La Strazzata di Avigliano diventa Presidio Slow Food: la focaccia lucana che difende i grani antichi

Il ***progetto coinvolge agricoltori, mugnai e fornai della provincia di Potenza per tutelare le varietà cerealicole locali, il lievito madre e la lavorazione artigianale***

La **Strazzata di Avigliano** entra tra i Presìdi Slow Food e diventa ambasciatrice di una specialità gastronomica lucana. Questa **antichissima focaccia dalla caratteristica forma ad anello** e dal gusto deciso di pepe è oggi preservata da una filiera artigianale che custodisce varietà antiche di grano, saperi agricoli e tecniche di lavorazione secolari.

Con il nuovo riconoscimento, **Slow Food Basilicata** punta a restituire valore a un prodotto tipico della provincia di Potenza e alle materie prime che ne definiscono l'identità.

Il nuovo Presidio, promosso da Slow Food Basilicata con il sostegno istituzionale del GAL PERCORSI, coinvolge produttori di grano, mugnai e fornai. L'area di produzione comprende il **comune di Avigliano e i territori limitrofi**, in provincia di Potenza. L'intero progetto di valorizzazione intende mettere in relazione gastronomia e agricoltura, riportando a nuova vita alcune varietà cerealicole che rischiano di scomparire, insieme ai saperi legati alla lorolavorazione.

La cottura della Strazzata è nel forno a legna (Foto © Marco del Comune).

Strazzata, la focaccia che si strappava con le mani durante i matrimoni

La Strazzata è una focaccia dalla forma rotonda, con un caratteristico buco al centro e una superficie di **colore giallo paglierino**.

> «Si chiama così perché è un tipo di pane molto morbido che, durante i ricevimenti nuziali, veniva "strappato" con le mani dai commensali», spiega **Luisa Tammone**, tecnologa alimentare e referente del Presidio Slow Food.

Un tempo i ricevimenti nuziali erano molto diversi da quelli contemporanei. Si mangiava in famiglia, utilizzando ciò che la terra metteva a disposizione e chi poteva arricchire la Strazzata, la farciva con uova strapazzate oppure con la ciambotta, uno stufato di verdure preparato con

melanzane, zucchine, pomodori e cipolle. Per gli altri, era sufficiente gustarla appena sfornata, accompagnandola a un bicchiere di vino.

La focaccia si strappava con le mani durante i matrimoni (Foto © Marco del Comune).

Grani antichi, lievito madre e forno a legna

A caratterizzare la Strazzata sono soprattutto la provenienza delle farine e le tecniche di lavorazione. La ricetta originale prevede acqua tiepida, farina, lievito madre e abbondante pepe, ma è la scelta dei cereali a fare la differenza.

Per questo il Presidio mette al centro le **cultivar autoctone di grano duro e tenero** storicamente utilizzate nella preparazione di questa focaccia. Tra quelle documentate dalla Fondazione Slow Food ci sono i grani duri Saragolla, Rossia, Realforte **e** Marzullo; tra i teneri, Carosella, Grano bianco, Cignarella, Ianculedda, Racioppi e Pannello.

Negli ultimi decenni, molte di queste farine sono state progressivamente sostituite da prodotti commerciali, spesso ottenuti da grani di provenienza non riconducibile al territorio. Una sostituzione che riduce anche gli sbocchi commerciali per chi continua a coltivare le varietà locali.

> «In tanti affermano di produrre la strazzata, ma acquistano la farina di chissà quali grani di dubbia provenienza, usano il lievito di birra e cuociono nei forni elettrici. Quelle

non si possono chiamare strazzate», aggiunge **Luisa Tammone**.

Un campo di grano (Foto © Marco del Comune).

La preparazione tradizionale prevede che l'impasto venga avvolto in un canovaccio di cotone e lasciato riposare nelle madie di legno, prima della cottura nel forno a legna.

Al Presidio aderiscono tre forni che continuano a produrre la Strazzata secondo il metodo tradizionale e alcune realtà agricole che coltivano le varietà locali e le macinano direttamente nei propri mulini. Una filiera corta che mette in relazione chi coltiva il grano con chi lo trasforma in farina e prodotto finito.

Tra i produttori coinvolti c'è **Gennaro Mecca**, impegnato nella semina di grano Risciola, Carosella e Maiorca. «*Non trasformare i nostri grani nella strazzata significa non avere un futuro*», afferma, sottolineando l'importanza di creare una domanda concreta per queste materie prime.

La sfida riguarda anche i consumatori: le farine da varietà autoctone restituiscono profumi e sapori differenti rispetto a quelli delle farine industriali più diffuse, ma l'abitudine a un gusto standardizzato rischia di rendere meno riconoscibili queste differenze. «*La biodiversità si perde quando non c'è qualcuno che la mangia*», ricorda Mecca.

Dove gustare la Strazzata di Avigliano

Oggi la Strazzata si può assaggiare soprattutto nelle occasioni di festa e durante le sagre che animano i borghi della zona come quella di **Castel Lagopesole il 7 e 8 novembre**.

Nei forni artigianali aderenti al Presidio è possibile ritrovare la preparazione originale, semplice oppure farcita con prosciutto, provolone o pecorino. Per chi vuole riscoprirne il gusto più autentico, vale la pena assaggiarla appena sfornata, semplicemente insaporita dal pepe che caratterizza l'impasto.

La Strazzata sarà inoltre tra i Presìdi Slow Food presenti a **Slow Grains – Seminare biodiversità**, coltivare comunità, a Matera il 28 e 29 novembre 2026. L'iniziativa, organizzata da Slow Food Italia e Slow Food Basilicata con il contributo della Regione Basilicata, sarà dedicata alla rete Slow Grains e alle esperienze di produttori e trasformatori impegnati nel recupero della biodiversità cerealicola.

Data di creazione
03/11/2026
Autore
silvia-fissore