La buona Frutta di Martorana è dai Frati Minimi di Palermo

Scritto da Maurizio Artusi
Giovedì 17 Dicembre 2015 22:15



Oggi vi parlerò di... frati, tranquilli, non avete sbagliato sito web e io non sono impazzito perchè più avanti vedrete che il buon cibo c'entra anche con loro. Poco prima della festività dei morti di un paio di mesi fa, ho avuto l'occasione di assaggiare un frutto di Martorana preparato esattamente come faceva mia madre, con un'antica ricetta che prevede una miscela con il 50% di farina di mandorle e il 50% di zucchero semolato, pertanto, potete facilmente immaginare il mio stupore quando ho incontrato di nuovo quell'antico procedimento, quindi ho indagato a fondo risalendo alla fonte delle ricette e del produttore, ma soprattutto all'ideatore di tutto ciò, elementi che hanno dato vita ad una bella storia di uomini, dolci e solidarietà che si è svolta tra **Palermo** e **Agrigento**.

Per capire meglio, quindi, lo scorso **2 Dicembre 2015** mi sono recato da Frate **Antonio Porretta**, nativo della provincia di **Agrigento**, ma trapiantato a **Palermo** e appartenente all'ordine dei **Frati Minimi di San Francesco di Paola**. La storia di **San Francesco di Paola**, calabrese, narra che egli, intorno al 1400, volendo contrastare la dilagante corruzione morale e dei costumi della società, ma soprattutto della chiesa dell'epoca, si ritirò in eremitaggio adottando delle regole di vita monastica ancora più restrittive e mortificanti rispetto a quelle di **San Francesco d'Assisi**, per tale motivo furono appunto definite "minime". **San Francesco di Paola** però non poteva certamente immaginare che il suo gesto potesse essere emulato da altri, invece questo fu proprio ciò che accadde, spingendolo così a creare un vero e proprio ordine con delle regole ben codificate. I **Frati Minimi di San Francesco di Paola**, oltre a dover rispettare i tre voti classici di povertà, castità e obbedienza, hanno anche il fardello della vita quaresimale estesa a tutto l'anno con lo scopo di rafforzare ulteriormente la loro penitenza quotidiana, in sostanza, gli appartenenti all'ordine pregano di più, svolgono più opere di carità e di elemosina, ma soprattutto, argomento riguardante il tema di fondo di questo sito web, praticano il digiuno e la privazione giornaliera della carne e dei suoi derivati, possono consumare latte, uova e formaggi che però sospendono in tempi di quaresima, sono invece consentiti pesce, legumi, cereali e verdure, una sorta di via di mezzo tra vegetarianesimo e veganesimo, sicuramente una salutare dieta di stampo mediterraneo e quindi di prevenzione della sindrome metabolica per una "mens sana in corpore sano", quindi di ciò ne beneficia sicuramente il corpo, la mente e di conseguenza anche lo spirito.



A **Palermo** i **Frati Minimi** sono soltanto tre, oltre a Frate **Antonio Porretta** che si occupa principalmente delle attività più esterne del **Convento di Sant'Oliva**, situato nell'omonima piazza di **Palermo**, ho conosciuto anche Frate **Saverio Cento**, originario di **Milazzo** (ME), e Frate **Giorgio Terrasi**, l'unico palermitano. I tre frati gestiscono la **Chiesa di San Francesco di Paola**, anch'essa situata nella piazza omonima, e fanno parte dell'esigua comunità mondiale dell'ordine che oggi conta circa 300 membri.

Nel 1880, la particolare dieta "minima" diede addirittura vita ad un libro intitolato "La cucina di strettissimo magro", scritto da un **Frate Minimo,** il genovese **Gaspare Delle Piane**, contenente ben 476 ricette, interessante opera pubblicata solo 11 anni prima del più diffuso e noto "**La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene**" di **Pellegrino Artusi**, sarebbe molto interessante confrontare le ricette dei due libri trasferendole nella cucina odierna. Sempre da un **Frate Minimo** non ben identificato, ma sicuramente palermitano, proviene la "**Pasta Palina**", piatto della tradizione palermitana il cui nome probabilmente deriva da Paolo, esso è una rivisitazione in versione più povera della più nota "**Pasta con le sarde**", in questo caso preparata con sarde salate o sott'olio invece di quelle fresche ed insaporita con spezie, come ad esempio chiodi di garofano e cannella. Come è accaduto per la palermitanissima "**Pasta con i tenerumi**", anche della Palina ne esistono innumerevoli versioni, ogni famiglia ha tramandato la propria ricetta, ma la costante è quella di togliere un ingrediente importante, in modo da renderla "minima"!



Parlando con **Antonio Porretta**, il frate protagonista di questo articolo, è venuta fuori una interessante storia, costellata di impegni pubblici e privati, ed iniziata a 17 anni nel momento in cui egli ricevette la "chiamata", durate la partecipazione ad una colonia estiva gestita dai frati. Per molti anni, però, **Antonio** ha condotto una normale vita da impiegato bancario di un noto istituto nazionale, guarda caso occupandosi proprio della concessione del credito a onlus ed enti religiosi, ha inoltre ricoperto incarichi politici nelle due città di **Agrigento** e **Palermo**, fino a quando non si è definitivamente trovato di fronte al bivio che lo ha condotto, circa 7 anni fa, a prendere i voti. A questo punto, però, mi preme citare l'importante espressione di Frate **Antonio** pronunciata durante la mia intervista: "i preti sono più liberi ma tanto soli", essa emblematicamente descrive il rapporto che oggi hanno i religiosi con il mondo che li circonda e nel contempo descrive alla perfezione l'aspetto comunitario e caritatevole che invece contraddistingue i **Frati Minimi**, nonchè il cammino di un uomo che dalla solitudine è passato alla compartecipazione con tutto il creato. La provenienza di **Antonio** da una provincia rappresentativa per la pasticcera conventuale, ancora oggi infatti sono attivi il **Monastero di Santo Spirito** di **Agrigento** e le **Monache Benedettine** a **Palma di Montechiaro**, tra l'altro da me già intervistate in passato, hanno sicuramente agevolato la scelta di un laboratorio che potesse riprodurre fedelmente le antiche ricette "minime". La storia di queste ricette si perde nella notte dei tempi, essa era custodita da due monache, sempre dello stesso ordine, che tanti anni fa si spostarono da **Palermo** verso il **Monastero di Grottaferrata**, in provincia di **Roma**, **Antonio** ha contattato quel monastero per recuperare le ricette e utilizzarle per modulare con qualche accorgimento la già ottima produzione di un laboratorio dolciario di fiducia situato a **Favara** (AG).



La scomparsa della pasticceria conventuale ha diverse cause, una di queste è da attribuire alle regole imposte per la produzione ed il trattamento di alimenti della legge italiana, però senza quelle possibilità di deroga che avrebbero potuto salvare, all'interno di tanti conventi, un patrimonio gastronomico e culturale immenso da cui ebbero origine alcuni dolci regionali siciliani, nonchè numerosi dolci tipici di paese. L'escamotage di Frate **Antonio** di affidarsi ad un laboratorio autorizzato ed in regola con la legislazione del comparto alimentare ha tolto un po' il romanticismo della pasticceria conventuale, ma è stato sicuramente utile a garantire la prosecuzione di tradizioni e sapori, offrendola a quel più vasto pubblico che oggi le cerca, nonchè creando reddito per un'azienda privata ed una piacevole occasione per finanziare le meritevoli e caritatevole attività dei ~~**Frati Minimi**~~, importante aspetto da non trascurare.

Presso la chiesa di **San Francesco di Paola**, situata nell'omonima piazza a **Palermo**, è quindi possibile acquistare, ma solo nei periodi delle feste più importanti cioè **Novembre**, **Dicembre** e durante la **Pasqua**, quattro prodotti artigianali genuini dalle eccellenti caratteristiche organolettiche.



La **Frutta di Martorana**, in vassoi da circa 300-350 grammi, viene venduta a 12 Euro.



Il **Cuore di Gesù**, del peso di circa 350 gr, costa 13 Euro, di questo c'è anche la versione con una pregevole ceramica il cui costo è di 20 Euro.



L'**Agnello Favarese**, del peso di circa 350 gr, costa 15 Euro.



Le **Paste di mandorla**, anch'esse di marzapane, ripiene di pasta di pistacchio, in vassoi da circa 300-350 gr. vengono vendute a 15 Euro.

Infine, vengono offerti anche i "**Biscotti Minimi**", preparati direttamente dai frati con ingredienti "minimi" costituiti da farina, zucchero, olio, succo di frutta e vino. Essi vengono venduti in confezioni da 500 gr e costano 5 Euro.

A parte la frutta ed ovviamente i biscotti, tutti gli altri prodotti sono costituiti da una parte esterna di pasta reale che custodisce un prezioso ripieno di pasta di pistacchi, il tutto viene poi impreziosito da una glassa di zucchero variamente decorata. Le caratteristiche organolettiche della Martorana sono particolarmente piacevoli, l'esagerata morbidezza facilita l'apertura del frutto, poi, odorandolo, si può notare il profumo naturale della mandorla, senza l'aggiunta di aromi, infine assaggiandolo si può riscontrare al palato la sabbiosità conferita dallo zucchero.



Ovviamente, non potevo fare a meno di approfondire anche la storia di chi produce queste bontà, ho quindi contattato la Sig.ra **Assunta Lombardo**, titolare di un piccolo laboratorio in cui si occupa di realizzare esclusivamente dolci tipici favaresi a base di mandorle: la **Frutta di Martorana**, il **Cuore di Gesù**, l'**Agnello Pasquale di Favara** ed infine le **Paste**, scoprendo una bellissima storia in cui, anche in questo caso, dei religiosi hanno svolto un importante ruolo. Infatti, fu nel 1966 che una suora del **Collegio di Maria** di **Favara**, sorella della nonna di **Assunta**, spinse la mamma e la zia di quest'ultima a preparare i dolci di mandorla secondo le ricette

favaresi, identiche a quelle impiegate dai monasteri e di cui si perde l'origine nella notte dei tempi. Però, è stato solo negli '90 del secolo scorso che la Sig.ra **Assunta**, avendo imparato in casa tecniche e segreti, ha aperto un laboratorio per la produzione e la vendita, ricalcando esattamente i procedimenti e gli ingredienti patrimonio della tradizione favarese. (Album foto Laboratorio Lombardo)



La **Frutta di Martorana**, nella ormai diffusissima preparazione professionale, viene realizzata con un mix di farina di mandorle e zuccheri di varia natura, soprattutto glucosio, nel rapporto circa 1 a 2, ciò vuol dire che ogni kg di mandorle vengono aggiunti ben 2 kg di zucchero, ciò però si presta a numerose adulterazioni, come ad esempio l'ulteriore sostituzione di mandorle con lo zucchero, ma addirittura a volte viene aggiunta anche farina di frumento, lo scopo evidentemente è quello di risparmiare le mandorle in quanto ingrediente molto più costoso degli altri. Il processo di produzione di **Assunta Lombardo**, invece, è completamente diverso e inizia dalla mandorla intera con la buccia, essa viene quindi spellata tramite il classico bagno in acqua calda e macinata tramite la raffinatrice aggiungendo un po' di zucchero semolato, quindi si prepara uno sciroppo sempre con lo zucchero semolato e si aggiunge la farina di mandorle con un rapporto di 1 a 1, così si ottiene un prodotto con molte più mandorle e meno dolce rispetto alla preparazione professionale. La pasta risultante, una volta raffreddata, non è ancora pronta per la modellazione perchè bisogna aspettare un paio di giorni in modo che essa riposi, infine, si può finalmente passare alla fase della modellazione che nel caso di **Assunta** viene eseguita in parte a mano e in parte con i classici stampini. L'effetto sabbioso che si può riscontrare durante l'assaggio è probabilmente da attribuire alla mancanza di glucosio, di solito impiegato per migliorare plasticità, consistenza e impedire la cristallizzazione degli zuccheri, ma contribuisce ad aumentare l'effetto artigianale! Infine, da ricerche da me condotte, sono venuto a sapere da fonte ben informata che nel nord Europa, tipicamente in **Austria** e **Germania** in particolare nella città tedesca di **Lubecca**, viene prodotto un marzapane con delle percentuali ben diverse da quelle siciliane e che arrivano al 70% di farina di mandorle e solo al 30% di zucchero, con un processo simile a quello di **Assunta Lombardo**, meno male che non viene impiegato per produrre **Frutta di Martorana**, altrimenti in **Sicilia** ci faremmo tutti una magra figura!

Quindi, da oggi in poi, considerate l'opportunità di poter acquistare dai **Frati Minimi** di **Palermo,** per casa propria o da portare in dono, degli straordinari prodotti artigianali e contemporaneamente anche di far qualcosa di concreto per aiutare il prossimo, in modo diretto e immediato, senza oscure spese di gestione, come invece accade con le donazioni alle potenti associazioni nazionali che sempre più spesso tendono a perdere di vista i propri obiettivi umanitari.

In conclusione, volevo tranquillizzare i miei lettori, anche se il mondo, l'austerità alimentare dei **Frati Minimi** ed il carisma di Frate **Antonio** possono essere contagiosi, al giorno d'oggi sicuramente da ammirare e da rispettare nonchè da sostenere, io non praticherò il digiuno se non quello a cui la mia dieta mi obbliga, non diventerò vegetariano ne tanto meno vegano, continuerò invece la mia opera di assaggiatore e di "**gastro scout**" per raccontarvi i profumi ed i sapori siciliani antichi e moderni, ma sempre genuini e spesso addirittura salutari.

Per prenotare i prodotti di pasta reale rivolgersi a Frate **Antonio Porretta:**
tel.: **339-4883613 / 389-0376721** email: **fr.antonioporretta@virgilio.it**
presso la **Parrocchia di San Francesco di Paola**,
in **Piazza San Francesco di Paola** a **Palermo**.

La foto scattate a Favara sono di Francesca Tuzzolino
Si ringrazia la Pastry Chef Rita Busalacchi per la gentile consulenza dolciaria

moocasa_albumid=6228291237265537137