

Modelli alimentari del Mediterraneo: le diete monastiche nell'Italia peninsulare moderna tra regole e cucine di genere

Angelo D'Ambrosio

Acquired the theme of food monastic and convent in recent years has increased gastronomic interest and visibility historiographical thanks both to the relevant specific documentary that availability to the stimulating and varied perspectives of investigation even in terms of diet, this contribution - using mostly of original archival sources - focuses on the analysis of example of some cases linked to food regimes observed by male and female community in the modern age, identified for diversity of religious charism and geographical location, moving from Terra d'Otranto, crossing street via the captains, Molise, the city of Rome to arrive, finally, in the Samnite Campania.

Acquisito che il tema dell'alimentazione monastica e conventuale nel corso degli ultimi anni ha accresciuto interessi gastronomici e visibilità storiografica grazie sia alla rilevante specifica disponibilità documentaria che alle stimolanti e variegata prospettive d'indagine anche sul piano della dietetica, questo contributo – utilizzando in gran parte fonti d'archivio originali – si sofferma sull'analisi esemplificativa di alcuni casi connessi ai regimi alimentari osservati da comunità maschili e femminili in età moderna, identificate per diversità di carisma religioso e di ubicazione geografica, muovendosi da Terra d'Otranto, attraversando via via la Capitanata, il Molise, la città di Roma per giungere, infine, nell'area sannitica della Campania.

Approdando sul frastagliato versante dell'alimentazione monastica, un tema che negli ultimi tempi ha accresciuto interesse e visibilità storiografica, ci si riferisce in genere alle caratteristiche del cibo consumato nei refettori di monasteri e conventi, maschili e femminili, appartenenti per lo più agli ordini religiosi di antica istituzione, valorizzando in proposito la specifica disponibilità documentaria prodottasi in seguito all'azione riformatrice del Concilio tridentino, con riverberi per buona parte dell'Età moderna¹.

¹ Volendo evitare la lunga sequela dei titoli specifici mi limito a segnalare solo alcuni lavori di sintesi utili anche per i relativi approfondimenti bibliografici: A. D'AMBROSIO – M. SPEDICATO, *Cibo e clausura. Regimi alimentari e patrimoni monastici nel Mezzogiorno moderno (sec. XVII-XIX)*, Bari, Cacucci Ed., 1998; A. D'AMBROSIO, *Il cibo dei chiostrì. Piatti e dolci della tradizione monastica*, Terlizzi, Ed. Insieme, 2011; A. D'AMBROSIO – M. SPEDICATO, *L'alimentazione monastica nella tradizione gastronomica italiana*, in *Alimentazione, salute e*

Si tratta di un vastissimo bacino geografico comprensivo di una componente sociale non trascurabile che abbraccia la vita plurisecolare di migliaia di realtà religiose, ciascuna con la propria genesi istituzionale, il proprio carisma identitario, la propria struttura organizzativa, il proprio bagaglio storico non avulso, né isolato rispetto alle vicende del territorio di residenza.

Sono in prevalenza i documenti di natura amministrativa e contabile a fare da apripista, soprattutto con le sistematiche registrazioni delle spese per il sostentamento comunitario che costituiscono fonti importanti da cui si possono ricavare – tra l'altro - significative valutazioni sulle pietanze consumate a tavola, la relativa quantità, gli assortimenti, i costi e la disponibilità stagionale². Complementari a tali testimonianze si evidenziano poi ulteriori fonti, soprattutto di natura normativa - regole, decreti, editti, costituzioni, *costumanze* - destinate a disciplinare la vita quotidiana di ciascuna comunità, riservando specifici capitoli anche alla struttura organizzativa della mensa, stabilendo in proposito non solo ruoli e funzioni, ma anche il calendario delle restrizioni penitenziali (astinenze e digiuni), il cibo e l'entità delle porzioni da assumere in determinate ricorrenze celebrative, secondo le tradizioni proprie del monastero³.

Pur nell'ampiezza di queste prospettive, che conferiscono a tali cucine una propria fisionomia di genere con caratteristiche tipicizzate come vedremo meglio in seguito, occorre escludere dal contesto dei documenti segnalati la possibilità di pervenire a valutazioni d'ordine più strettamente *gastronomico* che richiederebbero, in realtà, maggiori esplicite informazioni sulle modalità di preparazione delle pietanze, sulle dosi e caratteristiche degli ingredienti, sul numero delle porzioni, sui tempi e sulle tecniche di cottura, sull'uso dei condimenti. Mancando perciò gran parte di questi elementi che contribuiscono a

ambiente, Atti del Convegno di studi, Martano, 1-2 ottobre 2011, a cura di G. CORDINI – I. D'ANCONA, Lecce, Ed. Grifo, 2012, pp. 37-64.

2 In proposito occorre aggiungere che le fonti contabili non sono sempre omogenee e non sono tutte uguali, ma variano anche in rapporto alla diversa sensibilità dei compilatori oltre che in base alle esigenze amministrative di ciascuna istituzione: in alcuni casi le spese sostenute per i generi alimentari sono annotate analiticamente, ogni giorno, in registri specifici ed esclusivi, sottoposti ad una periodica verifica contabile da parte dei revisori incaricati che appongono una traccia autografa dell'accertamento e della veridicità dei conti; in altri casi, invece, è possibile che gli acquisti delle vettovaglie siano riportati nei registri "d'introito e d'esito" ripartiti fra le varie voci settoriali della contabilità generale: in questa seconda ipotesi le informazioni sulle provviste destinate alla cucina spesso sono consuntive e non lasciano molto spazio per l'analisi dettagliata degli assortimenti.

3 Sull'argomento e sulle fonti normative citate, rinvio a due miei contributi che, pur riguardando l'ambiente religioso francescano, possono ad ogni modo ritenersi esemplificativi sulle modalità organizzative e funzionali di monasteri e conventi: "*Per darvi una più certa e distinta norma del vivere*". *Le costituzioni particolari delle monache cappuccine (secc. XVII-XVIII)*, in «Collectanea Franciscana», 84/1-2/2014, pp. 225-276; *Regimi penitenziali e cibo nelle regole alimentari francescane: clarisse e cappuccine (secc. XVII-XIX)*, in «Collectanea Franciscana», 85/1-2/2015, pp. 237-262.

definire la struttura e la valenza culinaria di una portata, nondimeno l'entità e la frequenza tipologica degli acquisti destinati alla mensa giorno per giorno, possono ugualmente fornire un attendibile ventaglio di informazioni in grado di delineare la tendenza delle scelte dietetiche delle comunità considerate; senza inoltre trascurare altri dati che sono desumibili sia dalle modalità di cottura a volte specificate a margine delle stesse note di spesa, sia dal ripetersi di abbinamenti fra derrate comprate contemporaneamente, che lasciano così aperto qualche spiraglio per ipotizzare la preparazione di determinati piatti.

Alla luce di tali considerazioni ne deriva che, in linea generale, non è possibile esprimere giudizi omologanti sul valore gastronomico del cibo consumato nei monasteri, attribuendo a queste cucine una comune identità e una fama forse eccessivamente enfatizzata nell'immaginario letterario e collettivo⁴. A ben considerare, ogni singola famiglia religiosa, anche all'interno del medesimo carisma spirituale e fermo restando l'inevitabile elastica adesione agli ideali generali sanciti dalle regole fondanti, esprime un'autonoma condotta alimentare, costantemente condizionata nel tempo dalla variabilità di molteplici fattori, fra cui l'andamento delle risorse finanziarie, la vocazione produttiva del territorio di residenza, il profilo sociale e religioso dei propri membri, gli usi e le tradizioni della cucina locale, la qualità e gli equilibri dei rapporti gerarchici interni ed esterni. Può capitare, pertanto, di spaziare da cucine frugali, semplici e monotone (tipiche degli ordini non *possidenti*), ad altre sostanziose, varie e più elaborate, rintracciabili prevalentemente nei contesti religiosi dove si

4 In effetti è opportuno rimarcare che, tradizionalmente, le cucine monastiche e conventuali, spesso legate al suggestivo filone dei sapori gaudenti o delle ghiottonerie avvolte dal *segreto* di antichi ricettari, sono considerate luoghi d'eccellenza gastronomica, una reputazione da *gourmet* che, rinvigorita dalle polemiche anticlericali del '700, non è mai venuta meno e che, non di rado, viene ancora oggi sfruttata per evidenti fini di promozione turistica e commerciale. In realtà, già nel lontano autunno del 1987, in occasione di un convegno proprio su "La cucina dei monasteri" organizzato presso l'Abbazia di Casamari, Giancarlo Zizola aveva avuto modo di evidenziare i rischi dell'omologazione consumistica che tali iniziative – in quel periodo ai primi passi – avrebbero potuto riservare, rivolgendosi "ai monasteri solo e propriamente per l'utile materiale o l'estetica culinaria, quasi in un tentativo di omologarli alla sub-cultura onnivora e intestinale dominante, piuttosto che per recuperare spazi di autentico umanesimo dentro la cosiddetta civiltà della gola. Si copiano i menu dei frati, ma senza l'universo spirituale che li ha generati lungo i secoli e, tanto meno, senza riferirsi al paradigma politico ed economico – *latu sensu* – che sottendono. Una tale secolarizzazione al ribasso opera come se, dopo aver sbucciato l'arancia, si conservasse in mano la buccia avendone gettato il frutto. Di più, si rovesciano i significati di questi beni materiali prodotti dai monasteri, riducendoli all'interno di una logica di mero consumo, allineandoli dunque nella lista ormai lunga delle cibarie moderne, il cui carattere comune è l'omologazione e la perdita del valore simbolico. I prodotti monastici sono ricercati al più come oasi incorrotte per i repertori del folklore in agonia, al modo in cui sono avvicinati gli *indios* amazzonici in estinzione sotto l'arrembaggio delle multinazionali: cibi e vini di un mondo antico di sopravvissuti, da gustare prima che sia troppo tardi, sull'orlo del cratere apocalittico, che tutto inghiottirà". Cfr. G. ZIZOLA, "Dacci oggi": la cucina conventuale, in «Rivista Cistercense», Anno V, n. 2, 1988, pp. 194-195.

evidenziano le contaminazioni esterne e i gusti sedimentati delle *élites* famigliari presenti in monastero. Un eventuale sguardo generale, a volo d'uccello, sui refettori conventuali disvelerebbe, pertanto, le medesime caratteristiche del variegato mosaico delle tavole territoriali italiane dove, in ogni pur piccolo e periferico centro cittadino, è dato rintracciare prodotti tipici e usi gastronomici particolari, plasmati nel tempo da tradizioni famigliari, vocazioni produttive e *mezzi finanziari* disponibili.

Uno spaccato esemplificativo in tal senso può emergere passando in rassegna e mettendo a confronto le registrazioni delle spese alimentari disponibili, contabilizzate almeno su base annuale all'interno di alcune comunità monastiche dell'Italia peninsulare ubicate in aree territoriali diversificate, partendo da Terra d'Otranto per poi giungere in Capitanata, Molise, Roma e nel Sannio⁵.

Il primo sondaggio parte da Francavilla Fontana, fra le mura del convento dei frati osservanti intitolato alla Madonna della Croce, relativamente al periodo compreso dal 1° giugno 1785 al 31 maggio 1786⁶, quando la comunità, che si mantiene in vita grazie alle questue di *derrate e commestibili*⁷, alle elemosine *provenienti dalla carità dei devoti* e ai proventi connessi soprattutto all'attività di culto⁸, risulta formata da 17 religiosi e 7 confratelli laici.

La contabilità giornaliera in esame non comprende riferimenti a pasta e pane preparati in casa, a frutta e verdura raccolte nell'ampio orto conventuale a cui si fa spesso cenno per i periodici lavori di coltivazione anche con l'impiego retribuito di qualche maestranza esterna. Gli *esiti* sostenuti per le *pietanze* sono in larga parte assorbiti per l'approvvigionamento di carne, prodotti del mare e uova. La prima fa registrare 78 forniture per un totale complessivo di circa 530 kg⁹, costituite in prevalenza da tagli di carne ovina, in particolare di *castrato* (agnello giovane) e di *magliato* (maschio adulto di pecora castrato); la frequenza settimanale si aggira sulle due volte (quasi sempre di giovedì e domenica, mai di venerdì, sabato e durante la quaresima), con una media di circa 8 kg per ognuna; a questi quantitativi occorre poi presumibilmente aggiungere anche la quota ricavata dai 72 agnelli raccolti con le questue che, in

5 Per una panoramica completa e omogenea, cfr. gli elenchi riportati in Appendice.

6 Archivio Diocesano di Oria (=ADO), *Libro d'introito ed esito del Convento de PP. Riformati ti di Francavilla Diocesi di Oria formato da D. Pietro di Fazio Sindaco Apostolico...*, fasc. 27.

7 Con riguardo al periodo qui considerato la raccolta complessiva si sostanzia in 57 q di grano (destinati in gran parte alla preparazione di pane e pasta), 14 di fave, 133 kg di ceci, 110 di piselli, 56 di fagioli, 72 agnelli e un maiale.

8 A titolo di curiosità segnaliamo in proposito che gli introiti provengono dalla celebrazione di 5.942 messe *basse*, 362 messe *cantate* e 257 litanie.

9 Tutte le antiche unità locali di peso e capacità, per questo e per i successivi monasteri, sono state direttamente trasformate in chilogrammi e/o in litri, al fine di agevolare un più immediato confronto.

parte vengono venduti e in parte destinati invece alla cucina insieme ad un maiale ricevuto in dono *per divozione*.

Il pesce fresco, che proviene soprattutto dalla marina brindisina, risulta acquistato 95 volte per una quantità che sfiora i 1.100 kg, lasciando così ipotizzare una sufficiente disponibilità settimanale, variabile in base anche ai cicli stagionali della fauna adriatica che arricchisce questa tavola soprattutto di merluzzi, *pupilli* (zerri), sarde e triglie; altri prodotti di mare abbastanza ricorrenti riguardano le *cozze nere di Taranto* (22 compere dai 13 ai 16 kg per ogni volta), poi le patelle (4), vongole (2), polpi (6) e seppie (2); quanto al pesce da conserva o sotto sale, gli acquisti sono in tutto 16, suddivisi fra *sarde salate* (10 volte), baccalà (3), *stocco* (2) e *tarantello* (1).

Non mancano i legumi dalla dieta di questa comunità grazie in prevalenza ai quantitativi che provengono dalle questue settimanali: i conversi laici addetti alla *cerca*, nel corso dell'anno raccolgono quasi 14 q di fave, 133 kg di ceci, 110 di piselli, 56 di fagioli; si tratta certo di quantitativi sufficientemente in grado di soddisfare le esigenze dei frati che, fatti i conti, possono contare su un'ampia disponibilità mensile di 120/130 kg.

Quanto alle uova, ne abbiamo contabilizzate in tutto 6.702, pari a una quota media di 18/19 unità al giorno: è verosimile però ritenere che tali consumi, variabili nel corso della settimana, vadano ulteriormente incrementati dalla produzione interna, come si evince dalle note relative all'acquisto periodico di crusca per il *gallinaro*.

Stando alle voci di spesa e a quelle che ricorrono nella rendicontazione delle questue, il consumo di vino appare piuttosto contenuto, fermo a soli 350 lt con una miscita presunta di qualche boccale limitata alle ricorrenze particolari; le provviste dell'olio sono effettuate in aprile, maggio e giugno, assicurando una disponibilità di circa 850 kg che sembrano una copertura più che sufficiente a garantire le normali esigenze di cucina dei 24 commensali; altrettanto può desumersi per il formaggio da tavola, con le 25 *pese* plasmate per l'intero arco temporale di riferimento che si traducono in un consumo di circa 5/6 kg al mese; minor rilievo assumono poi alcuni altri generi acquistati saltuariamente, consistenti in una decina di chili di zucchero e di miele, oltre a modeste quantità di caffè, mosto cotto e sanguinaccio.

Dopo i francescani *Riformati* l'indagine prosegue senza allontanarsi da Francavilla, rimanendo all'interno della locale clausura di S. Chiara. L'analisi sulle spese vittuali di queste clarisse comprende, in base alla disponibilità documentaria, un arco cronologico di 320 giorni, quelli fra il 16 ottobre del 1748 e il 31 agosto successivo del 1749¹⁰. Anche in tal caso dalle rilevazioni effettuate mancano alcuni generi alimentari, perché o autoprodotti (pane e pasta) o provenienti direttamente dalle proprietà fondiarie del monastero sotto

10 ADO, *Libro mastro del Monastero delle Chiariste di Francavilla, Cibario*.

forma di rendite e di conseguenza qui non quantificabili: in particolare dalle note di spesa sfuggono i riferimenti soprattutto a grano, legumi e caseari (con riguardo a questi ultimi gli unici acquisti comprendono una trentina di kg di ricotta *forte*).

Il grosso delle provviste quotidiane è concentrato, ancora una volta, sul rifornimento di carne e derivati, pesce e affini, uova, verdure, ma non mancano anche significativi acquisti di volatili, vino, olio e frutta fresca. Cominciando dalla carne il consumo registrato è considerevole, rapportando la quantità complessiva (circa 15 q) rispetto alla frequenza degli acquisti e alla consistenza numerica della comunità, formata da 25 monache coriste e 5 converse. Ad esclusione dei canonici giorni di divieto, i 270 rifornimenti contabilizzati garantiscono carne almeno tre volte a settimana per un quantitativo medio che si aggira dai 6 ai 7 kg a pranzo o a cena; in cima alle preferenze il taglio che occupa la prima posizione è quello del *castrato* con 155 acquisti, seguito dall'agnello (68) e dal suino (47). Per una certa affinità aggiungiamo qui anche i 50 acquisti dei volatili che riguardano in tutto 360 tordi cucinati *al solzo*¹¹ (solcio) un paio di volte al mese, e ancora 52 allodole, 26 piccioni e 25 capponi (questi ultimi destinati, il più delle volte, alle religiose convalescenti: *per le malate*).

Altrettanto cospicuo è il ricorso ai prodotti del mare che compaiono a tavola, alternandosi, in 288 circostanze. L'assortimento è vario ed è favorito dalla prossimità di due fasce costiere (adriatica e ionica), oltre che dalla circostanza che la comunità è in grado di assicurarsi da giugno a settembre, ogni settimana, un certo quantitativo di *neve* (ghiaccio), utilizzata certo anche per preservare la freschezza del pesce; le specie acquistate comprendono 21 varietà così suddivise in ordine quantitativo di preferenza: *minnule* (menole), pagelli, sardine, triglie, cozze, cefali, sgombri, orate, corniole, boghe, alici, palombi, polpi, dentici, cernie, razze, ostriche, ricci, salpe, aguglie, seppie, aragoste. L'entità delle porzioni singole non possono definirsi con precisione ma, tenuto conto del numero delle commensali che più o meno siedono a tavola ogni giorno, si tratta di piatti soddisfacenti, anche in rapporto alla fornitura complessiva calcolata a peso intorno ai 600 kg a cui vanno aggiunte le cozze, acquistate 28 volte (senza l'indicazione della quantità ma solo riportando la spesa sostenuta); ed ancora ostriche, ricci e aragoste contabilizzate su base numerica, totalizzando le prime 1.900 unità, i secondi 350, le ultime 20. Nel medesimo comparto ittico sono da segnalare anche i prodotti da dispensa, sotto sale, il cui consumo appare incrementato solo nei mesi invernali: le sarde con 23 portate, le salacche con 15, la tonnina con 11 e, infine, il baccalà con 2.

¹¹ Questa antica preparazione prevede che i tordi, dopo essere stati puliti ed eviscerati, siano aromatizzati con alloro, semi di finocchio, grani di pepe e messi a cucinare lentamente in acqua salata; cotti e fatti raffreddare, sono poi conservabili per molto tempo se sistemati in recipienti di vetro in salamoia di vino, ben chiusi ermeticamente.

Dopo carne e pesce, anche le quote d'impiego delle uova raggiungono livelli di un certo peso, essendone annotato con precisione il numero complessivo pari a ben 14.540 unità: il dato è notevolmente sostanzioso a considerarlo ripartito fra i 320 giorni contabilizzati, gli acquisti sono frequenti, effettuati più di una volta a settimana, ed è presumibile immaginare pertanto che si tratta di un alimento destinato spesso non solo ad assicurare il piatto cardine *per la sera* (come qualche volta viene pure aggiunto accanto alle relative registrazioni), ma anche, in abbondanza, per tutte le altre variegata e molteplici esigenze di cucina.

Il rifornimento di verdure e ortaggi è pressoché quotidiano, secondo i cicli produttivi stagionali, finalizzato alla preparazione della minestra calda di base a pranzo e del *sopratavola*/contorno a cena; l'ampia offerta del mercato locale consente alle monache di avvalersi di un buon assortimento, caratterizzato anche da acquisti giornalieri diversificati (per essere poi cucinati assieme), secondo il seguente elenco in ordine preferenziale che tiene conto (fra parentesi) del numero delle forniture per ciascuna varietà: cicorie (116), cavoli (52), insalata (31), carciofi (22), zucchine (22), finocchi (21), *caroselli* (19), fagiolini (15), sedani (13), cardi (13), senapi (10), cocomeri (9), verze (7), bietole (7), fave fresche (6), melanzane (3), cavolfiori (2), spinaci (2), agli (2), cipolle (2), cappucci (1), piselli (1), *lampascioni* (1), peperoni (1, *in aceto per provvista*), ravanelli (1). Pure in tal caso le razioni non sono definibili, in quanto generalmente con riguardo alle verdure le note contabili riportano solo il costo sostenuto per ogni singola fornitura.

Un'altra non trascurabile componente del regime alimentare di questo monastero è rappresentata dal vino, la cui provvista presso produttori locali, ricorre una o due volte a settimana e raggiunge livelli complessivi di un certo interesse attestati su circa 7.300 lt. Volendo ipotizzare un calcolo medio, la comunità avrebbe a disposizione ogni giorno quasi 23 lt, un quantitativo cioè in grado di soddisfare largamente il fabbisogno sia del pranzo che della cena, con due/tre boccali a testa.

Pari abbondanza si profila anche per la disponibilità dell'olio, utilizzato come condimento cardine per gli usi di cucina, che risulta immagazzinato con più partite tra febbraio e marzo per un ammontare pari a poco meno di un quintale e mezzo, traducibile in una quota giornaliera oscillante dai 4 ai 5 kg, destinata con ogni probabilità non solo al condimento, ma anche ai fondi e alla frittura (una modalità di cottura fra le più gradite e ricorrenti come lasciano intendere le annotazioni a margine degli acquisti di alcune varietà ittiche, come menole e pagelli: *per fritto*).

Gli ultimi riferimenti riguardano la frutta e alcuni altri generi di varia natura. La prima, quella fresca, compare solo nei mesi estivi ed è circoscritta a 65 forniture: meloni (21 volte), ciliegie (14), mele (12), uva (7), fichi (6) e pere (5); la secca non è molto utilizzata, in quanto le note in questione richiamano acquisti limitati ad una ventina di chili in tutto fra noci, castagne e mandorle;

altrettanto scarse sono le poche forniture di aceto, limoni, funghi, pepe, sale, caffè, miele, zucchero e *forticelli* (peperoncini piccanti).

Altri ragguagli sulle cucine che stiamo esaminando possono essere estrapolati dalle note contabili stilate nel monastero di S. Giovanni Battista in Oria appartenente alla congregazione celestina¹². Le informazioni, che focalizzano l'anno compreso tra il 1° febbraio 1790 e il 31 gennaio del 1791, riguardano una comunità formata da 13 persone: 5 monaci, 5 conversi (fra cui Celestino Viscia *fattore di campagna*, Saverio Corrado, *cuoco*, che – guarda caso - porta lo stesso cognome di un illustre confratello, Vincenzo, ben noto agli studiosi della gastronomia napoletana¹³, Vincenzo Salvatore, *refettoriere*, *cantiniere* e *panettiere*), 3 secolari (fra cui Saverio di Tomaso, *aiutante di cucina*).

L'organizzazione strutturale ricalca un modello amministrativo piuttosto ricorrente fra le case religiose maschili in età moderna, potendo contare su buoni margini di garanzia per le esigenze connesse all'auto-sostentamento: questi monaci, infatti, oltre a riscuotere periodicamente *decime di frutta e ortolanie* provenienti dalle varie proprietà fondiarie, avvalendosi delle prestazioni di alcuni salariati di fiducia, gestiscono un piccolo trappeto per la molitura delle olive, un palmento per produrre mosto d'uva e vino, una panetteria per la *fattura di pane e maccheroni*, un orto coltivato, un giardino con alberi da frutta e pozzo d'acqua; dispongono, inoltre, di una cucina ben attrezzata¹⁴ dotata anche di forno e camino, di un refettorio¹⁵ sufficientemente

12 Archivio di Stato di Brindisi, *Libro della temporale amministrazione del venerabile monistero di S. Giovanni della Città di Oria fatta dal Rev.mo Padre Abate Don Marcello Basile...cominciando dal 1° febraro 1790 a tutto gennaio 1792*. In proposito ringrazio il prof. Domenico Urgesi per la cortese collazione del documento.

13 Si tratta appunto di Vincenzo Corrado (1736-1836) nato ad Oria, entrato giovanissimo fra i locali celestini per svolgere prima l'anno di noviziato e poi essere chiamato a Napoli dai superiori dell'ordine nel monastero partenopeo dove approfondì l'arte culinaria, divenendo ben presto uno dei cuochi più accreditati nelle corti nobiliari della città: sancì, fra l'altro, l'ingresso del pomodoro nella cucina napoletana e fu protagonista della svolta salutistica e vegetariana del Settecento; non pervenne mai al sacerdozio, ma pubblicò varie opere di successo, fra cui, nel 1773, "Il cuoco galante", un classico della scienza gastronomica, che ebbe numerose ristampe e larga diffusione; cfr. Z. CIUFFOLETTI, *Introduzione*, in Vincenzo Corrado, *Il cuoco galante*, Firenze 2004.

14 Questo è il relativo inventario redatto nel medesimo anno del nostro rilevamento: *Un caldaro di rame col coverchio di ferro; una catena di ferro; un trepiede grande di ferro; un discepolo di ferro; due palette di ferro, una grande e una piccola; un maciere di rame; due conche grandi di rame per lavare li piatti; un cocchiario di rame grande; un passabrodo di carne; un coppino di rame stagnato; un tavoliere di legno; un bancone di legno; un ceppo; un mortaio di bronzo col suo pistello; un altro di pietra con pistello di legno; una mannaia; una cortella; due cortelli piccoli; due forchette piccole di ferro; una fesina per l'acqua; tre pignate di rame, due grandi ed una piccola con due coverchi; tre cazzarole di rame, una grande e due piccole con li loro coverchi; una tiella di rame ovata col suo coverchio; tre tielle di rame, una grande e due piccole; una tielluccia di rame; tre buzzonetti, grande, mezzano e piccolo; una conca di rame; un secchio di rame; sei cocchiare di ferro ed un coppino piccolo; una padella di rame per friggere; quattro trepiedi di ferro piccioli; due sedie; un fornello con coverchio di ferro; due tavolini; due tavole d'abeto; una grattacascio; una graticola di ferro; un lambicco di rame cfr.*

capiente per i commensali abituali e per gli ospiti quando presenti, di due cantine per il vino¹⁶, di una dispensa per le vettovaglie da conservazione¹⁷, di un magazzino per granaglie e legumi¹⁸, di un *riposto* e un deposito per custodire utensileria di varia natura¹⁹.

Quanto ai generi alimentari consumati nell'arco dell'anno disponiamo delle seguenti indicazioni²⁰ che riportiamo in maniera schematica, segnalando fra parentesi la relativa quantità registrata: grano (50 q circa assorbiti prevalentemente per confezionare in casa pane e pasta); fave (kg 288, ma – viene specificato – una quota parte è destinata alla tavola degli ospiti); ceci, fagioli e lenticchie (complessivi kg 177); vino (105 ettolitri, ma – anche in questo caso – andrebbero separate le quote – non specificate – assorbite dagli ospiti e dalla celebrazione delle messe); mosto cotto (lt 180); aceto (lt 500); olio (kg 1,515 *per cucina, refettorio, lampade e lucerne*); sale (kg 230 *per comunità, salature e olive*), formaggio (kg 331, per comunità e ospiti); lardo, sugna e salami (kg 172, per comunità e ospiti); *pasta fina di Brindisi* (kg 94); *maccaroni*

Libro della temporale, cit. nota 12: *Inventario delle cose movibili di questo nostro monistero di S. Giovanni Battista di questa città di Oria*.

15 Risulta arredato e fornito di quanto segue: *tre banchi con sedili di noce; due portiere di tela bianca nelle finestre coi rispettivi ferri; sei fondelli di stagno; tre candelieri d'ottone e lumi; un fiasco di rame grande col sul cato; una ogliera di stagno con le due loro garaffine di cristallo; vari bicchieri di cristallo; un rione; un tavolino d'abeto; una mattera col coverchio; un tavoliere per il pane; due setacci e due setelle; un fiasco grande; due sacchi per òa farina; un vaso di creta per uso della panetteria; quattro boccali per l'acqua; un bocolone per il vino; quattro bottiglie per il vino; una canestrella per mettere le posate; un altro cesto per porre il pane e robbe; sei tovaglie da tavola; due bocoletti per il vino; cinque forcine di ferro col manico d'osso bianco; salvietti numero 25; una lanterna di latta bianca a quattro vetri; un buzzico di latta; numero quattro saliere di creta; una manta di lana per coprire il pane, cfr. ivi.*

16 Una è indicata come quella “di basso” e conserva venti botti di vino, grandi e piccole, e una botte per l'aceto con varie attrezzature (*tinacci, colatoi, imbuti, bocaloni, scanni, canizze e bilancie*); l'altra si trova “di sopra” e custodisce solo “bocce” da vino, 28 grandi e 3 piccole.

17 Al momento del sopralluogo si rinvennero: *due vasi grandi per conservar olive; una boccia per conservar il mosto cotto; alcune lancette; una scanzia dove si conservano li piatti ordinari; due canicchioni di ferro per uso del palmento; l'ordegno del trappeto; numero 10 sacchi di vettovaglie, due pezzi di verzella o sia ferro di rotola 14; un asse di ferro, cfr. ivi.*

18 Vi si ritrovano: *tre cestoni per conservar grano; un altro cestone nuovo; quattro casse senza coverchi quali si conserva il sale; un mezzetto ferrato; uno stoppello non ferrato; una pala di legno; 18 fiscoli per il palmento; 4 nuovi per il trappeto; sei tinelle nuove e altre tre vecchie, cfr. ivi.*

19 Sono custoditi i seguenti oggetti: *quattro cioccolatiere di rame ed una di latte; una caffettiera di stagno; un molinello; una piccola caffettiera di creta; due lancette di creta; un boccale di rame; un porta olio ed aceto di stagno; due bicchieri di cristallo per acqua; una guantiera di ferro; un secchio piccolo di rame; tredici chicchere per caffè con loro piattini; otto posate d'argento consistenti in forcine, cocchiari e maniche e cortelli d'argento; due cocchiaroni d'argento; una paletta per sfogli d'argento col manico d'osso; due saliere d'argento; un cortello e forcina da trinciare con manico d'argento, cfr. ivi.*

20 Dalla documentazione esaminata non emerge alcun riferimento né alla carne di quadrupedi, né alle uova; nulla si evince inoltre sulla possibilità che questi prodotti possano in realtà essere forniti alla comunità sotto forma di decime e/o contratti mezzadri.

dalla Costa Napolitana (kg 163, serviti per la famiglia nei giorni soliti a doversi dare ed in occasione che vi è stata foresteria); capponi e galline (è indicata solo la spesa sostenuta pari a 8,5 ducati); carne porcina (kg 15, per farne soppresse); cioccolato (kg 2,5); caffè (kg 34); zucchero (kg 49).

Ulteriori acquisti, compresi però in un'unica voce di spesa, riguardano 717 meloni (provenienti da Carmiano), *capperi, uva passa, moscatellone, aringhe, noci, fichi secchi, noci, mandorle, castagne, paparuli, sgombri, canditi, torrone e altri dolci per Natale*. A proposito di quest'ultimi viene segnalata in particolare la fornitura di uno *zuccotto di Francia*²¹, del peso di circa 4 kg, il cui costo si aggira intorno ai 3,5 ducati.

Una certa curiosità suscita apprendere che l'amministratore paga un modesto salario annuale (4,5 ducati) al giovane garzone incaricato periodicamente di trasportare *acqua da bere* nella conserva della cucina (da cui viene poi prelevata per essere servita in refettorio fra pranzo e cena): si tratta, nel complesso, di 100 some, circa 1600 litri, caricati e scaricati nel corso dell'anno per una media giornaliera di disponibilità a tavola pari a quasi 4 litri e mezzo, se rapportata all'abituale presenza dei 13 commensali.

Qualche cenno, infine, meritano anche le note delle altre spese che ricadono in genere nei comparti alimentari da cui, per esempio, veniamo a sapere che la comunità impiega periodicamente un certo quantitativo di *sevo per lo stiro del palmento*; utilizza *cannella, garofoli e zolfo per fare la stufa alle botti della cantina*; destina 66 kg di sale per sistemare il *pavimento del forno nuovo*. Altre uscite si rendono poi necessarie *per ammazzare il pidocchio dell'alberi di fichi*, per piantare in giardino *fave, piselli e cime amarelle*, per spazzare il camino della cucina, per rinnovare vasellame e posate varie (*pignate, tegami, lancelle, coppini, cocchiare, padelle per friggere, piattini, saliere*), per ricompensare sia il *caldarolo*, che ha stagnato *alcune pignatte e cassarole*, sia il *ferraro* per aver fatto *due piedi di ferro ad un trepiede ed un anello al coverchio di rame*.

Ulteriori brevi ma significative informazioni sulle abitudini alimentari dei monasteri di Terra d'Otranto le ricaviamo ancora con riguardo alle clarisse di S. Maria degli Angeli di Brindisi. Lo schema dietetico ricostruito nel corso del '700²² non si discosta molto da quello osservato dalle consorelle francavillesi: di norma il pranzo tipo si fonda infatti su una razione di pane, una di vino, due pietanze calde, un *sopratavola* e frutta (solo d'estate); l'assortimento e l'alternanza dei piatti ruotano attorno alle frequenti minestre di verdure e ortaggi vari con prevalenza di cicorie, cavoli, cime di rapa, scarole, senapi, lattughe, bietole, verze, carciofi, fave e zucchine; solo a partire dagli ultimi

21 Si tratta di un dolce molto gustoso, ben noto, a forma di zucchetto, confezionato con pan di Spagna imbevuto di *alcherme* e farcito con ricotta, cioccolato, miele e canditi

22 Cfr. K. DI ROCCO, *Alimentazione e vita contemplativa nel monastero di Santa Maria degli Angeli di Brindisi*, in <<Itinerari della Ricerca Storica>>, XI/1997, pp. 31-75 (i documenti relativi sono alloggiati presso la biblioteca "De Leo" di Brindisi).

decenni del secolo sono annotati *pomidori* e *molignane* (melanzane), quest'ultime cotte al *forno* o conservate *in aceto*; una volta a settimana, con una certa costanza, le note di spesa rinviano alla provvista di *maccheroni* per un quantitativo di circa 9 kg (la comunità in questo periodo fra monache e *serventi* si aggira intorno alle 40 unità); la carne abbonda, soprattutto quella ovina del *castrato* che viene cucinata spesso, tanto che l'analitica contabilità relativa al 1781 attesta, per esempio, un consumo disponibile per ciascuna religiosa di quasi 3 kg al mese; la medesima tendenza si profila per l'impiego dei prodotti ittici, con provviste caratterizzate dalla vivacità del mercato cittadino largo di varietà che sono ancora una volta annotate di volta in volta, segnalando sarde, dentici, boghe, anguille, tonno, persici, raie, polipi, calamari, saraghi, cernie e seppie; i rifornimenti variano di anno in anno, ma la punta di maggior consumo è segnalata nel 1756 durante cui si registrano acquisti per un totale di circa 869 kg; abbastanza frequente è pure il ricorso ai mitili, alle *cozze nere, bianche, di Taranto*, cucinate in abbinamento al riso che, in più di una circostanza, è comprato nel medesimo giorno; non mancano poi alcune provviste di un certo pregio come quelle di aragoste, ostriche e *rizzi* (ricci), acquistati secondo l'opportunità e la convenienza dell'offerta; l'approvvigionamento delle uova è altrettanto apprezzabile, quasi quotidiano, servite in refettorio due volte a settimana come pietanza a sé, in prevalenza per le cene del mercoledì e del sabato, utilizzate inoltre ai fornelli secondo le necessità quotidiane; il *cacio* in parte proviene dalle proprie masserie, in parte risulta acquistato per integrare l'autoproduzione che evidentemente non è sufficiente a coprire il fabbisogno: nel 1710 l'approvvigionamento esterno è, infatti, di 43 *pezze* (circa 130 kg), nel 1715 di 40, nel 1774 di 50; anche sulla tavola di queste clarisse il vino non manca, considerato che il relativo rifornimento avviene ogni settimana; quanto ai condimenti, oltre all'olio (600 kg acquistati in un anno) c'è da segnalare pure l'uso di lardo (circa 20 kg al mese); la frutta, infine, a partire da maggio/giugno e fino alla metà di ottobre, è disponibile quasi a giorni alterni, costituita da mele, pere, ciliegie, *percoche*, albicocche, meloni e uva; il quadro è completato dall'acquisto costante e periodico, ma in piccole quantità, di pepe, sale, aceto, miele, zucchero, cannella, zafferano, chiodi di garofano e cioccolata. Infine occorre segnalare che, nei primi dell'Ottocento, interviene una disposizione vescovile per porre in qualche modo freno agli sperperi alimentari, fissando in tabella le porzioni *pro capite* di alcuni generi: 220 g per la carne, 180 per il pesce, 220 per i maccheroni, 150 per il riso, 150 per la pasta in brodo, 450 per le fave (non sbucciate).

Da Terra d'Otranto ci spostiamo in Capitanata, a San Marco in Lamis, nel refettorio di un altro convento francescano maschile, quello degli osservanti di

S. Matteo, analizzando le spese sostenute dal gennaio al dicembre del 1817²³. Non sappiamo con precisione quanti siano i frati residenti, ma da alcuni indizi è molto probabile che la loro consistenza numerica si aggiri intorno alle 12 unità, a cui vanno aggiunti i 5 o 6 *cercanti* addetti alla questua che, accanto all'attività di culto, fornisce l'unica fonte di sostentamento. In proposito gli introiti registrati mensilmente, riportano quanto ricavato sia dalla celebrazione delle messe (*parate, cantate, lette, amovibili*), sia dalla recita delle litanie (*semplici* o con *organo*), sia dalle elemosine in denaro o in derrate, sia, infine, dalla vendita di generi (anche alimentari) in eccedenza rispetto ai propri bisogni.

Al riguardo possiamo inoltre aggiungere che anche in questo convento si confeziona e si cucina il pane destinato alla mensa, che la coltivazione del giardino si avvale dell'opera quotidiana di un *ortolano* e di un *sorvegliante*, che la preparazione dei pasti è affidata ad un *cuciniero* laico esterno salariato, che all'interno delle mura conventuali sono attivi un porcile, un ovile e un pollaio.

Ciò premesso occorre pure considerare la strutturazione delle note contabili che, relativamente ad alcuni generi, si limitano ad una indicazione piuttosto vaga, come nel caso della generica voce "minestra, *sopratavola* e insalata" che accomuna una sola partita di spesa. Anche il consumo della carne sfugge ad una attendibile valutazione, acquistata solo poche volte per un quantitativo che non supera i 20 kg; in realtà dai resoconti delle questue emerge che molti capi di bestiame (soprattutto maiali, *porcelli* e ovini) vengono donati alla comunità e poi, per la parte eccedente destinata alla macellazione interna, risultano venduti facendo cassa secondo le quotazioni di mercato.

Per il resto i dati a disposizione offrono allo sguardo un modello alimentare caratterizzato dall'alternarsi dei seguenti piatti: minestre di verdure raccolte dal giardino o piatti di pasta come si evince dal rifornimento di maccheroni, maccheroncini (in media 27 kg al mese) e, in quantità minori, *vermicini*, *punte d'ago* e *taglioline*; del tutto irrilevante è il ricorso al riso che compare a tavola solo in pochissime circostanze; i legumi sono bene assortiti: fagioli, lenticchie, piselli, fave risultano contabilizzati per un totale di 660 kg; dai mercati ittici del Gargano i frati si riforniscono di pesce fresco, indicato genericamente e solo in rapporto all'entità della spesa: per l'intero anno gli acquisti ammontano a circa 322 kg, per una media mensile di 27 kg; quanto alle specie sotto sale, la scelta comprende 60 kg di baccalà, 50 aringhe e 320 *sardoni*; le uova comprate sono in tutto 752, ma certo non esprimono l'intera quota di consumo che è integrata da quella proveniente dal pollaio interno che consente ai frati di poter contare su una buona riserva energetica, in alternativa alla carne e al pesce; un'altra vivanda largamente utilizzata è costituita dalle patate, considerato che ne risultano immagazzinate circa 17 quintali; altrettanto può dirsi per l'uso del

23 Convento di S. Matteo, archivio: *Libro d'introito ed esito del venerabile convento di S. Matteo Apostolo sotto il governo del P. Benedetto di S. Marco, 1816-26.*

vino, il cui impiego a tavola appare ampiamente sufficiente ogni giorno: la provvista annuale, effettuata in più volte, raggiunge infatti poco meno di 6.000 litri che, rapportati alle esigenze numeriche dei commensali, delineano una disponibilità quotidiana di circa un litro a testa; con l'olio d'oliva, invece, non si largheggia, i relativi rifornimenti sono alquanto contenuti e, almeno quelli contabilizzati si aggirano su soli 150 kg; per i fondi di condimento si preferisce il lardo, più conveniente, essendo in larga parte autoprodotta con la macellazione suina interna; gli altri elementi della dieta qui delineata rientrano nell'ordinaria *routine* di spesa che prevede anche alcuni generi voluttuari come uva passa, fichi secchi, mandorle, rosolio, rhum, torrone, mostaccioli e caffè; una citazione a parte merita, infine, il consumo di peperoncini piccanti (8 kg), di pepe (2/3 kg) e soprattutto di sale i cui cospicui rifornimenti, che ammontano a 365 kg, lasciano supporre, oltre all'impiego normale di cucina, anche una destinazione per le salamoie da conservazione.

Proseguendo verso nord per un centinaio di chilometri, ci fermiamo a Campobasso nel convento delle locali carmelitane dove la mensa rispecchia l'austero carisma dell'Ordine d'appartenenza e soprattutto appare in linea con il profilo della giovane comunità, non numerosa (solo 10/12 professe), che nell'anno del sondaggio (1 agosto 1748 - 31 luglio 1749)²⁴, vive la precarietà tipica dei primi anni dell'avviamento claustrale, con un assetto non ancora ben consolidato.

Anche il regime alimentare risente di tali difficoltà che condizionano l'andamento dei consumi caratterizzati, a pranzo e cena e quasi ogni giorno, da un sostanzioso piatto principale a base di verdure cotte abbinato a buon mercato, utilizzando l'assortimento delle opportunità stagionali fra bietole, senapi, zucchine, cavoli, broccoli, scarole, cappucci, cipolle, cicorie, rape, verze, rucola, fave e piselli novelli; questa prima portata risulta spesso integrata da un contorno di ulteriori vegetali come insalata o finocchi o sedani sempre disponibili a tavola: non a caso le annotazioni specifiche segnalano nel complesso ben 517 acquisti nel comparto delle verdure e degli ortaggi (anche diversificate nel medesimo giorno). A volte la prima portata varia: spesso di domenica le verdure sono sostituite da una razione di maccheroni o di *gnocchetti*: i primi acquistati in 42 circostanze per un ammontare che oscilla ogni volta dai 2 ai 3 kg, i secondi preparati 12 volte, farciti con *mandorle, zucchero e cannella*; di venerdì, invece, ricorre il riso che risulta comprato 26 volte (1,5/2 kg) in concomitanza giornaliera con mandorle o piselli o fave o cipolle (di Boiano).

I rifornimenti della carne - mai annotata durante tutta la quaresima, di venerdì e nelle viglie delle festività dedicate alla Madonna - sono notevolmente

24 Archivio di Stato, Campobasso, Fondo Eca, Luoghi pii, b. 1/5 (*Esito che si fa da me Lorenzo de Luca per le signore monache di S. Maria del Carmine di questa città di Campobasso (...) per quello che occorre per la tavola del medesimo*).

inferiori rispetto alle realtà comunitarie precedentemente esaminate: avvengono in media solo una volta a settimana per un totale di 34 registrazioni che sono, però, prive dell'indicazione dei capi di bestiame e delle quantità acquistate. Poche provviste riguardano specificamente qualche *pie*de di *porco* (per ricavarne *gelatina*), *porchetta* (subito dopo Natale), *boccolari* (salumi), prosciutto, lardo, sugna e ventresca. Anche il ricorso ai volatili è di poco conto: in tutto 15 referenze, solo per alcune unità di tordi, pollastri, galline, tacchini e capponi (il più delle volte destinati *a quelle che non possono fare la quaresima*).

Altrettanto basso è il numero delle uova acquistate, in tutto 1.363, ma anche qui supponiamo un probabile approvvigionamento autonomo integrativo: ad ogni modo il loro impiego è quasi sospeso durante il periodo quaresimale e i venerdì.

Passando al pesce fresco se ne fa uso un paio di volte a settimana privilegiando innanzitutto quello di fiume, come le tinche *del Matese* acquistate 24 volte, ma non mancano i riferimenti alle specie marine provenienti dal versante adriatico, in particolare anguille, cefali, triglie, alici, sarde e seppie: l'entità dei rifornimenti (dai 2 ai 3 chili a spesa), lasciano supporre porzioni appena sufficienti. L'alternativa della dispensa ittica fa inoltre leva sul baccalà (9 volte) e sugli altri consueti prodotti sotto sale assortiti fra aringhe, salacche, alici e tarantello (in tutto 21 ricorrenze).

Pochissime note amministrative, solo 6, concernono i caseari, relativamente a qualche kg di ricotta, cacio e alcune provole; del tutto assenti invece i legumi, a differenza della frutta che occupa un discreto spazio nei menu settimanali, soprattutto nella tarda primavera e in estate, a cominciare dalle ciliegie per proseguire con pere (di gran lunga preferite con 45 acquisti), pesche, *percoche*, meloni, fichi e uva. Le quote di consumo della frutta secca sono piuttosto scarse, quelle più significative riguardano le mandorle (per 14 forniture), destinate anche alla preparazione dolciaria – non molto accentuata a dire il vero – tenuto conto dei contemporanei modesti quantitativi di cannella, chiodi di garofano, miele, zucchero e mosto cotto.

Da ultimi rimangono da segnalare i valori del vino e dell'olio: il primo, stando alle registrazioni, non compare mai a tavola ad eccezione di un paio di circostanze; il secondo è invece utilizzato con una certa parsimonia, considerando i ritmi degli approvvigionamenti che appaiono stentati, non superando uno *staro* per volta (circa 18 kg) ogni 30/40 giorni.

Del tutto diversi sono invece gli aromi che si sprigionano dalle tavole del refettorio benedettino di S. Cecilia a Roma, un monastero d'antica istituzione abitato in larga parte da monache radicate fra i più influenti casati dell'aristocrazia cittadina. La comunità, nell'anno qui esaminato (1° maggio

1694 – 30 aprile 1695)²⁵, è composta da 52 coriste e 19 converse, per un totale quindi di 71 *bocche*, destinatarie dell'approvvigionamento alimentare giornaliero affidato a due figure differenti, in base alla tipologia delle provviste: carne, pesce e caseari rientrano fra le competenze della *procuratrice*, monaca eletta dal capitolo per ricoprire l'incarico triennale, destinato a curare, fra l'altro, i rapporti con fornitori di maggior peso economico; mentre verdura, frutta, legumi, volatili, pasta, dolci, frumento e altri generi minuti sono affidati allo *spenditore*, un collaboratore di fiducia esterno, scelto dalla badessa, addetto agli acquisti al dettaglio, con riguardo soprattutto alle derrate di mercato.

Ogni operazione viene registrata con ordine e precisione, consentendoci così di entrare nelle pieghe delle provviste acquisite. Cominciando dal comparto della carne destinata a pietanza, il relativo consumo sfiora i 31 q per una media mensile di circa 250 kg: il rifornimento viene effettuato un paio di volte a settimana per quantitativi che oscillano in base ai periodi dell'anno e all'esigenze di cucina, all'interno di valori compresi fra i 5 e i 25 kg per volta; i mesi durante cui se ne fa un uso più consistente sono luglio e novembre; a marzo – in coincidenza della piena quaresima – l'impiego è invece limitato a più modeste disponibilità riservate ai casi di malattia. Il taglio di gran lunga preferito è quello della *campereccia*, identificata con la vitella da pascolo che sfiora il 67% del totale, le altre specie rimanenti riguardano ovini, caprini e *mongana* (vitellina); riferimenti specifici fanno inoltre cenno al consumo di *animelle* (18 kg), cervello (20 kg), fegato (10 kg), *lombetto* (136 kg), prosciutto (180 kg), salami (68 kg), salsicce (100 kg), ventresca (40 kg), *piedi* di porco (n° 100), teste di castrato (n° 4), di capretto (n° 24), di maiale (n° 3), *trippe* di vitello (n° 14); quanto ai fondi di cottura – in proposito occorre sottolineare l'assenza dell'olio d'oliva dalle abitudini alimentari di questa comunità – l'assortimento per la dispensa predilige lardo (250 kg), grasso (130 kg), sugna (140 kg), oltre che *butirro* (burro) comprato settimanalmente, fresco, al bisogno.

Non altrettanta precisione nominale viene adoperata per le partite del pesce fresco che, quasi sempre, registrano solo la quantità acquistata, senza l'indicazione delle specie, se non con riguardo a poche forniture di cefali (10 kg), merluzzi (5 kg) e mosciame (4 kg). Mensilmente l'approvvigionamento ittico raggiunge in media i 140/150 kg (con la punta più alta a marzo che segna 257 kg), a cui si aggiungono circa 60 kg di *telline* e i prodotti sotto sale o conservati, serviti a tavola solo da gennaio a marzo e consistenti in alici (50 kg), tarantello (8 kg), tonnina (4 kg), salmone (12 kg.), caviale (8 kg) e aringhe (n° 78).

25 Archivio di Stato, Roma, Congregazioni religiose, Fondo monasteri soppressi, benedettine cassinesi di Santa Cecilia, b. 4224 (Registro delle spese di cucina); sulle vicende di questa importante istituzione si veda: *Le cronache di Santa Cecilia. Un monastero femminile a Roma in Età moderna*, a cura di A. LIROSI, Roma, Viella Ed., 2009.

Le quote complessive dei caseari lasciano supporre una copertura sufficiente solo al condimento, tenuto conto che si tratta di acquisti pari a circa 80 kg al mese diversificati fra varie tipologie di formaggio: *prima salatura*, *fresco*, *pecorino*, *vaccino* e *marzolino*. Se ne consuma maggiormente a gennaio e maggio, molto meno a marzo e dicembre; solo la ricotta fresca – una volta a mese – è assegnata come piatto di pietanza, acquistata sempre dal medesimo casaro segnalato a margine col proprio nome: l'intera fornitura annuale ammonta a circa 200 kg.

Riguardo ai prodotti vegetali l'entità complessiva delle registrazioni appare scarsamente compatibile col fabbisogno della comunità che di sicuro auto produce verdure e ortaggi coltivati direttamente nel proprio orto-giardino: gli acquisti dello spenditore risultano infatti alquanto modesti, circoscritti solo a 1.100 carciofi (da marzo a giugno), 400 carote, 40 cavoli verdi, 30 sedani, 350 mazzi di finocchi, 10 mazzi di bietole, 50 mazzi di rape, 5 mazzi di senapi, 15 *serte* di cipolle e 10 di agli, 75 kg di piselli novelli e 12 di fave fresche.

Analoghe considerazioni possono farsi pure per altri commestibili, come uova, legumi e pasta secca le cui voci di spesa appaiono ugualmente al di sotto delle quote sufficienti a soddisfare le esigenze di una mensa così capiente: anche per queste vivande il monastero si appoggia a produzioni e manifatture interne destinate ad integrare l'occorrente della cucina, stando alle valutazioni dei relativi acquisti limitati a solo 870 uova, 15 kg di ceci, 13 di lenticchie, 8 di *maccaroncini*, 24 di *tagliolini*, 30 di *vermicelli*, 30 di *gobbi* e 8 di *lasagne*.

L'impiego dei volatili, per la minuta entità numerica di ciascun rifornimento (5/10 unità), sembra assorbito esclusivamente dai menu serviti alle convalescenti che usufruiscono di pietanze *straordinarie* consistenti nell'alternanza fra piccioni (n° 52), tordi (85), allodole (160) e galline (11).

Una particolare rilevanza qualitativa denota poi il consumo della frutta fresca che attinge all'abbondante ventaglio di varietà disponibili nei mercati cittadini, come si coglie dalle note di spesa riportate di seguito in sintesi e in ordine alfabetico di specie: albicocche (4 kg, giugno), *graffioni* (ciliegie, 88 kg, maggio-giugno), fichi (n° 1.300, luglio-settembre), mele *rosa* (kg. 220, giugno-luglio), meloni (n° 24, agosto), pere *boncristiane* (45 kg, agosto), pere *bruttebuone* (25 kg, agosto), pere *cremisine* (117 kg, luglio), pere *rosa* (9 kg, ottobre), pere *ruspide* (130 kg, agosto-novembre), *persiche* (70 kg, agosto-settembre), prugne *catalane* (22 kg, agosto), prugne *pertiche* (18 kg, agosto), *sorbe* (15 kg, ottobre), uva *pergolese* (21 kg, settembre), uva *zibibbo* (8 kg, novembre), uva (non specificata, 40 kg, settembre-ottobre), *visciole* (25 kg, giugno-luglio). Dal tardo autunno sino ad aprile la frutta fresca non compare più a tavola, sostituita almeno una volta a settimana, da prodotti secchi (prugne, fichi) e soprattutto da castagne *marroni* (365 kg), noci (300 kg) e mandorle (130 kg).

Infine i dolci: a leggere nel dettaglio le note dei prodotti acquistati non sembra che le monache di questo monastero siano impegnate a produrli direttamente, mancando ogni riferimento alle specifiche provviste che supportano in genere lo svolgimento tradizionale dell'attività²⁶. Certo è che, soprattutto di domenica e in alcune ricorrenze festive, le relative registrazioni riportano puntualmente l'assortimento delle specialità acquistate ad unità (da 48 a 52), in relazione alle presenze in tavola delle sole coriste che prediligono *ciambelle* (n° 412), *pasticcini* (n° 230), *biscotti* (20 kg) e soprattutto *biancomangiari* (n° 640), una leccornia cremosa a base di latte di mandorle, amido, zucchero, cannella e buccia di limone.

L'ultima ricognizione riguarda, infine, le clarisse di S. Maria a Cerreto nel Sannio²⁷ relativamente ad alcuni sondaggi circoscritti alla prima metà del Settecento e rapportati ad una comunità formata da 22 monache professe e 4 converse. La natura della documentazione disponibile consente di delineare le seguenti principali componenti dei menu quotidiani; il pasto di mezzogiorno, per tre volte a settimana (lunedì, martedì, venerdì) è costituito da minestre cotte di verdure spesso mescolate fra loro o con legumi, come broccoli e scarole, fagioli e scarole, *foglie* e cappucci, asparagi e lattughe, *cocuzze* e *meluni fritti*; alcune volte i broccoli risultano serviti di venerdì, abbinati a riso e mandorle; le zucche sono preparate in brodo, le zucchine estive insieme a fagioli o noci; gli asparagi in primavera sono lessati e approntati con cacio e uova; altri piatti ricorrenti sono quelli a base di cipolle (con uova e piselli), di fave e finocchi; durante l'autunno e d'inverno alla portata di vegetali segue quasi sempre una razione di baccalà o di sarde salate.

Di giovedì e la domenica, il calendario alimentare prevede una porzione di pasta, in prevalenza maccheroni, che sono confezionati dalle stesse monache settimanalmente, utilizzando ogni volta circa 18 kg di farina e conditi con lardo e cacio o abbinati a broccoli e noci; in altri giorni festivi e per la cena della domenica ai maccheroni si preferiscono tagliolini conditi con latte e con la ricotta; al mercoledì invece è fissato l'unico appuntamento con il riso che viene cucinato con latte e mandorle, fatto poi seguire quasi sempre da una seconda pietanza a base di aringhe; fra i menu serali, oltre alla minestra di legumi (lenticchie, ceci, fave, fagioli e fave), va segnalata anche una frequente portata di miglio amalgamato con ricotta e noci.

I secondi piatti sono in larga parte preparati con carne o uova, mentre il pesce fresco (solo sarde, acciughe e anguille), per la lontananza della marina,

26 Gli unici riferimenti riguardano solo due circostanze (vigilia e festa dell'Ascensione) in cui sulle tavole del refettorio compare la *fiorita*, un dolce caratteristico romano a base di latte rappreso, zucchero e cannella.

27 M. BUCCELLA, *Tra vita economica ed alimentazione: il monastero di Santa Maria Mater Christi di Cerreto Sannita*, in «Bollettino Storico di Salerno e Principato Citra», 2/1987, pp. 27-49: sono utilizzati i relativi registri di vittazione allegati nell'Archivio di Stato di Benevento.

compare in rare occasioni. La prima è consumata 3/4 volte a settimana tra pranzi e cene (mai in quaresima, il venerdì e le ultime settimane dell'avvento), servita *stufata* o *arrostita* o *macinata a purpette*; all'interno del monastero è pure mantenuto un piccolo porcile che consente l'autoproduzione di *boccolare*, prosciutto, salsicce e sanguinaccio (gustato con la cannella). Le uova hanno, come al solito, una frequenza altissima: due a testa preparate per le cene del mercoledì, giovedì e sabato, fritte, a frittata (con asparagi o cipolle), a *brodetto con cacio*, quest'ultimo portato a tavola anche come pietanza a sé ma non spesso e solo in alternativa alla carne e alle uova.

Quanto alla frutta fresca, la lista dei menu è completata infine dal rifornimento esclusivo di mele e pere da maggio a settembre, ma le esigenze della mensa comunitaria possono essere integrate dalla disponibilità stagionale del proprio giardino, seppur in modeste quantità e secondo disponibilità.

La ricognizione compiuta sulla tipologia delle voci di spesa registrate all'interno delle comunità qui passate in rassegna a titolo esemplificativo, conferma la varietà delle situazioni che possono delinearci attorno alle tavole di ciascun monastero i cui tratti, ad un confronto con i regimi alimentari acclarati fra i ceti sociali medio-bassi descritti in genere scarsi e poco nutrienti²⁸, evidenziano invece livelli qualitativi di sussistenza abbastanza apprezzabili, anche nei contesti comunitari caratterizzati dall'osservanza marcata del carisma della povertà. Pur con evidenti differenze identitarie, le cucine esaminate presentano infatti comuni orientamenti nella varietà della scelta del cibo, con pietanze assortite e gustose, in grado di fornire un sostanziale e più o meno adeguato apporto alle fondamentali esigenze fisiologiche dell'organismo.

Certo i dati evidenziati non ci consentono assolutamente di esprimere valutazioni specifiche sui bilanci calorici e sull'equilibrio fra le varie componenti nutritive (mancano soprattutto gli indici quantitativi del pane e della frutta), però colpisce il gran numero di piatti a base di verdure e la ricchezza d'impiego dei prodotti dell'orto, così come le quote proteiche assunte con carni e uova che sembrano davvero in eccesso; nel complesso il mosaico dei gruppi alimentari che si alternano nei refettori appare tendenzialmente in linea rispetto allo schema della cosiddetta "piramide alimentare"²⁹, additata oggi come riferimento di modello ottimale per lo stato della salute e del benessere fisico.

28 A riguardo rimangono sempre utili: S. SOMOGYI, *L'alimentazione nell'Italia unita*, in *Storia d'Italia*, (16, *Documenti*), Einaudi Ed., Torino 1973, pp. 839-887 ed E. FACCIOLO, *Vitto e cucina delle classi inferiori nell'Ottocento. La "scienza in cucina" nei secoli XIX e XX*, ivi, pp. 1023-1030. Con riguardo alla Puglia segnalò inoltre S. RUSSO, *L'alimentazione tra Otto e Novecento. I bilanci alimentari*, in *Le carte in Tavola. Alimentazione e cucina in Capitanata. Materiali*, a cura di G. PENSATO – S. RUSSO, Foggia, Grenzi Ed., 2005, pp. 57-68.

29 Ricordiamo che in base alle loro caratteristiche prevalenti gli alimenti vengono raggruppati in famiglie omogenee, generalmente 5 o 7: cereali, verdure e frutta, latte e derivati, carni e altre fonti proteiche come uova pesce e legumi, zucchero e dolciumi, grassi; già molti anni addietro, negli Stati Uniti, questi alimenti sono stati idealmente ordinati nei diversi piani di una "piramide"

Accanto alla varietà qualitativa degli alimenti, non possiamo inoltre ignorare gli altri aspetti caratteristici che contribuiscono a tipizzare positivamente l'*habitus* nutritivo delle istituzioni monastiche. Si tratta, cioè, di considerare non solo la carica simbolica e spirituale che accompagna il consumo del cibo³⁰, ma anche gli indubbi vantaggi che derivano da un sostrato antico e dalla tradizionale e ben collaudata conformazione strutturale della vita comunitaria con i susseguenti riflessi migliorativi nella gestione della cucina e nella preparazione di piatti e pietanze varie³¹.

Quindi non solo i vantaggi di una spesa quotidiana che attinge, come abbiamo visto, alla freschezza dei mercati locali con prodotti stagionali e di qualità – oggi diremmo “a chilometro zero” –, ma anche la previsione di incarichi funzionali in grado di assicurare una certa specializzazione allo svolgimento e al coordinamento dei compiti connessi ai servizi della mensa, come la figura del *cuciniere*³², del *dispensiere*, del *refettoriere*, del *cellerario*, dello *spenditore*, del *procuratore*, dell' *ortolano*, del *gallinaro*, ecc.); ed ancora

con l'intento di spiegare che ogni “gruppo” può e deve dare il proprio contributo alla dieta, ma in quantitativi sempre più ridotti man mano che si sale dalla base al vertice; in effetti la “piramide alimentare”, senza queste precisazioni, poteva far supporre erroneamente che solo gli alimenti situati alla base fossero essenziali: in realtà, come è ormai ampiamente noto, tutti gli alimenti forniscono il loro contributo al totale e alla varietà della dieta, fermo restando i limiti raccomandati delle porzioni e delle quantità per ciascuno di essi, in base alla variabilità di molteplici fattori legati allo stile di vita e allo stato di salute; per l'approfondimento del tema si veda Z. CIUFFOLETTI, *Alle origini della dieta mediterranea. Storia e tradizione*, Firenze 2003.

30 Questo è ovviamente un altro aspetto da non trascurare in quanto gran parte delle regole e delle costituzioni monastiche, permeate dall'etica della frugalità, assegnano al cibo una forte carica simbolica (*mensa Domini*), con la benedizione iniziale della tavola e con il “rendimento di grazie” al termine del pranzo; senza dimenticare, inoltre, il simbolismo eucaristico del pane, del vino e dell'olio (cibi essenziali della realtà mediterranea), la tenace condanna del peccato di gola, la destinazione del refettorio anche a luogo pubblico di espiazione, oltre che di silenzio e di ascolto della “Parola di Dio”.

31 A chi volesse approfondire questo aspetto consiglio di leggere la regola di s. Benedetto (480-547), che dedica ben 7 capitoli (dal 35 al 41) non solo al cibo ma anche all'organizzazione della mensa, con vari riferimenti alla razione del pane, della carne, del vino, alla conformazione e all'orario dei pasti, alla puntualità, ai regimi alimentari in deroga (per gli infermi, i vecchi, i fanciulli, gli ospiti, gli scomunicati), ai supplementi, ai compiti del cellerario e così via; per saperne di più: V. FATTORINI, *L'alimentazione nella regola di S. Benedetto*, in «Inter Fratres», 45/1995, pp. 175-201.

32 Ecco, per esempio, cosa prescrive a proposito di questo importante incarico un “cerimoniale” osservato fra i cappuccini sul finire del sec. XVI (*De culinario et eius officio*): (...) svolga le sue mansioni con carità, diligenza e zelo; (...) prepari le vivande con sollecitudine, “tempestive”, e provveda che l'utensileria sia ben pulita e che il cibo sia riposto in vasellame netto; (...) appronti le pietanze con cura, che siano ben cotte e ben condite, “...studeant omnia bene coquere et simul bene condire”, ricordando che l'appetibilità di una minestra non consiste tanto nella ricercatezza degli ingredienti quanto piuttosto dalle modalità di preparazione; (...) non dimentichi, infine, che la sua negligenza a riguardo potrebbe essere motivo d'infermità per i suoi confratelli”; cfr. M. D'ALATRI, *Aspetti di vita quotidiana dei cappuccini in un “Cerimoniale” belga del 1595*, in «Italia Francescana», 56/1981, pp. 167-178.

la puntualità del pranzo e della cena con il relativo beneficio per la logistica delle operazioni di cottura e della distribuzione dei pasti; l'uniformità qualitativa e quantitativa delle pietanze, evitando ingiustificati particolarismi fonti di dissapori; il rispetto delle norme igieniche per la pulizia dei luoghi e la manipolazione del cibo; il carattere spiccatamente comunitario della mensa con il divieto tassativo di mangiare pasti fuori orario e di aver dispense personali; la generale disponibilità di idonei locali per la manifattura e la conservazione delle derrate (cucine, dispense, panetterie, cantine, magazzini, neviere, ecc.); l'utilizzazione di appropriati strumenti di cottura (forni, fornelli, camini, legnaie, ecc.); la disponibilità di stoviglie, vasellame, posate, utensileria varia, ecc. (rinnovati periodicamente al bisogno); l'uso in cucina di acqua non inquinata (prelevata in larga parte da pozzi e cisterne di raccolta interna); la cura autocratica di orti, giardini, frutteti, gallinai che costituiscono, secondo necessità, riserve rilevanti di approvvigionamento.

Insomma, a scrutare l'organizzazione interna dei monasteri tutto sembra essere regolato, controllato, organizzato nei minimi particolari per assicurare alla tavola la dovuta efficienza e quel decoro indispensabili non solo alla *sacralità* della mensa ma anche per andare incontro ad un'esigenza nevralgica per la stabilità della vita comunitaria, bandendo gli atteggiamenti estremi, segnati o dall'intemperanza alimentare o dalle sfiancanti austerità guardate dalle gerarchie ecclesiastiche spesso con sospetto e diffidenza, anche per i negativi risvolti sulla salute fisica e psichica dei religiosi³³. La scelta dei menu non si improvvisa arbitrariamente, i piatti devono adattarsi alle esigenze di ciascun monastero, devono godere cioè della necessaria preferenza acquisita con l'esperienza diretta della tavola: "(...) sarà sempre cura di chi pone il pranzo regolarsi non dal gusto proprio ma da quello della maggior parte della Comunità (...)”³⁴.

Non va tralasciata d'altro canto un'ulteriore significativa consuetudine che si riscontra in genere nel funzionamento culinario di queste comunità religiose abituate a calendarizzare alcuni lavori, come avviene per i tradizionali *donativi* (dolci, biscotti, manicaretti, ecc.) da regalare a benefattori e autorità in determinate ricorrenze festive³⁵ o anche per le pietanze *straordinarie* destinate

33 Su tali problemi A. D'AMBROSIO, *Il diavolo, la salute e lo straordinario nelle biografie claustrali in età moderna*, in *Nei giardini del passato. Studi in memoria di Michele Paone*, a cura di I. D'ANCONA e M. SPEDICATO, Lecce, Ed. Grifo, 2011, pp. 265-297.

34 Cfr. A. D'AMBROSIO, *Il cibo dei chiostri*, cit. p. 80.

35 Gli esempi in proposito non mancano e provengono soprattutto dagli ambienti della clausura femminile dove si avverte maggiormente l'esigenza di curare i buoni rapporti col mondo esterno, spesso a favore di benefattori, ecclesiastici e collaboratori che ruotano attorno agli interessi e alle esigenze del monastero: le consuetudini osservate a metà Settecento dalle benedettine olivetane di S. Pietro a Bitonto sono a riguardo abbastanza emblematiche, stabilendo ricorrenze, generi, quantità e costi per ogni *convenienza*. Le date fissate per l'offerta dei *donativi* ricorrono il 2 novembre (commemorazione dei defunti), a Natale, a carnevale, in quaresima, la

alla mensa comune in occasioni celebrative legate il più delle volte alle devozioni proprie o a momenti particolari del ciclo liturgico annuale³⁶. La pianificazione di queste attività, abbastanza diffuse, che assorbono energie e tempi operativi non indifferenti, consente un preventivo rifornimento degli ingredienti necessari, calibrando gli acquisti, riducendo gli sprechi e facendo economie di spesa grazie alla possibilità di scegliere e valutare le opportunità più favorevoli del mercato.

Quanto invece alla calendarizzazione dei menu durante i giorni della liturgia penitenziale (avvento, quaresima, rogazioni, vigilie, venerdì, ecc.), in genere

domenica delle Palme, la domenica di Pasqua, il 29 giugno (Ss. Pietro e Paolo), il 15 agosto. I beneficiati messi a ruolo sono il vescovo della diocesi, il suo vicario, il cappellano *custode* del monastero, il confessore ordinario, l'avvocato, il cappellano celebrante, il sagrestano, il medico, il chirurgo, il notaio, il predicatore quaresimale, il confessore straordinario ed altre figure minori (*fornaro, falegname, ortolano, molinaro, beccaro, tavernaro*, omaggiati però *secondo le congiunture* e a discrezione della badessa). Per ognuno è prevista una determinata assegnazione che varia per qualità, quantità e costi, in base all'incarico ricoperto; ovviamente nella scala gerarchica l'ordinario risulta il più riverito con una spesa annuale di circa 21 ducati così suddivisi: un canestro di *tagliolini*, una guantiera di 24 *mostaccioli di cannella*, un'altra di 24 *cotognate*, un'altra di *biscottini di galera* (il tutto in occasione del 2 novembre); una guantiera di 30 mostaccioli, una di *amandole incannellate*, una di *biscotti all'uovo* (a Natale); un piatto di *bianco* ed uno di *rosata di bocca di dame* (a carnevale); una guantiera *piena di biscotti d'ova con sopra una pezza d'orletto finissimo* (la domenica delle Palme); un piatto di *zeppole* e una guantiera di *cose di zucchero* (nel giorno di s. Pietro). Progressivamente in quantità inferiori e con ulteriori assortimenti (che comprendono anche *sasanielli*, taralli di *zucchero*, di *semola*, di *miele*, *cetronate*, *graffaioli d'ova*, *sfoglie*, *pastoni*, *calzoni* e *calzoncelli*), l'elenco viene suddiviso per destinatari, con il totale delle uscite che ammontano nel complesso a 156 ducati (cfr. Archivio Diocesano di Bitonto, Fondo monastero S. Pietro, *Nota di tutti i regali seu donativi che si distribuiscono infra tempus ogn'anno dal venerabile monastero di S. Pietro Nuovo all'infrascritte persone, cioè a Monsignor Ill.mo, Rev.mo Signor Vicario, RR. Officiali di detto monastero, Medico, Chirurgo ed altri e sono li seguenti*).

36 Anche qui il richiamo ad un solo caso può essere sufficiente, come ci suggeriscono le *usanze* delle benedettine di S. Giovanni Evangelista a Lecce che, per lo *straordinario*, seguono un calendario scandito dalla preparazione di specifici piatti così riportati: *zeppole*, uova fritte, provole e frutta (il giorno di s. Mauro); fegato di cappone, *copeta*, cioccolata e frutta (la prima domenica di carnevale); zucchine e ricotta, carne (primo giovedì di carnevale); pizza dolce (seconda domenica di carnevale); *mortaruli* e mozzarelle (secondo giovedì di carnevale); pasticcio di carne di maiale, fegato, mandorle e ricotta (terza domenica di carnevale); *mortaruli* (terzo giovedì di carnevale); crostata di salumi (quarta domenica di carnevale); *mortaruli* (giorno della candelora); maccheroni *napolitani*, ricotta e crema (ultimo giorno di carnevale); *morfettate* (prima settimana di quaresima); focaccia stemperata (seconda settimana di quaresima); focaccia al vin cotto (terza settimana di quaresima); *pettole* (quarta settimana di quaresima); due qualità di pesce, caviale, cioccolata (il giovedì santo); pizza dolce, cioccolata (Pasqua); pasticcio di pesce e caviale (ricorrenza di s. Benedetto); *bocconotti*, capocollo, castagne (ricorrenza di s. Monica); *barchiglie* di pasta di mandorle, cioccolata (ricorrenza di s. Caterina); pizza dolce e fellata (primo maggio); *barchiglie* di crema (Pentecoste); *sapienze* (dolci), capocollo e castagne (s. Martino); focaccia (prima e seconda settimana d'avvento); *pettole* (terza settimana d'avvento); riso con latte di mandorle e pasticcio di uova e mozzarelle (vigilia di Natale), cfr. L. SADA, *Il sacro e il profano nella cucina pugliese*, Bari 1989, pp. 16-20.

vengono vietati i cibi di *grasso* (carne e derivati), uova, caseari e vino, ma – anche in questi casi – ogni comunità regola la propria condotta su basi alquanto discrezionali, sia per la scelta delle modalità del digiuno, che per quelle dell’astinenza. Sul piano generale le opzioni possono sintetizzarsi nella scelta di uno o più dei seguenti schemi: osservanza del digiuno quotidiano assoluto che prevede la consumazione di un solo pasto al giorno; digiuno quotidiano mitigato dalla facoltà di integrare l’unico pasto con una colazione mattutina o serale; digiuno e contemporanea astinenza da alcuni cibi; sola astinenza con l’obbligo di utilizzare cibi di *magro*.

Per tutte le circostanze sono previste delle ipotesi in deroga, soprattutto legate a motivi di salute o anagrafici; anche l’elasticità temporale delle prescrizioni è alquanto diversificata ed è dipendente dalle devozioni proprie e dal carisma spirituale di ciascuna comunità: ad ogni modo qualche calcolo specifico in proposito ha evidenziato che i periodi destinati alle restrizioni alimentari possono tradursi grosso modo in non meno di 70/80 giorni di solo digiuno, 130/140 di digiuno e astinenza, 10/20 di sola astinenza³⁷.

Si tratta di dati non trascurabili per comprendere anche le ragioni che nel tempo soggiacciono al venir meno del primitivo rigore alimentare, evidentemente difficile da sopportare pure nei periodi caratterizzati da un più accentuato ripiegamento spirituale come quello della tradizione quaresimale³⁸. Il fenomeno non può considerarsi circoscritto o isolato a pochi casi: le restrizioni della tavola diventano spesso oggetto di conflitti e ricorsi presso la competente congregazione romana dei Vescovi e Regolari, chiamata a dirimere questioni legate alle difficoltà paventate da molte comunità religiose nel doversi procurare per tanti giorni i cibi di magro (si pensi, per esempio, al pesce fresco nelle località interne), a volte costosi e ritenuti da alcune correnti mediche non favorevoli allo stato di salute³⁹. Del resto non bisogna dimenticare anche il consistente “filone”

37 A. D’AMBROSIO, *Regimi penitenziali e cibo...*, cit., pp. 239-240.

38 In effetti i sondaggi mirati sui generi acquistati durante i 46 giorni dell’intero periodo quaresimale nei due monasteri clariani di Brindisi e Francavilla, rispettivamente nel 1791 (9 marzo-16 aprile) e nel 1748 (19 febbraio-12 aprile), evidenziano un largo impiego di carni, uova, caseari e vino che compaiono a tavola ripetutamente e più volte a settimana, (ivi, p. 249).

39 Va detto in particolare che ai vegetali veniva imputato non solo di non nutrire, ma anche di produrre “un certo humore superfluo nemico dello stomaco e di tutte le viscere”; quanto al pesce, “alimento freddo e humido”, era ritenuto cibo di “poco e cattivo nutrimento, perché presto si corrompe, né ha fermezza alcuna, onde le carni di chi di esso si nutrisca divengono fievole, cascanti e di niuna forza (...)”, cfr. P. ZACCHIA, *Il vitto quaresimale (...) ove insegnasi, come senza offender la sanità si possa viver nella Quaresima. Si discorre de’ cibi in essa usati...de gli accidenti che soglion cagionare, e del modo di rimediarvi*, Roma, per Pietro Antonio Facciotti, 1637, p. 27. Quest’opera, scritta da un medico romano educato presso i gesuiti, ebbe un largo successo editoriale, grazie proprio ai suggerimenti per una corretta alimentazione durante la quaresima e ai rimedi in essa contenuti per contrastare i possibili danni provocati dal digiuno. Ad esempio, al fine di sostenere i più giovani e i più deboli nei periodi di restrizione, veniva consigliata la possibilità di ricorrere a biscotti da intingere nel vino, a mostaccioli confezionati

settecentesco delle frequenti dispense emanate dai singoli vescovi proprio sul digiuno quaresimale, determinate o da carestie o dalla contingenza di certe derrate alimentari o dalla recessione economica delle diocesi o da motivi d'ordine sanitario, in concomitanza di crisi epidemiche che riducevano di molto i margini delle scelte dietetiche cittadine⁴⁰. Insomma il quadro complessivo sin qui scandagliato e le *delicate* regole del *magro* e delle sue declinazioni, lasciano intravedere, ancora una volta, che i temi legati all'assunzione del cibo costituiscono una variabile meno codificata e codificabile di quanto si possa in realtà credere.

APPENDICE

senza uova, a miele o agrumi o frutta secca o candita; inoltre, per rendere almeno più gustosa la "frigidità" del pesce si proponeva di utilizzare particolari condimenti, a base soprattutto di aglio e noci che riducevano, fra l'altro, anche i "nocumenti" per la salute; altrettanto pericolo occorreva poi scansare con le "mescolanze" dell'insalata "ò di herbe, ò di fiori, ò di radiche", perché "di qual si sia maniera che sieno fatte, sono inimicissime dello stomaco". Ed ancora altri avvertimenti riguardavano anche il pesce sotto sale che, essendo "disseccato", perde "tutto il sugo buono", con la conseguenza di una "più dura e lunga digestione".

40 Gli esempi non mancano e, a riguardo, segnaliamo solo due casi emblematici registrati a Roma, rispettivamente nel 1778 e nel 1780. Nel primo (*Dell'Indulto ad Uova, e Latticinj nella presente Quaresima*), Marco Antonio Colonna, Vicario generale della diocesi, "riflettendo sull'odierna scarsezza di molti generi (...), permette che tutti li Abitanti come anche tutti i Religiosi dell'uno e dell'altro sesso (...), possano cibarsi di Uova, e di Latticini incominciando dalla Domenica prossima (...); ugualmente, anche nel secondo caso (*Editto colla Dispensa di potersi cibare di Carne*), "per la mancanza di viveri necessari, viene consentito per tutto il tempo della Quaresima di cibarsi di Latticini, Uova e Carni (...): su queste e altre circostanze si veda A. AMICARELLI SCALISI, *Cucina e alimentazione di Roma e del Lazio negli editti e bandi della biblioteca Casanatense*, in *Le cucine della memoria*, vol. II, Roma, De Luca Ed., 1995, pp. 274-287.

Elenco alfabetico dei generi alimentari destinati alla mensa comune suddivisi per mese e per comparto (accanto a ciascun prodotto è indicata la frequenza numerica degli acquisti e/o la quantità)

I
Convento di S. Maria della Croce, frati osservanti, Francavilla Fontana (1785-86)

GIUGNO, 1785

Caseari:

-formaggio, 1

Mitili:

-cozze, 4

Molluschi:

-polpi, 1

Pesce fresco:

-cefali, 2

-merluzzi, 2

-palombi, 1

Uova: n° 300

LUGLIO

Carni:

-castrato, 1

-pecora, 1

Caseari:

-formaggio, 1

-ricotta *forte*, 1

Frutta fr.:

-fichi, 1

Legumi:

-piselli, 1

-fave, 1

Mitili:

-cozze, 2

-vongole, 1

Pesce fr.:

-*sant'Andrea*, 10

Pesce conserv.:

-baccalà, 1

Uova:, n° 670

Varie:

-olio, 1

AGOSTO

Carni:

-agnello, 2

-castrato, 3

-*magliato*, 1

-*necchia*, 1

-pecora, 3

Mitili:

-cozze, 3

Pesce fr.:

-cefali, 2

-palombi, 1

-triglie, 1

Pesce conserv.:

-sarde, 1

Uova: n° 980

SETTEMBRE

Carni:

-castrato, 3

-*magliato*, 5

-vaccina, 1

Mitili:

-cozze, 3

-vongole, 1

Pesce fr. :

-merluzzi, 2

-*minoscie*, 2

-sarde, 1

-triglie, 3

Uova: n° 640

OTTOBRE

Carni:

-castrato, 3

-*magliato*, 15

-maiale, 4

-fegato, 1

Mitili:

-cozze, 1

Molluschi:

-polpi, 1

Frutta s.:

-noci, 1

Pesce fr. :

-arciole, 1

-cefali, 1

-merluzzi, 3

-raie, 1

-sarde, 2

-*squadri*, 1

Pesce conserv. :

-sarde, 1

Uova: n° 680

Varie:

-mosto cotto, 1

-sanguinaccio, 1

-vino, 1

NOVEMBRE

Carni:

-castrato 5

Mitili:

-cozze.1

Molluschi:

-seppie, 2

Pesce fr. :

-aguglie, 1

-merluzzi, 6

-orate, 2

-pupilli, 10

-sarde, 2

-triglie, 1

Pesce s.:

-sarde, 2

-stocco, 1

Uova: n° 960

Varie:

-caffè, 1

-miele, 1

-sale, 1
-zucchero, 1

DICEMBRE

Carni:

-castrato, 4
-maiale, 1

Molluschi:

-polpi, 3

Pesce fr. :

-aguglie, 1
-lutrini, 1
-merluzzi, 8
-orate, 1
-palombi, 1
-pupilli, 1
-raie, 1
-sarde, 1
-squadri, 1

Uova: n° 800

GENNAIO

Molluschi:

-polpi, 1

Pesce fresco:

-merluzzi, 1
-sarde, 1
-sgombri, 1

Pesce conserv.:

-baccalà, 1
-sarde, 2
-stocco, 1

Uova: n° 520

Varie:

-caffè, 1
-zucchero, 1

FEBBRAIO

Carni:

-agnello, 1
-castrato, 4
-maiale, 1

Caseari:

-caciocavallo, 1

Cereali:

-riso, 1

Mitili:

-patelle, 1

Pesce fresco:

-orate, 1
-sardine, 1
-squadri, 1

Pesce conserv.:

-baccalà, 1

Uova: n° 472

Varie:

-zucchero, 1

MARZO

Carni:

-castrato, 7

Caseari:

-ricotta, 1

Mitili:

-cozze, 1
-patelle, 2

Pesce fresco:

-merluzzi, 7
-sardine, 2
-vope, 1

Pesce conserv.:

-sarde, 2

Uova: n° 440

APRILE

Carni:

-agnello, 5
-castrato, 5

Mitili:

-cozze, 3
-patelle, 1

Pesce fr. :

-cernie, 1
-dentici, 1
-merluzzi, 1
-pupilli, 1
-sardine, 1

Pesce conserv. :

-sarde, 1
-tarantello, 1

Uova: n° 40

Varie:

-olio, 1

Verdure/ortaggi:

-carciofi, 3

MAGGIO

Carni:

-agnello, 1
-castrato, 1

Caseari:

-ricotta *forte*, 1

Mitili:

-cozze, 4

Pesce fr. :

-palombo, 1

Pesce conserv. :

-sarde, 1

Uova: n° 200

Varie:

-olio, 1
-zucchero, 1

Verdure/ortaggi:

-carciofi, 2

II

**Monastero di S.
Chiara, clarisse,
Francavilla Fontana
(1748-49)**

OTTOBRE (16-31
ottobre)

Carni e derivati:

-castrato, 11
-fegato, 1
-maiale, 9

Frutta fr. :

-fichi, 1
-uva, 7

Frutta s. :

-noci, 1

Pesce fr. :

-triglie, 4

Pesce conserv. :

-tonnina, 1

Uova: n° 1.140

Varie:

-aceto, 1
-limoni, 1
-vino, 1

Verdure/ortaggi:

-cavoli, 3
-cicorie, 19
-insalata, 1
-peperoni, 1
-ravanelli, 1
-sedani, 4
-senapi, 3

Volatili:

-piccioni, 1
-tordi, 3

NOVEMBRE

Carni e derivati:

-castrato, 22
-maiale, 1

Frutta fr. :

-fichi, 1

Frutta s. :

-castagne, 1

Pesce fr. :

-aguglie, 1
-mennole, 2
-pagelli, 10
-sardine, 7
-triglie, 17

Pesce conserv. :

-salacche, 2
-sarde, 2
-tonnina, 2

Uova: n° 1.250

Varie:

-aceto, 1
-caffè, 1
-funghi, 2
-limoni, 2
-olio, 1
-pepe, 1
-vino, 10

Verdure/ortaggi:

-bietole, 1
-cavoli, 9

-cicorie, 22

-finocchi, 2

-sedani, 2

-senapi, 6

-spinaci, 1

-verze, 3

Volatili:

-allodole, 2

-colombi, 5

-tordi, 16

DICEMBRE

Carni e derivati:

-castrato, 26

-maiale, 3

Frutta s. :

-mandorle, 1

Mitili:

-cozze, 1

Pesce fr. :

-cefali, 4

-lutrini, 10

-mennole, 9

-sarde, 14

-sgombri, 1

-triglie, 5

Pesce conserv. :

-sarde, 1

-tonnina, 1

Uova: n° 1.620

Varie:

-aceto, 1

-limoni, 1

-pepe, 1

-olio, 1

-sale, 2

Verdure/ortaggi:

-cavoli, 3

-cicorie, 2

-insalata, 1

-finocchi, 2

-sedani, 2

-senapi, 1

-verze, 4

Volatili:

-allodole, 2

-colombi, 2

-tordi, 11

GENNAIO

Carni e derivati:

-castrato, 25

-fegatelli, 1

-fegato, 1

-maiale, 21

Caseari:

-ricotta *forte*, 1

Mitili:

-cozze, 3

Molluschi:

-ostriche, 2

Pesce fr. :

-cefali, 3

-dentici, 1

-lutrini, 1

-mennole, 11

-orate, 1

-sarde, 1

Pesce conserv. :

-salacche, 1

-sarde, 1

Uova: n° 2.780

Varie:

-*forticelli*, 1

-miele, 1

-olio, 1

-pepe, 1

-sanguinaccio, 1

-vino, 12

Verdure/ortaggi:

-cardi, 8

-cavoli, 7

-cicorie, 19

-finocchi, 3

-insalata, 4

-sedani, 3

Volatili:

-allodole, 2

-colombi, 2

-tordi, 7

FEBBRAIO

Carni e derivati:

- castrato, 14
- filetto, 1
- lardo, 1
- maiale, 13
- salsiccia, 1

Mitili:

- cozze, 2
- ostriche, 2

Pesce fr. :

- dentici, 2
- lutrini, 7
- mennole, 13
- orate, 3
- triglie, 2
- vope, 2

Pesce conserv.:

- salacche, 2
- sarde, 2

Uova: n° 1.310

Varie:

- caffè, 1
- forticelli*, 1
- limoni, 1
- olio, 3
- sanguinaccio, 2
- vino, 12

Verdure/ortaggi:

- cardi, 5
- cavolfiori, 1
- cavoli, 11
- cicorie, 10
- finocchi, 4
- insalata, 2
- sedani, 2
- spinaci, 1

Volatili:

- tordi, 1

MARZO

Carni:

- castrato, 15

Mitili:

- cozze, 7

Molluschi:

- seppie, 1

Pesce fr. :

- alici, 2
- corniole, 2
- lutrini, 8
- mennole, 12
- pinnoli, 1
- orate, 2
- sarde, 2
- sarpe, 1
- sgombri, 3
- vope, 1

Pesce conserv. :

- baccalà, 1
- salacche, 7
- sarde, 5
- tonnina, 1

Uova: n° 150

Varie:

- olio, 1
- vino, 11

Verdure/ortaggi:

- carciofi, 2
- cavolfiori, 1
- cavoli, 14
- cicorie, 7
- finocchi, 6
- lampascioni*, 1

Volatili:

- tordi, 4

APRILE:

Carni e derivati:

- agnello, 14
- castrato, 17
- fegatelli, 1
- fegato, 1

Molluschi:

- polpi, 1
- Pesce fr. :**
- corniole, 2
 - quercioli, 2
 - mennole, 8
 - palombi, 3
 - sarde, 1

Pesce conserv. :

- baccalà, 1

- salacche, 3

- sarde, 3
- tonnina, 3

Uova: n° 550

Varie:

- aceto, 1
- pepe, 1
- vino, 13
- zucchero, 1

Verdure/ortaggi:

- carciofi, 9
- cavoli, 3
- cime di cicorie, 2
- fave novelle, 1
- finocchi, 2
- insalata, 10

MAGGIO

Carni e derivati:

- agnello, 17
- animelle, 1
- castrato, 5
- fegatelli, 1
- fegato, 4

Frutta:

- ciliegie, 3

Pesce fr. :

- cefali, 4
- cernie, 2
- corniole, 1

Pesce conserv. :

- sarde, 1
- tonnina, 3

Uova: n° 1.350

Varie:

- aceto, 1
- copeta* (torrone), 1

Verdure/ortaggi:

- bietole, 1
- carciofi, 7
- cavoli, 1
- cicorie, 11
- cime di cicorie, 2
- fave novelle, 5
- finocchi, 2
- insalata, 8
- piselli novelli, 1

Volatili:

-capponi, 1

GIUGNO

Carne e derivati:

-agnello, 18
-animelle, 15
-castrato, 2
-fegatelli, 2
-fegato, 5
-gnomerelli, 1
-piedi d'agnello, 3
-teste d'agnello, 1

Caseari:

-ricotta *forte*, 1

Frutta fr. :

-ciliegie, 11
-mele, 9

Mitili:

-cozze, 7

Pesce fr. :

-quercioli, 4
-sarde, 3

Pesce conserv. :

-sarde, 3

Uova: n° 1.380

Varie:

-vino, 8

Verdure/ortaggi:

-bietole, 3
-carciofi, 4
-caroselli, 1
-cicorie, 3
-cocomeri, 4
-cocuzze, 10
-insalata, 2

LUGLIO

Carni e derivati:

-agnello, 14
-animelle, 1
-castrato, 9
-fegato, 3
-magliato, 1

Caseari:

-ricotta forte, 1

-Crostacei:

-aragoste, 1

Frutta fr. :

-fichi, 4
-mele, 3
-meloni, 6
-pere, 5

Mitili:

-cozze, 4

Pesce fr. :

-raie, 1
-sarde, 2
-sgombri, 1

Pesce conserv. :

-sarde, 4

Uova: n° 1.300

Varie:

-vino, 8

Verdure/ortaggi:

-bietole, 1
-caroselli, 9
-cavoli, 1
-cicorielle, 6
-cime di cicorie, 6
-cucumazzi, 4
-fagiolini, 6
-insalata, 2
-zucchine, 12

Volatili:

-allodole, 1

AGOSTO:

Carni e derivati:

-agnello, 1
-castrato, 19
-fegatelli, 3
-fegato, 4

Frutta:

-meloni, 15

Mitili:

-cozze, 4

Molluschi:

-polpi, 1

Pesce fr. :

-cefali, 3
-lutrini, 1

-sarde, 6

Pesce conserv. :

-sarde, 1

Uova: n° 1.710

Varie:

-vino: 7

Verdure/ortaggi:

-aglio, 2
-bietole, 1
-cappucci, 1
-caroselli, 9
-cicorielle, 7
-cipolle, 2
-cucumazzi, 1
-fagiolini, 9
-insalata, 1
-melanzane, 3

III

Convento di S.

**Matteo, frati
osservanti, S. Marco
in Lamis (1817)**

GENNAIO

-maccheroni,
kg 45
-mosto cotto, lt 7
-pesce fresco, kg 4
-pollanche, n° 20
-sale, kg 21

FEBBRAIO

-galline, n° 6
-pesce fresco,
kg 33
-pollanche, n° 24
-uova, n° 50

MARZO

-asparagi, kg 6
-arance, n° 300
-galline, n° 4
-maccheroni, kg 28
-pesce fresco, kg 11
-uova, n° 82

APRILE	kg 45	IV
-maccheroncini,	-pasta <i>fin</i> a, kg 23	Convento di S. Maria
kg 8	-nocelle, kg 55	del Carmelo,
-pesce fresco, kg 7	-pesce fresco,	carmelitane,
-ricotta, kg 10	kg 61	Campobasso (1748-
-sale, kg 71	-sale, kg 62	49)
-zucchero, kg 1	-sarde salate,	
	n° 160	
	-vino, lt 1.200	
MAGGIO		AGOSTO
-aringhe, kg 45	OTTOBRE	Carne, 4
-baccalà, kg 45	-lardo, kg. 180	Caseari:
-caffè, kg 1	-pesce fr., kg 61	-ricotta, 1
-maccheroni, kg10	-sale, kg 40	Cereali:
-vino, lt 1.580	-vino, lt. 1.598	-gnocchetti, 2
-zucchero, kg 1		-maccheroni, 3
		- <i>panelle</i> bianche, 2
		-riso, 7
		-semola, 1
GIUGNO	NOVEMBRE	Frutta fr. :
-pesce fresco,	-allodole, n° 15	-cedri, 1
kg 17	-maccheroni,	-fichi, 2
-sale, kg 53	kg 36	-meloni, 2
-uova, n° 190	-mosto cotto, lt 90	- <i>percoche</i> , 1
	-pasta <i>fin</i> a, kg 8	-pere, 16
	-pepe, kg 1	-pere <i>spina</i> , 3
LUGLIO	-peperoni <i>forti</i> ,	Molluschi:
-baccalà, kg 5	kg 8	-seppie, 1
-fragole, kg 3	-pesce fresco,	Pesce fr. :
-pesce fresco,	kg 33	-anguille, 1
kg 22	-pollanche, n° 20	-palamite, 1
-uova, n° 160	-olio, lt 60	-tinche (di fiume),6
	-sale, kg 27	-triglie, 2
	-uova, n° 150	Uova: n° 287
AGOSTO	-zucchero, kg 3	Varie:
-carne (castrato), kg 6	DICEMBRE	-cannella, 1
-fagioli, kg 110	-carne (maiale),	-chiodi di garofano, 1
-lenticchie, kg 110	kg 13	-lumache, 1
-pesce fresco,	-castagne, kg 112	-pepe, 1
kg 38	-maccheroncini,	-zucchero, 1
-piselli, kg 220	kg 22	Verdure/ortaggi:
-maccheroni, kg 9	-noci, kg 56	-bietole, 1
-sale, kg 36	-patate, kg 1.716	-cappucci, 2
-sarde salate, n°160	-olio, lt 70	-finocchi, 3
-uova, n° 120	-pesce fresco kg 31	-insalata, 13
	-semola, kg 665	-ravanelli, 9
SETTEMBRE	-vino, lt 40	-scarole, 3
-baccalà, kg 10		-sedani, 8
-fave, kg 220		
-maccheroni,		

-senapi, 2
-verze, 1
-zucchine, 7
Volatili:
-pollastri, 1
-tordi, 4

SETTEMBRE

Carne, 5
Caseari:
-cacio, 1
Cereali:
-maccheroni, 1
-*panelle* bianche, 3
-riso, 3
-semola, 2
Frutta fr. :
-fichi, 9
-pere, 8
-*percoche*, 4
-*persiche*, 3
-uva, 3
Futta s. :
-noci, 3
-mandorle, 1

Legumi:
-ceci, 1
Molluschi:
-seppie, 1
Pesce fr. :
-cefali, 2
-tinche (di fiume), 1
-triglie, 1

Pesce conserv. :
-anguille, 3
Uova: n° 80
Varie:
-olio, 1
-pepe, 1
-zucchero, 1

Verdure/ortaggi:
-aglio, 1
-cappucci, 9
-cipolle, 1
-cocomeri, 1
-fagiolini, 1

-finocchi, 1
-insalata, 19
-melanzane, 1
-peperoni, 1
-ravanelli, 11
-sedani, 9
-senapi, 1
-verze, 2
-zucchine, 2

Volatili:
-tordi, 1

OTTOBRE

Carne, 4
-lardo, 1
Caseari:
-ricotta, 1
Cereali:
-maccheroni, 5
-semola, 3
Frutta fr. :
-fichi, 8
-melegre, 1
-pere, 7
-*persiche*, 1
-uva, 6

Frutta s. :
-mandorle, 2
Legumi:
-ceci, 1

Molluschi:
-seppie, 4
Pesce fr. :
-alici, 2
-anguille, 2,
-*capacchioni*, 1
-cefali, 3
-merluzzi, 2

Pesce conserv. :
-alici, 1
-tarantello, 1

Uova: n° 125
Varie:
-cannella, 1
-chiodi di garofano, 1
-pepe, 1

-vino, 1
Verdure/ortaggi:
-bietole, 1
-cappucci, 9
-finocchi, 4
-insalata, 15
-ravanelli, 7
-scarole, 1
-sedani, 8
-zucchine, 2
Volatili:
-pollastri, 1

NOVEMBRE

Carne, 4
Cereali:
-gnocchetti, 2
-maccheroni, 3
Frutta fr. :
-pere, 7
-uva, 2
Pesce fr. :
-alici, 3
-anguille, 6
-cefali, 2
Uova: n° 78

Varie:
-mosto cotto, 1
-pepe, 1
-olio, 2

Verdura/ortaggi:
-cappucci, 7
-finocchi, 4
-insalata, 7
-ravanelli
-rucola, 1
-scarole, 1
-sedani, 14
-*sponsali* (cipollotti), 1
-verze, 2

Volatili:
-tordi, 1

DICEMBRE

Carne, 4
-*boccolari*, 1

-lardo, 1
 -porchetta, 1
 -prosciutto, 2
 -sugna, 1
 -ventresca, 1

Cereali:

-gnocchetti, 1
 -maccheroni, 2
 -riso, 3

-semola, 2

Frutta fr.:

-pere, 2

Frutta s.:

-castagne, 1
 -mandorle, 2
 -uva passa, 1

Pesce fr.:

-alici, 2
 -anguille, 5
 -cefali, 4
 -raie, 1

Varie:

-cannella, 1
 -chiodi di garofano, 1
 -miele, 2
 -olio, 1
 -zucchero, 1

Verdure/ortaggi:

-cappucci, 2
 -cavoletti, 7
 -finocchi, 5
 -*foglie* campestri, 3
 -insalata, 6
 -rape, 1
 -sedani, 13
 -*sponsali*, 2

Volatili:

-tacchino, 1

GENNAIO

Carne, 4

-lardo, 1
 -piedi di maiale, 1

Caseari:

-provole, 1

Cereali:

-maccheroni, 5

-riso, 1
 -semola, 1

Frutta fr.:

-pere, 2

Molluschi:

-seppie, 1

Pesce fr.:

-anguille, 2
 -merluzzi, 1
 -tinche (di fiume), 2

Pesce conserv.:

-baccalà, 4
 -salacche, 1

Varie:

-chiodi di garofano, 1
 -limoni, 2
 -olio, 1

Verdure/ortaggi:

-aglio, 1
 -cavoletti, 8
 -finocchi, 2
 -insalata, 4
 -sedani, 16
 -senapi, 1

Volatili:

-capponi, 1
 -galline, 1

FEBBRAIO

Carne, 3

-porchetta, 1
 -prosciutto, 1

Cereali:

-gnocchetti, 1
 -maccheroni, 4
 -*panelle* bianche, 2

Frutta s.:

-mandorle, 1

Molluschi:

-seppie, 1

Pesce fr.:

-anguille, 3
 -merluzzi, 1
 -raie, 1
 -tinche (di fiume), 2

Uova: n° 116

Varie:

-cannella, 1
 -chiodi di garofano, 1
 -pepe, 1
 -olio, 1
 -vino, 1
 -zucchero, 1

Verdure/ortaggi:

-broccoli, 5
 -finocchi, 2
 -insalata, 4
 -rape, 2
 -scarole, 4
 -sedani, 17
 -senapi, 5

Volatili:

galline, 3

MARZO

Cereali:

-gnocchetti, 3
 -maccheroni, 3
 -*panelle* bianche, 3
 -riso, 3
 -semola, 1

Frutta s.:

-mandorle, 1

Molluschi:

-seppie, 1

Pesce fr.:

-cefali, 5
 -raie, 1
 -sarde, 1
 -tinche (di fiume), 4

Pesce conserv.:

-aringhe, 2
 -salacche, 2

Varie:

-pepe, 2
 -olio, 1
 -zucchero, 4

Verdure/ortaggi:

-broccoli, 11
 -cipolle, 1
 -*foglie* campestri, 1

-insalata, 16
 -sedani, 15
 -senapi, 1
Volatili:
 -capponi, 1

APRILE

Carne, 2
Caseari:
 -cacio fresco, 1
Cereali:
 -gnocchetti, 1
 -maccheroni, 2
 -riso, 2

Frutta s. ;
 -mandorle, 3

Molluschi:
 -seppie, 1

Pesce fr. :
 -cefali, 2
 -merluzzi, 2
 -sarde, 6

Pesce conserv. :
 -aringhe, 1
 -baccalà, 3
 -salacche, 2

Uova: n° 290

Varie:
 -pepe, 1
 -zucchero, 2

Verdure/ortaggi:

-bietole, 1
 -broccoli, 5
 -cavoletti, 1
 -cicorie, 5
 -cipolle, 10
 -finocchi, 3
 -insalata, 15
 -sedani, 2
 -senapi, 1

MAGGIO

Carne, 5
Cereali:
 -maccheroni, 2
 -riso, 1

Frutta s.:
 -mandorle, 1
Molluschi:
 -seppie, 1
Pesce fr. :
 -sarde, 2
 -tinche (di fiume), 5

Pesce conserv. :
 -anguille, 1
 -aringhe, 1
Uova: n° 130

Varie:
 -cioccolata, 1
 -pepe, 2
 -olio, 1
 -zucchero, 1

Verdure/ortaggi:

-bietole, 5
 -carciofi, 1
 -cavoli, 3
 -cicorie, 1
 -cipolle, 12
 -finocchi, 1
 -foglie *mischie*, 2
 -insalata, 15
 -scarole, 7
 -sedani, 1
 -senapi, 2

GIUGNO

Carne, 2
Cereali:
 -gnocchetti, 1
 -maccheroni, 8
 -riso, 5
 -semola, 1

Frutta fr. :
 -ciliegie, 4

Frutta s.:
 -mandorle, 3

Pesce fr. :
 -alici, 1
 -cefali, 1
 -sarde, 3
 -tinche (di fiume), 3
 -triglie, 1

Pesce conserv. :

-anguille, 1
 -aringhe, 2
Uova: n° 75
Varie:
 -cannella, 2
 -chiodi di garofano, 1
 -latte, 1
 -lumachine, 1
 -olio, 1
 -pepe, 1

Verdure/ortaggi:

-bietole, 3
 -cappucci, 2
 -cavoletti, 1
 -cipolle, 6
 -fave novelle, 8
 -finocchi, 2
 -insalata, 17
 -piselli novelli, 3
 -scarole, 7
 -zucchine, 3

LUGLIO

Carne, 1
Caseari:
 -ricotta, 1
Cereali:
 -gnocchetti, 1
 -maccheroni, 3
 -riso, 1
Molluschi:
 -seppie, 1

Pesce fr. :
 -alici, 1
 -arciole, 1
 -tinche (di fiume), 3
 -triglie, 2

Pesce s. :
 -anguille, 1
 -aringhe, 2
 -baccalà, 2
Uova: n° 182
Varie:
 -cannella, 2
 -cedrata, 5

-pepe, 1
-zucchero, 2
Verdure/ortaggi:
-bietole, 3
-cappucci, 1
-cipolle, 5
-cocomeri, 6
-finocchi, 12
-insalata, 15
-piselli novelli, 4
-ravanelli, 8
-scarole, 1
-zucchine, 3

V

**Monastero di S.
Cecilia, benedettine,
Roma (1694-95)**

MAGGIO

Carne e derivati:

-agnello, 22
-animelle, 11
-capretto, 22
-grasso, 1
-*mongana* (vitellina),
31
-salame, 2
-ventresca, 1

Caseari:

-burro, 7
-fiorita, 2
-formaggio pecorino, 1
-formaggio primo sale,
2
-formaggio vaccino, 1
-giuncate, 2
-provolone, 7
-ricotta, 3

Cereali:

-farinella, 2
-vermicelli (pasta), 1

Dolci:

-ciambelle, 1
-pasticciotti, 2

Frutta fr. :

-ciliegie, 3
-uva spina, 1

Mitili:

-telline, 1

Pesce fr.: 6

-alici, 4

Varie:

-latte, 1
-limoni, 2

Verdure/ortaggi:

-carciofi, 8
-finocchi, 1
-piselli novelli, 1

Volatili:

-piccioni, 2

GIUGNO

Carne e derivati:

-animelle, 4
-agnello, 16
-*campareccia*
(vaccina), 5
-capretto, 16
-*mongana* (vitellina),
25
-prosciutto, 1
-salame, 2
-trippa, 1

Caseari:

-burro, 4
-formaggio *primo sale*,
2
-formaggio *vaccino*, 1
-giuncate, 3
-provature, 1
-provolone, 3

Cereali:

-farinella, 2
-vermicelli (pasta), 1

Dolci:

-*bianco mangiari*, 2

Frutta fr. :

-albicocche, 1

-ciliegie, 4

-pere, 1

-uva *spina*, 1

Frutta s.:

-mandorle, 1

Mitili;

-telline, 1

Pesce fr.: 9

-alici, 3

Varie:

-aceto, 1
-caviale, 1
-gamberi, 1
-limoni, 1

Verdure/ortaggi:

-bietole, 1
-carciofi, 7
-erbette, 1
-piselli novelli, 3

Volatili:

-piccioni, 1

LUGLIO

Carne e derivati:

-*campareccia*
(vaccina), 49
-cervello, 5
-grasso, 5
-lardo, 1
-*mongana* (vitellina), 1
-prosciutto, 1
-salame, 1
-teste di castrato, 1
-trippa, 1

Caseari:

-burro, 7
-formaggio pecorino, 2
-formaggio primo sale,
3
-formaggio vaccino, 2
-provolone, 7

Cereali:

-farinella, 1
-farro, 1
-lasagne, 1
-semola, 1

Dolci:

-biancomangiari, 2

-ciambelle, 2

Frutta fr. :

-fichi, 2

-pere, 10

-prugne, 3

-visciole, 1

Frutta s. :

-mandorle, 5

Mitili:

-telline, 1

Pesce fr.: 9

-alici, 5

-mosciame, 2

Varie:

-aglio, 1

-gamberi, 1

Volatili:

-pollastri, 1

AGOSTO

Carne e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 41

-cervello, 3

-grasso, 6

-lardo, 1

-*mongana* (vitellina), 5

-salame, 2

Caseari:

-burro, 7

-formaggio pecorino, 2

-formaggio *primo sale*,
2

-formaggio *vaccino*, 2

-provature, 1

-provolone, 6

Cereali:

-farinella, 1

-lasagne, 2

-maccheroncini, 1

-semola, 1

Dolci:

-bianco mangiari, 1

-pasticciotti, 2

Frutta fr.:

-meloni, 4

-pere *boncristiane*, 4

-pere *bruttebuone*, 2

-pere *carmosine*, 1

-pere *ruspide*, 3

-*persiche*, 2

-prugne *catalane*, 1

-prugne *perticoncine*, 3

-prugne *verdacchie*, 2

Frutta s.:

-mandorle, 5

-noci, 2

Mitili:

-telline, 2

Pesce fr.: 7

-alici, 3

-mosciame, 3

Varie:

-caviale, 1

Verdure/ortaggi:

-finocchi, 1

Volatili:

-piccioni, 2

-pollastri, 1

SETTEMBRE

Carne e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 46

-cervello, 3

-grasso, 3

-lardo, 1

-prosciutto, 1

-salame, 3

Caseari:

-burro, 5

-formaggio pecorino, 1

-formaggio *primo sale*,
3

-formaggio *vaccino*, 1

-provature, 1

-provolone, 5

Cereali:

-semola, 1

Dolci:

-bianco mangiari, 1

Frutta fr. :

-fichi, 3

-pere, 3

-*persiche*, 7

-uva, 1

Frutta s.:

-mandorle, 1

-noci, 6

-pinoli, 1

Mitili:

-telline, 2

Pesce fr.: 9

-mosciame, 1

Pesce conserv. :

-tarantello, 1

-tonnina, 1

Uova: n° 132

Varie:

-caviale, 2

-gamberi, 1

OTTOBRE

Carne e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 50

-cervello, 2

-grasso, 4

-lardo, 1

-prosciutto, 1

-salame, 1

-trippa, 1

Caseari:

-burro, 7

-formaggio pecorino, 4

-formaggio *vaccino*, 2

-provolone, 7

Cereali:

-farinella, 2

-farro, 1

-semola, 2

Dolci:

-bianco mangiari, 2

-pasticciotti, 2

Frutta fr.:

-pere *rosa*, 3

-persiche, 2

-sorbe, 1

-uva, 5

Frutta s.:

-castagne, 2

-noci, 1

Legumi:

-ceci, 1

-lenticchie, 1

Mitili:

-telline, 1

Pesce fr.: 9

Uova: n° 180

Varie:

-caviale, 1

-mosto cotto, 1

Verdure/ortaggi:

-senapi, 1

Volatili:

-allodole, 1

NOVEMBRE

Carni e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 52

-cervello, 2

-grasso, 5

-lardo, 1

-lombetto, 1

-prosciutto, 1 2

-salame,

-salsiccia, 2

Caseari:

-burro, 5

-formaggio pecorino, 4

-formaggio *vaccino*, 5

-provolone, 7

Cereali:

-farinella, 2

-semola, 1

Dolci:

-*bianco mangiari*, 2

-biscotti, 1

-pasticciotti, 1

Frutta fr. :

-mele, 5

-pere, 8

-uva *pergola*, 5

-uva *zibibbo*, 1

Frutta s.:

-castagne, 3

-noci, 2

Mitili:

-telline, 2

Pesce fr.: 10

Pesce conserv.:

-tonnina, 1

Uova: n° 160

Varie:

-aglio, 1

-caviale, 2

Verdure/ortaggi:

-rape, 1

Volatili:

-allodole, 2

-galline, 1

-piccioni, 3

DICEMBRE

Carni e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 45

-cervello, 1

-grasso, 3

-lardo, 1

-lombetto, 1

-salame, 1

-salsiccia, 4

Caseari:

-burro, 3

-formaggio pecorino, 1

-formaggio *vaccino*, 1

-provolone, 3

Cereali:

-farinella, 1

-riso, 2

-semola, 1

-*vermicelli* (pasta), 1

Dolci:

-*bianco mangiari*, 2

-ciambelle, 1

-pasticciotti, 1

Frutta fr.:

-mele *rosa*, 1

-pere, 3

-uva *pergola*, 2

-uva *zibibbo*, 1

Frutta s.:

-castagne, 1

-noci, 1

Mitili:

-telline, 4

Pesce fr.: 25

-mosciame, 1

Pesce conserv. :

-tarantello, 3

-tonnina, 1

Uova: n° 112

Varie:

-caviale, 2

-olive, 1

Verdure/ortaggi:

-aglio, 1

-cavoli, 3

-cipolle, 1

-finocchi, 2

-rape, 1

Volatili:

-allodole, 1

-piccioni, 1

GENNAIO

Carne e derivati:

-*campareccia*

(vaccina), 42

-fegato di maiale, 2

-grasso, 4

-lardo, 4

-lombetto, 7

-prosciutto, 1

-salame, 1

-sugna, 1

Caseari:

-burro, 9

-formaggio *primo sale*,

2

-formaggio pecorino, 3

-formaggio *vaccino*, 3

- provature, 1
- provolone, 8
- ricotta, 4

Cereali:

- gobbi* (pasta), 3
- tagliolini, 3

Dolci:

- bianco mangiari*, 1
- pasticciotti, 1

Frutta fr.:

- mele *rosa*, 3
- pere, 3
- uva, 1

Frutta s.:

- castagne, 1
- noci, 1
- pinoli, 1

Mitili:

- telline, 3

Uova: n° 80

Verdure/ortaggi:

- cavoli, 1
- sedani, 1

FEBBRAIO

Carne e derivati:

- campareccia* (vaccina), 19
- capretto, 7
- grasso, 2
- lombetto, 1
- mongana* (vitellina), 6
- piedi di maiale, 1
- salsiccia, 1
- testa di capretto, 1
- testa di maiale, 1

Caseari:

- burro, 4
- formaggio fresco, 2
- formaggio *primo sale*, 1
- formaggio pecorino, 1
- formaggio *vaccino*, 2
- provolone, 5
- ricotta, 1

Cereali:

- farinella, 1
- farro, 1
- gobbi* (pasta), 2
- miglio, 1
- semola, 1
- tagliolini (pasta), 2

Dolci:

- bianco mangiari*, 1
- ciambelle, 3
- biscotti, 1

Frutta fr.:

- mele *rosa*, 3

Frutta s.:

- castagne, 1
- prugne, 1
- mandorle, 1
- noccioline, 1
- noci, 1

Mitili:

- telline, 2

Pesce fr.: 16

- merluzzi, 1
- salmone, 1

Pesce conserv.:

- aringhe, 1

Uova: n° 110

Varie:

- caviale, 1
- funghi, 1

Verdure/ortaggi:

- aglio, 1
- carote, 1
- cipolle, 1
- finocchi, 3

Volatili:

- tordi, 1

MARZO:

Carne e derivati:

- lardo, 1
- capretto, 18
- mongana* (vitellina), 22

Caseari:

- burro, 4
- provolone, 1

Cereali:

- farinella, 2
- semola, 1
- vermicelli* (pasta), 2

Dolci:

- ciambelle, 3

Frutta fr.:

- mele, 1
- uva *moscatello*, 1

Frutta s.:

- castagne, 1
- fichi, 1
- mandorle, 2
- prugne, 1

Legumi:

- ceci, 1
- lupini, 1

Mitili:

- telline, 4

Pesce fr.: 31

- cefali, 1
- merluzzi, 1
- salmone, 1

Pesce conserv.:

- aringhe, 2
- tarantello, 2

-Varie:

- caviale, 2
- funghi, 1

Verdure/ortaggi:

- carciofi, 3
- cardi, 5
- cavolfiori, 1
- finocchi, 7

Volatili:

- piccioni, 2
- tordi, 2

APRILE

Carne e derivati:

- agnello, 20
- capretto, 17
- lardo, 2
- prosciutto, 1
- salame, 2
- ventresca, 2

Caseari:

- burro, 7
- formaggio *primo sale*, 1
- formaggio pecorino, 1
- formaggio *vaccino*, 1
- provolone, 1
- ricotta, 3

Cereali:

- farinella, 1
- farro, 1
- semola, 1
- vermicelli* (pasta), 1

Dolci:

- bianco mangiari*, 2
- pasticciotti, 1

Legumi:

- lupini, 2

Pesce fr.: 6

Pesce conserv. :

- alici, 1

Verdure/ortaggi:

- carciofi, 6
- finocchi, 1

