



Comunità del Cibo
Agro BIO Diversità della Val di Vara

Studio realizzato dal Biodistretto Val di Vara

I TESTI(moni)

Memoria storica e nuove prospettive sull'uso dei "testi" in Val di Vara

1. Introduzione

Uno dei tratti distintivi della cultura materiale della Val di Vara è l'uso dei "testi" utilizzati per la cottura del pane, castagnaccio, *focaccine* e torte salate principalmente.

L'area di diffusione di questi utensili è attualmente circoscritta tra la valle dell'Entella e quella del Magra, comprendendo il territorio di quella che si considera come Lunigiana Storica.

Il "testo" piú conosciuto (*testêtu, testellu*) consiste in una sorta di disco di terracotta a fondo piano privo di piede, con gli orli poco rialzati impiegato per la cottura di focaccine di farine diverse, castagno, mais e grano (in ordine decrescente di frequenza di utilizzo). I noti *testaiö* (testaroli) vengono cucinati su questi testelli.

Troviamo poi il "testo grande" da pane (*u testo*), ovvero una campana ribassata che ha la funzione di un forno. Anch'esso di terracotta, venne sostituito dagli inizi del XX secolo con un equivalente in ghisa.

Questa tecnica di cottura affonda le sue origini in un passato lontano, come indicano le ricerche portate avanti da Tiziano Mannoni che colloca nella Preistoria le prime tracce di utilizzo di manufatti paragonabili ai testi.

I testi in terracotta sono ancora piuttosto diffusi mentre l'uso del testo in ghisa, sebbene sia apparso piú recentemente nella cultura della Val di Vara, è praticamente scomparso. É proprio sul testo in ghisa che si centra questa breve ricerca.

Le tracce del suo passato si trovano tra le pieghe della memoria delle donne e uomini nati nel terzo e quarto decennio del secolo passato, protagonisti e testimoni di quella che fu la cultura contadina nella nostra vallata.

Il testo fu uno strumento particolarmente funzionale in una gastronomia basata sui prodotti agro-silvo-pastorali: il grano, il mais, la castagna, le erbe selvatiche, i formaggi.

La bibliografia esistente e le interviste realizzate ci suggeriscono che fino alla metà degli anni Cinquanta esistevano ancora quelle condizioni socio-economiche che avevano favorito l'uso del testo grande.

Successivamente le possibilità occupazionali delle città costiere determinano l'abbandono dei campi e dei boschi, di quelle attività tradizionali che assicuravano sì la sussistenza, ma che erano così poco remunerative. La crescita economica delle famiglie andava in direzione contraria alla disponibilità delle materie prime che davano ragione di vita al testo. La "civiltà della castagna" cominciò a decadere così come l'uso del testo, indissolubilmente legato a quella cultura che, del castagno, non buttava via niente.

L'architettura rustica o popolare della Val di Vara prevedeva un elemento fondamentale per la cottura nel testo: il focolare. Con i nuovi stili di vita e l'avvento della stufa economica a legna, anche i focolari iniziarono a scomparire e rimase davvero poco spazio per l'utilizzo del testo.

Poco a poco nei paesi piú grandi iniziarono ad aprire i primi forni che davano quasi sempre la possibilità alle donne di andare a cuocervi pane e torte salate.

In pochi anni il testo diventa uno strumento obsoleto e difficilmente adattabile ai nuovi stili di vita¹.

Se l'uso del testo in ghisa è praticamente scomparso, le genti della Val di Vara ne mantengono una memoria storica molto vivace.

Nella nostra conversazione la signora Franca esordisce così: "*Se vuoi saperne sui testi devi andare a cercare le persone anziane come me*". E così abbiamo fatto.

Nelle interviste che abbiamo rivolto a otto persone emergono ricordi vividi, piacevoli, ricchi di aneddoti, che svelano immediatamente uno spaccato della nostra cultura contadina. In piú di un'occasione le persone intervistate ricordano i sapori ed i profumi inconfondibili del pane e delle torte cotte nel testo, e lo fanno con un misto di malinconia e orgoglio.

Ma c'è stata una sorpresa: c'è chi ancora cucina nel testo di ghisa. Altra sorpresa: a farlo è la donna piú giovane che abbiamo intervistato.

Allora il testo non è solo un ricordo, non è solo un oggetto utilizzato dalle generazioni passate. Il testo è ancora vivo.

¹ Giannichedda Enrico, Zanini Enrico, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di Levante: quarantasei anni di lavoro su una fonte etnografica*, Archeologia Post Medievale, 15, pp. 91-115, 2011.

Ci sono persone interessate ad imparare le tecniche per utilizzarlo e, cosa piú importante, sono davvero molte le persone che possono insegnare a farlo.

Questa breve ricerca rappresenta un piccolo passo verso quella condivisione di saperi che il Biodistretto auspica, quale forma di recupero della biodiversità genetica e culturale della Val di Vara.

2. Cenni Storici

La Val di Vara è segnata dal percorso del fiume che le dà il nome lungo un asse che si svolge da nord-ovest a sud-est, quasi parallelo alla costa, per una lunghezza di circa 60 km fino alla confluenza con il fiume Magra, nella piana di Ceparana. La notevole quantità di passi e valichi crea una rete di comunicazioni utilizzata fin dalla preistoria e pone il comprensorio a diretto contatto con l'estremo levante genovese (passo del Bocco, passo del Biscia, passo di Velva, passo del Bracco), con il golfo della Spezia (passo della Foce) e con la pianura emiliano-lombarda (passo Cento Croci, passo del Brattello, passo della Cisa); il valico del Rastrello e quello dei Casoni di Suvero conducono alla Lunigiana toscana con la possibilità di scendere lungo la Magra, superando così la barriera della catena montuosa che si snoda dal monte Gottero (m 1639) al monte Grosso (m 594)².



1- La Val di Vara, cartina

² NADIA CAMPANA, LUCIA GERVASINI, STEFANO ROSSI, *Val di Vara: elementi per lo studio storico archeologico, dalla Preistoria alla Romanizzazione*, pp. 33 – 37, in E. SALVATORI (a cura di), *Storia e territorio della Val di Vara*, Felici Editore Srl, Pisa, 2012.

Le prime tracce di agricoltura in Val di Vara risalgono alla fine del Neolitico antico, e si desumono dai ritrovamenti archeologici (pesanti macine ed elementi di falchetto) delle campagne di scavo condotte nella Pianaccia di Suvero, un ampio pianoro situato tra i paesi di Pieve di Zignago e Suvero. I reperti del Castellaro di Zignago e Pignone risalenti alla Media Età del Bronzo (1700-1600 a.c. circa) ci svelano molto sull'economia preistorica della Val di Vara, che si basava principalmente sulla pastorizia, cui si affiancavano, la caccia e l'agricoltura.

Lo studio dei semi individuati a Zignago ha evidenziato la coltivazione di cereali (orzo, farro, frumento volgare e dicocco, grano saraceno, panico, miglio) e legumi (fava e pisello).

Risulta coltivato il melo, mentre fra i frutti selvatici sono attestati il nocciolo e il corniolo; anche le erbe commestibili selvatiche dovevano essere importanti per la dieta e così pure il miele.

Fra il V secolo a.c. e la romanizzazione, assistiamo ad un intensificarsi del popolamento della Val di Vara come documentano i ritrovamenti a Pignone e Zignago di grandi recipienti, *dolia*, per la conservazione di cereali; particolare attenzione va posta a forme ceramiche peculiari quali i *testelli*, frequenti nei due siti citati e riconducibili a pratiche culinarie locali relative alla cottura di impasti a base di cereali, che sopravvivono nella cucina tradizionale della Liguria orientale, noti come *testaroli* e *panigacci*³.

Anche tra i reperti ritrovati sull'altura del Monte Dragnone (risalenti alla seconda età del Ferro) troviamo olle, vasi, coperchi e *testi*.

Prendiamo in esame un ulteriore aspetto: l'ambito domestico e l'organizzazione di un'abitazione contadina che nell'uso del focolare trova l'ambiente funzionale per eccellenza.



3 - Allestimento di un focolare, Museo del contadino (Cassego, Varese Ligure)

³ NADIA CAMPANA, LUCIA GERVASINI, STEFANO ROSSI, *Val di Vara: elementi per lo studio storico archeologico, dalla Preistoria alla Romanizzazione*, pp. 92 – 96, in E. SALVATORI (a cura di), *Storia e territorio della Val Di Vara*, Felici Editore Srl, Pisa, 2012.

La casa contadina è concepita soprattutto come strumento di lavoro, al quale fanno spesso riferimento attività fondamentali quali l'essiccazione delle castagne, la torchiatura del vino, la spremitura dell'olio, la mungitura del bestiame, la lavorazione del formaggio.



4 - Allestimento di un focolare.

La parte superiore: l'essiccatoio, si può notare anche il sistema di ganci e catene fondamentali per l'utilizzo del testo, Museo Contadino (Cassego, Varese Ligure).

“La cucina era un ampio locale, spesso coincidente con l'essiccatoio delle castagne. Al centro del vano era collocato il focolare, costruito con grossi lastroni di pietra o mattoni refrattari, isolato dall'impianto di legno da uno strato di cenere. Accanto al focolare era posto l'alare, sul quale si poggiavano grossi ceppi di legno perché potessero bruciare meglio, e treppiedi di ferro di diverse dimensioni adoperati per mettere a scaldare le pentole. Fissata alla trave principale, scendeva dal soffitto un sistema di ganci e di anelli di ferro chiamato catena, alla quale si appendeva il paiolo in rame per cuocere la polenta, oppure la pentola per fare la minestra, quella per il pastone alle bestie e la pentola per il bucato. Un vecchio secchio, dietro al focolare, serviva a raccogliere la cenere da utilizzare per il bucato. (...) Nella sola Liguria di Levante è appeso alla catena del

focolare il testo, una campana di argilla refrattaria di mezzo metro di diametro, in tempi più recenti anche di rame o ghisa, impiegata come forno mobile per cuocere focacce e pane. Altro strumento di largo uso nella cucina della Liguria Orientale sono i testelli, una sorta di piattini con il bordo rialzato, utilizzati embricati e coperti di brace per cuocere ogni genere di focacce. Scavi archeologici furono condotti in un edificio rurale dei secoli XIII-XIV nei pressi del Bracco. Tra i vari reperti furono rinvenuti numerosi recipienti da fuoco di questo tipo sicuramente prodotti e utilizzati in loco; risultano invece mancanti i testi grandi da pane, diffusi in queste zone a partire dal secolo XVI, in sostituzione del forno vero e proprio, spesso del tutto assente nell'area del Vara e dell'Entella⁴. Si ricorda a tal proposito una delle testimonianze in cui si fa riferimento a un fondo, in località San Pietro, in cui diverse famiglie, a turno, potevano recarsi a cuocere il pane nel testo di ghisa.

Tiziano Mannoni (1928-2010), archeologo e studioso della Lunigiana Storica, svolse molte ricerche nella Val di Vara e ci ha lasciato importanti ricerche sull'uso e la diffusione dei testi. In un articolo del 1965, pubblicato sulla rivista *Bollettino Ligustico*, in maniera piuttosto dettagliata contestualizza l'uso dei testi in ambienti caratterizzati dal focolare centrale, a pavimento, posto in una cucina usata anche da seccatoio per le castagne. L'ambiente e gli oggetti di arredo erano quindi descritti con cura, in particolare il grande testo da pane appeso ad una catena che pende dal soffitto e veniva descritto, poi, il modo di cucinare nei testi⁵.

Nel paragrafo dedicato alla fabbricazione dei testi, Mannoni notava che "la tecnica usata da questi liguri d'oggi discende dalla preistoria" in quanto il buon esito del processo era ritenuto dipendere da una lunga tradizione. In realtà, ormai da qualche anno, si è appurato che, dal punto di vista formale, il testo è un prodotto tipicamente medievale, in uso a partire grossomodo dal X secolo, ma ciò ovviamente non esclude che la tecnologia produttiva adottata per produrlo abbia davvero una storia più lunga⁶.

"La produzione e l'utilizzazione domestica dei testi sono legate [...] ad un'economia agrosilvo - pastorale che si sviluppò nell'Appennino a partire dalla fine dell'Impero Romano d'Occidente, in concomitanza con la crisi alimentare in corso nelle città. A tale fenomeno va messa in relazione l'espansione, documentata dall'archeologia, del castagno domestico e della coltivazione di alcune leguminose e graminacee minori, più adatte all'ambiente montano, come il favino, la segale, l'orzo e il sorgo (sostituito dal XVIII dal granoturco)⁷".

⁴ PAOLO GIARDELLI, *Tradizioni popolari in Liguria*, pp. 335 – 392 in DINO PUNCUH (a cura di), *Storia della cultura ligure*, vol. 2, ATTI DELLA SOCIETÀ LIGURE DI STORIA PATRIA Nuova Serie – Vol. XLIV (CXVIII) Fasc. II, Stamperia Editoria Brigati Glauco, Genova, 2004.

⁵ MANNONI TIZIANO, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di levante*, pp. 49-64, in *BOLLETTINO LIGUSTICO*, XVII, 1965.

⁶ ENRICO GIANNICCHEDDA, ENRICO ZANINI, per Tiziano Mannoni, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di Levante: quarantotto anni di lavoro su una fonte etnografica*, 2013.

⁷ MANNONI TIZIANO, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di levante*, pp. 49-64, in *BOLLETTINO LIGUSTICO*, XVII, 1965.

Lo studioso racconta poi che, nei primi secoli dopo il Mille, i testi erano pienamente impiegati nelle aree montane che si estendevano dal Genovesato all'Emilia e alla Toscana. Solo nella zona compresa tra la valle dell'Entella e quella della Magra, la produzione e l'utilizzazione dei testi sono sopravvissute fino ai giorni nostri.

“Oltre ai testi da focaccette, nella stessa Liguria di Levante, troviamo il *testo grande* da pane. Esso consiste in un manufatto in terracotta a forma di campana ribassata e serve per la cottura del pane mediante preriscaldamento sul focolare. Dagli inizi del secolo (XX n.d.r) è stato sostituito in molti paesi da un equivalente strumento in ghisa⁸”.



5 - L'antenato del testo di ghisa: il testo in terracotta, Museo Contadino (Cassego, Varese Ligure).

⁸ MANNONI TIZIANO, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di levante*, pp. 49-64, in *BOLLETTINO LIGUSTICO*, XVII, 1965

3. Funzionamento



6 - Il testo in terracotta, Museo Contadino (Cassego, Varese Ligure).

Curiose *campane ribassate*, veri e propri forni portatili, che per il loro utilizzo necessitano solo di un gancio e della legna per il fuoco⁹.

Il *seu* (= suolo), sempre in rilievo, veniva preparato con un fascio di stecchi ben secchi, spesso di *ginestra di Salzman*, in modo che si scaldasse la base e la campana stessa. A questo punto si spazzano le ceneri con il *vérzö* (scopa realizzata con ginestre) e *ruèllo* (pezzo di legno rotondo con il quale si toglie e spiana cenere) e si mettono da parte. In genere la campana di ghisa si comporta come la volta di un forno classico da pizzeria, con il calore diventa dapprima rossa e poi bianca: “Per la cottura del pane con *testo grande* si accende un fuoco vivace sul focolare, sotto il *testo* appeso alla catena e si riscalda a lungo; il colore biancastro assunto dalla terracotta avvisa che la temperatura è sufficiente. Si ritira allora la brace scopando il suolo del focolare e vi depone la teglia col pane lievitato, abbassa il *testo* a mo’ di coperchio e riscalza lo stesso con la cenere e la brace. (...)”¹⁰.

⁹ In alcune famiglie della Val di Vara si trova la presenza di quello che viene comunemente definito *testo pontremolese*. In questo caso il testo è composto da due parti: il *soprano*, con la semplice funzione del coperchio, e la parte inferiore, una sorta di grossa teglia, nella quale si mettevano a cuocere i cibi, detta *sottano*.

¹⁰ MANNONI TIZIANO, *Fabbricazione, uso e diffusione del “testo” in Val di Vara*, pp. 259-264, in PAOLO DE NEVI (a cura di), *Val di Vara. Un grido un canto*, Centro Studi Val di Vara, Tormena Industrie Grafiche, Genova, 1988.

Nello stesso testo: “Per la cottura delle focaccine con i “testi” (*testèti, testelli*) si accende un fuoco con molta legna sul focolare e si depositano sul fuoco i testi a riscaldare. Raggiunta la temperatura necessaria si ritira un primo testo che viene depositato con l’orlo rivolto in alto; all’interno dello stesso viene posto un impasto di farina (grano, granturco, farina di castagne ed un tempo di orzo, e grano farro) trattenuto da un involucro di foglie di castagno appositamente raccolte, conservate e inumidite in acqua tiepida prima dell’uso. Questo primo testo caricato viene coperto da un secondo sempre sempre con l’orlo rivolto verso l’alto e viene ripetuta l’operazione fino a formare una pila dalla quale si estrarranno poco dopo le focaccine pronte”.

Dalle testimonianze raccolte alcuni sottolineano come il posizionamento della *campana* influisse sulla tempistica e metodologia di cottura.



7 - La campana, oggi.

4. Le voci dei testi

Durante il mese di settembre (2024) sono state intervistate otto persone (cinque donne e tre uomini) in differenti comuni della Val di Vara (Brugnato, Maissana, Rocchetta Vara, Varese Ligure e Zignago) con l'obiettivo di raccogliere informazioni utili riguardo l'utilizzo del testo di ghisa. Riportiamo di seguito alcuni estratti dalle interviste.

Anna S. (80 anni, San Pietro Vara)

Ricorda che negli anni Cinquanta a San Pietro Vara c'era uno spazio comunitario adibito alla cottura del pane nel testo.

"Le famiglie ci andavano perché non tutte avevano il testo in casa".

Nel 1965 Mannoni girò un documentario amatoriale sulla fabbricazione dei testi in terracotta nella frazione di Agnola, nel comune di Carro. Registrò su nastro il lavoro del sig. Alfonso Musso ed il sig. Firenze in tutte le tappe di realizzazione dei testi: dalla preparazione della terra fino alla cottura dei manufatti.

Il documentario è disponibile a questo indirizzo web: <https://www.youtube.com/watch?v=KYMSxBMEbkA>

Era pane fatto con la farina di grano. La teglia si rivestiva con le foglie di castagno e dopo vi si adagiava l'impasto del pane.

Don Sandro L. (84 anni, Cassego)

Don Sandro ci apre le porte del Museo Contadino, fondato da lui e dalle famiglie di Cassego e Scurtabó 49 anni fa.

Appena entrati nella seconda sala ci salta agli occhi un bel testo di terracotta, sistemato con gli altri elementi che componevano un tipico focolare: le catene di ferro, testelli in terracotta e un testo di ghisa.

"In questa ricostruzione (del focolare N.d.r.) mancano due pezzi: il vézö e il ruèllo". Il vézö é la scopa fatta di ginestre (genista scoparia) utilizzata per pulire il focolare e la zona attigua.

Il ruèllo serviva per togliere le braci e la cenere dal sö per poi adagiarvi sopra il testo.

Per accendere il fuoco Don Sandro racconta che si usavano i *bruxine*, degli stecchetti di Ginestra di Salzmänn.

Il calore sprigionato dal focolare serviva a far seccare le castagne che erano riposte sul graticcio del solaio, la *gràe*.

Dal 1993 il Museo riceve la visita di studenti dal Regno Unito. Alcune volte, per l'occasione, sono stati cotti dei pani con il testo.

Elio T. (82 anni, Brugnato)

Ricorda l'utilizzo del testo di ghisa per fare il pane, ma le vere specialità erano le torte.

"L'avessi mangiata te la torta che mia madre faceva nel testo, bella cotta e morbida...era una cosa incredibile. Torte di patate, di riso, torte dolci".

Elio condivide anche le memorie legate agli ingredienti, l'immane farina di grano e di castagne; ricorda i seccatoi (due) presenti a Brugnato e l'apertura del primo forno in paese, che ridusse drasticamente l'uso dei testi per la cottura del pane e torte tra le famiglie del paese.

Elisabetta M. (49 anni, Sasseta)

Il testo di Elisabetta fa bella mostra sul focolare nel giardino di casa, una grande campana di ghisa fatta costruire con le misure desiderate nel Tigullio.

"É una campana un po' piú grossa rispetto alla versione normale. È il nostro stile, mentre la tecnica pontremolese prevede le due parti (testo soprano e testo sottano, N.d.R.). La parte sotto in Val di Vara non esisteva, solo la campana, che era di coccio. Non so se ne esistono ancora".

Elisabetta ci spiega il metodo di accensione del focolare e di cottura. Di legna ce ne va pochissima, prima si utilizzavano gli scarti delle rame quando si andavano a raccogliere le olive.

Ci fa notare che il testo mantiene l'umidità, la cottura è lenta, il caldo va a scemare poco a poco.

Il pane o le pietanze risultano morbide, non seccano.

"Una volta ci cuocevano tutto. Io ci preparo patate e carne".

Elisabetta tiene viva una tradizione familiare: la mamma era originaria di Rossano, nello zerasco dove l'uso del testo è ancora molto diffuso.

Ricorda che comunque anche nello Zignago lo usavano in tanti. L'ultima era la signora Clelia di Valgiuncata, venuta a mancare recentemente, che fino a pochi anni fa ci cuoceva ancora le torte, la torta di grano nello specifico. *"Il forno una volta era questo, c'è poco da dire"*.

Si ricorda di una casa antica a Seró che fino a pochi anni fa aveva ancora il *fusijá* e la cucina in muratura (cucina rumfó, N.d.R.), *"una meraviglia"*.

Franca C. (83 anni, Brugnato)

Franca ricorda il focolare nella casa della famiglia e il funzionamento del testo di ghisa per cucinare la *"levada"* principalmente, fatta con la farina del grano di casa.

Il pane cucinato nel testo era molto buono ma la vera prelibatezza era la *farinata di granturco* (ricetta riportata nel capitolo "Ricette"). Si utilizzava il testo grande anche per la cottura della *"castignassinna"* fatta con la farina di castagne; quest'ultima preparazione prevedeva l'uso delle foglie di castagno a mo di carta da forno.

La *"patunna"* era un tipo di pane cotto nel testo fatto con la farina di grano e di castagne. A Brugnato la farina di castagne era *"un lusso"*, non si poteva mangiare tutti i giorni.

Franca non sa o non ricorda dove si acquistavano i testi in ghisa, ma tutte le famiglie ne avevano uno.

I ricordi versano poi inevitabilmente a quella che era la vita contadina nella sua infanzia, agli aspetti piú duri legati alle limitatezze economiche delle famiglie di mezzadri come la sua, alla festa della trebbiatura e alla felicità che, nonostante tutto, caratterizzava quei tempi.

Maria L. (96 anni, Tavarone)

Maria ci spiega com'era fatto il focolare, elemento strutturale essenziale all'utilizzo dei testi.

Ricorda che *"Ci facevamo il pane, poi torte di riso e patate. Ma torte poche, solo nei giorni di festa"*.

Maria non ricorda dove si comprassero i testi di ghisa, ma *"a San Pietro c'era un signore che li aggiustava"*.

Spiega infine di come la regolazione della posizione dell'altezza della campana influisse sulle tempistiche di cottura del pane.

Piero L. (79 anni, Tavarone)

Il testo di ghisa veniva usato per fare il pane, torte e castagnaccio.

Piero ci spiega con dovizia di dettagli com'era fatto il focolare.

"Ogni cucina aveva un quadrato "u sö", fatto di mattoni, sopra si accendeva il fuoco. Dall'alto pendeva una catena di ferro fino al centro del focolaio; alla catena, munita di un gancio, si attaccava la campana di ghisa del testo".

Tutte le case costruite prima della II Guerra Mondiale avevano il focolare adibito a questo tipo di cotture.

Prima si preparava il fuoco. Una volta che la base del focolaio era ben calda, ci si accomodava la parte inferiore del testo. A volte il pane si poneva su foglie di castagno, senza il testo inferiore. Dopo di che si copriva con la campana che poteva essere a sua volta ricoperta con ceneri calde e braci.

“Me lo ricordo perché l’ho visto in tante famiglie....ce l’avevano tutti. Poi sono subentrate le stufe a legna, ma prima si faceva da mangiare o con il testo, o con il paiolo, sempre attaccato a quella catena”.

A volte i testi erano un po’ disegnati, decorati con dei simboli.

Piero sottolinea che l’utilizzo del testo è legato alla cultura contadina, che progressivamente è venuta meno, non solo a Tavarone ma in tutta la Val di Vara.

Presume che fino agli anni Settanta questa tecnica era ancora abbastanza comune.

Non sa dove si compravano, mentre per i testelli di terracotta venivano fabbricati a Castello di Carro.

La farina di grano si produceva a Tavarone, e se ne produceva anche molta. Piero ricorda che la trebbiatura in paese durava almeno 10 giorni.

Il pane si faceva con una miscelatura di farine diverse: di grano, di granoturco, di castagne. Il *“Pan Martín”* era fatto di farina di grano e farina di castagne.

“Di mulini ce n’era un’infinità. A Torza due, scendendo da Tavarone altri due, risalendo verso Maissana altri due. Nel giro di 10 chilometri c’erano 6 mulini”.

Fino agli anni ‘60 erano tutti attivi.

Rina B. (77 anni, Veppo)

Rina ricorda che nella casa dell’infanzia (in Predavalle, località di Veppo) vi era un locale adibito all’essiccazione delle castagne che fungeva anche per la cottura del pane nel testo. Al centro di questo spazio vi era il *sō* che accoglieva il fuoco.

“Non tutti i contadini della Val di Vara avevano la gràe, ma su da noi sí, tutti avevano le castagne”.

Non ricorda bene se la teglia utilizzata dalla mamma era di rame o di ghisa. La campana del testo era di ghisa. Il paiolo era sempre presente, attaccato alle catene che pendevano sul focolare.

Una volta acceso il fuoco, la cui funzione principale era l’essiccazione delle castagne, la brace serviva per la cottura del pane. Rina ricorda anche che con il testo si facevano delle focaccine di farina di grano.

Il mulino per macinare castagne e grano era a Veppo. Esiste la località *“Mulino”* però non sa se la costruzione esiste ancora. La trebbiatura a Veppo durava dai 15 ai 20 giorni.

Rina ricorda anche i testelli di terracotta che venivano fabbricati da un signore a Veppo che era anche cestaio.

Dice che nel dopoguerra passavano degli uomini a cercare materiale ferroso; la gente del luogo, pensando che non sarebbero piú stati utilizzati, si è sbarazzata anche dei testi.

5. Le ricette



8 - La preparazione del testo di ghisa, © 2017-2021 by Lella Canepa

Sotto *u testo* si possono preparare varie specialità della tradizione culinaria contadina.

Le torte salate rappresentano un vero e proprio “marcatore” di cultura ligure e la Val di Vara, sotto l’aspetto gastronomico mostra, la sua antica “anima” lunigianese. Ingredienti costanti in tutte le torte tradizionali sono: il formaggio grattugiato e l’olio di oliva, mentre a seconda del tipo di torta, le uova non vengono usate, al limite si aggiungono nella preparazione del ripieno.

In Val di Vara la tipologia più diffusa di torta di verdura è quella di *erbi* con sfoglia, *soprana* e *sottana*, ed erbe spesso inserite a crudo con l’aggiunta di olio d’oliva e formaggio e meno frequentemente di uova e ricotta.

Vi è da dire, però, che in Val di Vara la torta per antonomasia è quella di riso con sfoglia tirata a mano e ripiena di riso, uova, formaggio, sale e olio d’oliva nostrale.



9 - La torta di riso cotta sotto il testo, © 2017-2021 by Lella Canepa

Prima, però, dell'avvento del riso, i cereali più utilizzati nella preparazione delle torte dovevano essere il farro e il frumento tenero: antenata per eccellenza è la torta di grano che veniva foderata, solitamente, nella parte inferiore con una sfoglia classica. La preparazione prevedeva, in passato, la pulitura del grano dai semi della *veccia* o di altre piante infestanti e la sua battitura dentro la pila, una sorta di grosso mortaio di legno con l'ausilio di un grande bastone. Una volta mondato, il grano veniva messo a cuocere in acqua salata, insaporendo con pancetta o lardo, e solo quando l'acqua veniva assorbita completamente si aggiungeva formaggio grattugiato, olio d'oliva e, qualche volta, uova[1]¹¹.

Oltre alle torte, col testo, si cuoceva anche a *levà* (il pane), la *patunna* (un castagnaccio povero, chiamato così anche in Lunigiana), a *fugassa* (la focaccia). Prima di essere fatte scivolare sul focolare venivano adagiate su un letto di foglie di castagno¹².

L'uso delle foglie di castagno come "carta da forno" o teglia (indispensabile se si usa farina di castagne) è un uso di cucina che non lascia traccia archeologica e che consente di ottimizzare la cottura impedendo alla pastella di aderire al testo (se questo è troppo freddo) o bruciare (se troppo caldo)¹³. Tutto ciò che era cotto sul fuoco di pietra, sotto la campana di ghisa che fungeva da forno, veniva sistemato su uno strato di foglie di castagno che proteggeva e permetteva una cottura idonea della pietanza esattamente come una teglia, regalando anche profumo e un po' di gusto. "Ovviamente a fine cottura si toglievano le foglie bruciacchiate che non venivano mangiate (anche se ne veniva un pezzetto in bocca era lo stesso...); alle foglie viene attribuita

¹¹ FABIANO CAMANGI, AGOSTINO STEFANI, LUCA SEBASTIANI, *Etnobotanica in Val di Vara, l'uso delle piante nella tradizione popolare*, pp. 36 – 45, Press Servica srl, Firenze, 2009.

¹² *idem*.

¹³ ENRICO GIANNICCHEDDA, ENRICO ZANINI, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di Levante: quarantotto anni lavoro su una fonte etnografica*, 2013.

una blanda attività sedativa della tosse. Torniamo alle foglie: raccolte tutto l'anno verdi per essere usate subito, raccolte per tradizione dopo San Lorenzo (10 Agosto) per essere seccate e usate tutto l'inverno. Con la luna vecchia (luna calante), quindi di agosto e settembre, raccolte per essere conservate, vengono riunite in "fascetti" e unite in una collana per esser messe a seccare ed usate durante l'inverno e la primavera quando le foglie non ci sono¹⁴.

"Farinata di granoturco" (Dall'intervista di Franca C.)

Per prima cosa si prepara il focolare, si accende un bel fuoco e si fa riscaldare il testo di ghisa. Si prepara una pastella con acqua e farina di granoturco. Si aggiungono un paio di cipollotti freschi tagliati fini e il sale. Mescolare bene. Si incorporano poi due cucchiaini di "mortadella". Si mette il composto in una teglia e si copre con il testo di ghisa. Si sistemano le braci attorno alla campana e si attende la cottura.

Tutti gli ingredienti utilizzati per la farinata erano prodotti in casa.

"Fainà di Varese Ligure"

La farina di castagne, detta anche farina dolce, si ottiene macinando le castagne essiccate. A Varese Ligure la impastano con poca acqua e sale e la pastella ottenuta viene stesa su delle foglie di castagno inumidite con un po' d'acqua, come una pizza per intenderci. Chi volesse prepararle deve cercare di ottenere uno strato il più sottile possibile. Separatamente preparare un impasto fatto di ricotta, parmigiano, uova e olio di oliva extravergine. Amalgamare e cospargere il composto sulla *faina'* e il tutto posizionarlo su un testo di ghisa, comprese le foglie di castagno.

"Carne sotto il testo"

Disporre le costine di carne, a scelta fra maiale, agnello, capretto o manzo, insaporire con aglio e rosmarino e disporre su tegame insieme a patate. Coprire con la campana già calda (di colore bianco). Coprire la campana con la brace ed attendere la cottura della carne che, una volta cotta, avrà un sapore ineguagliabile.

¹⁴ LELLA CANEPA, 2017, *IL CASTAGNO Albero Sovrano: non si butta via niente, tantomeno le foglie*, disponibile su www.lellacanepa.com/single-post/2017/12/03/sua-maestà-il-castagno-non-si-butta-via-niente-tantomeno-le-foglie, *Il blog di Lella Canepa*, data consultazione 23 settembre 2024

“Il pane”¹⁵



10 - Il pane cotto sotto il testo, © 2017-2021 by Lella Canepa

La ricetta del pane è semplice, la quantità di farina elevata perché si faceva una volta la settimana, ma anche in proporzione con il diametro della campana, sotto la quale sarebbe stato più difficile cuocere un pane di dimensioni inferiori.

Facili e banali gli ingredienti:

2 kg di farina, possibilmente integrale, impastata con 50 gr. di lievito di birra sciolto in acqua tiepida.

La quantità di acqua varia tantissimo secondo il tipo di farina, ma anche in base all'umidità della giornata.

Una volta si usava *u levau*, la pasta madre che tutti conservavano tra un impasto e l'altro, e per fortuna oggi si riscoprono le qualità di questo antico lievito.

E' preferibile non mettere subito il sale ma iniziare ad impastare un pochino prima di aggiungerlo. Con questo metodo è necessario possedere *la livea*, un grande tagliere di legno leggero, rotondo e con il manico, dove, disposte ordinatamente le foglie di castagno che assolvono alla stessa funzione di una "teglia", viene posata la pagnotta a lievitare.

Per mantenere la forma di questa occorre un anello di legno, *la sgarbia*, dentro alla quale viene infilata, con l'accortezza di tirare su le foglie quasi a coprirla.

Lasciata a lievitare fino a che non sembra raddoppiata, si prepara il fuoco, qui sta la vera maestria nel sapere a tempo dovuto accendere il fuoco perché la campana si riscaldi a dovere. Basta un fascio di stecchi ben secchi e in genere la campana di ghisa si comporta come la volta di un forno classico da pizzeria; prima con il calore diventa rossa e poi bianca e a questo punto si spazzano le ceneri e con un movimento secco e preciso, si fa scivolare dalla *livea* il pane lievitato nel centro del focolare si toglie la *sgarbia* e si copre con il testo caldo e si ricopre questo con le braci calde. Aspettate circa un'oretta, quando si sente sprigionare un profumo intenso di pane si spazzano le ceneri, si tira fuori la pagnotta cotta, si ripulisce bene dalle foglie ormai bruciate.

¹⁵ LELLA CANEPA, 2017, *PANE...profumo di pane...*, disponibile su www.lellacanepa.com/single-post/2017/11/28/paneprofumo-di-pane da *Il blog di Lella Canepa*, data consultazione 23 settembre 2024

6. Conclusioni

L'antichissima tecnica di cottura nel testo grande è giunta fino a noi con il susseguirsi delle generazioni, e sopravvive nella memoria storica delle persone più anziane. Ma non solo.

Abbiamo potuto conoscere una giovane donna di Sassetta che il testo in ghisa lo ha fortemente voluto. Non lo ha rispolverato dalla cantina della vecchia casa dei nonni: il testo se lo è fatto fare, con le misure desiderate, ha poi costruito un camino adatto e finalmente lo utilizza per cuocervi piatti dal sapore davvero unico. Nel fare tutto ciò torna a dare vita a quelle tecniche che i suoi antenati hanno usato nei secoli passati. Un *sapere* ed un *sapore* antico che tornano così in vita. Anche in un'altra testimonianza si riporta l'uso odierno del testo per occasioni speciali, nel caso specifico per la visita di un gruppo di studenti provenienti dall'estero.

Oggi i territori periferici come quello della Val di Vara si caratterizzano per una "conoscenza situata" che somma al sapere radicato nella storia quello di persone nuove, di recente insediamento¹⁶.

Ci riferiamo ad esempio al fenomeno dei *neo rurali* che ha interessato negli ultimi anni anche molti luoghi della vallata. Troviamo quindi la storia lunga del luogo insieme a quella "che gira intorno" a queste nuove presenze che interpretano sul piano pratico, col loro concreto esserci, il retaggio del tempo¹⁷.

Abbiamo quindi da un lato una ricchezza incommensurabile rappresentata dalle genti che custodiscono la memoria storica di una serie di conoscenze e tecniche (nel nostro caso specifico quelle sulla cottura nel testo); dall'altro abbiamo le persone di recente insediamento che spesso hanno antenati nel territorio e che sono interessate ad apprendere tecniche legate alla cultura contadina, come quella del testo. Come si accennava precedentemente, queste nuove presenze sono in grado di filtrare e re-interpretare queste conoscenze del passato con un'attitudine molto pratica e rispettosa delle tradizioni allo stesso tempo. Gli agriturismi sono, ad esempio, delle attività che potrebbero giovare del ritorno dei "testi" per arricchire i loro menù, e per realizzare percorsi formativi ed informativi.

Teniamo conto anche di persone come Elisabetta che mettono già in pratica le antiche conoscenze adattando quelle tecniche agli spazi e alle comodità di oggi. È oggettivamente difficile adibire un locale di una casa moderna a focolare; al contrario, sono in molte le persone che si possono costruire un piccolo camino in muratura da giardino, munito di una carrucola per alzare ed abbassare il pesante testo in ghisa (progettato su misura per altro).

Ci troviamo quindi di fronte a una serie di elementi favorevoli ad una possibile diffusione e riutilizzo dei testi in Val di Vara.

Ma c'è dell'altro, c'è un concetto da considerare e che grazie alle interviste torna dal passato con tutta la sua ricchezza: quello dei beni comuni.

¹⁶ ANNA NATALI, *La conoscenza che gira attorno*, <https://eticaeconomia.it/la-conoscenza-che-gira-intorno/>

¹⁷ IDEM.

Una signora di San Pietro Vara ricorda infatti dell'esistenza di uno spazio in paese messo a disposizione per la cottura del pane nel testo: le famiglie che ne erano sprovviste potevano andare in questo locale e ritornare a casa con il pane pronto.

Nell'ottica di riprendere la tecnica del testo e diffonderla, questo elemento è di forte ispirazione: mettiamo in conto anche questa risorsa, la possibilità di pensare a dei testi e a degli spazi "ad uso comune" per la cottura. Uno spazio comune che possa diventare anima di comunità di cibi, cultura e socialità.

È necessario riflettere infine su un ultimo elemento: quello delle materie prime.

Abbiamo già visto come il testo sia strettamente collegato alla "civiltà della castagna", che del castagno non buttava via niente. Ma anche alla cultura contadina che ha plasmato il territorio della Val di Vara. Oggigiorno alcune varietà dell'agro-biodiversità che ci ha caratterizzato sono "a rischio di estinzione": tra le castagne la Borneivi, la Bodirasca, la Nauna bianca e nera. E poi i grani: il bianco di Suvero (frumento tenero) e il Marzuolo (frumento duro).

Il testo è legato indissolubilmente ai prodotti del territorio. Fortunatamente la Val di Vara può contare su nuove realtà agricole (come la nascente Comunità del Cibo) che hanno ripreso le antiche varietà di cultivar e che possono fornire quindi quelle materie prime necessarie alla buona riuscita di un pane, di una torta di verdure o di un castagnaccio cotti nel testo.

Concludiamo questa breve ricerca con l'auspicio di contribuire a conservare la memoria storica, la conoscenza propria della Val di Vara e la creatività e praticità delle persone locali e di recente insediamento con il fine di rinnovare il processo produttivo, alimentare e culturale che abbia il testo come protagonista.

Varese Ligure, 26 Settembre 2024

Hanno collaborato alla redazione dello Studio: **Simona Castelletti, Elisa Lavagnino, Alessia Marucci, Alessandro Triantafyllidis.**

Bibliografia

- Armanini Michele, *Ligures apuani. Lunigiana storica, Garfagnana e Versilia prima dei romani*, Padova , Libreria Universitaria, 2015
- Camangi Fabiano, Stefani Agostino, Sebastiani Luca, *Etnobotanica in Val di Vara: l'uso delle piante nella tradizione popolare*, La Spezia, Provincia della Spezia e Pisa, BioLabs SSSA, 2009
- Cipriani Sabrina, *Val di Vara, giardino pieno di delizie*, La Spezia, Provincia della Spezia Servizio Turismo, 2010
- Ferrari Francesco, Triantafyllidis Alessandro, *Valorizzazione della castagna della Val di Vara*, Luna Editore, 2000.
- Giannichedda Enrico, Zanini Enrico, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di Levante: quarantasei anni di lavoro su una fonte etnografica*, Archeologia Post Medievale, 15, pp. 91-115, 2011
- Giannichedda Enrico, Zanini Enrico, per Tiziano Mannoni, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di Levante: quarantasei anni di lavoro su una fonte etnografica*, 2013
- Giardelli Paolo, *Tradizioni popolari in Liguria*, pp. 335 – 392 in DINO PUNCUH (a cura di), *Storia della cultura ligure*, vol. 2, ATTI DELLA SOCIETÀ LIGURE DI STORIA PATRIA Nuova Serie – Vol. XLIV (CXVIII) Fasc. II, Stamperia Editoria Brigati Glauco, Genova, 2004
- Mannoni Tiziano, *Fabbricazione, uso e diffusione del "testo" in Val di Vara*, in P. De Nevi, *Val di Vara: un grido, un canto*, Centro Studi Val di Vara, 1988
- Mannoni Tiziano, *Il "testo" e la sua diffusione nella Liguria di levante*, pp. 49-64, in BOLLETTINO LIGUSTICO, XVII, 1965
- Regione Liguria, *Prodotti di Liguria. Atlante Regionale dei prodotti tradizionali*, Microart's s.p.a., Genova, 2006
- Salvatori Enrica (a cura di), *Storia e Territorio della Val di Vara*, Felici Editore, 2012

Sitografia

- Il blog di Lella Canepa, www.lellacanepa.com
- Presidi Slow Food, www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food
- Anna Natali, *La conoscenza che gira attorno*, www.eticaeconomia.it/la-conoscenza-che-gira-intorno/

Si ringraziano le persone intervistate: Rina Biggeri, Franca Cima, Don Sandro Lagomarsini, Maria Lavagnino, Piero Lavagnino, Elisabetta Menini, Anna Silvano, Elio Taramaschi.

Si ringrazia, inoltre: Lella Canepa, Italo Cerchi e la famiglia Cerchi per la disponibilità, Don Sandro Lagomarsini per l'analisi accurata e per la visita al Museo Contadino di Cassego.