

PASTA E FAGIOLI CON LE COTICHE NEL SANNIO

Il felice ed indissolubile «matrimonio» tra *cotiche* e *fagioli* non conosce crisi, né separazioni. Non conosce confini temporali, né spaziali. Si tramanda, in maniera inscindibile, per arrivare fino a noi con i suoi profumi ed i suoi sapori.

Secondo alcuni è una ricetta tipica emiliana, è anche molto ben conosciuta in Veneto (*fasioi co le codeghe*) e a Roma: di essa si possono gustare varianti con la pasta e con lo stinco di maiale affumicato. Ma qui oggi vogliamo parlare della pasta *cotic e fasul* del Sannio, tradizione del patrimonio culturale delle generazioni passate di donne che, utilizzando prodotti locali, cucinavano in maniera semplice piatti i cui gusti oggi sono scomparsi e dimenticati, sopraffatti dall'omologazione gastronomica, effetto dirompente della globalizzazione.

Prima di presentare la preparazione della *pasta e fagioli con le cotiche*, è piacevole ed utile spendere qualche parola di approfondimento sull'ingrediente principale e caratterizzante questo classico della gastronomia sannita: le *cotiche*.

Etimologicamente la parola «*cotica*», ai più, fa venire immediatamente in mente la parola «*cute*» (pelle). Ed infatti sfogliando il vocabolario etimologico della Lingua Italiana di Ottorino Pianigiani, si rinviene che «*cotica*» proviene dal tardo latino «*cùtica*» formato su «*cùtis*» ovvero pelle. Si tratta quindi, della pelle del maiale, il cui utilizzo in cucina deriva principalmente dalla necessità contadina di impiegare ogni parte dell'animale senza scarto; di tale esigenza è espressione il detto «*del maiale non si butta via niente*» che sta ad indicare, anche, e prevalentemente oggi, in contesti non alimentari, quell'opportunità economica di

impiegare tutto nel ciclo produttivo senza residui, nonché quella concezione utilitaristica di trarre vantaggio per sé da ogni situazione.

Oggi l'impiego della «cotenna» (versione più elegante per indicare la pelle setolosa del porco) è caduto in disuso perché è ricca di grasso apportando molte calorie e perché sono sempre più residuali le famiglie, anche contadine, che «fanno il maiale» ovvero che allevano (in maniera genuina), macellano e trasformano (in prosciutti, salami e capicolli) la carne di maiale, secondo le sempre più rare e superate usanze rurali, senza, appunto, sprecarne un grammo.

In poche solide famiglie, ma diffuse in tutto il Sannio (da S. Bartolomeo in Galdo a Pietrelcina, dall'Alto Tammaro al Taburno) permane la tradizione gastronomica di preparare la *pasta e fagioli con le cotiche* : una prelibatezza che, se è sempre più difficile preparare in casa, per effetto delle modificazioni temporali che hanno subito i ritmi del lavoro domestico femminile, è altrettanto convincente gustare al ristorante, o negli agriturismi diffusi su tutto il territorio sannita, lungo veri e propri itinerari del gusto.

La *pasta e fagioli con le cotiche* si comincia a prepararla la sera prima mettendo ammollo per una notte intera 300 grammi di fagioli secchi bianchi (le nonne consigliavano di utilizzare i fagioli dell'annata).

Le cotiche devono essere pulite utilizzando un metodo semplice: immergerle in acqua bollente e facendo rassodare il grasso. Nel frattempo i fagioli devono essere lessati e, a metà cottura, deve essere aggiunta la cotica tagliata in pezzetti e mondata dal grasso, che deve essere lasciata ancora cuocere.

In una casseruola si devono far soffriggere aglio e olio e, una volta imbiondito l'aglio, aggiungere i fagioli con le cotiche e far soffriggere il tutto per pochissimi minuti. Versare mezzo bicchiere di salsa lasciando cuocere per mezz'ora circa. Regolare di sale ed aggiungere, a piacere, del peperoncino. Nel frattempo cuocere

la pasta: l'ideale è la «*pasta mista*» che, nella tradizionale cucina sannita è molto più che un formato: è un'usanza, che si tramanda indissolubilmente con i legumi, impreziosendo con le sue raffinate irregolarità di forma e di consistenza, la densità della salsa e della crema di legumi.

Unire la pasta ai fagioli e alle cotiche e mescolare per qualche minuto. Prima di servire, le nostre nonne solevano far «*arrepusà*»: facevano riposare il piatto per farlo insaporire per pochi minuti. Questa fase serve a far amalgamare ulteriormente i sapori e gli odori per gustare un piatto, perfetta simbiosi di alimenti poveri perché provenienti da ambiti rurali, ma ricchi perché sostanziosi per il loro apporto calorico e nutrizionale.

Buon appetito e....mica cotica!

Per saperne di più

Bencistà A., Il maiale: dall'arista allo zampone, Edizioni Polistampa

<http://it.wikipedia.org/wiki/Cotica>

Mazzacca V., La civiltà contadina nel Sannio, Edizioni Realtà Sannita

Mariagrazia De Castro