

# IL BERGAMOTTO IN CUCINA

DI GIGI ABBRUZZO

*“L’uso alimentare di questo agrume risale almeno all’aprile del 1536, come risulta dal «menu di magro» offerto all’imperatore Carlo V, di passaggio per Roma, dal cardinale Lorenzo Campeggi”.*



**I**l pomodoro, così come il limone e molti altri cibi, per molti secoli è stato considerato velenoso e tenuto a debita distanza dalle cucine. I nostri avi si sono per lungo tempo privati di spaghetti al pomodoro, pizze margherite e fettuccine al ragù a causa dell’ignoranza, vale a dire di un approccio non scientifico verso il cibo. Allo stesso modo, il bergamotto è considerato ancora da molti un frutto non commestibile, pensando soprattutto al suo impiego in profumeria.

Ma è qui che entra in gioco l’arte culinaria, che, con la conoscenza dei prodotti e del territorio, rende commestibile quello che prima non lo era. Il bergamotto, oggi alla ribalta anche in campo scientifico per le sue proprietà farmacologiche, in cucina si sa proporre in una chiave innovativa e al passo coi tempi, sostenuto proprio dalla ricerca scientifica che ne ha messo in luce le proprietà alimentari e dietetiche.

E adesso, visto l’interesse dimostrato anche da alcuni cuochi italiani (per esempio Renato Sorrentino, del ristorante romano “Furore”), si sta scoprendo questo straordinario e nuovo ingrediente.

Il bergamotto è un agrume dalla particolarità unica, quella di venire coltivato esclusivamente nella provincia di Reggio Calabria. Botanicamente viene classificato come *Citrus bergamia* risso e appartiene alla famiglia delle Rutacee. Produce frutti tondeggianti, dal colore verde-giallo e dall’aroma caratteristico, tra il basilico e la lavanda all’inizio della raccolta; floreale, fresco e penetrante, alla fine della raccolta.

Le sue origini sono ancora incerte, molti lo fanno provenire dalla Cina, dalla Grecia, da Pergamo, città del-

l’Asia Minore, o dalla città spagnola di Berga, dove sarebbe stato importato da Cristoforo Colombo di ritorno dalle Canarie.

L’ipotesi più probabile è che il bergamotto derivi da una mutazione spontanea di altra specie (arancio amaro o limetta) verificatasi nei dintorni di Reggio Calabria.

Dagli otricoli di questo frutto viene estratto l’olio essenziale, e un italiano, Gian Paolo Femminis, emigrato a Colonia nel 1680, formulò una “aqua admirabilis”, miscela rinfrescante e profumata, vera panacea della salute, utilizzando l’olio estratto manualmente, insieme a oli essenziali di limone, arancia dolce, rosmarino e alcool a 90°: ancor oggi non se ne conosce la vera formula. Da allora, il bergamotto resta uno dei grandi prodotti basilari per la realizzazione dei profumi, sempre al passo coi tempi e adattabile a tutti i tipi di composizione, al riparo da evoluzioni sociali e mode. Anche negli ultimi anni ha saputo stimolare grandi profumieri, entrando tra i grandi “classici”, come il leggendario “Chanel n. 5”.

L’uso alimentare di questo agrume risale almeno all’aprile del 1536, come risulta dal “menu di magro” offerto all’imperatore Carlo V, di passaggio per Roma, dal cardinale Lorenzo Campeggi. Un “magro” per modo di dire, visto che comprendeva oltre 200 portate salate e dolci tra le quali compaiono ben 6 libbre di bergamotti confettati.

L’uso degli agrumi in cucina, iniziato in Italia, è stato introdotto nella corte francese nel Cinquecento da Caterina de’ Medici. Ma, col passare dei secoli, l’attenzione dei gastronomi si è spostata sempre più verso ingredienti e preparazioni semplici,

che quasi sempre significano vivande più sane e digeribili. Questa tendenza mira a sfrondare la complessità del menu e della preparazione delle vivande che, in epoca rinascimentale e poi barocca, erano spesso vere e proprie opere scenografiche.

Comincia così la rivoluzione del gusto, che passa dal francese all'italiano con l'affermarsi di una cucina regionale e popolare.

Verso il bergamotto non mancano pregiudizi di tipo pseudo-scientifico, e il perché di questo rifiuto gastronomico, perfino nelle aree di sua produzione, si potrebbe desumere da una memoria data alle stampe nel 1804 dal medico reggino Francesco Calabrò Anzalone, in cui si legge che il bergamotto "contiene un agro di un sapore sul principio di un acido disgustoso, tanto che la gente campagnola bisognosa assai ed indigente di esso se ne serve per satollare la sua fame in alcune circostanze".

Questo pregiudizio alimentare circolava già in quell'epoca e Brillat-Savarin, nella sua "Fisiologia del gusto", nel 1825, scrive "Fra le donne è in vigore una funesta teoria, la quale ogni anno fa delle vittime tra le giovani, ossia che gli acidi .... siano preservativi contro l'obesità".

Queste prevenzioni esistevano verso l'uso alimentare del limone e, quindi, del bergamotto, frutto molto amaro e intensamente profumato. Questo frutto però, di tanto in tanto, compare nelle ricette di dolceria, per conferire fragranza e freschezza.

Le proprietà organolettiche e medicamentose, sia della buccia che della polpa, e il contenuto vitaminico sono salutari per la colesterolemia, l'effetto balsamico, l'effetto neurosedativo e quello antisettico, la capacità di stimolare l'appetito, e molte altre virtù ora allo studio dei nutrizionisti. Ma il bergamotto si rivela ingrediente straordinario anche nella gastronomia moderna, capace di profumare e alleggerire alcune ricette tradizionali o di proporre nuovi abbinamenti.

Come non accennare alla sardella, che si giova dell'apporto di poche gocce di bergamotto, alla "nduia" aromatizzata al bergamotto che si rivela più leggera e gradevole, alla "neonata" e al tortino di alici gratinate, dove il bergamotto è capace di stemperarne le note più amarognole. In generale si può affermare che il bergamotto agisce da contrasto sui cibi a tendenza dolce. Per questo costituisce un meraviglioso abbinamento con crostacei, astici, cicale di mare, scampi, aragoste e gamberi. Ma le sue note aromatiche sanno contrastare anche l'aflore selvatico della cacciagione, come nel cinghiale, nella lepre o nel piccione.

Da provare, per chi ama reinterpretare i classici, la splendida anatra al bergamotto, dove l'agrume calabrese sostituisce degnamente l'arancia della ricetta originale. La stessa variante si può adoperare per tutte quelle pietanze che prevedono l'uso di agrumi, come le scaloppine di vitello, la carne di maiale, il pollo, i pesci al forno.

Chi ama la pasta, troverà un otti-

mo ingrediente nella buccia grattugiata di bergamotto per insaporire le paste ripiene, e altro ancora. L'importante è trovare il giusto equilibrio, considerato il profumo acuto e pungente di questo agrume. Esistono oggi in commercio oli extravergini d'oliva aromatizzati al bergamotto che consentono, con poche gocce, di profumare delicatamente un piatto.

Diverso è l'uso del bergamotto fresco, che richiede una certa pratica nel dosaggio.

Sull'uso del bergamotto in pasticceria c'è poco da aggiungere, se si ricordano i numerosi dolci elaborati dall'alta pasticceria reggina. E per finire, il nostro agrume negli ultimi anni si è conquistato un posto tra gli ingredienti di gelateria, anche fuori dai confini nazionali.

Il bergamotto, dunque, esprime tutte le potenzialità gastronomiche della cucina mediterranea, una delle più profumate del mondo, di cui ambisce essere sempre più protagonista.

*See International Summary page 77*

## IL PIATTO D'ARGENTO

*La Presidenza dell'Accademia, sensibile alle richieste di numerosi Delegati di poter disporre di un oggetto simbolico da offrire in dono alle personalità più in vista ospiti dell'Accademia nei convegni o alle riunioni conviviali, oppure ai proprietari dei ristoranti visitati che si siano particolarmente distinti, ha fatto produrre da un rinomato laboratorio artigiano di argenteria un piatto di grande formato, in silver plate, con la riproduzione laser, sul fondo, del tempio accademico. I Delegati possono ordinare questo piatto alla Segreteria nazionale di Milano. Il costo di ciascun pezzo è di 10 euro più le spese di spedizione. Per ordinazioni di almeno cinque piatti, ovviamente, le spese di spedizione saranno notevolmente ridotte.*

