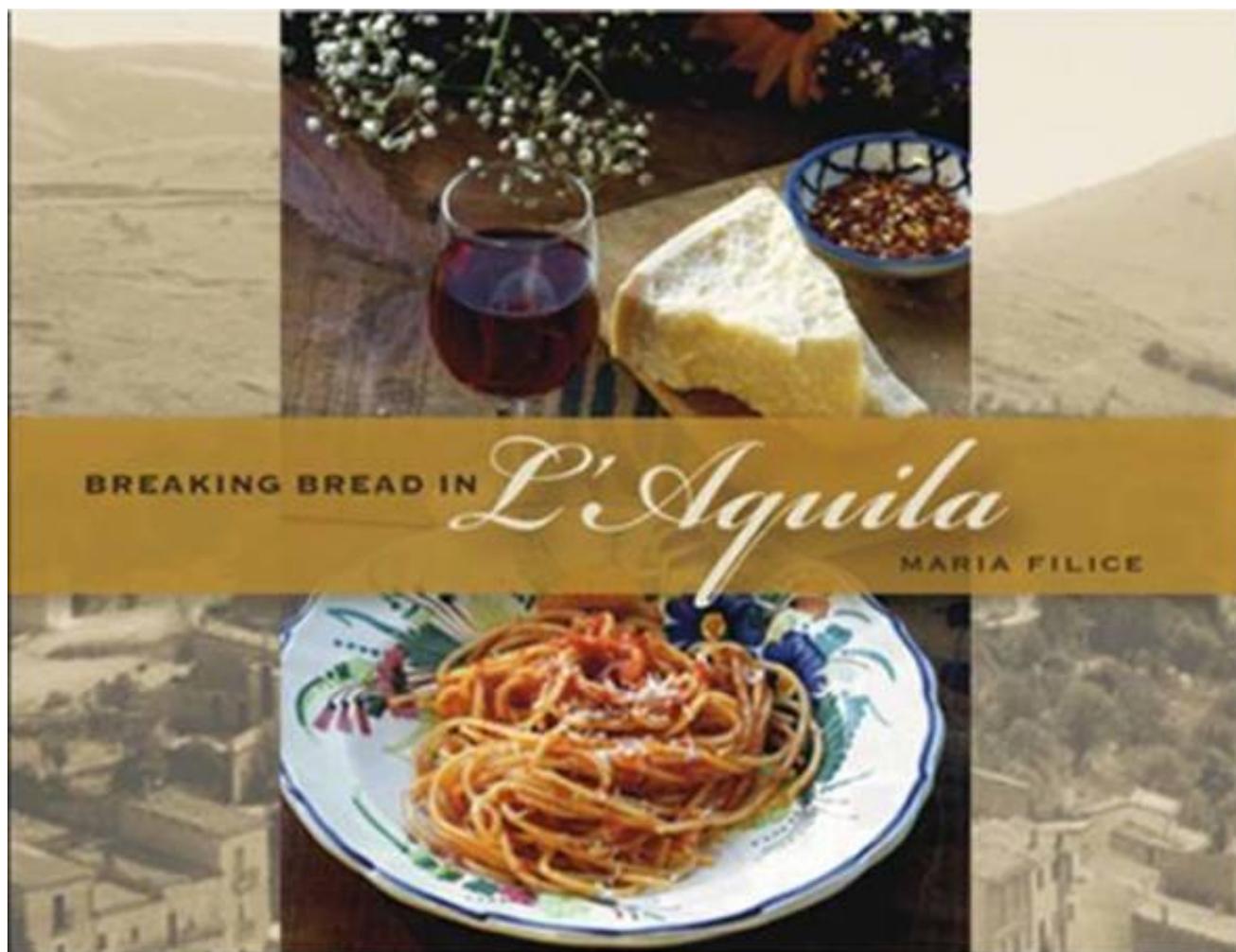




## "Breaking Bread in L'Aquila". Solidarietà e Cucina nell'Abruzzo terremotato

Marina Melchionda (April 25, 2010)



Con "Breaking Bread in L'Aquila", la scrittrice italo-canadese Maria Filice ci porta in un viaggio culinario nel cuore del capoluogo abruzzese distrutto dal terremoto dell'Aprile 2009, "spezza il pane" con i suoi cittadini in segno di fratellanza e solidarietà e ripercorre con noi i momenti più significativi della sua storia d'amore con il defunto marito Paul, a cui deve il suo profondo amore per queste terre e la loro tradizione culinaria

Se il rito dello spezzare il pane ha inizialmente assunto un significato evangelico dettato dal Nuovo Testamento, oggi riscopre una sua vocazione laica e si esprime nel gesto della condivisione tra amici, parenti, e vicini, dei beni essenziali. Spezzare il pane vuol dire condivisione con i più



sfortunati, i meno abbienti, o in senso più largo, con i "bisognosi" di beni materiali e non, considerati immancabili nella vita sociale, privata e culturale di un individuo o una famiglia. E' un gesto d'aiuto, ma soprattutto di amore.

Maria Filice ne fa il titolo del suo libro, *Breaking Bread in L'Aquila* ([Telos Press](#) [2], 2010), un'opera che unisce le ricette della migliore tradizione culinaria italiana ed abruzzese ad un insieme di ricordi ed emozioni che la scrittrice italo-canadese ha vissuto in questa città. E' un omaggio alle vittime del terremoto del 6 Aprile 2009, persone che hanno accompagnato per lunghi anni i suoi numerosi viaggi in Italia e i momenti più importanti della sua storia d'amore con il defunto marito Paul Piccone, italo-americano orgoglioso nativo de L'Aquila. "Non voglio raccontarvi una storia triste. Celebro l'amore, la vita, e la cucina onorando la memoria di mio marito, delle vittime del terremoto e dei sopravvissuti che, anche se non sono ancora tornati alle loro dimore, continuano a parlare con amore di questi luoghi", dice l'autrice.

E' a L'Aquila, nella Trattoria San Biagio dei fratelli Luciano ed Andrea, che Maria Filice ha scoperto diverso tempo fa il calore della tavola italiana, il piacere sia dell'ospite che dell'ospitato di sedere fianco a fianco e condividere i cibi preparati per l'occasione. Da allora il suo appartamento dell'East Village di New York ospita questa stessa atmosfera, la sua sala da pranzo non è mai vuota, sui fornelli della sua cucina si susseguono pentole e tegami delle forme più svariate e dai contenuti sempre nuovi: "Il nostro appartamento diventò un centro culinario e filosofico. All'inizio era solo Paul a cucinare ma presto, un pò riscoprendo le ricette calabresi che si cucinavano a casa dei miei, un pò ispirandomi ai nostri frequentissimi viaggi in Italia, anche io ho iniziato a dedicarmi di più alla cucina: mi piaceva creare, sperimentare, inventare... "

In *Breaking Bread in L'Aquila* Maria Filice raccoglie le sue ricette preferite ed offre preziosi e semplici consigli per chi si prepara ad offrire lauti pranzi e cene ad amici, colleghi, e parenti. Le parole d'ordine? Conosci i tuoi ospiti, falli sentire a loro agio, e prepara sempre cibo in abbondanza così che possano gustarne in quantità.

Non manca un piccolo capitolo dedicato ai vini, tutti strettamente abruzzesi: "I vini d'Abruzzo sono tanto versatili e aromatici quanto lo sono i prodotti locali e le ricette che ne derivano. Dai più asciutti rossi, bianchi e rosè, al dolce passito, la maggior parte derivano da una miscela di varietà di uva locale (Montepulciano, Trebiano, Pecorino, Passerina, Malvasia e Cococciola) ed internazionale (Chardonnay, Merlot, e Cabernet Sauvignon)". Per ogni pietanza c'è un vino da abbinare "perchè in Abruzzo, come in tutte le regioni d'Italia, le tradizioni enologica e culinaria hanno sempre influenzato l'un l'altra evolvendosi insieme".

Le ricette, suddivise per giorno della settimana, costituiscono il cuore dell'opera e sono divise in Antipasti, Primi Piatti, Secondi Piatti, Contorni, e Dolci. Tutte accompagnate da colorate e invitanti fotografie, catturano prima la vista e poi il palato, e si caratterizzano per essere estremamente semplici e raffinate allo stesso tempo, alla portata dei cuochi meno e più esperti.

Tra gli Antipasti primeggiano le insalate, che siano di mare o di terra, e i crostini e le bruschette condite con olio a crudo e verdure fresche di stagione, dai pomodori alle melanzane.

Tra i Primi troviamo ricette sostanziose come le orecchiette ai ceci, minestre di farro e di riso, pasta a forno con pomodori e capperi e pasta e fagioli, pietanze adattissime anche a fare da piatti unici soprattutto se arricchite da pancetta, ossobuco, o guancialetto, come da tradizione locale.

I Secondi, prevalentemente di carne, eccezion fatta per il baccalà e il dentice al forno, si accompagnano a contorni di verdure e tuberi quali patate, carciofi e funghi preparati in padella, al forno, o alla griglia, e aromatizzati con erbe, spezie e condimenti abbinati e emulsionati secondo tradizione, o seguendo l'interpretazione dell'autrice.

Infine, largo spazio ai dolci: la crostata di albicocche, i biscotti e la torta di mele sono l'ideale per completare un pranzo in famiglia insieme a un buon liquore fatto in casa e un espresso stretto e piacevolmente amaro.

Maria Filice non ha mai vissuto in Italia ma ha capito il vero segreto della cucina italiana: la



semplicità degli ingredienti e della cottura che ne rispetti l'originale sapore ed aroma. La sua è un'opera importante non solo perchè permette al lettore americano di conoscere l'autentica tradizione culinaria abruzzese, essendo il libro pubblicato per ora solo in inglese, ma soprattutto perchè diventa simbolo di un abbraccio di fratellanza e solidarietà nei confronti di un popolo devastato, ma non sconfitto, dal terremoto.

Tramite lei statunitensi ed abruzzesi condividono lo stessa esperienza emotiva, camminano per le stesse strade da ricostruire, e spezzano lo stesso pane seduti ad un'enorme tavola che unisce i confini dei due Paesi.

Breaking Bread in L'Aquila, pubblicato il 6 Aprile 2010, è già un successo di critica e pubblico negli Stati Uniti e in altri Paesi anglofoni, recensito dal [Corriere Canadese](#) [3], il [Library Journal](#) [4], [Shizuoka Gourmet](#) [5] e [Life in Abruzzi](#) [6]. I cittadini abruzzesi, in segno di ringraziamento, conferiranno a Maria Filice un'onorificenza il 15 Maggio 2010 a Santo Stefano di Sassanio, in provincia de L'Aquila

**Related Links:** <http://foodandfate.blogspot.com/> [7]  
<http://www.telospress.com/foodandfate/purchase.html> [8]

**Source URL:** <http://iitaly.org/magazine/article/breaking-bread-in-laquila-solidarieta-e-cucina-nellabruzzo-terremotato>

#### **Links**

[1] <http://iitaly.org/files/breakingbreadinlaquilacover1272630422jpg>

[2] <http://www.telospress.com>

[3] <http://www.corriere.com/viewstory.php?storyid=97938>

[4] <http://www.libraryjournal.com/article/CA6718454.html?q=breaking+bread>

[5] <http://shizuokagourmet.wordpress.com/book-review-breaking-bread-in-laquila-by-maria-felice/>

[6] <http://www.lifeinabruzzo.com/love-in-abruzzo/>

[7] <http://foodandfate.blogspot.com/>

[8] <http://www.telospress.com/foodandfate/purchase.html>