

# **Le Signore della Cucina Menfitana: «Tramandiamo ai giovani le antiche ricette siciliane»**

scritto da Amanda Arena | 07/07/2017



# **Tredici eccellenti cuoche di Menfi tra i 50 e i 79 anni, depositarie dei segreti della cucina tradizionale contadina, si sono riunite in un'associazione culturale per raggiungere i palati dei più giovani alla riscoperta di gusti e sapori perduti del territorio.**

È una mirabolante avventura quella della neonata Associazione culturale de “**Le Signore della Cucina Menfitana**”, una realtà interamente colorata di rosa, composta da **tredici mamme e nonne di Menfi**, delizioso paese sulla costa agrigentina e territorio di importanti vini. L'obiettivo è quello di valorizzare gli antichi e genuini sapori dei piatti della cucina tradizionale preparati con prodotti biologici lavorati con farine di grani antichi moliti a pietra con il “crescente” (lievito madre).

«La nostra missione è quella di far riscoprire le ricette antiche della tradizione culinaria contadina ed educare i palati dei più giovani perché tutto ciò che si mangia, in realtà, non è commestibile!». Così afferma, con orgoglio, **Francesca Li Castri**, la Presidente dell'Associazione.

Avvincente obiettivo quello che questo energico gruppo di signore si prefigge, se si pensa che i giovani, future colonne portanti della nostra società, spesso preferiscono l'omologazione del gusto e adorano hamburger, patatine, bibite e merendine. Eppure, grazie all'approccio emozionale e alla scelta di prodotti biologici per la preparazione di piatti sfiziosi - con una strizzata d'occhio perfino allo “street food” popolare -, l' **Associazione si allinea perfettamente ai gusti dei più giovani**, rivelandosi un punto di riferimento chiave per tutti coloro i quali intendano conoscere il valore della tradizione contadina fatta di ingredienti sani e preparazioni genuine.

## **Le Signore della Cucina Menfitana: come nascono**

Queste appassionate signore, custodi di un ricco patrimonio di ricette storiche delle famiglie contadine di Menfi, che oggi hanno deciso di mettersi in proprio, in realtà muovono insieme i primi passi circa sei anni fa quando la cantina Settesoli decise di valorizzare i vini Mandrarossa, la linea top di gamma, accostandoli ai piatti della tradizione culinaria del territorio di Menfi.

Selezionate tra ben cento donne del luogo e coordinate dalla chef palermitana **Bonetta dell'Oglio**, partecipano ad un corso di cucina della durata di quattro mesi a **Casa Planeta**, dando vita alla **Brigata di Cucina Mandrarossa**. Insieme creano un loro ricettario, estrapolando il meglio del meglio delle antiche ricette perdute della cucina contadina. Immediatamente, da angeli del focolare domestico con l'arte di cucinare nel cuore, sono catapultate fuori da Menfi e divengono ambasciatrici nel mondo, di saperi essenziali e sapori autentici della cucina siciliana.

Impegno, passione e bravura, da sempre, contraddistinguono queste cuoche **tra i cinquanta e i settantanove anni**; alla saggezza e alla maestria delle più anziane si fonde l'energia indiscussa delle più giovani. Tutte depositarie dei segreti della cucina di famiglia, tramandati di generazione in generazione, si dedicano ad esaltare i piatti tipici del territorio con la giusta impronta di contemporaneità da ravvisarsi principalmente nell'estrema cura della presentazione dei piatti: meravigliose creazioni con piccole porzioni di cibo appetitoso dall'estremo appeal visivo in modo da coinvolgere tutti i sensi, non solo il palato.

## La proposta tra classici della tradizione e street food

Molto allettante il percorso proposto da “Le Signore della Cucina Menfitana” alla scoperta di pietanze che hanno mantenuto inalterati i sapori di una volta: dal pane dalla mollica soffice e alta con gli alveoli ampi, preparato esclusivamente con farine biologiche dei grani antichi dei mulini di Filippo Drago, alla pasta fresca della signora **Damiana Palminteri**, “la regina della pasta”. Una signora dalla forza di volontà ammirevole, che eccelle nell’arte dei *maccarruna*, la pasta artigianale siciliana all’uovo fatta in casa, da gustare col sugo di maiale.

Interessante la proposta dell’antica cultura del cibo da strada siciliano, il cosiddetto “[street food](#)”, che riscopriamo nella favolosa **Sciavata**, una volta valida alternativa al semplice pane, preparata dalle mogli per i mariti di rientro dal lavoro nei campi. Ricavata da una parte più morbida dello stesso impasto del pane, la sfoglia si riempie con ingredienti poveri: patate, cipolle, pomodori, un filo d’olio e aromi; si mangia fumante appena uscita dal forno. O la **Nfigghiulata**, che è pasta di pane preparata con lievito madre a forma di piccola rosellina farcita di salsiccia e cipolla saltata in padella, il tutto passato poi in forno. Una menzione particolare va alla **Capolata della famiglia Alesi**, preparata dalla signorina Angela, una pasta di semola di grano duro che viene tagliuzzata come un couscous, impastata con le uova e condita con brodo di galletto ruspante, patate, cipolle, carote, sedano, un rametto d’alloro ed olio.

## I dolci de Le Signore della Cucina Menfitana

Squisiti sono, ovviamente, i dolci. Primo fra tutti l’ **Ovu ‘ncannulatu**, una sorta di cannolo di uovo ripieno di ricotta di pecora zuccherata con mandorle tostate e scorzette di limone; le simpaticissime **Rote alla menfitana**, frittelle di pasta croccante fatte con uova, farina e latte. La preparazione richiede l’utilizzo di uno stampo metallico per ricavarne la particolare forma di ruota, da farcire con ricotta zuccherata e ornare con una guarnizione di scorza di limone grattugiato.

La cucina delle Signore di Menfi è cuore, passione, dedizione: un’apoteosi di profumi e sapori che restano ben impressi nella memoria di chi ha la fortuna di scoprirli, il tutto condito dall’entusiasmo e dal profondo affetto che ognuna di loro riversa sia nella scelta degli ingredienti che nella preparazione della propria pietanza. Ogni piatto, preparato da queste splendide donne, accarezza l’anima e rievoca l’universo di odori e sapori divini che fuoriuscivano dalle pentole delle cucine delle nostre nonne in cui l’arte del sapersi arrangiare, talvolta anche con poco, e le usanze antiche si mescolavano sempre all’amore, ingrediente imprescindibile di ogni buon piatto che si rispetti.

**Le Signore della Cucina Menfitana**

[Facebook: Le Signore della Cucina Menfitana](#)