

# [Appia Day, una grande festa popolare per celebrare l'Appia Antica](#)

scritto da Adriana Siciliano | 08/06/2017



**Lo scorso 4 giugno, nei comuni di Itri e Fondi (LT), si è svolto un importante evento che ha celebrato lo storico percorso laziale. Con la partecipazione di alcune associazioni locali, sono state organizzate visite guidate insieme a musiche, balli folcloristici e pietanze dell'antica Roma.**

In linea con l'analoga iniziativa proposta dalla Capitale, anche i comuni pontini di Itri e Fondi, hanno voluto aderire all'**Appia Day**, proprio perché attraversati da un tratto della via Appia, una delle parti meglio conservate dopo quella della città di Roma. Con questo evento, si è voluto celebrare e ricordare la rilevanza storica di una delle opere antiche più importanti mai realizzate nella storia.

## Appia Day Itri e Fondi: origini della via

Creata nel 312 a.C per volere del console **Appio Claudio Cieco**, la *Regina Viarum*, nome della via data dai Romani, rappresenta tutt'oggi uno degli snodi stradali più efficienti del centro-sud Italia. Oltre al suo altissimo valore storico, l'Appia custodisce delle tradizioni millenarie che accomunano tutti i paesi da essa attraversati.

### Degustazioni alla romana

Al termine delle passeggiate, le associazioni locali hanno offerto le ricette tipiche dei pasti che venivano consumati dai Romani. Soprattutto in ambito culinario, la società romana distingueva i poveri dai ricchi: il popolo aveva un'alimentazione semplice basata su cereali, verdure e ortaggi mentre i Patrizi, che ostentavano le loro ricchezze soprattutto in tavola, avevano un consumo eccessivo degli alimenti, tanto da procurarsi spesso delle vere e proprie intossicazioni.

Ad oggi, diversi sono i ricettari dell'antica Roma che vengono custoditi, tra cui quello più noto è "[L'arte culinaria. Manuale di gastronomia classica](#)" di **Apicio** che offre suggerimenti per pranzi di rappresentanza, per feste ed intrattenimenti che hanno influenzato i secoli successivi.

### Il pane nell'Urbe

Il pane conquistò pian piano tutti i ceti della società romana, tanto da essere prodotto in molte qualità e forme diverse. Tra i tanti:

- il "**cibarius**", scuro e di basso prezzo dunque per il popolo;
- il "**secundarius**" con farina integrale ed amato da Augusto;
- il "**pane di Alessandria**" cotto infilzato dagli spiedi
- l'"**adipatus**" condito con lardo.

### Il vino

Altro ingrediente onnipresente nell'alimentazione dei Romani era il mosto o vino cotto. Vietato inizialmente alle donne e ai giovani, il vino aveva un largo uso in cucina, anche se spesso veniva modificato con il miele o con le spezie.

Proprio nei territori tra Itri e Fondi, il vino più conosciuto era il **Cecubo**, la cui etimologia sembra fosse legata proprio al costruttore della via Appia. Talmente apprezzato a Roma dai pontefici, fu anche decantato dai più importanti letterati del tempo.