

di Alessandra Toniolo (*)

Il primo gesto culinario, “di cucina”, dell’uomo fu senza dubbio quello di riuscire a conservare il più a lungo possibile i vari alimenti che era riuscito a procurarsi. La conservazione ebbe come prima intenzione non tanto di migliorare il gusto quanto di rendere commestibili o di mantenere la commestibilità di questi cibi.

Vari sono stati, e lo sono tutt’ora anche se più specializzati e tecnologici, i metodi per giungere a uno stadio ottimale di conservazione:

- seccare
- salare
- affumicare
- in conserva o semi conserva

Seccare è il procedimento più semplice. Nel nostro specifico caso si tratta di appendere il pesce sotto il sole o in un luogo areato.

Affumicare: è relativamente semplice da eseguire; implica però che il prodotto sia già stato sottoposto a salatura.

Salatura: la decomposizione del pesce è il risultato del processo che prende l’avvio con la mutazione dei tessuti provocata dagli enzimi presenti nella carne del pesce stesso e dai batteri e muffe che si attaccano una volta che l’animale è morto. Togliere acqua alla carne del pesce in modo corretto provoca l’arresto dell’azione dei batteri e delle muffe. Per fermare i primi il tenore di acqua deve scendere sotto il 25% del peso totale umido; per eliminare le muffe l’acqua deve raggiungere e non superare il 15%.

Due sono i modi per salare il pesce:

- * a secco: devono essere usati dei recipienti non stagni, in modo da far scolare regolarmente il liquido che si forma.
- * marinatura: il pesce va conservato in recipienti stagni, a bagno in una salamoia forte/satura; il sale da usare per creare la salamoia deve essere

(*) - Archeologa, collaboratrice della Soprintendenza Archeologica del Veneto



La dr.ssa Alessandra Toniolo, mentre, nel corso del suo intervento, distribuisce in sala del garum da lei realizzato

ben secco, stagionato. Il pesce può essere salato intero; ma il procedimento sarà più rapido se esso verrà preventivamente pulito e tagliato ad esempio a filetti. Si sono riscontrati, archeologicamente parlando, vari tipi di taglio sui resti osteologici di pesce:

- * taglio netto della testa
- * taglio longitudinale della medesima (per far scolare il sangue)
- * taglio trasversale del corpo (per ottenere tranci)

Una prima rapida preparazione del pesce si otteneva incidendo con un coltello dietro le branchie, quindi con una torsione della mano si staccavano testa e stomaco contemporaneamente.

Il pesce sotto sale in greco era detto *tàrichos* e in latino *salsamenta*.

Salsamentum indicava sia i pesci lasciati interi sia quelli tagliati a pezzi semplicemente salati o conservati in salamoia.

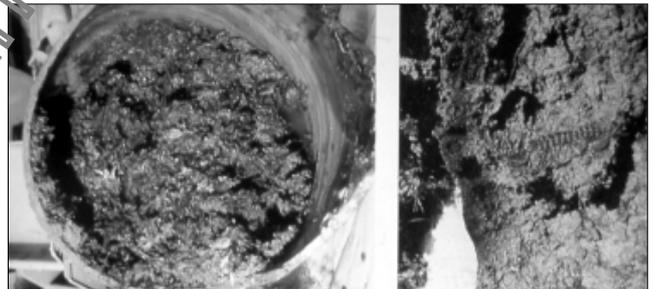
Le tecniche della salagione con sale secco o con salamoia sono documentate a partire almeno dal VII a.C.. Ancora nel 1800, seguendo una prassi già collaudata in antico, il pesce veniva dissalato tenendolo 10 ore a bagno nel latte tiepido.

Il prodotto salato poteva essere il termine del processo di conservazione, e quindi essere commercializzato, oppure essere la

- 1 - Polipi appesi a seccare
- 2 - lische di sardine nelle anfore della *Iulia Felix* (Grado)
- 3 - Testa di tonno mummificata (Marsiglia, II a.C.)
- 4 - Scena di pesca (mosaico, Tunisi, III d.C.)



1



2



3



4

materia prima da destinare a un trattamento complementare come l'affumicatura o la marinatura.

I clupeidi, come le aringhe, le sardine, le acciughe, sono tra i pesci più adatti ad essere salati e difatti furono i preferiti in epoca antica.

Il pesce salato era diffusissimo in tutto il mondo antico: “non c'è niente di meglio del sale e del sole” (Plinio, *n.h.*, XXXI, 102). Saline e installazioni per la conservazione del pesce hanno disegnato nel Mediterraneo una loro peculiare geografia, essendo sempre abbinate tra loro. Il Periplo dello Pseudo Scilace menziona vari centri portuali mediterranei dal nome molto significativo, *Taricheiai* (= stabilimenti per la salatura). Fin dal VII a.C. le colonie greche del Mar Nero producevano *tàrichos* e salse di pesce, che venivano poi commercializzati in occidente. L'influenza culturale e la tecnica pratica portate verso le Colonne d'Ercole da Fenici e Greci scatenò le potenzialità dei territori occidentali del Mediterraneo. *Salsamenta* e *garum* iberici e nordafricani rimasero i più venduti e diffusi per almeno otto secoli.

Le salse di pesce sono un condimento, non una salsa vera e propria. Erano già preparate ed usate gastronomicamente nel III millennio a.C., ad esempio in Mesopotamia, dove era conosciuta una salsa detta *shippu*.

La tradizione mediorientale migrò verso il Mediterraneo occidentale con i viaggi commerciali dei fenici e dei greci e poi con le colonizzazioni puniche, per impiantarsi stabilmente e proficuamente nella penisola Iberica e lungo le coste nord africane. Le salse di *Gades* (Cadice) sono menzionate in una delle opere di Eupoli, commediografo greco del V a.C.

Fu però in epoca imperiale romana che la lavorazione del pesce, finalizzata espressamente a preparare le salse, assunse una routine industriale. Vennero elaborate tipologie specifiche di anfore destinate al trasporto delle medesime.

In greco le salse di pesce sono indicate con termine *garon* (e *garon* era anche il nome di un tipo di pesce, che alcuni vogliono ricondurre sempre alla famiglia dei clupeidi), da cui sembra derivare la definizione latina della salsa migliore in circolazione in epoca romana, *garum*.

Altri termini furono *liquamen*, *hallec*, *muria*.

Gargillo Marziale, 62: “alternare in un dolio della capacità di 30 litri strati di erbe aromatiche seccate (aneto, coriandolo, finocchio, sedano, santoreggia, ruta, menta, organo...) a strati di sale marino ben asciutto e di pesce lasciato intero se piccolo, altrimenti tagliato a pezzi (sgombri, sardine, anguille, tonni...). Riempire il dolio sino all'orlo e tapparlo. Lasciare così per almeno sette giorni. Quindi mescolare ogni giorno per venti giorni. Filtrare con un colino.”

Il pesce dunque veniva posto in recipienti e/o vasche stagni (le *cetaria* degli stabilimenti industriali), a bagno in una salamoia satura che doveva ricoprire completamente il pesce, in modo da non far passare l'aria. Le vasche erano protette da tettoie il cui compito era di impedire una troppo



Il dr. Magi Seritjol del Museo storico di Tarragona, mentre assaggia in sala il *garum* prodotto dalla dr.ssa Toniolo

rapida evaporazione o la caduta della pioggia, che avrebbe compromesso il grado di concentrazione della salamoia. Si stima che la temperatura raggiunta nelle vasche si aggirasse attorno ai 50°.

Si usavano sgombri, tonni, sardine, acciughe, mencie, branzini, murene, rossette, anguille, molluschi comprese le ostriche. La salsa di pesce è il prodotto dell'antodi gestione della carne del pesce stesso. Gli enzimi proteolitici e quelli dei microrganismi presenti sul pesce (soprattutto nelle branchie e nel sistema digerente) producono cioè nel giro di pochi giorni una liquefazione parziale della carne, macerazione che si trasforma, in presenza di un antisettico quale il sale e grazie all'alta temperatura, in un liquido ricco di azoto e di aminoacidi liberi, non alterabili.

Garum (inteso come la parte liquida ottenuta per filtrazione) prodotto in un ambiente non asettico, è risultato perfettamente sterile.

Si trattava dunque di lasciar macerare la carne del pesce per un periodo più o meno lungo -come minimo un mese - in una salamoia forte, aromatizzata a piacere.

Garum - termine di origine greca, che indicava il liquido ottenuto da varie filtrazioni. Per prepararlo si prediligevano le carni dello sgombero e del tonno. A Cartagena in Spagna il 'garum sociorum' era a base di sgombero, come quello di Pompei. Esisteva anche un *garum* nero, fatto col sangue dei tonni.

Liquamen - è l'unico termine presente nel libro di ricette di Apicio (il *garum* è citato una sola volta a proposito di funghi: *Ad illic* tre volte). Varie sono le soluzioni proposte sul significato pratico del termine applicabile specificatamente al pesce, poiché *liquamen* viene anche usato per indicare altri alimenti che sono stati 'sciolti' come il *liquamine intestini* di Apicio V.3 confrontabile con *adipis liquamen* (grasso sciolto) di Columella 6.2.7. Alcuni studiosi tendono ad identificare *garum* e *liquamen* come il medesimo condimento: la parola di derivazione greca cioè si sarebbe trasformata nel più propriamente latino *liquamen*, indicando sempre e solamente la parte più pregiata, ricercata e costosa del procedimento. Ma alcune testimonianze archeologiche indicano che i due termini - *garum* e *liquamen* - erano usati contemporaneamente e quindi andrebbero distinti. Nel mosaico dell'atrio della villa pompeiana di Umbricio Scauro, noto produttore di salse di pesce del I d.C. (le cui caratteristiche bottiglie sono state trovate ad esempio a Marsiglia con le medesime iscrizioni che si leggono sul mosaico), sono raffigurate infatti quattro anforette monoansate con titoli che ricordano il produttore, Scauro, e i contenuti, *garum* e *liquamen*. Anche su alcune anfore di probabile produzione italica nordorientale rinvenute nella villa di Corte Cavanella (Rovigo), datate al II d.C., compaiono i due tipi di liquido filtrato, *liquamen eflos* (da intendere quest'ultimo come *gariflos*, il fior fiore di *garum*). *Liquamen* è stato inteso inoltre come una salamoia piuttosto liquida, ricavata sempre per autolisi, da usare non solo in cucina ma anche per innescare e accelerare un nuovo processo di macerazione, pensando che *garum* e *liquamen* siano due preparati diversi. O ancora come un condimento a se stante, e quindi vero e

proprio, pensando al contrario che esso fosse uno dei vari stadi dell'autolisi.

Hallec - è la parte residuale del procedimento, che si presenta semisolida e granulosa. Venne consigliato da Catone (*de agr.* 58) come companatico nella dieta degli schiavi in sostituzione delle olive. A Fréjus è documentata una produzione di *hallec* a base di branzini.

Muria - inizialmente era una semplice salamoia di acqua e sale nella quale conservare ortaggi, legumi, pesce. Successivamente divenne una salsa di pesce, come quella prodotta ad Antibes, dove si utilizzava il tonno.

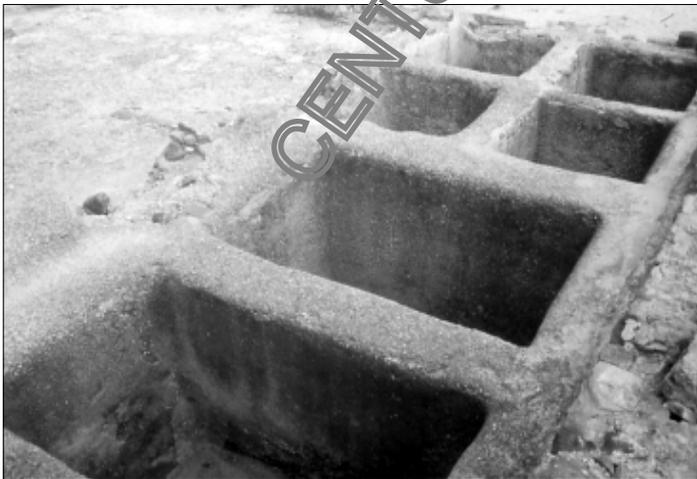
Nello stabilimento di Troia in Portogallo si lavoravano 600 incubi di pesce alla volta; in quelli di Bacio in Spagna e di Lixus in Marocco rispettivamente 270 e 1000 incubi.

In definitiva la salsa di pesce doveva salare e nello stesso tempo dare sapore. La dose giornaliera procapite di sale si aggirava in epoca romana sui 19 grammi, contro i 6 raccomandati oggi. Del resto con una dieta basata quasi esclusivamente su alimenti ricchi solo di sali di potassio, le verdure, era giocoforza integrare queste risorse con un apporto maggiorato di cloruro di sodio; se questo risultava oltretutto gradito al palato perché 'aromatizzato' tanto meglio.

Ma soprattutto la salsa, essendo un condimento ricco di aminoacidi liberi, aveva un grande potere nutritivo concentrato, condizione igienico sanitaria che non era sfuggita all'attenzione dell'epoca.

Gammi liquamen sembrano essere alcune risposte ai vari ragionamenti sulla conservazione e sull'utilizzo a lunga scadenza di un alimento, il pesce di mare, difficile da mantenere integro ma importantissimo nella dieta dell'epoca. L'assunzione di un alimento di tale fatta doveva essere una garanzia per mantenere e/o ritrovare quegli equilibri fisici che potevano alterarsi nel momento in cui venivano a mancare le condizioni normali di vita.

- 5 - Vasche dell'impianto di Baelo (Spagna)
6 - Taglio del tonno (cratere siceliota, IV a.C.)
7 - *Garum* di Scauro (mosaico, Pompei)



5



6



7

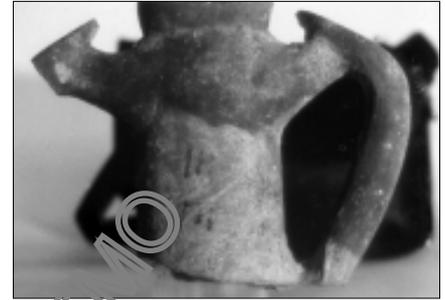
Circa i 2/3 del prodotto spagnolo e nordafricano raggiunsero specificatamente e con regolarità, per almeno i primi due secoli e mezzo della nostra era, i vari *limes* dell'impero. Forniture ufficiali dunque, al seguito di quelle di olio e vino, il cui scopo volontario o involontario sembra esser stato quello di assicurare il mantenimento di un benessere fisico, alterabile in condizioni ambientali diverse dalle originarie.

Sappiamo dalle fonti che le salse di pesce non avevano proprio un costo popolare, soprattutto il liquido filtrato. Nonostante questo la diffusione capillare delle anfore da salse di pesce in tutto il mondo allora conosciuto fa intuire come le salse avessero una buona distribuzione anche sui mercati normali. Nell'Editto dei Prezzi 1/2 litro di *garum* viene valutato dai 12 ai 16 denari a seconda della qualità. In quel periodo (inizi del IV d.C.) un operaio percepiva 25 denari al giorno, pari al costo di 25 ostriche o di 330 grammi di pesce di scoglio o di 24 uova.

In epoca medievale si preparava uno scapece di pesce (così come ancora oggi viene ancora fatto nelle Marche) a base di pesce di piccola taglia, lasciato macerare in una marinata di olio, aceto, aglio, mentuccia. Ad Amalfi nel XV secolo si vendevano alici 'scapezate', conservate cioè sotto aceto.

Nel XIII secolo i monaci di S. Pietro a Tuzolo (Amalfi) riscoprono il modo di ottenere una buona salsa di pesce, conservando per sbaglio le sardine sotto sale in barili non stagni. Da allora la 'colatura di alici' di Cetara è diventata famosa, ma per fortuna non è industrializzata data la lunghezza del procedimento. Le alici, pescate in piena estate, vanno infatti pulite da testa e interiora, risciacquate in acqua di mare e messe in barili non stagni alternate a strati di sale. Ai primi di dicembre le alici raggiungono la massima maturazione e il liquido che gocciola dal barile viene raccolto man mano. L'ultima fase prevede di filtrare quanto è rimasto dentro il contenitore. La colatura serve per condire le linguine che vanno mangiate durante la cena della vigilia di Natale. Va mescolata a freddo con pepe rosso, aglio, olive, capperi, olio di oliva vergine, prezzemolo.

Rabelais nel 1538 ricorda la sua salsa di pesce, ma purtroppo non ha lasciato scritto come prepararla.

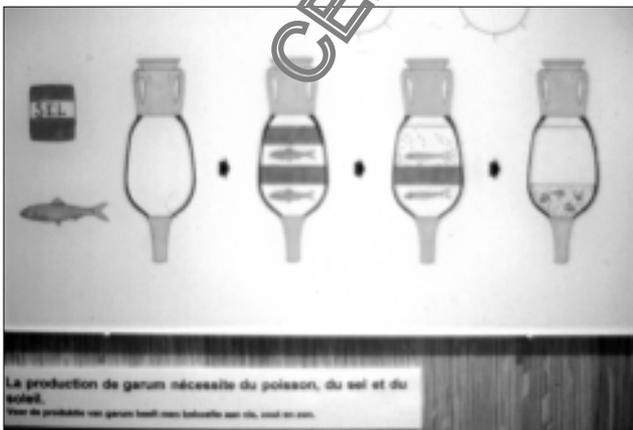


8 - Il *ves* di Corte Cavanella (Rovigo, II d.C.)

9 - Il *liquamen* di Corte Cavanella (Rovigo, II d.C.)



10 - Dimostrazione didattica della realizzazione del *garum*
11 - Dolia



10



11

Sempre nel 1500 il vescovo di Montpellier produceva “garum” con un certo successo di vendita.

Nel 1873 la ditta Pretto di Chioggia (Venezia) partecipò all’Esposizione Universale di Vienna con i suoi prodotti alimentari, che consistevano in conserve soprattutto di pesce, seppie, moscardini, scampi, orate, cefali, gamberi preparati a cottura semplice o con condimento. Nella fabbrica lavoravano circa 90 persone e si producevano 1500-2000 scatolette al giorno.

Condimenti al giorno d’oggi che ricordano il *garum/liquamen* si trovano nelle cucine francese (pissalat di Nizza), greca (tsiros), egiziana (fesikh) ed estremo orientale, ad esempio il nuoc mam vietnamita, il nampla thailandese, il tuk triey cambogiano.

“Maco”, salsa ligure a base di acciughe: “in un vaso di vetro o di terracotta alternare 500 grammi di acciughe fresche e sale grosso. Lasciar macerare per 40 giorni tenendo il tutto schiacciato con un peso. Quindi tritare per ottenere una pasta che si usa in aggiunta al sugo degli spaghetti.”

Come si prepara il nuoc mam vietnamita

- * scegliere pesci freschi interi di piccola taglia (sardine, acciughe... sempre i famosi clupeidi)
 - * la proporzione tra pesce e sale deve essere di 3 a 2
 - * il pesce va adagiato in contenitori stagni, che vanno protetti con un coperchio, sul quale va collocato un peso
 - * la macerazione può avvenire con il liquido stagnante oppure con il liquido che va tolto man mano (in questo caso esso viene riciclato dal terzo giorno in poi)
 - * i contenitori vanno esposti al sole quotidianamente per qualche ora per un periodo variabile dai 2 ai 12 mesi
 - * quando il processo ha raggiunto la maturazione completa, va accolta la parte superficiale, che è un liquido color giallo ambra, limpido; esso è ricco di sale e di componenti azotati solubili
 - * dilavando i residui con salamoa fresca si ottengono i derivati.
- Più semplicemente, seguendo una ricetta veloce quale quella suggerita



12

12 - Fauna ittica (mosaico, Pompei)

13 - Preparazione dello scapece di pesce in epoca medievale



13

dalle 'Geoponiche*' di età bizantina (20,46,5)

* preparare una salamoia forte sciogliendo in 3 litri di acqua circa 450 grammi di sale grosso, riscaldando l'acqua se necessario fino al completo discioglimento del sale

* scegliere pesce di piccola taglia, preferendo sgombri o sardine o alici (gli sgombri non devono pesare più di 60/70 grammi cadauno)

* per 3 litri di salamoia 1 chilo di pesce

* i pesci vanno puliti dalla testa e dalla lisca

* in una casseruola larga e abbastanza profonda far cuocere, sobbollendo lentamente, il pesce, la salamoia e erbe aromatiche a piacere.

La sorpresa sarà di avere la cucina invasa non dal caratteristico odore da pesce ma da quello gradevolissimo della commistione di spezie (secondo la mia esperienza personale, una volta di alloro, un'altra di mirto, l'ultima di coriandolo, mentuccia, un pizzichino di zenzero)

* cucinare coperto finché il pesce non è disfatto completamente (circa otto ore)

* filtrare il liquido superficiale (anche tramite una garza) più volte, finché non risponde all'aggettivo 'limpido'

* il residuo solido che rimane non è proprio *hallec*, ma se i crostini come antipasto va a ruba.

Il liquido filtrato può essere usato per condire verdura cotta o cruda, carne ai ferri, pesce o quanto altro la fantasia e la curiosità vi suggeriscono. Consiglio comunque di stemperarlo, prima di versarlo, in qualche goccia di olio di oliva.

Buon appetito.

CENTURIAZIONET.IT - COPIA DEMO

Bibliografia essenziale

- AA.VV., *Alla riscoperta degli antichi sapori: la colatura di alici*.
Rassegna Centro Cultura e Storia amalfitana, n.s. III, 6, 1993
- AA.VV., *Storia dell'alimentazione*. I, Bari 1997
- Apicio, *L'arte culinaria*, a cura di G. Carazzali, Milano 1994
- Benavides Barajas L., *La cocina del imperio romano*, Granada 2000
- Curtis R., *Garum and salsamenta*, Leiden 1991
- Del Rè A., *De rè coquinaria. Libro X. Il libro del pesce*, Milano 1998
- Delussu F.- Wilkens B., *Le conserve di pesce. Alcuni dati da contesti italiani*, MEFRA 112.1, 2000, pp. 53-65
- Desse Berset N.-Desse J., *Salsamenta, garum et autres préparations de poissons*, MEFRA 112.1, 2000, pp. 73-97
- Donati A. - Pasini P., *Pesca e pescatori nell'antichità*, Milano 1997
- Dosi A. - Schnell F., *I romani in cucina*. III, Roma 1992
- Garcia N.J., *Dal garum a la salmorreta*, in *Convivium*, Merida 1994.
pp. 163-172
- Garcia Soller M.J., *El arte de comer en la antigua Grecia*, Madrid 2001
- Jardin C., *Garum et sauces de poisson de l'antiquité*, *RIYST LIG XXVII*, 1-4 (1961), pp. 70-96.
- Junkelmann M., *Panis militaris*, Mainz 1997
- Ponsich M., *Aceite de oliva y salazones de pescados*, Madrid 1988
- Salza Prina Ricotti E., *L'arte del convito nella Roma antica*. Roma 1993 (II ed.)
- Sciallano M., *Poissons de l'antiquité*, Istres 1997
- Sternberg M., *Données sur les produits fabriqués dans une officine de Neapolis (Tunisie)*, MEFRA 112.1, 2000, pp. 135-153
- Toniolo A., recensione a *Operazione Luna Felix. La nave e il museo*. *Archeologia delle Acque*, anno II, n° 2009, pp.135-139
- Toniolo A., *La cucina degli antichi: esperienze e metodi nella realizzazione di alcune ricette culinarie di età romana*. *Quaderni di Archeologia del Polesine*, I, Stanghella 2000, pp. 311-326
- Van Neer W.-Ervinck A., *L'archéologie et le poisson*, Ath 1994