

Il Macellaio
di
Roma Capitale
suggerisce !



CONFRATERNITA DI
S. MARIA DELLA QUERCIA DEI MACELLAI DI ROMA
ENTE PRIVATO ONLUS

DEDICA



*I macellai, soci della
Confraternita di Santa Maria della Quercia
(già Università de' macellari),
alla propria gentile e fedele clientela
di Roma Capitale.*

RINGRAZIAMENTI



Il signor Giuseppe ADAMO, self-made man e presidente da oltre sei lustri della Confraternita di Santa Maria della Quercia (già Università de' macellari di Roma), ringrazia molto vivamente i membri del CONSIGLIO di amministrazione e quelli del COLLEGIO sindacale per la fattiva e partecipata collaborazione prestata per la realizzazione della presente operosa fatica e, soprattutto, per aver messo a disposizione della cittadinanza di Roma Capitale le esperienze ed i frutti della loro alta professionalità nella veste di “*mastro-macellaio*” e di “*gastronomo-cuoco*”.



BANCO DI MACELLERIA (particolare), olio su tavola
Pieter Aertsen, 1551

PRESENTAZIONE

Dalla selvaggia isola greca KOS fa eco, tuttora, l'aforisma del padre della medicina, destinato a rappresentare nei secoli il simbolo delle scienze biomediche, IPPOCRATE : *“Fa che il cibo sia la tua medicina e che la medicina sia il tuo cibo”*.

I cultori delle scienze filosofiche, da parte loro, trovano accattivante l'idea dell'antropologo tedesco Ludwig FEUERBACH, secondo cui *“noi siamo ciò che mangiamo”*. Esisterebbe, per questo *“uomo libero pensante”*, una unità inscindibile tra psiche e corpo, talché per *“pensare meglio bisogna alimentarsi meglio”*.

A buon diritto, intervengono, pure, nella non piana diatriba, i ricercatori delle scienze della *“nutrizione”*, i quali proclamano con forza che *“l'uomo si alimenta per nutrirsi”* e sentenziano che, da sempre, l'uomo per crescere, riprodursi e lavorare *“si deve nutrire”*, assumendo alimenti palatabili e carichi di energia dal mondo minerale, vegetale ed animale e che *“la vita senza proteine non è possibile”*.

A questo punto, si impone nel merito un minimo di informazioni tecniche di base.

Con il termine *“NUTRIZIONE”* si intende quel composito processo mediante cui l'organismo di ogni essere vivente (uomo, animali, piante, funghi, batteri ecc.) utilizza i *“nutrienti”* contenuti negli *“alimenti”* (se riferiti all'uomo meglio noti come *“cibi”*), allo scopo di ricavarne *“energia biologicamente utilizzabile e materiale base per la sintesi di nuove molecole”*.

Quanto agli organismi animali è bene precisare che essi non posseggono, al pari dei vegetali, né la capacità né la proprietà di costruirsi da soli le sostanze nutritive di cui hanno bisogno ma le devono assumere dall'ambiente esterno già preformate, ricavando *“l'energia vitale”* dalla degradazione dei *“nutrienti”* contenuti negli alimenti (meglio conosciuti come foraggi e mangimi).

E' ben per questo che gli animali vengono definiti *“organismi eterotrofi”*.

Merita ricordare, anche, che l'unità fondamentale degli esseri viventi è la *“cellula”*, la quale possiede tutte le potenzialità e le proprietà della vita (cioè: *nasce, cresce, è sensibile, si riproduce, muore*) e racchiude in sé, nel cosiddetto *“patrimonio genetico”*, i segni distintivi di *“ogni specie”* e quelli peculiari di *“ogni individuo”*.

Non vi è dubbio alcuno che il mondo animale assicura all'uomo con le *“carni”*, meglio degli altri due, alimenti plastici o costruttivi (*protidi o proteine* che dir si voglia),

energetici (*glucidi*, cioè amidi e zuccheri e *lipidi*, cioè grassi) e protettivi (*vitamine A, B12 ad azione antianemica, D ed E*) nonché l'acqua ed i sali minerali (*ferro, zinco, selenio, fosforo e potassio ecc.*).

Queste forniscono, in special modo, "*proteine nobili ad alto valore biologico*" e sono ricche di taluni "*amminoacidi indispensabili per la vita*".

Infatti, tra i venti ordinari ben otto vengono definiti "*essenziali*", quali la lisina, la metionina, la fenilalanina, la treonina, il triptofano, la valina, la leucina e la isoleucina.

E' noto che l'unico artigiano-professionista che lavora e distribuisce le carni, i relativi prodotti e preparazioni è il "*macellaio*".

Questi era chiamato nell'antica Roma "*lanius*" e, più tardi, in talune aree del paese, "*beccai*", dal che "*beccheria*" l'esercizio di vendita, oggi "*macelleria*" o meglio ancora "*bottega delle carni*".

Ma che cosa si intende per "*carne*", per "*preparazioni e per prodotti a base di carne*" si chiede a buona ragione il consumatore ?

Dal diritto comunitario (regolamenti del Parlamento europeo e del Consiglio, operanti "*ope legis*" anche a casa nostra) si stralciano alcune definizioni che aiutano a completare il quadro informativo che si è ritenuto opportuno premettere per un migliore approccio con la professione arte del mastro-macellaio.

Dal punto di vista "alimentare" per "*carni*" vanno intese "*tutte le parti commestibili dei seguenti animali da macelleria: ungulati domestici, pollame, lagomorfi, selvaggina selvatica piccola e grossa e selvaggina di allevamento*".

Dal punto di vista "merceologico" per "*carni fresche*" si intendono "*quelle che non hanno subito alcun trattamento salvo la refrigerazione, il congelamento o la surgelazione, comprese quelle confezionate sotto vuoto o in atmosfera controllata*".

Per "carni macinate" si intendono "*le carni fresche disossate che sono state sottoposte ad una operazione di macinazione in frammenti e contengono meno dell'1% di sale*".

Per "preparazioni di carni" si intendono "*le carni fresche, incluse le carni ridotte in frammenti, che hanno subito una aggiunta di prodotti alimentari, condimenti o additivi o trattamenti non sufficienti a modificare la struttura muscolo-fibrosa interna della carne e ad eliminare quindi le caratteristiche delle carni fresche*".

Ed ancora, **per "prodotti a base di carne"** si intendono "*i prodotti trasformati risultanti dalla trasformazione di carne o dall'ulteriore trasformazione di tali prodotti trasformati in modo tale che la superficie di taglio permette di constatare la scomparsa delle caratteristiche delle carni fresche*".

Dal punto di vista tecnico ed anatomo-fisiologico, la carne è costituita da *mu-*

scoli scheletrici e questi da una parte essenzialmente magra nonché da connettivo, ossa, grasso, nervi e vasi sanguigni.

Della parte magra della carne, costituita dall'assemblaggio di fibre microscopiche riunite in fasci, si può valutare la “*grana*” (taglio trasversale del muscolo), la quale può risultare “*fine*” (indice di buona qualità della carne) e “*grossolana*” (segno di qualità inferiore).

Altro segno distintivo ed apprezzabile delle masse muscolari è la cosiddetta “*tessitura*”, che risulta ben “*compatta*” negli animali in buono stato di nutrizione oppure “*lassa*” negli animali molto giovani oppure immaturi (taglio longitudinale del muscolo).

Il “*tessuto connettivo*” (tendini, legamenti ed aponeurosi) ha la funzione di assicurare sostegno e connessione ad altri organi e tessuti ed ha come componente basilare il cosiddetto “*collagene*”, il quale, sottoposto a bollitura in acqua, si solubilizza e si trasforma in “*gelatina*”.

Il “*grasso*”, formato di tessuto connettivo, è anch'esso una componente normale della carne; risulta composto da particolari cellule in cui si accumulano trigliceridi ed altri lipidi e fa da riserva di carburante per l'organismo. Il grasso dei muscoli può coprirli completamente (*grasso di copertura*) ma può essere distribuito all'interno, tra le fibre muscolari, come “*venature o striature*” sottili oppure, addirittura, come “*marezzatura o prezzemolatura*” (*grasso di infiltrazione*). La consistenza, la percentuale e il colore sono strettamente correlati alla età ed alla alimentazione dell'animale.

La colorazione del grasso, comunemente “*gialla*” è dovuta alla presenza di “*carotene*” e varia con il cresce dell'età.

Le “*ossa*”, distinte in lunghe provviste di midollo, in corte ed in piatte, sprovviste queste ultime di midollo, fanno parte delle carni in quanto costituiscono l'impalcatura naturale dei muscoli.

Il “*colore*” delle carni è dato da particolari “*pigmenti*”: la “*mioglobina*” nelle fibre muscolari e la “*emoglobina*” nei globuli rossi del sangue.

Tali pigmenti a contatto con l'ossigeno dell'aria si ossidano e si trasformano, provocando il viraggio del colore delle carni stesse.

L'*acqua*, che costituisce la base di tutti gli esseri viventi, rappresenta una grossa quota nella composizione della carne.

In proposito, va osservato che la relativa percentuale è inversamente proporzionale a quella del grasso e varia, in genere, in ordine decrescente con l'età dell'animale.

Volendo indicare una percentuale di larga massima, è dato registrarne l'80% nelle carni di vitello ed il 74% in quelle di vitellone.

Giova sottolineare ancora che il primo posto nella composizione analitica della

carne spetta alle “*proteine*”, la cui percentuale si colloca nelle carni bovine intorno al 20-22%.

Altra notazione degna di memoria afferisce al concetto di “*valore calorico degli alimenti*”, inteso come quantità di energia che essi, “*bruciando*”, sono in grado di produrre.

Ma l’uomo, ai fini della crescita, della riproduzione e del mantenimento delle proprie funzioni vitali nonché per lo svolgimento di tutte le attività fisiche e mentali, di “*quali e di quanti nutrienti*” necessita in via ottimale, si chiede ancora il consumatore?

Per la bisogna, i cultori nutrizionisti fanno ricorso, da un lato, ai cosiddetti “*Larn*” e cioè ai “*livelli di assunzione raccomandati di nutrienti*” e, dall’altro, fanno riferimento, per confezionare diete equilibrate, alle cosiddette “*Tablelle di composizione degli alimenti*”, alias “*TABELLE NUTRIZIONALI*”.

Merita, anche, introdurre e valutare il parametro “*qualità*”, riservato nella fattispecie alla sola carne bovina. Il compito, però, è assai arduo e complesso, specie se ne volessimo far discendere indicazioni precise ed oggettivamente valide per il cittadino consumatore.

Infatti, secondo gli studiosi del mondo anglosassone, i quali per primi hanno affrontato questa affascinante tematica, la “*qualità*” altro non sarebbe che l’insieme di quei requisiti di un prodotto che soddisfano il bisogno, il gusto e le aspettative del consumatore in relazione, ovviamente, alla intrinseca composizione e natura del prodotto stesso.

In sintesi, la “*QUALITÀ*” altro non è – giusta le affermazioni del prof. HAMMOND dell’Università di Cambridge – *ciò che piace*”!.

Trasferito all’alimento “*carne*”, il concetto di qualità, sia pure in senso relativo e soggettivo, non può che essere espresso sulla scorta di dati statistici preferenziali significativi e cioè nell’indice di maggior gradimento dei cittadini consumatori.

Si stima utile, da ultimo, avvicinare il cittadino consumatore alla terminologia tecnica corrente nel campo degli alimenti e dei sistemi per la loro conservazione.

Queste le definizioni più comuni.

Prodotto alimentare: gli alimenti (cibi) pronti per essere cucinati o per essere consumati.

Esercente: il titolare od il responsabile dell’attività commerciale relativa alla preparazione e vendita al dettaglio di prodotti alimentari.

Esercizio (negozio/bottega): i locali in cui si svolge l’attività commerciale di deposito, preparazione e vendita al dettaglio di prodotti alimentari.

Alimento genuino:

a) *naturale*: quando le sue qualità e caratteristiche corrispondono a quelle determinate dalla sua naturale composizione;

b) *normale*: quando, non esistendo in natura ed essendo il risultato della elaborazione dell'uomo, corrisponde, secondo criteri relativi e statistici, ad un modello tecnologico ottimale;

c) *legale*: quando la sua composizione, le sue caratteristiche e la tecnologia produttiva sono fissate dalla legge.

Alimento adulterato o corrotto: è quello ottenuto modificando volontariamente e parzialmente la composizione del prodotto genuino mediante aggiunta o sottrazione di elementi.

Alimento sofisticato o contraffatto: è quello ottenuto simulando un alimento genuino con altro apparentemente uguale ma costituito totalmente di sostanze diverse da quelle che compongono il prodotto imitato.

Alimento alterato: è quello modificato non dall'azione volontaria dell'uomo ma da agenti naturali fisici, chimici, fisico-chimici, biologici ed enzimatici.

Alimento pericoloso: è quello che può provocare, secondo un calcolo di probabilità, un danno immediato o mediato alla salute del consumatore.

Alimento nocivo: è quello che provoca certamente un danno immediato o mediato alla salute del consumatore.

Prodotto deperibile: l'alimento che abbisogna di condizioni controllate di conservazione, quali la refrigerazione, la congelazione o la surgelazione.

Frode alimentare: è l'azione che ha come evento il raggiungimento dell'altrui inganno perseguito consegnando all'acquirente un alimento per origine, provenienza, qualità e quantità diverso da quello dichiarato o pattuito.

Truffa alimentare: è l'azione che ha come evento il raggiungimento dell'altrui inganno perseguito mediante raggiri od artifici che inducano all'acquisto dell'alimento e provochino un danno al compratore ed un ingiusto profitto, per sé o per altri, al venditore.

Consumatore: il consumatore finale nonché i ristoranti, gli ospedali, le mense ed altre analoghe collettività.

A seguire, si descrivono i **metodi di conservazione** di cui sopra è fatto cenno.

Tutti gli alimenti vanno più o meno soggetti ad alterazione con il passare del tempo. Le alterazioni possono essere di natura fisica, chimica e, molto spesso, microbica o micetica, determinate cioè dalla presenza di germi o di funghi.

La conservazione dei cibi, che negli ultimi anni si è imposta in campo industriale

per esigenze economico-finanziarie e commerciali, ha lo scopo di impedire le alterazioni degli alimenti per offrire al consumatore un prodotto che, pur resistendo nel tempo, conservi il più possibile le sue qualità organolettiche (*aspetto, odore, sapore, ecc.*) e le sue naturali proprietà nutritive (*nutrienti*).

I vari procedimenti di conservazione presuppongono tutti il rispetto di alcune norme igieniche fondamentali:

- conservare soltanto alimenti freschi, sani ed assolutamente privi di difetti;
- ridurre al minimo le manipolazioni ed osservare l'igiene più scrupolosa, al fine di evitare contaminazioni esterne;
- usare sempre in giusta misura sia i metodi chimici che quelli fisici;
- conservare sempre i prodotti nell'ambiente e nelle condizioni più opportuni.

Tra i metodi di conservazione più noti, si ricordano i seguenti:

a) Salagione.

Il cloruro di sodio, più conosciuto sotto il nome di “sale da cucina”, possiede, ad una determinata concentrazione, una notevole proprietà antisettica (*arresta cioè lo sviluppo e la riproduzione dei germi*). Su questa proprietà è fondata la metodica di conservazione che può realizzarsi a secco (*merluzzo salato o baccalà, prosciutti, ecc.*) o in umido, cioè in salamoia (*prodotti vegetali, pesci, ecc.*).

La concentrazione di cloruro di sodio deve essere superiore al 10%, per garantire la conservazione.

A concentrazioni inferiori possono verificarsi alterazioni (*ammuffimento e tarlature*), anche molto pericolose per la salute dell'uomo (*presenza di stafilococco e botulino*).

b) Essiccazione.

Consiste nella disidratazione degli alimenti, nell'eliminare cioè totalmente o parzialmente il contenuto in acqua che, il più delle volte, rappresenta un elemento indispensabile per la moltiplicazione dei germi.

Può realizzarsi esponendo gli alimenti al sole o servendosi di opportune e complesse attrezzature industriali.

Esempi tipici di prodotti alimentari essiccati sono il merluzzo, noto con il nome di “stoccafisso” ed il latte in polvere, molto usato oggi nell'alimentazione dell'infanzia e degli animali domestici.

c) Affumicatura.

Consiste nell'esporre all'azione prolungata del fumo di legna, dotato di una certa proprietà antisettica, alimenti di origine animale (*carni e pesci*).

Tale metodo, in genere, viene usato per integrare la salagione.

Oggi si fa ricorso anche al fumo liquido.

d) Fermentazione.

E' un processo consistente nella decomposizione chimica di sostanze organiche per mezzo di alcuni microrganismi detti *fermenti*.

Tali microrganismi si distinguono in aerobi ed anaerobi, a seconda che abbiano o meno bisogno di ossigeno per il loro sviluppo.

Le fermentazioni più conosciute sono l'acetica (*capace di trasformare l'alcool in acido acetico*), l'alcoolica (*che trasforma gli zuccheri in alcool*) e la putrida, alla quale vanno soggetti tutti gli alimenti di origine animale (*carni e pesci*) lasciati esposti all'aria.

e) Additivi.

Sono sostanze che vengono aggiunte agli alimenti allo scopo di evitarne alterazioni nel tempo o semplicemente per conferire o migliorare le proprietà organolettiche. Tali sostanze non possiedono alcun valore nutritivo e devono essere usate, sempre che non arrechino danno alla salute umana, in opportune e controllate percentuali.

Tutti gli alimenti che contengono additivi devono riportare sulla confezione l'indicazione precisa della sostanza adoperata (*additivi chimici, aromi, coloranti naturali o artificiali*).

f) Conservanti.

Sono sostanze capaci di inibire fenomeni di fermentazione e di putrefazione, tipici nell'alterazione spontanea degli alimenti. Comprendono: sostanze antimicrobiche (*acido sorbico, acido benzoico, anidride solforosa*), antiossidanti (*acido ascorbico*) ed il sodio nitrito, sodio nitrate, anidride carbonica, ecc. Anche il loro uso non può essere indiscriminato.

E' necessario che la loro presenza negli alimenti sia indicata nella confezione assieme agli altri ingredienti.

g) Refrigerazione.

E' uno dei metodi di conservazione con il freddo. Consiste nel mantenere il prodotto a temperatura molto vicina allo zero, in genere fra lo 0° ed i 3° C sopra zero. Può realizzarsi con i frigoriferi che debbono garantire, oltre ad una temperatura costante, anche una sufficiente ventilazione ed un opportuno grado di umidità.

La conservazione è di breve durata, al massimo di qualche settimana, a seconda dei prodotti.

h) Congelazione.

Consiste nel portare i prodotti alimentari a temperature molto basse (*da meno 5° a meno 40° C*), che impediscono lo sviluppo dei microbi.

Tanto più il congelamento è lento, tanta più acqua esce dalla struttura cellulare dei prodotti. Si formano cristalli di acqua grossolani (*macrocrisalli*) ed al momento di

scongelare si provoca gran perdita di liquido che porta con se proteine, vitamine e sali minerali. Il potere nutritivo del prodotto ne subisce, quindi, un danno grave.

Una volta congelato, il prodotto può conservarsi anche per diversi mesi, alla temperatura fra -12° ed i -14° C.

Per le carni la temperatura prescritta è di -12° C.

i) Surgelazione.

Non è altro che una metodica di congelazione ottenuta, partendo sempre dal prodotto freschissimo, il più rapidamente possibile e ciò per evitare gli inconvenienti di cui si è fatto cenno, legati alla congelazione lenta.

In questo modo si ha una fine cristallizzazione dei liquidi organici (*microcristalli*) ed al momento dello scongelamento non c'è perdita di materiale nutritivo.

Sia la produzione che la distribuzione dei prodotti surgelati richiedono una vasta organizzazione, il cui scopo principale è quello di garantire la cosiddetta “*catena del freddo*”.

Il prodotto, infatti, in ogni singola fase della sua lavorazione e del suo trasporto, non dovrà, per qualsiasi ragione, trovarsi mai a temperatura superiore ai -18° C.

Allo stato attuale, si rende assai difficile garantire che il prodotto surgelato sia ben conservato e soprattutto che lo stesso non si trovi mai, nelle varie fasi della distribuzione, a superare il limite di temperatura fissato dalla legge a -18° C.

Anche i termografi registratori, quegli apparecchi cioè che permettono la costante registrazione scritta della temperatura di conservazione e, quindi, la rilevazione di un eventuale cattivo stato di conservazione, non consentono sempre di seguire la storia termica del prodotto dal momento della produzione a quello del consumo.

Una buona garanzia potrebbe forse essere offerta dalle industrie produttrici, se si riuscirà, secondo recenti esperienze, a dotare le singole confezioni di prodotto surgelato di una spia colorimetrica della temperatura sulla confezione.

l) Liofilizzazione.

E' un metodo di conservazione usato per vari alimenti (*latte, carne, caffè, thè, succhi di frutta, ecc.*), che consiste nel disidratare al massimo il prodotto a temperatura al di sotto dello zero, in modo da ridurlo allo stato di polvere che sia capace però di tornare nel suo primitivo stato, una volta a contatto con l'acqua.

Tale metodo è caratterizzato da un processo di sublimazione (*passaggio diretto di una sostanza dallo stato solido allo stato gassoso, senza passare attraverso lo stato liquido*), ottenuto congelando dapprima il prodotto da liofilizzare e, quindi, sotto vuoto spinto si allontana, per evaporazione, tutta l'acqua presente sotto forma di ghiaccio.

Attraverso questo particolare processo di disidratazione, le proprietà organolettiche dell'alimento rimangono pressoché invariate.

m) Sterilizzazione.

Può realizzarsi con il calore (*in acqua bollente a 100° C o meglio con vapore in autoclave a 110° -120° C per circa 50'*) oppure mediante trattamento con radiazioni ionizzanti (*radiazioni gamma*).

I caratteri organolettici dei prodotti alimentari con tale trattamento subiscono, però, modificazioni.

Il contenuto vitaminico risente delle alte temperature, nel senso che il calore eccessivo rende inattive le vitamine.

I prodotti alimentari, prima di essere sottoposti a tale trattamento, devono essere confezionati in recipienti di vetro, in scatole metalliche oppure in particolari contenitori per alimenti.

Se la sterilizzazione non è stata sufficiente, la eventuale sopravvivenza di microbi o spore microbiche può determinare alterazioni del prodotto pericolose per la salute umana.

Per le confezioni in scatola, indice di tali alterazioni può essere il rigonfiamento dei fondi, dovuto a produzione di gas per fenomeni di fermentazione o di putrefazione degli alimenti.

Talvolta, la scatola contenente carne può presentare il fenomeno del guazzamento, per fluidificazione della gelatina.

Se tale fenomeno è determinato soltanto da una elevata temperatura ambientale, basta tenere in frigorifero per qualche minuto la scatola perché venga eliminato l'inconveniente.

Se, viceversa, il guazzamento permane, ciò sta a dimostrare una vera e propria alterazione del prodotto.

Lo scatolame non deve, inoltre, presentare neppure tracce minime di ruggine né ammaccature di sorta.

n) Conservazione in sottovuoto (con atmosfera protettiva e no).

E' da tempo ormai che anche nel settore delle derrate alimentari si fa ricorso alla tecnologia di conservazione mediante sottovuoto, confezionando cioè porzioni di alimento in genere e di prodotti a base di carne in buste (*film*) di plastica per alimenti, cui viene sottratta completamente l'aria (*metodo del sottovuoto semplice*) oppure sostituendo l'aria con atmosfere modificate composte da azoto, anidride carbonica e loro miscele (*metodo dell'atmosfera protettiva*).

Entrambi i metodi vengono impiegati per una migliore protezione ed una più lunga conservazione degli alimenti freschi, che vanno confezionati però previa refrigerazione secondo le moderne tecniche di raffreddamento rapido.

Come noto, la tecnica del sottovuoto in atmosfera protettiva viene largamente usata

per i formaggi, latticini, per gli affettati di prosciutto, di insaccati vari e di altri prodotti di salumeria nonché per le unità di vendita di carne refrigerata e di tranci di prodotti a base di carne.

Le singole confezioni devono essere etichettate anche con la dicitura “*prodotto confezionato in atmosfera protettiva*”.

Indubbio interesse rileva per il consumatore la conoscenza delle condizioni ottimali per la conservazione delle carni e dei relativi prodotti.

E così, a seconda della tipologia di prodotto, sono raccomandate le temperature che di seguito vengono espresse in gradi centigradi ($^{\circ}\text{C}$), abbinati ai valori correlati ai simboli seguenti: $>$ = superiore; $<$ = inferiore; \geq = superiore od uguale; \leq = inferiore od uguale, non trascurando che lo stesso deve riservare costante attenzione, a fine spesa nel negozio, del parametro temperatura-tempo durante il trasporto bottega-abitazione, specie per gli alimenti refrigerati, congelati, surgelati nonché per i piatti precucinati o addirittura caldi.

Temperature di conservazione raccomandate per le derrate carnee

Derrate alimentari congelate:

$< a - 12^{\circ}\text{C}$

Derrate alimentari surgelate:

$< a - 18^{\circ}\text{C}$

Carni rosse (a cuore):

$< a + 7^{\circ}\text{C}$

Frattaglie:

$< a + 3^{\circ}\text{C}$

Carni bianche:

da $+1^{\circ}\text{C}$ a $+4^{\circ}\text{C}$

Selvaggina:

da $+1^{\circ}\text{C}$ a $+3^{\circ}\text{C}$

Prodotti a base di carne cotti da consumarsi freddi:

non $> a + 10^{\circ}\text{C}$, previo raffreddamento rapido

Prodotti a base di carne cotti mantenuti a caldo:

da $+60^{\circ}\text{C}$ a $+65^{\circ}\text{C}$

NB. Costante attenzione va riservata, a fine spesa nel negozio, del parametro temperatura-tempo durante il trasporto bottega/abitazione, specie per i cibi refrigerati, congelati, surgelati nonché per i piatti precucinati o addirittura caldi.

Giova, ora, sottolineare che la “*politica*”, sia comunitaria che internazionale, guarda da tempo e con sempre maggiore attenzione alla “*sicurezza alimentare degli esseri umani*”, dedica valide energie e cospicue risorse alla “*educazione alimentare dei consumatori*”, promuove e persegue una attiva, incisiva e lungimirante “*politica nutrizionale*”.

Nè va trascurato il particolare interesse che al tema dell'alimentazione riservano talune istanze internazionali, tra cui l'OMS, acronimo di “Organizzazione Mondiale della Sanità”. Questa agenzia specializzata dell'ONU che ha sede a Ginevra, cui aderiscono ben 193 paesi Italia compresa, persegue l'obiettivo di far raggiungere alle popolazioni il livello più alto possibile di salute, intesa non solo come assenza di malattia ma anche come condizione di totale benessere fisico, mentale e sociale.

L'OMS reclama con forza nei confronti dei Paesi aderenti più disponibilità di alimenti promotori di salute, indirizza il consumatore verso l'acquisto di alimenti protettivi, genuini e sicuri, incita le popolazioni ad assumere abitudini alimentari sane e bilanciate.

Da tutto quanto sinora resocontato, appare evidente che il controllo di filiera nella protezione del cittadino consumatore deve essere vigile, attivo e costante anche nel cosiddetto “*triangolo culinario*”, cui sottende – come noto – il comparto del “*crudo*”, quello del “*cotto*” e quello “*fermentato*”.

Nel primo vanno annoverate tutte le preparazioni alimentizie a “*carpaccio*”, **che esigono l'impiego di materie prime di indiscussa qualità e di totale freschezza.**

Nel secondo comparto figurano ben tre specifiche metodologie operative e precisamente: l'**asciutto (*griglia, arrosto, fritto*)**; l'**umido (*bollito, a vapore, brasato, stufato*)**; **nella terza, metodo misto, si fa ricorso alle microonde.**

Quanto al terzo comparto, quello della “*fermentazione*”, esso affonda, specie per le carni, negli albori della storia dell'uomo e rappresenta, senza dubbio alcuno, una prima forma di “*cucina*”, che consente di trasformare, conservare e per qualche verso sanitizzare un alimento carneo, come la prestigiosa tradizione salumiera italiana ha insegnato al mondo intero.

In concreto, attraverso il triangolo culinario appena accennato, sia nel mondo animale che in quello vegetale, si finalizza l'obiettivo prioritario di ottenere cibi genuini, sani e sicuri che l'uomo deve assumere per nutrirsi.

Anche se non è ancora stato ben chiarito perché l'uomo abbia inventato “*la cucina*” o se si preferisce il “*cucinare*”, non può negarsi che ciò riveste intrinsecamente una rilevante componente di “*oste*”, vuoi a livello artigianale che di tipo artistico (*gastronomia*) o addirittura di altamente tecnologico (*cucina molecolare*).

Per venire ai giorni nostri, sono moltissimi, sicuramente troppi e spesso assai poco

qualificati, coloro che discettano di alimentazione umana e si occupano di diete, menù, modi di elaborare, cucinare e proporre le derrate provenienti dal mondo animale e vegetale suscitando, di fatto, l'attenzione verso "ricettari" più o meno accattivanti, cartacei o mediatici, tanto da renderli ormai ricorso quotidiano nella cucina delle nuove generazioni.

In tale complesso e vivace panorama, più spesso salottiero che scientifico, la Confraternita romana di Santa Maria della Quercia, già "*UNIVERSITA' de' Macellari*" di Roma, ritiene di dover far conoscere le grosse difficoltà che la Categoria ha dovuto affrontare e di ripercorrere le dure tappe che ha dovuto superare perché ai propri Soci fosse riconosciuta l'ambita triade di "*macellaio-gastronomo-cuoco*".

Se ne pongono in luce di seguito i tratti più salienti.

Le "*proteine nobili*", specie quelle della carne bovina, divennero il "*segno distintivo*" del benessere sociale e rappresentarono, addirittura, lo "*state symbol*" delle giovani leve ed, in particolare, dei ceti abbienti.

Per certo, con la fine della Seconda Guerra mondiale, il settore delle carni ottenuta dai cosiddetti "animali da macelleria" divenne una provvida e ben remunerativa fonte per la ripresa della Categoria, fortemente penalizzata dai lunghi e severi eventi bellici.

La "*fame di carne*" si è venuta via via evoluta e profondamente modificata, specie a motivo dei nuovi stili di vita posti in essere dal boom post-bellico e dai profondi mutamenti socio-economico-culturali intervenuti nel Paese.

In particolare, si sono quasi azzerati i consumi del classico "*bollito*" e delle parti meno nobili del bovino con un pari smisurato aumento della domanda per la rituale fettina, la classica bistecca, il prezioso filetto: i cosiddetti tagli pregiati!

Tali comportamenti non potevano avere, però, lunga vita, tanto vero che ad opera di taluni macellai più intraprendenti, assistiti in qualche modo dagli organismi sindacali di categoria, hanno messo mano – con sorprendente visione prospettica – alla preparazione di piatti gastronomici a base di carne pronti a cuocere, utilizzando le parti del bovino meno richieste (quarto anteriore) ma "*nutrizionalmente*" del tutto rispondenti ai bisogni energetici dell'organismo umano.

Si elaborarono nuove referenze merceologiche a base carnea, quali le polpette, le fettine panate, il polpettone di sola carne oppure misto con vegetali, le zucchine, le melanzane ed i peperoni ripieni di carne macinata ecc. ecc. Piatti questi, tutti di facile e rapida cottura casalinga, a buona remunerazione e ad elevato gradimento, specie da parte della giovane e dinamica clientela.

Ad opera di taluni macellai vennero praticate, addirittura, più avanzate ed innovative sperimentazioni: la cottura nel retrobottega di taluni tagli di carne e di prodotti a base carnea: roastbeef, polli ripieni, rollè farciti, ravioli e tortellini ripieni di maci-

nato, lasagne al sugo di carne trita, spiedini di sola carne oppure misti ecc. ecc.

Merita segnalare, tra i pionieri di tale vera e propria rivoluzione nel campo delle referenze a base di carne, l'allora giovane macellaio operante nella Capitale: Graziano Mangani, di origine toscana con l'aggravante maremmana, come lo stesso sostiene ed ama sottolineare!

Non furono inizi semplici per il macellaio romano quelli degli anni '80 e, soprattutto, non privi di contrasti, incomprensioni, malcelate gelosie professionali e, persino, incertezze da parte degli organi ufficiali di vigilanza.

In concreto, però, con il beneplacito della Federazione Nazionale Macellai e su diretto impulso dell'allora presidente Arnaldo Giulietti la rivoluzione delle nuove referenze carnee – già operante nel territorio capitolino – venne posta all'attenzione del Ministro della Sanità con una specifica, motivata e documentata proposta del dottor Sesto Governatori, il quale, pur nella sua vegliarda età, continua a svolgere nel Sodalizio, con passione, competenza ed a titolo grazioso, le funzioni di emerito consulente veterinario.

L'Amministrazione sanitaria nazionale autorizzò, con un apposito decalogo di prescrizioni tecniche tuttora vigenti, **la vendita nelle macellerie italiane di “piatti gastronomici a base di carne pronti a cuocere nonché di piatti gastronomici a base di carne cotti in situ”**.

Correvano gli anni '90 ma sono dovuti trascorrere ancora due decenni perché nella Capitale – questa volta su iniziativa della Confraternita di Santa Maria della Quercia e su personale intervento del presidente Giuseppe Adamo – si sia potuto ottenere dall'Autotorità capitolina la facoltà della “cottura sul posto” di piatti gastronomici e di preparazioni a base di carne.

Vi ostava un molto datato obbligo regolamentare del Campidoglio, secondo cui la facoltà in parola era tassativamente subordinata alla disponibilità da parte dell'esercente alimentarista di apposita, regolare “*canna fumaria*”

Allo stato delle cose, quindi, i consumatori romani che vogliono approvvigionarsi delle nobili proteine ottenute da bovini, bufalini, solipedi domestici, suini, ovini, caprini, avicunicoli e dalla selvaggina allevata e non ed avere la garanzia di nutrirsi con prodotti carnei genuini, sani e sicuri possono trovare nella figura del “*macellaio di vicinato*” anche quella di “*gastronomo e cuoco*”.

Ed è proprio alla luce di tale nuova realtà che la Confraternita, che ho l'onere e l'onore di governare da quasi un trentennio, ritiene ora di dover aderire alla più volte reiterata istanza di farsi promotrice di una specialissima “*raccolta-ricettario*”, frutto di annose esperienze dei propri Soci, i quali alla peculiare professione di macellaio hanno saputo abbinare la ricerca, la fantasia creatrice ed il fine gusto per talune pre-

parazioni culinarie a base di carne da raccomandare alla propria clientela.

Infatti, il “*tuo macellaio*” è qualificato non solo per consigliare i tagli di carne più appropriati per allestire un buon pranzo e/o cena; questi è abituato al dialogo con la propria clientela per spiegare il modo di preparare e di cuocere un succulento, saporito primo e/o secondo piatto di carne od a base di carne e per suggerire gli eventuali abbinamenti, vuoi per i contorni che per gli stessi vini con cui accompagnare le pietanze carnee.

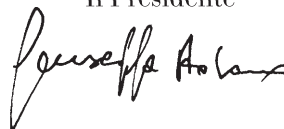
La Confraternita della Madonna della Quercia non nutre certo la pretesa di proporre “*piatti per cucine d'autore*” né tanto meno “*piatti carnei esclusivi per VIP*”, non intende rifarsi, neppure, ai sofisticati menù del signor Alessandro Circiello chef di Putin né a quelli di assoluto rispetto che il signor Heinz Beck elabora e fa degustare nel ristorante romano La Pergola ma offrire, soltanto, alla attenta clientela dei propri Soci un “*vademecum*” di indicazioni e suggerimenti pratici, fatti già oggetto di reiterati controlli del proponente e di positivi riscontri all'esterno della macelleria.

Il comparto delle referenze carnee di seguito meglio poste in luce contempla proposte e combinazioni le più varie possibili, individua il ricorso alle carni di singole specie animali oppure a loro eventuali mix, il tutto corredato da ogni utile e consentito conforto, finalizzato alla più semplice e pratica realizzazione ad opera di quanti, neofiti e appassionati, goduriosi gourmet e filologi del gusto o soltanto curiosi, amano cimentarsi nella propria cucina con pentole, fornelli e pertinenti utensili.

Ai gentili ed affezionati clienti dei nostri Soci viene rivolto dalla Confraternita della Madonna della Quercia dei macellai di ROMA CAPITALE l'appello più avvertito perché si avvicinino alle proposte contenute nella presente raccolta con spirito critico e liberi da qualsivoglia condizionamento.

Le vostre critiche, i vostri suggerimenti, le vostre istanze di chiarimento, dirette o mediate, riusciranno comunque gratificanti per i responsabili di questa non lieve fatica.

Il Presidente



Dato in ROMA,
sede della Confraternita della Madonna della Quercia
ottobre 2012

*Il CARTELLO a lato è la riproduzione di quello
esposto nelle macellerie dei Soci della Confraternita
di Santa Maria della Quercia di Roma Capitale,
che il Presidente Adamo consegna,
debitamente numerato e validato,
solo ai titolari di esercizio di macelleria*



CONFRATERNITA
DI SANTA MARIA DELLA QUERCIA
DEI MACELLAI DI ROMA CAPITALE

ENTE PRIVATO ONLUS

~ UNIVERSITÀ DE' MACELLARI ~

QUESTA CONFRATERNITA, TRA I SUOI COMPITI
ISTITUZIONALI DI ASSISTENZA AI MACELLAI DI
ROMA CAPITALE, HA CURATO E CURA LA FORMAZIONE
DEL PERSONALE ADDETTO ALLA MACELLERIA

Nome Cognome

IN MATERIA IGIENICO-SANITARIA
PER LA PREPARAZIONE E VENDITA

**DELLE CARNI, DEI PREPARATI GASTRONOMICI
A BASE DI CARNI PRONTI A CUOCERE,
NONCHÉ DEI PIATTI A BASE DI CARNI
COTTI SUL POSTO**

E, QUALORA NE RICORRANO I PRESUPPOSTI,
ASSICURA A QUESTO ESERCIZIO LA PROPRIA
ASSISTENZA GRATUITA IN CAMPO

**TECNICO-IGIENISTICO E
AMMINISTRATIVO-LEGALE.**

VALIDO A TUTTO IL

PROT. NR.....



IL PRESIDENTE

Genovese Antonio



LA MACELLERIA (particolare), olio su tela
Bartolomeo Passerotti, XVII sec.

LEGENDA

Si premette, anzitutto, che le proposte culinarie dei mastri-macellai soci della Confraternita di Santa Maria della Quercia di Roma Capitale vengono presentate, per ovvie motivazioni, in forma anonima e nel rispetto dell'ordine alfabetico, giusta il titolo di ciascuna ricetta.

Si ritiene doveroso precisare che:

- per ovvie ragioni di facile fruizione da parte degli interessati, le ricette vengono assemblate secondo la specie animale prevalente le cui carni entrano a far parte della ricetta;
- di regola ogni ricetta viene descritta in una pagina; a volte, in una stessa pagina può figurare una o più ricette; in tal caso queste ultime sono identificate nell'indice generale con lo stesso numero ripetuto della pagina della prima ricetta;
- in linea di massima, la descrizione di ogni ricetta si articola secondo la sequenza seguente: “ingredienti, preparazione, come si cucina / cottura, consigli eventuali”;
- in nessuna ricetta trova spazio l'indicazione di sostanze chimiche, conservanti, antiossidanti ecc., perché trattasi – né potrebbe essere altrimenti – solo ed esclusivamente di “preparazioni naturali”.

Merita esplicitare, pure, talune dizioni, abbreviazioni e/o simboli che si incontrano nella descrizione delle ricette:

- con la pratica ricorrente della “**Panatura**” va inteso il procedimento classico (*ad es. cotoletta alla milanese oppure olive ascolane*), che elabora un alimento di norma assai semplice. In tale processo, la preparazione alimentare passa prima nell'uovo sbattuto, poi nel pangrattato; il procedimento può essere ripetuto anche un paio di volte. Prima di bagnarlo nell'uovo, l'alimento può essere, a volte, infarinato. Dopo la “panatura” è bene far riposare il tutto per qualche minuto, in modo che i vari strati possano “aderire” meglio all'alimento stesso. Molte preparazioni, una volte panate, vengono fritte nell'olio bollente, osservando, però, che la temperatura dell'olio non superi i 180° C per non bruciarle all'esterno e lasciarle crude all'interno. A volte, nella normale panatura, vengono usati anche

semi vari, diversi dal classico olio d'oliva (*sesamo, mais, girasole* ecc.). Si fa notare, da ultimo, che è opportuno non aggiungere sale nell'uovo e nel panagrattato; in tal modo la panatura resta più aderente alla preparazione, che, ove necessario, va salata a fine cottura;

- la “*farcia*” è il tipo di impasto – in genere a base di più ingredienti – con cui riempire una preparazione alimentare (*ad es. anatra, coniglio, pollo, tasca* ecc.) così come con il termine “*farcire*” si intende: << **riempire • imbottire** >>;
- la sigla << *q. b.* >> sta per << *quanto basta* >> ed è riferita in genere alle spezie, sale e sostanze aromatiche, lasciando al singolo utilizzatore la facoltà di praticare dosi personalizzate e secondo gusto;
- con la frase << *mettere in ammollo oppure ammolare* >> si vuole identificare l'operazione di << *bagnare/ammorbidire* >> un ingrediente in acqua ed in altra sostanza liquida (*latte, vino, brodo* ecc.);
- la sigla << *idem c.s.* >> significa << *uguale come sopra* >> e si usa per evitare la ripetizione per esteso di una operazione, frase / locuzione appena sopra descritte oppure usate nella ricetta che precede;
- la sigla << *N.B.* >> significa << *Nota bene* >> e si usa per richiamare l'attenzione del lettore su un aspetto significativo o di particolare interesse;
- ove non sia espressamente indicato il ricorso all'olio di semi speciali e/o vari, va sempre inteso l'uso di << *olio extravergine di oliva* >>.

In linea di massima, nella descrizione sequenziale di ogni proposta culinaria non figura sempre indicato il numero delle persone, cui la stessa è destinata.

Viene dato per scontato che ogni addetto alla cucina ancorché non professionale è senz'altro in grado di estrapolare dalle dosi di ingredienti indicati il “quanto basta” per soddisfare i più esigenti buongustai.

In concreto, si ritiene che il ricorso al “buon senso” debba essere l'ausilio più rispondente alla bisogna, non trascurando che la “cucina” o meglio “il cucinare” esige anche un pizzico di amore e perché no di fantasia.

