

Andrea Ciucci  Paolo Sartor

Prefácio de Gianfranco Vissani

Na cozinha com OS SANTOS

Receitas do Céu e da Terra



Prefácio

Cozinhar é certamente criatividade e técnica, mas é também, e sobretudo, convívio. Trata-se de uma convivência muito especial, que vai além da mesa, que o acompanha em todas as fases de preparação, desde a escolha dos ingredientes quando vai às compras ou se serve da horta à beira da porta, à manipulação na cozinha, à preparação da mesa, ao rito da refeição. Todas estas operações não são simples nem frios deveres, mas são atividades que lhe proporcionam um calor proveniente do seu significado, da lembrança ou do fim associado a cada uma. Nisto consiste a essência mais profunda da cozinha, como perfeitamente conseguiram colher os padres Andrea Ciucci e Paolo Sartor, que chegam com este livro a oferecer-nos uma das convivências mais especiais, o trabalho conjunto com mulheres e homens que souberam levar as suas vidas de maneira tão exemplar que puderam ser proclamados santos.

São mulheres e homens que podemos sentir perto de nós lendo o livro e comendo o alimento que esteve à sua mesa; são exemplos luminosos cuja aproximação tornará mais seguro o nosso caminho e saberá restituir a toda a ação da nossa vida quotidiana aquela dignidade e autenticidade que a eleva acima de uma mera necessidade.

Agradecemos cordialmente aos padres Andrea e Paolo por esta grande oferta!

Gianfranco Vissani

Quando um santo entra em casa

A santidade é uma coisa estranha: um misto de heroísmo e de quotidianidade, de gestos excepcionais e de factos banais. O que é certo é que quando Deus, “o único santo”, entra em casa através da vida das pessoas, estas se tornam mais homens e mais mulheres, verdadeiros homens e verdadeiras mulheres. E também é verdade que até o alimento passa a ser não apenas um ídolo ao qual se consagram atenções e paixões, mas um instrumento de crescimento no seguimento do Senhor.

É por isso que o alimento dos santos é sobretudo o da cozinha quotidiana, decididamente enraizada no tempo e nos lugares em que estas mulheres e estes homens de Deus vivem a sua experiência humana e crente. Talvez seja uma gastronomia pouco surpreendente, mas nem por isso menos rica de sabores especiais e genuínos.

De resto, a santidade não é outra coisa senão deixar-se plasmar pelo mistério do Deus amor. E o alimento – como qualquer outro dom que o homem recebe – foi sempre feito para ser partilhado com os outros, sobretudo com os mais pobres, protagonistas de muitas histórias gastronómicas.

A mesa dos santos está muitas vezes marcada por corajosas experiências de sobriedade e de jejum. Não porque o alimento seja um mal que se deve evitar, mas somente porque não é o bem supremo. Às vezes, é bom lembrar que o único alimento que nos salva é «fazer a vontade de Deus Pai», tal como afirmou Jesus (cf. Jo 4,34). E precisamente porque Deus é maior do que qualquer outra coisa, sucede que nos dias de festa passa a ser um dever apreciar algo do melhor que a culinária nos possa oferecer e que representa uma pequena prova daquele banquete rico de iguarias prometido no Reino. Deste modo, também à mesa se cresce em humanidade, caridade e sabedoria.

1

Os santos em família





Pão e fogaças, fresco do século I d. C., Nápoles, Museu de Arqueologia





Os santos, segundo alguns, seriam somente os padres e as religiosas. Mas não é assim, de modo nenhum. A história do cristianismo mostra que a santidade pertence a qualquer estado de vida, idade, classe social, sexo e local. Porque ser santos não é algo que se acrescenta ou se contrapõe à vida: é viver em conformidade com o Evangelho, guiados pela vontade de agradar somente a Deus, de seguir sem meias-medidas o exemplo de Cristo, de se deixar guiar pelo Espírito Santo. Portanto, tanto se pode ser santo vivendo na paróquia de origem ou em missão, mas também no emprego ou em casa. E em casa o alimento tem um lugar muito importante.

Então, toquemos a campainha, deixemos que se nos abram as portas das casas de algumas pessoas casadas reconhecidas oficialmente como santas. Espreitemos as cozinhas dos conventos em que se produzem as receitas da infância: as das mães e das avós. Demos espaço a esta santidade doméstica, simples e autêntica. Bom apetite a todos!

Este realista fresco romano representa pão e fogaças, alimentos fundamentais para os antigos. Em especial, a fogaça achatada e seca era utilizada até como “mesa”, ou seja, como prato de apoio para outros alimentos. Daqui as palavras do poeta Celeno, que prevê que Eneias, chegado a Itália, terá sentido tanta fome que teve de se alimentar das mesas (ou seja, das fogaças que serviam de prato). O pão aparece nesta mesma forma em muitos frescos das catacumbas. Muitas vezes, mais que representações da Última Ceia de Jesus e dos Apóstolos, trata-se da fractio pannis (a fração do pão, ou seja, da Eucaristia da comunidade cristã, algumas vezes presidida por um santo).



A simplicidade que anula qualquer distância

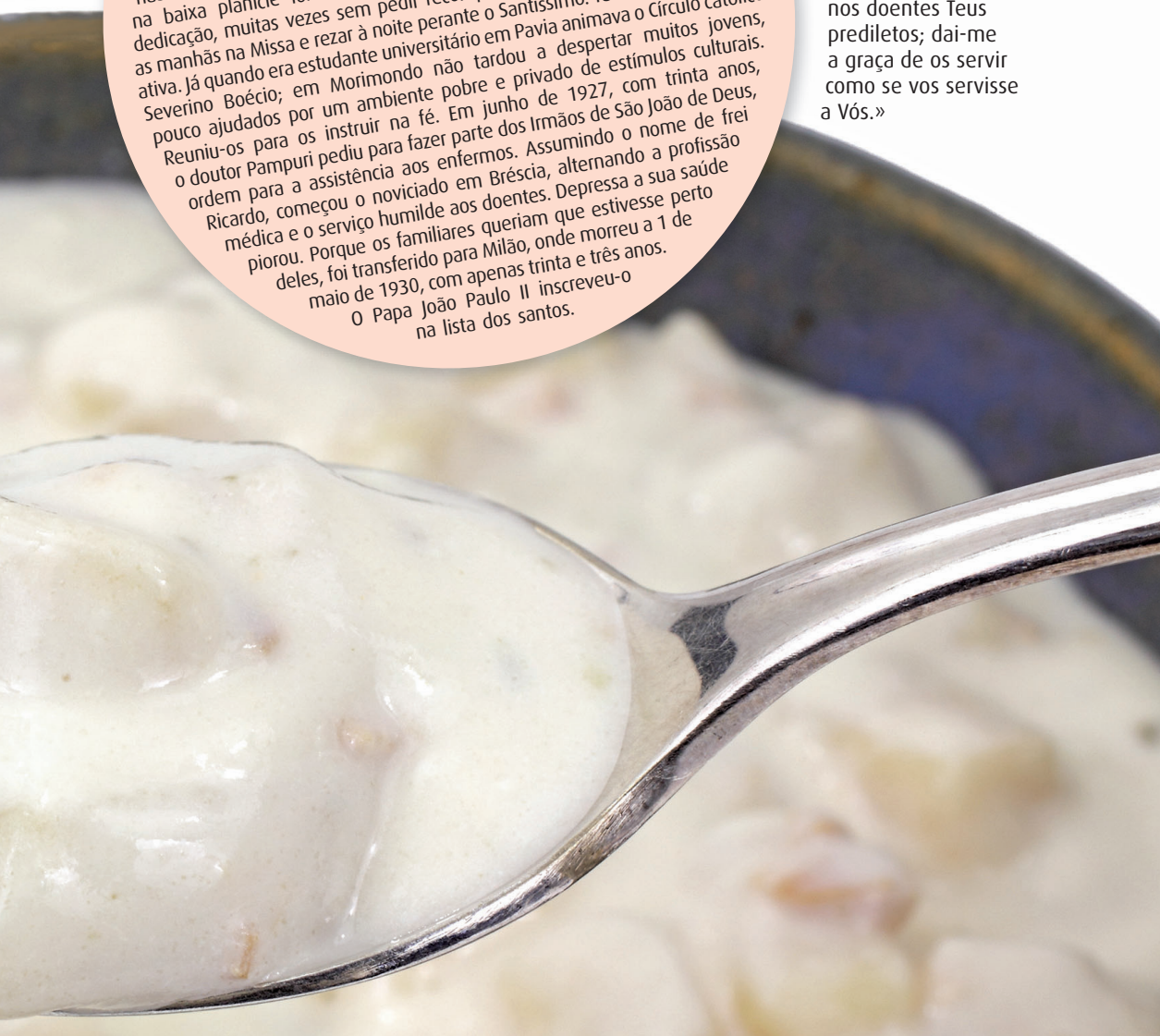
Como comia São Ricardo? Seguiu uma dieta essencial, substancialmente vegetariana. Preparava frequentemente sopas, que às vezes tomava frias. E depois a sopa branca, uma sopa de cebola que devia ser muito semelhante aos pratos consumidos, com leite e polenta, nas casas pobres de Morimondo.

São Ricardo Pampuri

Um doutor de outras épocas. Um médico que passava os dias a visitar os doentes e as noites a orar na igreja. Assim foi Erminio Pampuri, que nasceu a 2 de agosto de 1897 em Trivolzio (Pavia). Com apenas vinte e quatro anos dava consultas em Morimondo (Milão), 1800 habitantes espalhados por várias casas pelo campo, estradas mal cuidadas na baixa planície lombarda. Prodigalizou-se pelos doentes com grande dedicação, muitas vezes sem pedir recompensa. Costumava participar todas as manhãs na Missa e rezar à noite perante o Santíssimo. Teve uma vida muito ativa. Já quando era estudante universitário em Pavia animava o Círculo católico Severino Boécio; em Morimondo não tardou a despertar muitos jovens, pouco ajudados por um ambiente pobre e privado de estímulos culturais. Reuniu-os para os instruir na fé. Em junho de 1927, com trinta anos, o doutor Pampuri pediu para fazer parte dos Irmãos de São João de Deus, ordem para a assistência aos enfermos. Assumindo o nome de frei Ricardo, começou o noviciado em Bréscia, alternando a profissão médica e o serviço humilde aos doentes. Depressa a sua saúde piorou. Porque os familiares queriam que estivesse perto deles, foi transferido para Milão, onde morreu a 1 de maio de 1930, com apenas trinta e três anos. O Papa João Paulo II inscreveu-o na lista dos santos.

Servir sempre

A 28 de outubro de 1928, frei Ricardo oferece-se a Deus mediante os santos votos de pobreza, castidade e obediência, e escreve: «Quero servir-Vos, meu Deus, no futuro com perseverança e sumo amor: para com os meus superiores, os meus confrades, nos doentes Teus prediletos; dai-me a graça de os servir como se vos servisse a Vós.»





Ingredientes

- 80 g de sêmola
- 1 l de água
- 2 ramos de verduras (ou então beterrabas ou chicória)
- azeite
- sal

Esparregado de Santo Hilarião, eremita



Limpar e lavar as verduras, e fervê-las na panela com pouquíssima água durante 5 minutos. Separá-las e estendê-las muito bem, conservando a água da cozedura. Adicionar a esta água o que faltar até perfazer um litro. Levá-la a ferver, temperar com sal e deixar cair em chuva a sêmola, misturando com uma colher de pau para não formar grumos. Cozer durante 7 minutos. Acrescentar as verduras, retificar o sal e deixar cozinhar durante mais 3 minutos. Servir muito quente, com um fio de azeite cru.

Uma pequena delicadeza para não ter medo de morrer

Um texto antigo conta o menu penitencial de Hilarião utilizado nas várias estações da sua vida. Durante alguns anos, apenas se alimentou de lentilhas amolecidas em água; de seguida, durante três anos, comeu apenas pão não levdado; e nos quatro anos seguintes, ervas e raízes cruas. Dos trinta aos trinta e cinco anos comeu quotidianamente pão de cevada e verduras sem azeite, que usou apenas dos trinta e seis aos sessenta e dois anos. Na velhice, retomou com muito fervor uma prática penitencial que previa até o abandono de água e o consumo quotidiano de uma farinha líquida com várias ervas misturadas.

Santo Hilarião de Gaza

Este santo eremita nasceu de pais pagãos por volta de 291, em Tabata, pequena cidade da Palestina. Foi enviado ainda criança para Alexandria do Egito para completar os estudos e distinguiu-se por vivacidade de empenho e integridade de costumes. Mas tendo-se convertido ao cristianismo, considerou como sufocante a atmosfera da grande metrópole imperial. Movido pelo desejo de receber uma existência cristã perfeita, foi para a Tebaide, para perto de Santo António Abade, e depois para um lugar solitário da Palestina perto de Gaza. Tendo crescido na escola de António, na oração, no estudo das Sagradas Escrituras e no trabalho manual, foi por sua vez modelo de ascese e promotor da vida eremítica. As mortificações com que castigava o seu corpo não o impediram de atingir os oitenta e um anos de vida. Morreu em 372.



Dica!

Para enriquecer a receita austera é possível substituir a água por um bom caldo de legumes e saltear as verduras num bocadinho de azeite, alho e picante antes de servir. Neste caso, não misture, mas ponha ao lado a sêmola.

O segredo da coragem

Uma vez, ao ser interrogado por uns bandidos sobre como se comportaria caso os ladrões viessem meter-se com ele, Santo Hilarião respondeu: «Um homem pobre e nu não teme os ladrões.» «Mas eles podem tirar-te a vida», acrescentaram. «Isto é verdade», replicou Hilarião, «mas não tenho medo da morte, porque estou sempre pronto a morrer bem.»

A close-up photograph of a stack of several round, golden-brown cookies. The cookies have a slightly cracked and porous texture. Several cinnamon sticks are placed on top of the stack, some lying horizontally and others vertically. The background is a plain, light-colored surface, possibly a white plate or table. The lighting is bright and even, highlighting the warm tones of the cookies and the reddish-brown of the cinnamon.

Curiosidade

Esta receita é provavelmente a antepassada das mil variedades de biscoitos protagonistas das festas natalícias do norte da Europa.

Índice

<i>Prefácio</i>	5
<i>Introdução</i>	
<i>Quando um santo entra em casa</i>	7
I Os santos em família	8
Farinha cartaginense de Santa Mónica	12
Sopa de grão-de-bico e feijão da beata Isabel	14
Polenta e queijo de Santa Mónica	16
Rolo de carne com ovo	18
Bolinhos de marmelada para as irmãs Martin	20
Esparguete de alho e cebola à Maria Goretti	22
Sopa branca do doutor Pampuri	24
Fritos para o pequeno Josemaría	26
II À mesa dos mosteiros	28
Esparregado de Santo Hilarião, eremita	32
Verduras com queijo segundo as Regras	34
Cones de São Teodoro	36
Fogaça de alcaparras e cebolas à São Columbano	38
Pão de crosta à Cartuxa	40
Sopa com folhas de faia à São Bernardo	42
Biscoitos de Santa Hildegarda	44
Creme de urtigas da abadessa	46
Cordeiro queijo e ovo da beata Colomba	48

III	<i>Com Francisco, Clara e outros loucos</i>	50
	Quiche de camarões para frei Francisco.....	54
	Caretos de Jacopa para o santo amigo.....	56
	Ovo quente de Santa Clara.....	58
	Fogaça da irmã Clara.....	60
	Enguia na grelha de São Domingos.....	62
	Molho de azeite e pão da terciária Margarida.....	64
	Tarte de ervas amargas para Catarina de Sena.....	66
	Maçapão do prior.....	68
	Bolo de castanhas da jovem Jacinta.....	70
	Doce esquecido à maneira da Verónica.....	72
	Legumes saborosos do padre Pio.....	74
	Ragu para o santo frade.....	76
IV	<i>Nos banquetes de Papa e reis</i>	78
	Sopa de legumes do Papa Gregório.....	82
	Fogaça com mel para a rainha Isabel.....	84
	Arroz doce digno de um rei.....	86
	Favas cozidas em leite para São Luís.....	88
	Enguias grelhadas em salsa de citrinos.....	90
	Pão cozido com ovo à Pio V.....	92
	Caldo de galinha à Pio X.....	94
	Polenta de feijão de São João XXIII.....	96
	Polenta de couves para o futuro Papa Bom.....	98
	Castanha assada à Roncalli.....	100
	Polenta e ensopado do Papa Bom.....	102
	Papieska kremowka à menino Wojtifa.....	104
V	<i>Padres e bispos na cozinha</i>	106
	Biscoitos para a viagem.....	110
	Almôndegas de ovos e queijo para São Filipe Neri.....	112
	Gemada à São Pasqual.....	114
	Morangos em gelo aparecidos ao padre Serafim.....	116
	Carne à moda de Chiuso.....	118
	Mata-fomes do Cura d'Ars.....	120
	Arroz e batatas à moda do Piemonte para o Joãozinho.....	122
	Polenta de castanhas com salsichas para D. Bosco.....	124
	Frango em gelatina para o santo educador.....	126
	Uma pobre omelete.....	128
	Açucaradas de Santo Anibal.....	130
	Bolachas do padre Orione.....	132
	Sopa de couve roxa para Tito, o prisioneiro.....	134
	Conservas do padre Pino.....	136

<i>V A dieta por amor</i>	138
Champanhe e foie gras para o nobre oficial.....	142
Couscous do irmãozinho de Jesus.....	144
<i>Agradecimentos</i>	147
<i>Índice das receitas</i>	148

*Não temo
a impureza da carne;
temo
a impureza do desejo.*

SANTO AGOSTINHO