

## Convegno Itinerari Adriatici

Il Golfo di Trieste è un vero e proprio museo del mare all'aperto; al suo interno e in un tratto di mare molto breve tra Punta Salvore e Punta Tagliamento, presenta ambienti costieri e marini davvero eccezionali. Un golfo e un piccolo pezzo di mare, parte dell'Adriatico, il mare dell'amicizia e dell'intimità, che è stato ed è una grande via di comunicazione, ma anche luogo di incontri e scontri, di amicizia e di indifferenze, di convivialità e di conflitti, di fughe e di approdi e soprattutto di dialoghi, confronti, reciproci influssi e comunque di scambi.

Lo scambio è opportunità di arricchimento reciproco e come ama ricordare il sociologo Ulderico Bernardi, solo chi scambia, cambia!

Un mondo che merita di essere conosciuto, tutelato e valorizzato. Un primo invito quindi: quello di mettersi in viaggio alla scoperta della bellezza delle diversità e della complessità di questi nostri affascinanti e delicati territori compresi tra Trieste e l'Istria e tra il mare e il carso.

Alla scoperta di un mare che è...pesca, acquacoltura, turismo, sport, navigazione, viaggio, natura, biodiversità, paesaggio, cultura, scienza, ricerca, cantieri, formazione; un mare che significa quindi lavoro, cultura ed identità e soprattutto luogo del vivere di milioni di persone. Per diversi motivi poi, in primo luogo economici, ambientali e di sicurezza, l'Adriatico va visto come un ecosistema e un bacino unico. Possiamo anche affermare che l'Adriatico, condiviso da più Paesi, necessita di una doverosa, rigorosa e condivisa politica comune. L'Associazione Ambientalista MAREVIVO nel progetto "Mediterraneo D.O.C." (Diritti, Obblighi e Controlli per un mare di qualità) ha sottolineato a più riprese l'esigenza di una conformità che regoli, in particolare l'applicazione delle normative che gestiscono pesca, trasporto marittimo e macroinquinamento. Non va dimenticato che l'Adriatico oltre che certamente il più...gustoso è anche il mare più produttivo del Mediterraneo: corrisponde infatti ad 1/20 della sua superficie ma fornisce 1/5 della sua produzione: produzione che, dato questo spesso quasi del tutto sconosciuto, costituisce il 50% dell'intero comparto ittico italiano.

Nell'Adriatico il Golfo di Trieste che è il punto più a Nord del Mediterraneo e più a Sud dell'Europa di Mezzo è anche eccezionale per la sua biodiversità. La sua costa poi presenta tre zone con caratteristiche morfologiche del tutto diverse e particolari: la costa istriana intersecata dai Valloni, il ciglione rettilineo dell'Altipiano carsico e l'estremo lembo della pianura alluvionale friulana, Punta Salvore a Sud, Trieste ad Est, Monfalcone a Nord e Grado a Ovest. Un Golfo condiviso da tre paesi diversi (Italia, Croazia e Slovenia) che si offre in tutta la sua bellezza e ricchezza fatta di diversità: la Laguna di Grado e Marano, le Foci dello Stella, dell'Isonzo, e l'Isola della Cona, le Risorgive del Timavo e l'Adrosauro Antonio, le Falesie di Duino e lo storico Castello con la famosa Passeggiata Rilke, la Riserva Naturale Marina del WWF Italia di Miramare, le Saline di Pirano con il Museo etnografico e dei salinari ed il Faro di Salvore con il Porto romano.

Affacciata su questo splendido mare si trova una città, Trieste accarezzata alle spalle dal magico e meraviglioso mondo carsico. Trieste è una città nata sul mare che proprio grazie a questo (che per Trieste significa passato e mi auguro anche futuro) nell'Ottocento ha acquisito una sua specifica centralità ed è diventata una grande città

europea. Una città che dal Carso sembra quasi respinta verso il mare ed è soprattutto cerniera importante tra Oriente ed Occidente, tra Mediterraneo ed Europa di Mezzo, tra mondi e culture diverse.

Dopo i muri, le separatezze e la lunga marginalità, oggi Trieste deve cogliere e sfruttare le opportunità che gli vengono offerte, deve avere la forza e la volontà di “offrirsi” nuovamente all’Europa e al mondo.

Oggi Trieste, ce lo ricorda lo scrittore tedesco-triestino Veit Heinichen è: “...una città al centro dei margini, che dovrebbe decidersi tra due possibilità: rimanere margine o diventare centro !”

Questa città è un microcosmo da scoprire anche grazie ad un viaggio con la “Barca dei sapori”. Un viaggio piacevole e ...gustoso che ha scelto di partire proprio da Trieste, per favorire la conoscenza e la valorizzazione del territorio. Con una possibilità rara quasi ...unica, quella di poter ammirare dal mare la città ed il carso e gustare a bordo della nave, in mare quindi i sapori di terra, e ancorati a terra quelli di mare.

E ora ...buon vento alla nostra “Barca dei sapori” per un bel viaggio adriatico per andare alla scoperta degli antichi saperi ammirare ed apprezzare il Golfo di Trieste lungo rotte culturali, enogastronomiche e turistiche il Golfo di Trieste. Un viaggio affascinante e ..stimolante. “La Barca dei sapori” intende tessere un filo leggero che colleghi questi mondi diversi e spesso lontani e far così conoscere ed apprezzare questi splendidi, affascinanti e complessi territori sospesi tra mare e carso e ancora attraverso i grandi saperi e sapori di Trieste e dell’Istria, scoprire tavole cariche di gusto e di cultura..

Una “Barca” che ha obiettivi importanti e soprattutto ben chiari. 1- far conoscere , valorizzare e promuovere il territorio tra mare e carso, tra natura e cultura.e riscoprire così una grande cultura materiale quella del mare e dei pescatori, della pesca e della navigazione, ma anche della campagna e dei tratturi come memoria di queste nostre terre mezzo e di questo nostro mare dell’amicizia e dell’intimità. Un viaggio alla riscoperta delle nostre radici attraverso i luoghi più significativi tra il verde-azzurro del mare, il bianco dei paesi dell’Istria e del Carso, la terra rossa e gli Ulivi.

2-far conoscere Trieste e l’Alto Adriatico come luogo ideale per un viaggio e un progetto di “Turismi e culture” per un’area sistema integrato: lo spazio dell’incontro e della scambio, da tutela e valorizzare grazie ai grandi giacimenti culturali ed enogastronomici, attraverso itinerari transfrontalieri affascinanti e servizi turistici e prodotti di qualità

Una sfida importante per garantire uno sviluppo equilibrato ed ecosostenibile del territorio, una sfida decisiva per il nostro futuro perché solo così si può contribuire in modo significativo ad integrare, diversificare, differenziare e perché no anche allungare l’offerta turistica , con un prodotto di alto richiamo, nuovo e ...fresco.

Lasciati gli ormeggi e issate le vele la nostra “Barca” è partita. Un primo approdo in un accogliente casone della laguna di Grado e Marano per gustare i grandi sapori del boreto de capelonghe alla graisana, un piatto di un fischione in umido o di bisato a speo. Poi una sosta tra Duino e il “*Lacus Timavi*”, con un viaggio che potremmo definire straordinario attraverso delle “Finestre sul nostro passato”: il bosco della Cernizza (con i lecci della macchia più a nord del Mediterraneo), i luoghi del ritrovamento

dell'Adrosauo Antonio e della Grande Guerra, la strada e la *Mansio* romana, il promontorio Bratina, le Risorgive del Timavo, per concludere al Villaggio del Pescatore (un borgo istriano) con una degustazione di prodotti del Golfo di Trieste e di un brodetto eccezionale quello del "grande Stane". Pesce fresco e di stagione (seppie, canoce, pedoci, lucerne, triglie, scarpene, pesce ragno etc.) con una preparazione semplice e accurata accua, questa: sfilettare il pesce misto e con le teste e le lische, del sedano e carote preparare il brodo.

In un tegame con l'olio rosolare le cipolle, unire le seppie pulite e tagliate a pezzetti, cuocere per circa 5 minuti, aggiungere l'aglio, bagnare con il vino lasciandolo evaporare. Mescolare bene ed aggiungere la farina, il pomodoro frullato, un paio di mestoli di brodo. Coprire e lasciar cuocere per almeno 30 minuti. Bagnando di tanto in tanto con il brodo rimasto. A questo punto unire il limone l'alloro.

Quando le seppie saranno diventate tenere, abbassare il fuoco, aggiungere i filetti di pesce, gli scampi, le canoce e le cozze ben lavate. Appena le cozze si saranno aperte, regolare di sale e pepe e spegnere il fuoco.

Servire in un piatto fondo con un crostone all'aglio e prezzemolo appena tritato.

Lungo questo pezzo di golfo che va dal Timavo a Trieste, si può apprezzare una Trieste inedita e quasi sconosciuta, che si offre con la sua bellezza di città vista dal mare. Ma si può scoprire anche la piccola, grande storia della pesca, in un mare dove si possono incontrare i luoghi di grande e antica tradizione. Solo per ricordarne alcuni, la meravigliosa tratta dei tonni (a Santa Croce l'ultima grande tratta è stata effettuata nel 1954), e poi a Santa Croce gustare un piatto di tonno alla griglia con una leggera spruzzatina di finocchio selvatico; la pesca con le reti da posta per i calamari (straordinari quelli nostrani fritti); la piccola pesca costiera con le nasse per le *canoce*, una pesca sostenibile da... sostenere e difendere, (e poi il brodetto de canoce è...impareggiabile); la pesca con la saccaleva e le fonti luminose e nella Baia di Panzano (così come in Val di Torre di Parenzo e nel Golfo di Piranmo) le eccezionali tratte di cefali. Con questo pesce povero e dimenticato voglio offrirvi un piatto "**Cefali in salsa di acciughe –sardoni salai**" e anche darvi alcune indicazioni per la sua preparazione

*Pulire i cefali lasciando a parte il fegato; lasciarli riposare in un luogo fresco in una pentola coperta per un'ora in una salsa preparata con olio, scalogni affettati, prezzemolo e alloro tritati, sale e alcuni grani di pepe. Scolare i cefali, disporli in una pirofila con un po' d'olio e passateli a cuocere in forno a 170 gradi per circa mezz'ora. Preparare a parte una salsa facendo rosolare nel burro (o nell'olio o.e.v. n.d.r.) il fegato ben sciacquato insieme con un cucchiaino di farina, aggiungere i capperi ben strizzati dall'aceto e le acciughe pulite dal sale (senza passarle sotto l'acqua). Bagnare con 3 cucchiai d'acqua e lasciar cuocere per altri 20 minuti, avendo cura di mescolare in modo da amalgamare il tutto. Dopo averli puliti da pelle e lische sistemare i cefali in un piatto di portata e condire con la salsa delle acciughe.*

Tra il Golfo di Trieste e l'Istria va ricordata la grande storia della preparazione del pesce azzurro da parte delle nostre "nonne", che grazie a grandi saperi con prodotti semplici riuscivano a deliziarci con piatti squisiti: Sardoni fritti, in savor o in cezame, sardoni impanati, sardelle roste (un piatto particolarmente amato da Giacomo Casanova) e poi **Sardelle al forno** di Anna Maria Mori secondo una ricetta tradizionale istriana.

*Pulire le sardelle togliendo la testa, sciacquandole bene sotto l'acqua corrente. Fatele asciugare (questa operazione è molto importante anche per i pesci pregiati che si*

*vogliono cucinare alla brace n.d.r.) dentro un panno di cucina. Accomodatele in un insalatiera e conditele con sale, pepe, olio d'oliva e rosmarino tritato. Mescolatele, facendole saltare di quando in quando dentro l'insalatiera, in modo che tutte si insaporiscano e lasciatele nel condimento per qualche ora. Poi prendete una teglia e ungetela d'olio. Passare le sardelle una ad una nel pane grattato e disponetele nella teglia in modo che tutte le code convergano verso il centro. Sgocciolatevi sopra la marinata dell'insalatiera e aggiungete dell'altro olio. Mettetele in forno caldo per un quarto d'ora e appena cotte servitele. Ponete attenzione a che il pesce sia ben cotto ma non troppo asciutto.*

Tralascio le dosi (che a mio parere, nella ricetta di Anna Maria (500 grammi per sei persone, ma possiamo prevederne tranquillamente il doppio) sono troppo parsimoniose, potremmo quasi dire .... istriane !

*e....Sarde in saor- ricetta tratta dalla commedia "Le donne de casa soa" di Carlo Goldoni. «far appassire in abbondante olio d'oliva un quantitativo di cipolla bianca, tagliata sottilissima, pari alla metà del peso del pesce (un chilogrammo). Quando diventa morbida e d'un bel colore biondo si aggiunge mezzo litro di aceto bianco e un quarto di vino bianco secco, dei pinoli (40 grammi) e dell'uvetta (40 grammi) di Corinto. Questa si può acquistare presso alimentaristi ben forniti, rispetto all'uva passa è meno dolce, ha la forma di bacca di color nero e va ammorbidita per qualche minuto nel vino. In una terrina di coccio si sistema uno strato di "sardele" infarinate e fritte e si copre con il "saor" procedendo a strati. Le sarde così fatte vanno conservate in un luogo fresco e mangiate dopo uno due giorni. Saranno più buone».*

Ricordando l'importanza del "pesce azzurro" va anche sottolineato che, in generale le risorse ittiche diventano sempre più rare e preziose. A fronte di questa situazione, piuttosto critica, si deve ricominciare a "ricordare" il pesce dimenticato recuperando le ricette tradizionali. "Dimenticati" o "ritrovati" che siano, c'è comunque da interrogarsi sul perché questi pesci siano progressivamente passati in secondo piano, rispetto a quelli che più comunemente incontriamo nei nostri piatti. Uno dei motivi principali è legato al loro utilizzo e alle loro caratteristiche. Dato che nella maggior parte dei casi si tratta di pesci di piccola o piccolissima taglia, molto spinosi, difficili da pulire e le cui carni richiedono ricette elaborate e lunghe cotture, per semplice comodità, sia nei ristoranti sia nelle case, sono stati preferiti prodotti di più semplice manipolazione. E bisogna pure mettere in conto che nella ristorazione impera la tendenza verso cotture molto veloci, in particolare per il pesce. A questo si deve aggiungere un problema di reperibilità sul mercato: trattandosi di pesci strettamente connessi alle tradizioni gastronomiche locali, di solito non hanno modo di entrare nei maggiori canali distributivi e devono quindi non hanno una diffusione omogenea su territorio più vasto. . Uno dei motivi principali è legato al loro utilizzo e alle loro caratteristiche. Dato che nella maggior parte dei casi si tratta di pesci di piccola o piccolissima taglia, molto spinosi, difficili da pulire e le cui carni richiedono ricette elaborate e lunghe cotture, per semplice comodità, sia nei ristoranti sia nelle case, sono stati preferiti prodotti di più semplice manipolazione. E bisogna pure mettere in conto che nella ristorazione impera la tendenza verso cotture molto veloci, in particolare per il pesce. A questo si deve aggiungere un problema di reperibilità sul mercato: trattandosi di pesci strettamente connessi alle tradizioni gastronomiche locali, di solito non hanno modo di entrare nei maggiori canali

distributivi e quindi non hanno una diffusione omogenea su territorio più vasto. È, questo, un aspetto da non sottovalutare perché può capitare che un pesce dimenticato a Trieste sia richiestissimo in Sicilia, ma anche a Venezia. Il fatto che la stessa denominazione sia diversa a seconda dei luoghi in cui sono pescati è ulteriore indice di questo rapporto esclusivo con un territorio e le sue tradizioni culinarie. Non a caso queste varietà erano molto utilizzate nelle famiglie dei pescatori, con una serie di ricette che erano e sono un patrimonio conservato e tramandato da ... madre in figlia. Un patrimonio culturale e tradizionale che oggi ha bisogno di essere salvato esattamente come la materia prima. Anzi, proprio il recupero delle ricette può fornire un impulso per la rivalutazione di tante varietà ingiustamente considerate minori. La rivalutazione è senz'altro auspicabile per ridare linfa al mercato ittico italiano e maggiore remunerazione ai pescatori che oggi si barcamenano (è il caso di dirlo) tra mille difficoltà; ma soprattutto per permettere agli ecosistemi marini di rigenerarsi. Se aggiungiamo che il prezzo di questi pesci è molto più basso, ecco un buon motivo in più per cercarli. Sarà la fantasia del cuoco a fare il resto.

Per in nostro "viaggetto" si può scegliere sempre con partenza da Trieste, un breve viaggio oltre i confini alla scoperta della grande cultura del sale e delle saline dell'Alto Adriatico. E' una grande storia quella del sale, uno dei pochissimi prodotti che era integralmente parte in una economia di scambio e per oltre un Millennio vero e proprio oro bianco e assoluto protagonista dell'età preindustriale che ci ricordo il passato sotto la Repubblica di Venezia. L'importanza del sale è testimoniata anche dall' "Ordo salis" che dal 17 giugno 1281 era un insieme di disposizioni che regolavano, incoraggiavano e proibivano l'importazione del sale a Venezia, sia qualità e quantità, che prezzi e deroghe. Saline nell'Alto Adriatico e nel Golfo di Trieste vengono segnalate fin dall'epoca romana, quando da Trieste sino a Pola si raccoglieva il sale in piccole buche lungo la costa. In particolare le saline di Brioni sono del 543. Tra il X e il XII secolo iniziarono a svilupparsi le saline istriane, quando quelle della Laguna Veneta, a Chioggia, Comacchio, Cervia e Porto Cesenatico erano già fiorenti. Quelle di Pirano sono citate in documenti del XII secolo. Successivamente sono segnalate quelle di Pago, Arbe, Rovino, Orsera, Sipar (Umago) Lucia, Strugnano, Isola e Capodistria (Val Stagnon, Semedella, Arjol, Sermino),

Ci sono saline anche nella attuale nostra provincia nella zona di Muggia - Rio Osopo e San Bartolomeo e a Trieste in località Zaule (nel Comune di Trieste, ma...a cavallo del..confine), Servola, Borgo Campo Marzio e San Marco (Valdirivo e Riborgo) , Rivo delle Sette Fontane e l'attuale centro città

(prima della costruzione della Trieste moderna e dei Borghi Teresiano, Giuseppino e Franceshino), Villaggio del pescatore (Duino).

Nella seconda metà del XVIII° Secolo nel circondario di Trieste rimasero soltanto le saline di Servola (sotto Monte San Pantaleone) e quelle di Zaule (in corrispondenza del torrente Rosandra).

Una grande storia perché il sale è stato fondamentale nell'alimentazione e la conservazione dei cibi: carni (prosciutti), verdure (cavoli), pesce e ha segnato il passaggio tra l'uomo nomade e quello stanziale. Si pensi infine al suo ruolo nell'industria conserviera: nel nostro territorio oltre alla grande abbondanza del sale, c'era stagionalmente e ciclicamente una grande disponibilità in particolare di pesce azzurro (sardoni, sardelle, sgombri, cefali, ma anche tonni, bisati, etc). Nelle industrie

conserviere (Torregiani, Ampelea, Arrigoni, etc) secondo i dati del 1927-28 vi erano 1.700 occupati (1.500 donne).

Un viaggio quindi anche alla riscoperta di un pezzo delle nostre molteplici radici, perché il sale è stato cultura-storia-memoria e soprattutto fonte di ricchezza e quindi luogo di incontro e scambio, tra mondo rurale, e le città dei mercati e commerci.

. Dopo meno di un ora di viaggio l'approdo proprio alle Saline di Pirano (Slovenia) e visita al Museo delle Saline. La vista dall'alto delle saline lungo il vecchio e silenzioso percorso della Parenzana, con la possibilità anche di "incontrare" il falco di palude, oppure ammirare da lontano i germani reali e un panorama assolutamente indimenticabile e mozzafiato (sull'intero Golfo di Pirano e sulla bella città di Tartini, all'azzurro del Golfo e della Laguna e in inverno al bianco delle cime montuose). Come altrettanto bella è la visita nell'Istria, quella splendidamente descritta da Fulvio Tomizza. Oltre ad un viaggio lungo i trosi della terra rossa della "sua" Materada, meritano una visita le belle cittadine della costa ma soprattutto quelle dell'interno, circondate dalle "onde" verdi dei boschi, dei vigneti e degli oliveti. In particolare in uno dei paesi costruiti su un colle dell'Alto Buiese, Grisignana, l'antica *Graeciniana*. Un paese un tempo chiamato "castello" circondato da una grossa cinta muraria e costruito su uno sperone a di arenaria del Carso istriano. Una bella e quasi misteriosa cittadina, in passato svuotata dall'esodo istriano e oggi centro culturale, città della musica, dell'arte figurativa e dell'artigianato artistico d'interesse europeo

Concludo questo viaggio tra Trieste e l'Istria, due "mondi" plurali che sono la testimonianza della ricchezza e bellezza delle diversità, con una sosta nella "mia" Caldanìa. Un piccolo paese di pietra bianca, dove fermarsi ha il gradevole profumo e sapore di un qualcosa di antico, anche grazie a una piacevole e conviviale degustazione dei prodotti tipici istriani. Una sosta lungo il vecchio itinerario della ferrovia a scartamento ridotto "Parenzana", che per oltre trent'anni ha avuto il grande merito di rafforzare i legami e i rapporti fecondi tra Trieste e il suo entroterra naturale, l'Istria e dell'Istria con il Centro Europa. Una ferrovia che progettata e costruita agli inizi del 1900 "sotto" l'Impero degli Asburgo, partiva dalla Stazione di Campo Marzio di Trieste e dopo oltre 100 chilometri arrivava nella cittadina di Parenzo famosa per la splendida Basilica Eufrasiana- il più antico edificio cristiano in Istria e uno dei monumenti bizantini più belli e importanti in Occidente.