



Tra i profumi dell'autunno: vino, castagne e sagre che le celebrano

Protagonista in sagre e feste dalla valenza religiosa e sacra, ma anche dall'intenso contenuto conviviale, il ricciuto frutto per molti secoli è stato il "pane dei poveri". Oggi la castagna è una prelibatezza, ricca di proprietà nutrizionali, che continua ad affascinare per le leggende a cui si accompagna

Sono oltre 40 mila le sagre italiane che in questo periodo dell'anno, oltre a conservare un significato sacro e religioso, promuovono la convivialità all'insegna dei prodotti autunnali come la castagna. Non fa eccezione la Campania, e in particolare l'area tra l'**Irpinia** e il **Beneventano** dove il ricciuto frutto viene celebrato in molti paesini e borghi antichi.

Da **Montella a Summonte**, da **Monte Faito ad Avella**, da Roccamonfina ad **Acerno Castelvenere** è un susseguirsi di fiere e sagre della castagna che riportano in vita ricette e tradizioni centenarie, tra campanili svettanti e piazze cariche di storia. E, anche quando le preparazioni gastronomiche sembrano simili nel tema, si può stare tranquilli che si tratta di lavorazioni e golosità diverse.



Fin dall'antichità si conoscono le virtù delle castagne.

Storia e benefici delle castagne

Importata dai romani, la castagna per molti secoli è stato un alimento essenziale e offerto dalla natura, tanto da essere definito il “**pane dei poveri**” grazie alla [farina prodotta dalla sua macinazione](#). Solo nel finire del Settecento, grazie al “*marron glacé*”, questo alimento fu elevato a vera prelibatezza, anche alla luce della sua straordinaria versatilità.

Le **virtù nutrizionali delle castagne** sono note fin dai tempi più antichi e già nella tradizione farmaceutica popolare, venivano consigliate in caso di **anemia e debilitazione**. Contengono, infatti, proteine, sali minerali e un'alta percentuale di amidi, associata alla ricchezza di grassi. Per l'ottima digeribilità, si adattano all'alimentazione degli sportivi.

I **decotti a base di castagna**, inoltre, sono ricchi di tannini e possono dare benefici per bronchiti e diarrea mentre l'acqua della bollitura è un ottimo fertilizzante per le piante.



Pane di castagne.

San Martino, tra tradizioni contadine e giovani resilienti

16 NOV 2024

A SAN MARTINO OGNI MOSTO DIVENTA VINO
seconda edizione

Castelpagano
Vinarium

20:00 START

21:00 "LE NUVOLE IN CONCERTO"
Tributo a Fabrizio De Andrè

Area Food
Panini con prosciutto
Piatto di polenta (in uscita ore 21.30)
Castagne e cantucci

Area Drink

Info: 392 8248265 / 327 8674852

A Castelpagano, in provincia di Benevento, sono i giovani della locale Pro Loco a collaborare con il Comune per celebrare la castagna, incastonandone l'evento nella più antica tradizione contadina: la fine dell'anno, segnata da San Martino.

Nel piccolo e grazioso paesino tra le pendici del promontorio Miscano, seguendo l'antico adagio "San Martino ogni mosto si trasforma in vino", il 16 novembre si svolge una **sagra che unisce la castagna al buon vino, cantucci e polenta**. Un progetto importante a livello locale, che mira anche a fronteggiare la sfida dello spopolamento, come spiega Dolores, l'entusiasta giovane presidente della Pro Loco. Quello che si intende fare, è mettere in campo ogni strategia utile affinché tali occasioni portino benefici all'intera comunità attraendo l'attenzione degli avventori occasionali e degli stessi residenti, per far scoprire un'offerta turistica a tutto tondo.

L'antichissimo borgo di Castelpagano, con la sua **Colonna della Gogna** e il **Palazzo Ducale**, è noto anche per la sagra del prosciutto paesano, in agosto, e del fungo porcino, che si tiene a settembre.

La castagna e San Benedetto

Tra le tante leggende sulla castagna, una è quella legata a **San Benedetto**, il quale ascoltò le invocazioni delle popolazioni affamate. Avendo a disposizione le castagne ricoperte dal riccio, le benedi e i ricci si aprirono a segno di croce.

Non mancano alcuni detti legati al frutto come: «*togliere le castagne dal fuoco*» oppure «*stare in castagna*» facenti ormai parte del lessico comune.

La caldarrosta e altre prelibatezza con la castagna

Ma tornando alle sagre, ognuna lega a filo doppio l'uomo al luogo, alla memoria e al sapore. La **ricetta dominante resta la caldarrosta**, legata anche alla povertà contadina, poi man mano nel tempo, si è scoperta la [farina di castagna](#), con pasta e sfoglie di dolci, poi il castagnaccio, bollite con l'alloro, e tanti dolci dalla nouvelle cuisine, con i marron glacé e via discorrendo. E tante sono le zuppe, i risotti, le pastasciutte, i bocconcini, le polpette, le crostate, le torte, in quel tripudio di arte e sapori che portate in tavola donano gusto e creatività.



Le caldarroste protagoniste di tanti eventi autunnali.

La sagra però resta la ricorrenza più esaltante, e per diverse comunità è diventata occasione di festa popolare di piazza fra balli e libagioni. Motivo per tornare nei paesi di origine, anche se per una volta ancora, per assaporare i sapori del tempo che restano nella memoria di ognuno. Insomma si tratta di valorizzazione di luoghi, cultura e prodotti tipici, oggi classificati tra quelli tradizionali. E a questi eventi va dato un altro tipo di valore.

Data di creazione

13/11/2024

Autore

celestino-agostinelli