

La cottura delle carni nel Quattrocento

(tratto da: Bartolomeo Platina, *De onesta voluptate et valetudine*, op. orig. 1474)

Le pietanze

La carne di bue e di vacca va cotta a lessso e così pure il petto di vitello; invece il dorso o spina - come preferisci chiamarlo - va cotto arrosto, mentre le cosce vanno usate per i piatti di polpa. Ogni parte del castrato si può cuocere a lessso, ma le cosce e la spalla sono eccellenti anche arrosto. In qualsiasi modo venga cucinata, la carne di maiale la troverai poco sana, ma l'arista, soprattutto se è fresca, è molto appetitosa. C'è chi mangia le cipolle cotte nel grasso di maiale bollente. I capretti sono ottimi e salutari in tutte e due le maniere, ma le cosce sono più buone arrosto. L'agnello si cucina come il capretto. La carne di capra, se vuoi, mangiala in gennaio con agliata. Fa cuocere la parte anteriore del cervo in brodo lardiero, fa lessare i lombi, mentre con le cosce farai pasticci e piatti di polpette. Allo stesso modo cucinerai la carne del capriolo, del daino e della capra. Condisci il cinghiale con salsa piccante o con brodo lardiero. Ottima cosa è offrire ai convitati la lepre arrosto, preferibilmente la parte posteriore, che è ritenuta la più buona. La parte anteriore è abbastanza gradevole cotta in salsa piccante o in brodo lardiero. Il coniglio si cucina alla stessa maniera. C'è anche chi mangia la carne d'orso facendone un pasticcio.

L'arrosto

L'arrosto di qualsiasi carne di animali di un anno si fa nel modo seguente. Falla bollire un poco, poi togliila dalla pentola, e dopo averla lardellata mettila a girare allo spiedo fino a quando sia ben cotta. Se invece devi arrostitire carne tenera, di vitello o di capretto, falla cuocere come ho detto ma senza lessarla. Spenna, svuota e lava per bene in acqua bollente capponi, fagiani, capretti, pernici e tutti i selvatici che richiedono di essere cucinati arrosto. Prima falli cuocere un po' a fuoco lento con erbe odorose, pepe e lardo battuto sottile per renderli gustosi. Quando sono vicini alla cottura, cospargili di sale e di pane grattato, alza la fiamma e fa girare lo spiedo con mano piuttosto rapida. Quando la carne non evapora più, puoi servirla ai convitati.

Delle lepri e dei conigli

Sbagliano coloro i quali ritengono che la lepre abbia preso il nome dalla leggerezza dei piedi, come dice Varrone, poiché il vocabolo è antico e d'origine greca. Vi sono due specie di lepri, la maggiore e la minore. La maggiore vive all'aperto, sulle Alpi, sui colli e nei luoghi pianeggianti, e offre agli uomini il piacere della caccia. La minore per lo più trascorre la vita sotto terra, in cunicoli, dai quali ha preso il nome. Quest'ultima non si può catturare se non viene indotta ad uscire dalla terra. D'inverno gli abitanti delle Alpi si nutrono di lepri, anche di grosse proporzioni. Le Baleari abbondavano a tal punto

di conigli che gli abitanti di quelle isole, per notizia accertata, chiesero ad Augusto un aiuto militare contro la loro enorme quantità. La carne del coniglio nutre meglio e più facilmente di quella delle lepri, la quale ha una natura fredda e secca e perciò genera l'atrabile [n.d.r. umore nero o malinconia]

Capretto in aglio

Fai girare al fuoco, sullo spiedo, un capretto intero, o un quarto, conficcandovi pezzi di lardo e spicchi d'aglio mondato, e servendoti di ramoscelli di lauro e di rosmarino spruzzalo con questo condimento: insieme con agresta e con brodo grasso mescola due tuorli d'uovo ben sbattuti, due spicchi d'aglio ben pestati, un po' di zafferano e un po' di pepe, e metti il tutto in una padella; poi, come già dissi, spruzzane ciò che sta cuocendo. Quando è cotto, ponilo sopra un vassoio, mettivi una parte del condimento e spargivi prezzemolo tritato minutamente. Questo piatto, ben cotto, dev'essere mangiato subito, perché non si raffreddi; non lo mangi Ceculo, poiché indebolisce la vista ed eccita la lussuria, anche quando è inerte.

"Il Platina" (Bartolomeo Sacchi, 1421-1481)

Vissuto alla corte pontificia, scrive *De honesta voluptate et valetudine* (Il piacere onesto e la buona salute), il primo vero trattato di gastronomia, contenente il sapere gastronomico del Quattrocento.