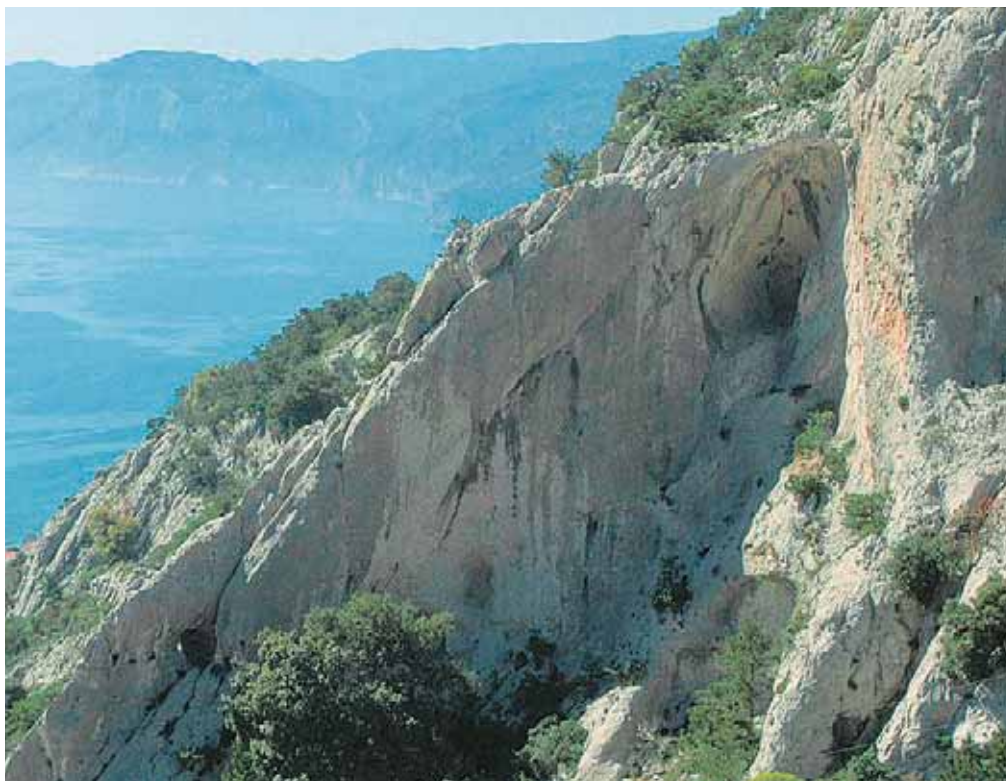




I frutti del mare e la forza dell'orto

Cave profonde di marmo rosa, con le sue venature inconfondibili: ecco il marchio coloristico di Orosei, con il suo golfo ampio e la sua storia agricola, delineata dagli orti a volte inondati dal Cedrino, il fiume che attraversa una vallata densa di sedimenti preziosi per le colture. La foce, zona umida dove nidifica il Pollo Sultano (dal piumaggio che sembra un inno al caleidoscopio), è il suggestivo teatro di una processione di barche infiorate in onore di Santa Maria del mare: approdano alla chiesetta costiera, moltiplicando una devozione vissuta con trasporto emotivo. La fortuna turistica di questo paese che vanta diciotto chiese aperte al culto, e monumenti come la vecchia prigione, Sa Prejone Vezza (ospiterà il museo paleontologico), incastonati in uno dei centri storici meglio conservati della Sardegna, non ha cancellato i ricordi del tempo lontano: delle vasche di salatura del Pecorino romano, i “Barchile”, esposti a nord della casa; e le scene dello scambio di galline e arance,

perle dell'Alto Tirreno



Non va trascurata la vicinanza della costa: oltre alle sublimi, enormi vongole veraci della zona, quando si pesca una spigola, si pensa alle cicoriette e alla bietola selvatica, per avvolgere i tranci di pesce...

trasportate sul carro trainato dai buoi fino ad Orgosolo, Fonni, per integrare la dispensa con un po' di formaggi ed insaccati. *Salumi* che caratterizzano il vicino centro di Irgoli, tra prosciutto, salsiccia, salame, coppa: qui le famiglie continuano a fare il pane Carasau.

Aggirando il monte Tuttavista, si arriva fino a Galtellì, antica sede dell'arcivescovado, con la cattedrale romanica del XII secolo nota anche per i suoi *dolci*: non solo *amaretti* e *pabassine*, ma anche *queffus* e *gattou*. Una tappa d'obbligo: il museo etnografico di Casa Marras, che vanta una collezione di 850 pezzi ed oggetti che risalgono fino al Settecento. E c'è il parco deleddiano: qui Grazia Deledda ambientò il suo capolavoro, "Canne al vento". Scenario letterario che fa comprendere come in questo territorio ristretto non ci siano architetture rurali nel senso delle case campidanesi o degli stazzi galluresi: si andava e veniva dalla campagna e, di sera, si rientrava nel borgo. I campi abbondano di▶

Minestra di verza e ricotta, l'incontro di due dolcezze

QUESTO CHE CI RACCONTA Maria Loi del ristorante Su Barchile di Orosei, è un piatto tipico della Baronia costiera, molto semplice e di facile preparazione. Se ci si sposta a Nuoro, già non rientra più nelle consuetudini familiari. Si prepara tradizionalmente quando la stagione primaverile, da febbraio in poi, permette di acquistare la ricotta migliore. Va detto che la verza coltivata negli orti di Orosei è davvero particolare, molto grossa: per questa ricetta bisogna prendere solo le foglie interne più morbide e bianche, che sono dolcissime, ed ottime anche per una veloce insalata, mischiate con la rucola e i finocchi. Dolci, comunque, come la ricotta, pertanto creano un connubio molto riuscito. Le foglie si lavano e si lasciano asciugare. A parte, in un mortaio, si fa un pesto con il lardo, il cipollotto fresco e il prezzemolo. In una padella, con un filo d'olio extravergine si fa rosolare il pesto, si aggiunge quindi la verza a foglie intere, si mescola, e si aggiunge un po' d'acqua fino a coprire la verdura. Deve cuocere al massimo per una ventina di minuti, facendo attenzione a non spappolare le foglie, che devono restare a pezzi grossi. Quindi si aggiunge la fregola, che qui si chiama su Ministru, ma va bene anche un etto circa di pasta mista, o di spaghetti spezzati. Dopo la precottura, si aggiunge mezzo chilo di ricotta di pecora, che va schiacciata con un mestolo di brodo. Si fa riposare per cinque-dieci minuti ed è pronta.



Angurie, meloni e arance, nel DNA di queste terre

C'È UN VECCHIO DETTO, diffuso non solo nelle zone limitrofe, che recita così: "Orosei matza 'e mellone". Quattro parole che la dicono lunga sul prodotto simbolo della campagna. La "matza" è la pancia, in questo caso piena di "mellone", che va

inteso non solo come melone bianco, ma anche come anguria, che qui è enorme, possente, dolce, succosa, saporita. Serviva a combattere i morsi dell'appetito, quando s'avvertivano gli effetti di quella "fame" intesa come effetto pratico di una povertà visibile, non solo individuale. Un caposaldo,

► *carciofi spinosi; fave, piselli, cavoli, verza, lattuga e pomodori; mandorli, fichi bianchi e neri e agrumi* e, soprattutto, *angurie, meloni* nelle aree sabbiose. Le donne portavano nei campi i *macarrones de busa* ovvero fatti con il ferro (quello che si usa per la calza), conditi con il sugo di pomodoro e il pecorino. Ancora diffuso, tra chi non dimentica sapori frugali, era il piatto della mietitura del grano, a luglio, o della raccolta delle angurie, appunto, pesantissime, che si eseguiva a mano: giornate scandite dalla fatica. Si stemperava con gli *arrosti di carni*, maiale, capretto, agnello. Nei casi fortunati, anche con un contorno, *su Corrotzolu*, di favette prelibate, se l'abbondanza del raccolto lo consentiva. Si prendono i baccelli delle fave giovani (uno spreco, in tempi di magra...) e si mettono a bollire, staccando i filamenti esterni, ma facendo attenzione a non rompere le punte, per evitare l'assorbimento di acqua in eccesso. Si fanno scottare per una decina di minuti, poi si prepara un pesto di aglio fresco, lardo e prezzemolo, nel quale si spadellano le favette aggiungendo un po' d'acqua ed un po' di farina, per amalgamare. Ottimo anche negli involtini di pane Carasau bagnato.

A proposito di involtini, non va trascurata la vicinanza della costa: oltre alle sublimi, enormi *vongole veraci* della zona, quando si pesca una spigola, si pensa alle *cicoriette* ed alla *bietola selvatica*, per avvolgere i tranci di pesce... Un'idea presa al volo, volgendo lo sguardo ai quattro chilometri di arenile, all'antico approdo romano di Osala; allo stagno Su Petrosu. Dal colle, il "Gollai", e dal belvedere della chiesetta di San Gavino, oltre la pianura, si scrutano gli *uliveti di Bosana*, la cultivar prevalente, ed i vigneti sui terreni argillosi in altura. Come dire, in definitiva, che ad Orosei non mancano l'olio ed il vino rosso di Baronia, che i ristoranti propongono con giusto orgoglio.



Murale con una donna nel tipico costume sardo e una cesta d'arance. In alto la minestra di verza.

insomma, dell'alimentazione. Ancora oggi i "melloni" gustosissimi dell'area di Orosei, insieme agli agrumi (soprattutto arance di tipo Tarocco e Washington; e mandaranci), sono una delle principali fonti di reddito per non poche famiglie di contadini.