o con il tonno, una serie di vegetali di stagione pastellati e fritti, come i carciofi. Ancora in uso anche il capitone o l’anguilla arrosto, condita con i peperoni secchi”.

Tutti piatti semplici, insomma, che anticipano anche a Chieti il trionfo di dolci e frutta: ”Mandarini, frutta secca, torrone di fichi, noci, caciunitti dolci e i fritti di Natale”, tra i quali, un tipo dal nome goliardico, i cazzoni, che come spiega D’Alessio, ”sono fatti con farina, fecola di patate, poi fritti e cosparsi di zucchero. Ricordano vagamente gli struffoli napoletani e accompagnavano le serate di gioco, a tombola e a carte, quando si stava insieme, con i parenti e con gli amici del vicinato”.

E ancora i ‘cavocioni’, ripieni di scrocchiata, una marmellata di uva con i nocci tritati o con farina di ceci e cioccolato, con castagna e miele.

Per il 25 invece a Chieti e provincia il piatto forte è il brodo di cappone con i cardi affettuosamente chiamato ‘lu cardon’, ”per me – dice D’Alessio – se non c’è a tavola, non è Natale!”.

Il cardo, per un’ottima riuscita, ”deve aver subito una gelata, così diventa più tenero, viene privato dei filamenti esterni, ridotto a cubetti, messo in ammollo con il limone così non diventa nero, viene cotto a parte e poi unito al brodo”.

Infine vengono aggiunte, la carne lessa sfilacciata, le pallottine di di vitello e una leggera stracciatella.

E non finisce qui: ”Dopo il brodo – continua D’Alessio – i maccheroni alla chitarra e il timballo, che viene cotto in un tegame rotondo. Un altro piatto tipico è il tacchino, cotto al forno a lungo, da diventare scuro come l’agnello”.

Anche a Chieti, come nel capoluogo, una volta le famiglie importanti concludevano con la pizza dolce e i soliti dolci, insieme alla frutta secca e ai mandarini.

Pescara ha mutuato negli anni una tradizione molto simile a quella del Chietino, con l’aggiunta del pesce, in tante varianti, grazie alla lunga tradizione marinara.

“Molluschi, scampi, brodi e primi per la cena del 24 – conclude D’Alessio – che anticipano il pranzo del 25 che è diventato negli anni una sorta di incontro e fusione tra la tradizione di Chieti e quella del Teramano”.

E difatti anche a Teramo la cena della vigilia è il momento più importante, in cui ci si riunisce e si scambiano anche i doni.

A raccontare la tradizione, Claudio D’Archivio, delegato per Teramo dell’Accademia della cucina.

“La zona del Teramano la sera del 24 si divide in due: sulle tavole della costa c’è ovviamente tantissimo pesce, e il classico brudett in bianco – spiega – Nell’entroterra, prodotti di tradizione agreste, come le linguine con il tonno o la zuppa di ceci e castagne. La tradizione più verace vuole piatti come i fritti che non mancano mai e per finire i classici dolci, caciunitti,sfogliatelle e sfogliate”.

Il 25 a Teramo il brodo con il cardone con l’aggiunta delle polpettine, l’indivia, la stracciatella e il timballo con i veri

protagonisti in tutte le famiglie: “in bianco con i piselli o al sugo, o ancora in brodo e poi il tacchino alla Canzanese, una pecualiarità di questa zona o anche l’agnello al forno”, conclude D’Archivio.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli