



UnissResearch



Carta Mantiglia, Gerolama (2000) *Aspetti dell'alimentazione tradizionale ozierese*. In: Mulas, Francesco Gesuino (a cura di). *Itinera: studi in memoria di Enzo Cadoni*, Sassari, EDES Editrice Democratica Sarda (stampa Tipografia TAS). p. 217-243.

<http://eprints.uniss.it/6514/>

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI SASSARI  
FACOLTÀ DI LETTERE E FILOSOFIA

# Itinera

Studi in memoria di Enzo Cadoni

*a cura di Francesco Mulas*  
Facoltà di Lingue e Letterature straniere

Sassari 2000

**des**

EDITRICE DEMOCRATICA SARDA

Tipografia TAS

**Stampa TAS - Tipografi Associati Sassari**  
**Via Predda Niedda 43/D - Sassari**  
**Tel. 079/262221 - 079/262236 - Fax 079/260734**

*Anno 2001*

**EDES - EDITRICE DEMOCRATICA SARDA**  
**Via Nizza, 5/A - Sassari**

## Gerolama Carta Mantiglia

### Aspetti dell'alimentazione tradizionale ozierese<sup>1</sup>

Si può affermare che nel contesto della cultura popolare sarda Ozieri rappresenta un caso a sé posto che diversi sono gli elementi che lo differenziano dalla maggior parte dei centri dell'isola.

E' noto a tutti che Ozieri è stato, nel corso dei tempi più vicini a noi, un centro in cui, grazie anche alla notevole ampiezza del territorio comunale che si estendeva dalla immediata periferia di Ardara fino a *su salthu de Perfugas*, hanno avuto notevole sviluppo, sia pure in momenti diversi e alternativamente, la cerealicoltura e l'allevamento del bestiame, attività queste che hanno connotato nel tempo l'economia tradizionale della Sardegna, notoriamente fondata sullo sfruttamento dei terreni senza incisivi interventi umani.

Per quanto attiene alla proprietà delle terre si può affermare che ad Ozieri, agli inizi del XX secolo, la maggior parte di esse (*sa grandhe proprietade*) era detenuta dai nobili, un'altra parte notevole dai grandi proprietari (*sos prinzipales*) e infine una piccola quota, frazionata in piccoli e piccolissimi appezzamenti, frutto di una parcellizzazione esasperata a seguito di divisioni ereditarie di originarie maggiori estensioni, dalla classe contadina e bracciantile. Dalla proprietà dei terreni così distribuita risultava comunque esclusa una discreta fetta di popolazione che non possedeva appezzamenti coltivabili.

Quanto alla conduzione delle superfici produttive occorre subito notare che la classe nobile disdegnava in genere la gestione diretta della proprietà terriera la cui amministrazione veniva affidata di norma a persona di fiducia che intratteneva con la famiglia rapporti consolidati di amicizia e di lunga frequentazione (*unu abitante de sa domo*). Non esiste a livello locale un termine

<sup>1</sup> Ringrazio sentitamente tutte le persone che mi hanno aiutato nel corso della ricerca sul campo, la famiglia Niedda Pane e la famiglia Carta Oggiana. In modo particolare esprimo un sentito ringraziamento al Dott. Gavino Contu per la disponibilità, la collaborazione e la cortesia dimostrate nel corso della ricerca. Ringrazio infine calorosamente il Signor Ncheddu Saba, il quale durante le mie frequenti visite ad Ozieri mi ha dedicato molte ore del suo tempo libero rivelandosi nel corso dei colloqui insostituibile fonte di informazione del passato e della storia di Ozieri. Per questo articolo è stata utilizzata una minima percentuale delle informazioni raccolte che conto a breve termine di analizzare e di esporre in uno studio di più ampio respiro. Mi sia concesso però di esprimere in questa sede al Sig. Saba e ai suoi familiari che mi hanno accolto con grande ospitalità il mio più sentito grazie.

equivalente che meglio connoti questa figura; si sa solamente che *s'abitante* era persona che godeva della fiducia della famiglia in nome e per conto della quale agiva in piena autonomia.

I nobili proprietari visitavano le proprie aziende solo in rare occasioni, spesso coincidenti con le feste che periodicamente si celebravano, di solito nella buona stagione; per il resto dell'anno erano soliti trasferirsi con le famiglie in città, spesso a Cagliari e non di rado in località climatiche di moda nella penisola.

La scarsa familiarità con la campagna e col mondo produttivo locale porterà col tempo ad un sempre più marcato distacco del ceto nobile dalla realtà sociale ozierese e alla progressiva alienazione delle grandi aziende familiari.

I *prinzipales* occupavano il secondo posto nella scala gerarchica dei detentori delle terre e dei mezzi di produzione; le proprietà terriere di questi erano leggermente inferiori, per estensione a quelle dei nobili, ma pur sempre notevoli.

I nuclei familiari dei *prinzipales* rappresentano per il recente passato un modello efficiente di azienda posto che ogni componente era deputato a compiti ben precisi che ne caratterizzano il ruolo all'interno del gruppo familiare. In genere almeno uno dei figli veniva avviato agli studi mentre il controllo diretto della proprietà e delle attività produttive veniva esercitato dagli altri membri, con modalità per cui le professionalità presenti all'interno della famiglia erano fra loro complementari.

Pronta a captare le sempre mutevoli esigenze del mercato per quanto ateneva agli aspetti commerciali e quindi a modificare gli assetti produttivi aziendali, dotata di capitali pazientemente costituiti nel corso del tempo e tenuti disponibili, la classe dei *prinzipales*, già in grado di connotare in modo significativo l'economia e l'organizzazione sociale ozierese, percepisce tempestivamente la tendenza della classe nobile a disfarsi delle proprietà terriere per privilegiare altre forme di investimento di capitali e non si fa cogliere impreparata.

Perciò al progressivo disimpegno e alla riduzione, in termini di superficie, delle aziende di proprietà del ceto nobile, fa riscontro un corrispondente ampliamento delle quote di terreni in possesso dei grandi proprietari che finiranno con soppiantare quasi del tutto, alla guida delle grandi aziende agropastorali, le originarie famiglie titolari.

Il risultato fu che nel breve volgere del tempo i *prinzipales* diventarono pressoché esclusivi arbitri dell'economia ozierese che continuava a poggiare in maniera preponderante sulle attività primarie della agricoltura e della pastorizia.

Notevoli furono inoltre il ruolo e l'influenza esercitati nella società ozierese dai militari presenti a Ozieri in gran numero; per sua natura conservativa

ed esclusiva la casta dei militari segnò in maniera considerevole il contesto sociale tradizionale per il quale la professione militare rappresentava oltre che sicurezza economica, svincolo dai limiti e dai condizionamenti dell'ordinamento socio-economico locale<sup>2</sup>.

Soprattutto nel periodo fra il 1928 e la seconda guerra mondiale non furono pochi i matrimoni fra donne della classe dei *principales* e militari di carriera, in modo particolare ufficiali. Non fu certo un caso se la maggior parte dei matrimoni con militari interessò donne della classe dei *principales* e non di quelle appartenenti alle classi subalterne. Condizione indispensabile per il matrimonio era la disponibilità della donna di avere la dote, *sa doda*, e questa era una possibilità che solo le ragazze dei *principales* potevano avere; forse per questo motivo i matrimoni fra militari e ragazze benestanti furono molto frequenti<sup>3</sup>.

## Alimentazione

Quello alimentare è un aspetto estremamente complesso<sup>4</sup>. La ricerca ha consentito di accertare che, al contrario dei piccoli centri in cui si ha una omogeneità o quantomeno una difformità parziale, a Ozieri l'alimentazione tradizionale denuncia notevoli differenze a seconda della classe sociale e quindi delle differenze economiche, dell'ambito urbano o rurale, dell'ambito festivo o giornaliero. Le modificazioni del regime alimentare, intervenute soltanto da alcuni decenni e con gradualità, costituiscono uno dei tanti segni evidenti della trasformazione della strutturazione sociale.

Per la prima metà dell'800, Vittorio Angius fornisce moltissime informazioni sulle abitudini alimentari ozieresi.

<sup>2</sup> Alla fine dell'Ottocento Ozieri era un centro militare molto importante in quanto nel centro erano presenti: a)- Deposito di Mobilitazione del 46° Reggimento di artiglieria ubicato nella parte alta dell'abitato che ancora oggi viene indicata come *Su barantasese*; b)- Sezione del Genio alloggiata nella Chiesa della Madonna delle Grazie; c)- Reparto di artiglieria ospitato nell'ex Convento delle Monache Clarisse e ribattezzato *Pietro Micca*; d)- Deposito chimico militare nei locali dell'ex Convento di San Francesco; e)- Deposito di Allevamento Cavalli (dal 1874), attualmente Istituto di Incremento Ippico.

<sup>3</sup> Sul ruolo dei militari a Ozieri vd.: M. MARROSU, *Militari e cavalleria nell'Ozieri dell'Ottocento*, in T. BACCIU, M. BRIGAGLIA, T. CABIZZOSU (et alii), *Ozieri. Storia di una città* (1836-1986), Ozieri, Amministrazione Comunale, 1989, pp. 235-264.

<sup>4</sup> Per un approccio antropologico sui temi dell'alimentazione vd.: "La ricerca folklorica", *Antropologia dell'alimentazione*, a cura di M. Turci, n. 30, 1994; sull'argomento si vedano inoltre: F. SALARIS, *Relazione del Commissario comm. Francesco Salaris, Deputato al Parlamento, sulla dodicesima Circostrizione (Province di Cagliari e Sassari)*, in "Atti della Giunta per la Inchiesta Agraria", vol. XIV, 1-2, Roma, 1885, pp. 1-165 (capp. VI e VII); F. CHESSA, *Le condi-*

Riporta infatti V. Angius che a Ozieri "Comunemente amansi i cibi di sostanza, e si fa gran consumo di carni di vacca e di bue, di caproni, montoni, capretti, agnelli, porci e porchetti, di selvaggiume, uccellame, pollame. La beccheria è sempre ben provveduta, sebbene senza la debita pulizia, e forse vende all'anno non meno di 1200 capi vaccini, 2000 caprini tra grandi e piccoli, 4500 pecorini parimente tra grandi e piccoli, e 1000 porcini. Osservisi che fra' compratori non sono frequenti quelli che hanno bestiame, perché prendono da' loro branchi una gran parte di ciò che è uopo alla famiglia.

Il mercato è quasi sempre, e molto più nei giorni di astinenza, fornito di pesci, che vi si portano da' mari di Terranova e Alghero, dagli stagni arboresci e dal fiume, che dà trote deliziosissime a giudizio de' palati intelligenti.

Nella classe agiata si fa una cucina semplice, ma gustosa e sana. Nell'altra si fa gran consumazione di paste, legumi, latticini, erbaggi.

Noterò la specialità di Ozieri in questo proposito, quei maccheroni finissimi fatti a mano, come sottilissimi tubi, che veramente sono una leccornia nelle mense, una pietanza obbligata agli ospiti, e un regalo assai gradito agli amici. Altrove non si è potuto imitarli.

Gli ozieresi che lodai sobri bevono pochissimo nella mensa e fuori.

I cellieri, dove vendesi vino, non sono frequentati da bevitori, come in alcuni paesi del Campidano e della Barbagia, e nel prossimo Itireddu [sic]; ma solo somministrano per tavola alle famiglie, che non ne han provvista, o da proprie vigne o dall'estero.

Di liquori si fa pochissima consumazione.

*zioni economiche e sociali dei contadini dell'agro di Sassari*, Torino, Roux e Viarengo, 1906; R. J. FORBES, *Alimenti e bevande*, in "Storia della tecnologia", Vol. II, Torino, Boringhieri, 1967, pp. 106-149; C. GALLINI, *Il consumo del sacro. Feste lunghe di Sardegna*, Bari, Laterza, 1969; P. CAMPORESI, *Il libro dei vagabondi*, Torino, Einaudi, 1973; A. AZZARO, *Forme di alimentazione tradizionale in Sardegna nella prima metà dell'Ottocento*, in "BRADS", n. 5, 1974, pp. 55-62; V. TETI, *Il pane, la beffa e la festa. Cultura alimentare e ideologia dell'alimentazione nelle classi subalterne*, Firenze, Guarraldi, 1976; V. LANTERNARI, *Spreco ostentazione, competizione economica nelle società primitive e nella cultura popolare: il comportamento festivo*, in *Sociologia della cultura popolare in Italia*, a cura di R. Cipriani, Napoli, Liguori, 1977, pp. 61-83; P. CAMPORESI, *Il paese della fame*, Bologna, Il Mulino, 1978; IDEM, *Alimentazione, folklore, società*, Parma, Pratiche Ed., 1980; IDEM, *Il pane selvaggio*, Bologna, Il Mulino, 1980; P. SOLINAS, *Cibo, festa, fame: spartire e dividere*, in C. Bianco - M. Del Ninno, *La festa, antropologia e semiotica*, Firenze, Nuova Guarraldi, 1981; G. ANGIONI, *Pane e formaggio*, in *Le opere e i giorni. Contadini e pastori nella Sardegna tradizionale*, a cura di F. Manconi e G. Angioni, Milano, Silvana Ed., 1982, pp. 97-126; F. MANCONI, *La fame, la povertà e la morte*, in *Le opere e i giorni*, cit., pp. 50-68; E. DELITALA, *Trasformazioni e recuperi nel regime alimentare italiano. Il caso Sardegna*, in "BRADS", 11, 1982-83, pp. 16-25; C. PAPA (a cura di), *Il pane. Antropologia e storia dell'alimentazione*, Perugia, Electa Editori Umbri, 1992; *Storia dell'alimentazione*, a cura di J. L. Flandrin e M. Montanari, Bari, Ed. Laterza, 1997.

Non sono aperte in Ozieri più di tre o quattro botteghe di caffè, che sono insieme dolcerie, e non mancano di avventori e di abituati”<sup>5</sup>.

Per la prima metà del XX secolo, la situazione alimentare ozierese, desunta dalla memoria orale degli intervistati, non è cambiata di molto.

L'indagine sul campo ha permesso di accertare che a Ozieri, per quanto riguarda il passato, la carne era piuttosto frequente nell'alimentazione della classe agiata, in quella delle altre categorie soltanto la domenica; molto diffusa era la carne bovina, infatti il piatto tipico della domenica era il brodo di carne in cui veniva fatta cuocere la minestra fatta a casa (*su succu*), accompagnato dall'insalata.

Per il pranzo pasquale, al brodo oltre la minestra si aggiungeva anche il formaggio fresco (lo stesso delle formaggelle).

La carne di agnello era riservata per Natale e Pasqua e per i pranzi dei matrimoni; i porcelli per altre feste importanti e per i pranzi di nozze.

Era notevole anche il consumo di carne di pecora, soprattutto nei mesi più caldi e per la festa della tosatura.

Anche i pastori consumavano la carne solo per le feste o quando qualche animale doveva essere abbattuto per malattia, vecchiaia o altro; questa abitudine è ribadita nel detto popolare: *Si su pasthore si faghe' de petta una pranzàda o è mostha 'e male o è furàda*. (Se il pastore si fa di carne una mangiata o l'animale è morto per malattia o è stato rubato). Dagli allevatori non veniva mai acquistata carne dalla macelleria, perché si pensava portasse sfortuna. Era abitudine fra i piccoli allevatori, macellare una pecora alla settimana, durante il periodo trascorso dalle donne in campagna nella primavera (*a beranare*); della pecora si consumavano anche le interiora.

Le carni suine e le interiora venivano consumate fresche in autunno in occasione dell'uccisione del maiale, mentre gli insaccati (salsicce e salami) venivano riservati ai mesi invernali e primaverili. Si mangiava inoltre molta selvaggina dal momento che gran parte della popolazione lavorava in campagna e aveva occasione di procurarsela. Il “campo” di Ozieri era nel passato il paradiso delle lepri e delle pernici; si cacciava moltissimo, e senza limiti temporali.

Tutti i pastori e i contadini, possedevano il fucile<sup>6</sup> da caccia. Abbondavano le quaglie, i beccaccini, le gallinelle d'acqua, le pavoncelle (*sa puddha*

<sup>5</sup> V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario geografico storico statistico commerciale degli Stati di S. M. il Re di Sardegna*, Torino, Maspero e Marzorati, vol. XIII, 1845, s.v. Ozieri, p. 783.

<sup>6</sup> Non c'era nessuna “pinnetta” dove non ci fosse un fucile. Ad Ozieri, c'erano alcuni armaioli che vendevano e riparavano fucili. Uno di questi, molto abile, era masthru Giagu Zittu, deceduto intorno agli anni '50.

*campina*) i pivieri (*so' piviales*), la gallina prataiola (*sa pibièna*), ecc. Non si faceva, al contrario caccia grossa, mancavano i cinghiali, perché i terreni erano tutti coltivati e in quelli arborei mancava il sottobosco che costituisce l'habitat del cinghiale. Alcuni cacciatori, che esercitavano la caccia come professione, vendevano la selvaggina alle persone dedite alle attività terziarie che vivevano in città.

I grassi usati per il condimento dei cibi erano soprattutto di origine animale, lardo (*lardhu*), burro (*buttiru*) e *odzu casu*, in quanto di produzione locale, mentre l'olio di oliva, quasi tutto d'importazione, era meno usato<sup>7</sup>. Per i dolci veniva usato lo strutto (*odzu poschinu*).

Il lardo, conservato con cura, era il grasso che per tutto l'anno doveva assicurare il condimento per i cibi. Si mangiava anche crudo come companatico, (*pane e lardhu*), oppure cotto al fuoco (*s'arrustisciula*), ma in modo particolare durante l'inverno.

Fra i derivati del latte vaccino molto diffuso era il burro (*su buttiru*), ottenuto dal siero (*su soru*) residuo della trasformazione del latte in formaggio. L'uso era limitato solo a circa due mesi all'anno e poiché non era possibile la conservazione, il burro veniva sciolto in un tegame e trasformato in olio. La parte che si depositava sul fondo, chiamata *muscia*, veniva utilizzata per confezionare un pane speciale (*sa' cozzulas de muscia*). Il burro così sciolto dava *s'odzu casu* che una volta raffreddato assumeva colore giallognolo e consistenza granulosa; conservato in tegami di ferro smalto veniva usato durante l'anno per il condimento dei cibi.

Lo strutto (*s'odzu poschinu*), veniva utilizzato per il cibo e per i dolci.

Il formaggio (*paneddhas, griviera, casu cruu, casu torradu a fogu*) aveva un posto importante nell'alimentazione giornaliera dei pastori; poiché, insieme al pane, costituiva spesso il solo cibo disponibile durante giornata lavorativa. Ad eccezione delle famiglie povere, tutte le altre facevano la provvista annuale di formaggio.

Si consumava il latte, sia vaccino che ovino, anche se non in quantità eccessive rispetto alla popolazione anche per la preparazione di minestre (*sa minesthra cun latte*). Il latte vaccino veniva venduto nelle case; ad acquistarlo erano soprattutto gli appartenenti al terziario (impiegati, militari, commercianti, insegnanti), ma per la maggior parte degli ozieresi il latte era un lusso e quindi da consumare soltanto in caso di convalescenza o in occasioni particolari.

Fra i derivati del latte di pecora la ricotta (*su regottu*) veniva consumata

<sup>7</sup> Di uliveti, per la prima metà del secolo, se ne ricordano solo due; l'olio d'oliva veniva venduto dai commercianti di Sennori. Qualche famiglia povera faceva uso anche di olio di lentschio.

come companatico sia fresca che salata ed essiccata (*su regottu mùsthiu*); la ricotta è presente anche nella preparazione delle minestre (*sa minestrhra 'e regottu*) e come condimento della pasta (*so' maccarrones cun regottu*).

Nelle famiglie dei pastori veniva consumato il colostro (*sa colosthra*), il primo latte delle pecore (dicembre) o delle vacche (marzo-aprile). Il colostro riscaldato rimescolando continuamente fino a ottenere una consistenza cremosa, veniva consumato senza ulteriori manipolazioni; era considerato una specialità dal momento che ciascun animale dava questo prodotto solo per otto giorni dopo il parto. Il colostro rappresentava un dono atteso dal vicinato e dai parenti del pastore ed era molto gradito; il dono veniva ricambiato normalmente con arance simbolo di prosperità.

Durante l'estate si faceva largo uso dello yogurth (*su gioddhu*).

Nel mese di luglio, quando il latte era meno grasso e le pecore stavano per smettere la lattazione (*kandho sas aveghese fini comintzendhe a ch' essere in asciuttu*) si preparava una cagliata (*sa merca*), che inacidita e fatta seccare a salagione avvenuta veniva usata in autunno per le minestre. Non tutti i pastori preparavano la merca che comunque era abbastanza diffusa.

Fra i legumi, avevano un posto di primaria importanza nell'alimentazione giornaliera come componente delle minestre i fagioli (*su asolu*)<sup>8</sup>, i ceci (*su asolu tundhu*) e le lenticchie (*sa lentidza*)<sup>9</sup>.

Uno dei cibi maggiormente consumati durante tutto l'anno, sia in ambiente rurale che cittadino, consisteva in fagioli lessati con patate (*basòlu e pummu 'e derra*); per tutto l'autunno (*atundzu*) fino a quando non figliavano le pecore, per il pastore che viveva in campagna era l'unico piatto caldo che preparato abbondante per la cena veniva anche consumato al mattino come prima colazione.

La patata (*su pummu 'e derra*), coltivata in larga misura da tutti i contadini insieme alla cipolla (*sa kibuddha*) e all'aglio (*s'adzu*), veniva consumata in abbondanza durante tutto l'anno, ma soprattutto dal mese di giugno. Per tutto il periodo della mietitura, in campagna, il piatto principale era costituito da patate e cipolle (*pumm' 'e derra e kibuddha*) lessate<sup>10</sup>.

<sup>8</sup> Negli orti venivano coltivate diverse varietà di fagioli: *asolu cariasinu*, *asolu corru 'e becca*, *asolu cara 'e mondza*; ecc..

<sup>9</sup> Il pasto principale, per le persone che lavoravano in campagna, anche se vivevano in città, era la cena.

<sup>10</sup> Dopo aver preparato un soffritto con del lardo e le cipolle, si aggiungeva dell'acqua, si salava, si portava il liquido ad ebollizione e poi si facevano cuocere le patate. Un anziano contadino lo ricorda come un piatto saporito e poi consentiva di inzuppare il pane: "*Fudi unu consolu*".

I piselli (*su pisellu*) consumati freschi, come anche le fave (*sa fae*), cucinate con il latte e la mentuccia, erano gli alimenti principali per tutta la primavera.

Si faceva poco uso delle fave secche che venivano cucinate durante l'inverno con lardo, ossi di maiale, cavoli (*sa caula uppu*) o finocchietti selvatici (*su fenujeddu*). Poiché era un piatto laborioso da cucinare e richiedeva l'aggiunta di molti grassi, la preparazione non era quotidiana.

Dal mese di novembre fino a marzo c'era grande produzione di cavolfiori (*sa caulafiore*) che venivano cucinati soprattutto in umido, o semplicemente bolliti.

Durante la primavera si faceva gran consumo di lattughe (*sa lattuca*).

D'estate l'alimentazione si basava soprattutto sui prodotti orticoli: pomodori (*so' pumatos*), melanzane (*sa milingiana*), zucche (*sa cuschurigia*), cetrioli (*su cugummere*), fagiolini (*su asolinu*), peperoni (*su piberone*).

Anche i prodotti ittici comparivano nell'alimentazione tradizionale: "Il mercato è quasi sempre, e molto più nei giorni di astinenza, fornito di pesci, che vi si portano da' mari di Terranova e Alghero, dagli stagni arbores e dal fiume, che da' trote deliziosissime a giudizio de' palati intelligenti", scriveva Vittorio Angius nel 1845.

L'abitudine di consumare molto pesce, soprattutto nei periodi di Quaresima, non deve meravigliare dal momento che ci è noto che nel 1769 Ozieri (5496 abitanti) aveva un'unica parrocchia (eretta in Collegiata), costituita da 21 persone di cui un Arciprete, otto Canonici, otto Beneficiati e quattro Antifonari. Oltre questi c'erano in città altri 16 Sacerdoti, due Ordinati e dei Regolari. Vi era inoltre un convento di Cappuccini, un Collegio di Gesuiti, un Monastero di Monache Cappuccine e soprattutto era sede di diocesi<sup>11</sup>. Nel 1845 V. Angius ricorda che oltre il Capitolo costituito da 13 membri, c'era il Seminario, il Convento dei Minori Osservanti con 35 religiosi, il Convento dei Minori Cappuccini con 40 elementi e il Convento delle Monache Cappuccine, annesso alla Chiesa del Rosario e dedicato a Santa Chiara, con 32 religiose<sup>12</sup>. Nei periodi in cui la Chiesa vietava l'uso alimentare dei grassi animali, una presenza così massiccia di religiosi, come anche di militari, ha

<sup>11</sup> I. BUSSA, *La Relazione di Vincenzo Mameli de Olmedilla negli Stati di Oliva (1769): Il Ducato di Monteacuto*, in "Quaderni bolotanesi", n. 11, 1985, p. 200.

<sup>12</sup> V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario...*, cit., vol. XIII, 1845, s. v. Ozieri., pp. 791-799. Cfr. anche T. CABIZZOSU, *Chiesa e società ad Ozieri fra Ottocento e Novecento*, in T. BACCIU, M. BRIGAGLIA, T. CABIZZOSU (et alii), *Ozieri. Storia di una città (1836-1986)*, cit., pp. 137-165.

senz'altro causato una forte richiesta di pesce e di conseguenza la presenza di addetti del settore della pesca e del commercio

Questi pescatori esercitavano la pesca nel Rio Mannu di Ozieri e nei vari affluenti (*cambas*) ricchi di pesci. Alcune di queste diramazioni durante l'estate si seccavano, mentre altre come per esempio il rio di Ardara, scorreva abbastanza regolarmente per tutto l'anno. Le anguille (*s'ambiddha*) si pescavano con *so' nessaldzos*, sbarramenti di pietre e reti, nei periodi di piena e quando l'acqua era torbida, mentre d'estate con nasse di vimini. La tinca (*sa trinca*), abbondantissima nei fiumi e nei ruscelletti (*trainos*), venivano pescate con le mani in primavera, mentre nel mese giugno la pesca avveniva per prosciugamento delle pozze (*so' pojos*); dopo il 1940 le tinche sono state sostituite con le carpe. D'estate nel *Rio Utteri* che arriva fino a Nughedu e nel *Rio Adu 'e rughe*, che sale fino a Pattada, si pescavano le trote. I pescatori professionisti le catturavano direttamente con le mani.

C'era anche la consuetudine di avvelenare (*luàre*) le acque dei ruscelli con erbe e radici tossiche. Pastori e contadini sui cui terreni scorrevano ruscelli, avevano l'abitudine di avvelenare le acque ma soltanto alle prime piogge autunnali stando ben attenti a non rendere le acque tossiche per il bestiame. Si usava soprattutto sterco di pecora (*ledamine eveghinu*), ma anche verbasco (*trovodda*), ed euforbia (*latturighe*). Fra i tre metodi il primo era ritenuto innocuo, mentre il terzo era nocivo alle pecore. A volte anch'essi avevano l'abitudine di svuotare le pozze e in questo caso era necessaria la presenza di numerosissimi uomini (anche 20).

I pastori e i contadini perciò consumavano pesci soltanto quando essi stessi riuscivano a procurarseli, mentre i professionisti rifornivano il resto della popolazione.

Al mercato arrivavano anche per la prima metà dell'attuale secolo i pesci da Alghero che, però, venivano acquistati per la maggior parte dai signori. L'abitudine di consumare pesce in abbondanza non è cessata nemmeno in questo secolo dal momento che fino ad un recente passato, (ma qualche caso è ancora presente) ad Ozieri c'erano molte famiglie che vivevano dalla pesca che avveniva in tutti i periodi dell'anno e dalla raccolta dei frutti spontanei.

Dalla metà degli anni '60 anche molti ozieresi praticano la pesca sportiva sulle rive del lago artificiale del Coghinas ed è sorta anche a Ozieri una sezione della F.I.P.S. (Federazione Italiana Pesca Sportiva), tanto che nel 1978 si contavano ad Ozieri più di 350 pescatori.

Il maiale allevato a livello domestico rappresentava per la famiglia tradizionale sarda la principale fonte di proteine dell'alimentazione.

Del rituale connesso con la uccisione domestica del maiale (*su mannale*) in Sardegna come anche delle tecniche di macellazione e di utilizzazione

delle diverse parti delle bestie è stato già scritto molto<sup>13</sup>. Certo è che anche ad Ozieri del maiale nulla va perso a partire dal sangue, raccolto grazie al particolare sistema di macellazione, che rappresenta l'ingrediente base, insieme ad altri fra i quali l'uva passa e aromi diversi, del cosidetto sanguinaccio (*su sàmbene*) per finire con le setole recuperate spesso dai calzoi per irrigidire le estremità degli spaghi usati per la cucitura manuale delle scarpe.

E' certo però che la parte più ambita della bestia è il lardo, tanto più apprezzato quanto più spesso, destinato ad essere salato per una lunga conservazione ed usato sia come condimento di piatti quali sono le minestre e le zuppe vegetali oppure al consumo diretto come companatico per il pranzo frugale dell'uomo impegnato nel lavoro dei campi. L'uccisione del maiale non è avvenimento confinato all'ambito familiare, ma prevede la partecipazione di parecchie persone scelte fra amici e parenti secondo criteri variabili ma sempre riconducibili a solidi legami di frequentazione.

Della carcassa sezionata, una parte pregiata, l'arista, che costituisce i cosidetti *ipinos*, è destinata ad essere donata a parenti, amici e compari suddivisa in porzioni (*imbiadas*) comprendenti ciascuna un pezzo di arista (*ispinu*), un pezzo di fegato, un pezzo di trippa e un sanguinaccio. Al di là del valore venale del dono è certo che l'*imbiada*, a seconda della parte di arista compresa, costituiva di fatto l'esternazione di quella che era la scala gerarchica della considerazione attribuita dal donatore ai destinatari del dono stesso; perciò la parte lombare dell'arista, ritenuta più pregiata, veniva donata alla famiglia in quel momento al vertice di questa scala.

Le ossa, il lardo e la testa del maiale vengono conservati sotto sale, il grasso della sugna sciolto e trasformato in strutto (*odzu poschinu*). I ciccioli residui vengono usati per la preparazione di pani speciali (*còtzulas de 'eldha*). La carne residua, tagliata a mano a tocchetti e aromatizzata con sale, aceto, aglio e pepe viene trasformata in salsicce e salami che, sottoposti ad affumicatura con legno di lentischio e olivastro, vengono conservati per essere consumati a inverno inoltrato.

Particolarità di Ozieri e di qualche altro centro della Sardegna è che per motivi di igiene pubblica i maiali destinati all'ingrasso non venivano tenuti all'interno del centro abitato ma nella immediata periferia in grandi porcilaie di proprietà di privati, le cosidette *porcopoli*, che affittavano i piccoli box destinati a ospitare i maiali alle famiglie che ne facevano richiesta; erano poi i

<sup>13</sup> Si vedano in particolare i saggi di E. Delitala, M. G. Da Re, C. Rapallo, A. Lecca, A. Dettori e G. Dore contenuti in "BRADS", n. 9, 1979-80.

proprietari dei maiali che ogni giorno provvedevano sia alla pulizia del locale sia al nutrimento delle bestie.

Alcune famiglie vivevano del guadagno derivante dalla raccolta e dalla vendita dei frutti spontanei della terra. Diverse persone che durante l'inverno si dedicavano alla pesca nei fiumi, nell'autunno curavano la raccolta delle pere selvatiche (*pirasthru*) e delle susine selvatiche (*prunisheddha*) molto apprezzate dalle classi popolari e, pare, dalle donne in gravidanza. Costituivano oggetto di raccolta anche diversi generi di funghi (*cugumeddhu*), asparagi (*iparàu*), finocchietti selvatici (*fenujeddhu*) e vari tipi di lumache (*mondzitta*, *gioga*, *coccoli*).

Nei terreni arenosi della piana di Chilivani e verso i territori di Mores, fino al secondo dopoguerra, veniva raccolto il tartufo (*tùvara*). Il tubero, normalmente denominato tartufo africano o terfezia (*Tuber arenarium*), veniva raccolto saggiando il terreno - che in presenza di tartufi aveva un particolare suono - con un bastone. Diverse e discordanti le informazioni circa la bontà della *tuvara*; posto che il ricordo di questo particolare cibo è abbastanza confuso; certo è che generalmente veniva tagliato a strisce sottili e fritto come normali patate.

Numerose informazioni su questo tartufo ci vengono fornite per l'Ottocento da Vittorio Angius: "Tuvara. Sono così chiamati certa sorta di pomi di terra, che vegetano in molti siti del territorio di Mores, e nelle regioni arenose di Sorso, d'Oristano e di altri paesi. Parrebbero piccole patate, se non che tondeggiano sempre in una forma regolare, e hanno l'epiderme nera e scabra di sabbia, e una polpa soffice. Sono deliziose al gusto, men farinose che le patate, e più simili alle trifole, ma più innocenti, perché non generano alcuna alterazione nel sangue. Quindi dagli stessi piemontesi sono preferite alle loro trifole astesi e monferrine. La raccolta di questi pomi dipende dalle condizioni atmosferiche ne' due primi tempi della primavera (marzo e aprile). Se i tempi sieno piovosi e miti raccogliasi gran copie di ottimi frutti; se secchi e freddi la *tùvura* non si sviluppa restando eguale quasi alla galla, e immatura. Essa traesi in aprile e maggio, purché opportuna la pioggia non lasci indurire la crosta del suolo. L'indizio di questo tartufo è una pianta ben conosciuta a' paesani che stendesì sulla terra in striscie lunghe alcuni passi. Il cercatore con uno spiedo di legno va pungendo qua e là il suolo coperto da questa pianta, e dove tocca il frutto esso geme così come quando pungasi un polmone. Allora con una zappetta levasi la terra, e si disuma la *tùvura*."

I sardi dopo averla pelata e tagliata in pezzetti la cucinano ordinariamente in umido nel modo de' funghi, o l'aggiungono alla minestra di favette fresche dopo la prima bollitura.

In Mores sono non meno di dodici uomini [nel 1839, abitanti 2116], che

ne' suddetti mesi vanno tentando qua e là con quello spiedo o bastone appuntito, che sopra notai. Le *tuvure* si vendono a numero nel paese, a peso in Sassari. Per un centinajo si danno da 75 a 100 centesimi"<sup>14</sup>.

Un aspetto da mettere in evidenza, in quanto proprio di una comunità dove esisteva una marcata differenziazione sociale, è il meccanismo, che scattava durante il periodo pasquale, attraverso il quale si portava aiuto alle persone bisognose ma si rendevano anche evidenti le singole capacità economiche. Quasi tutti i proprietari di bestiame, a partire dal lunedì della settimana santa, preparavano il formaggio per la Pasqua. Il formaggio veniva preparato in piccoli pezzi (*so' nidos*) il cui peso variava da 200 a 500 grammi. Ciascun *nidu* veniva disposto entro un "contenitore" preparato sovrappo- nendo a croce due foglie di cipolla di mare (*Urginea maritima*), chiamata in sardo logudorese *ampriddha*<sup>15</sup>. La particolare confezione rendeva il formaggio esteticamente gradevole (si pensi al contrasto fra il bianco del formaggio e il verde delle foglie) e lo manteneva fresco<sup>16</sup>.

Ciascun pastore, in base alle proprie possibilità economiche, ma a volte in base soprattutto alla propria generosità, preparava un certo numero di *nidos* da donare e un'altra quantità per il consumo familiare. Venivano macelate anche delle pecore, in numero variabile e in qualche caso anche vitelli.

I doni che si facevano erano di due tipi, completamente diversi, ma sempre tesi a rimarcare lo "status" di appartenenza dei riceventi.

A partire dal giovedì santo venivano distribuiti i doni (*un'imbiada*), per mezzo di ragazze o delle domestiche, alle persone più vicine sia a livello affettivo (parenti) che di lavoro (*giualdzos*) o di comparatico (*comparese de odzu santu*) consistenti in un pezzo di carne e uno o due *nidos* di formaggio<sup>17</sup>.

Il sabato santo, invece, i doni venivano distribuiti ai poveri. Dal venerdì

<sup>14</sup> V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario...*, cit., vol. XI, 1843, s.v. Mores, pp. 381-382.

<sup>15</sup> Cresce in terreni poveri, magri e degradati e dal grosso bulbo (10-25 cm) in primavera spuntano le foglie di colore verde azzurrognolo cupo. Fin dall'antichità le si riconoscono proprietà diuretiche e cardiotoniche, anche se la sua tossicità può causare gravi disturbi e addirittura la morte. Cfr.: M. CHIAPPINI, *Guida alla flora pratica della Sardegna*, Sassari, Delfino Ed., 1985, p. 39, 68, 137.

<sup>16</sup> Lo stesso metodo veniva usato anche nella Nurra, quando il formaggio fresco preparato per le formaggelle di Pasqua veniva donato o venduto.

<sup>17</sup> In *sa iddha* avevano molta importanza i vicini di casa (*so' carrelagios*), i parenti (*su parentàdu*), ma soprattutto i compari (*so' comparios de odzu santu*). Con i parenti si potevano avere anche dei disaccordi per motivi di interesse. Si diceva: *Santa Rughe ndha bogàdu s'òju a Santa Giustha*, cioè di fronte all'interesse non c'è parentela che conti. *S'odzu santu*, invece, veniva rispettato fino alla morte "*fudi fin'a sa tumba*".

notte all'interno delle case dei benestanti accanto alla porta di ingresso delle abitazioni dei benestanti venivano sistemati un certo numero di piccoli *nidos* di formaggio, pezzi di carne e interiora degli animali (*so' pidzos*) che consistevano in due *cordhas*, *unu osthadu* (un intestino retto rivoltato)<sup>18</sup> *una corada* (fegato, cuore e polmone), la trachea (*sa guèna*) e la testa (*sa gonca*). Sul fare del giorno le donne povere si recavano nelle case dei proprietari in cui si sapeva che erano stati preparati i doni. Ciascuna donna, provvista di un piccolo sacco (*su saccheddhu 'e sa tela*), bussava alla porta e dopo aver pronunciato la formula "A *sapadu santu*" riceveva un *nidu* di formaggio e un pezzo di carne, oppure una parte delle interiora (*unu pidzu*). Il ringraziamento consisteva nell'augurio "A *chent'annos*" al quale si rispondeva con "A *ter'annu medzus*". I doni venivano distribuiti indistintamente fino a esaurimento. Quando tutta la quantità di formaggio, carne e interiora era finita alla donna che bussava alla porta veniva risposto "Amu' già *dadu*" (Abbiamo già dato). Anche in questo caso venivano fatti gli auguri; l'istituto del dono rimase in uso da parte di alcune famiglie fino al 1965.

Fino al 1940 il sabato era il giorno in cui i poveri andavano a chiedere l'elemosina, ma in questo caso si dava del denaro; di questa abitudine è rimasta attualmente traccia a livello popolare in una formula di malaugurio molto temuta e offensiva: "Ancu ti *diana su 'e su sapadu!*" (Che ti diano quello del sabato!, ossia che possa diventare tanto misero da chiedere l'elemosina. I poveri che elemosinavano di sabato godevano del rispetto negato invece a quelli che chiedevano l'elemosina abitualmente, tanto che un proverbio ricorda "A *su poveru ibbisgondzadu sa limosina si li negada*" (Al povero sfacciato l'elemosina si nega).

Ricchi troppo ricchi e poveri troppo poveri. Ricorda al riguardo un anziano: "In *Uttieri sa ricchèsa chi che fidi fi senza contu e senza contu fi puru sa poverthade*" (A Ozieri la ricchezza era senza misura ma smisurata era anche la povertà).

## Il pane

Per Ozieri è certo l'uso generalizzato di pane di grano per l'alimentazione, al contrario di molti altri centri del Monteacuto dove si consumava soprattutto pane d'orzo.

<sup>18</sup> Veniva rivoltato per lasciare all'esterno la parte grassa. Il termine è stato registrato da W. MEYER-LÜBKE, *Romanisches etymologisches Wörterbuch* (REW), Heidelberg, 1935, che fa derivare *s'ortadu* (variante del termine) da \**Voltare*, 9446, 2.

Dalla ricerca è emerso, peraltro, che pane bianco di grano esclusivamente veniva utilizzato dalle famiglie benestanti mentre in quelle dei *gualdzos*, si faceva anche il pane d'orzo e non costituiva l'eccezionalità. La coltivazione dell'orzo d'altronde era comunissima e tutti i contadini ne seminavano sempre una certa quantità. In parte l'orzo veniva utilizzato per nutrire il maiale. E' presumibile però che nell'800, il pane d'orzo fosse molto diffuso; non si spiegherebbe altrimenti la grossa quantità di orzo seminato corrispondente alla metà rispetto al grano (4.000 starelli di grano, 2.000 starelli di orzo)<sup>19</sup>.

A Ozieri la panificazione domestica è stata praticata comunque fino al 1965 circa e quindi sono ancora vivi nella memoria tutti i processi di trasformazione cui veniva sottoposto il grano, la lavorazione dell'impasto, la manipolazione della pasta, la cottura. E' un sapere generalizzato, non esclusivo di alcune donne, ma comune a moltissime in quanto fino a un recente passato ogni donna per essere considerata una buona padrona di casa (*bona po-biddha*) doveva conoscere l'arte della panificazione fin dall'infanzia.

Fra le donne però esistevano competenze diverse dovute in primo luogo a differenze di tipo socio-economico. Mentre tutte potevano collaborare alla manipolazione della pasta, solo alcune si occupavano delle altre fasi come per esempio il trasporto del grano al mulino, la setacciatura della farina o la cottura del pane. Nelle case benestanti per esempio, la padrona di casa sovrintendeva soltanto, mentre tutte le fasi erano competenza delle domestiche o di panificatrici a pagamento (*suighidoras* o *suettoras*). Molto frequente era comunque lo scambio di prestazioni, fra vicine di casa e parenti. Il numero delle donne impegnate nella panificazione variava ovviamente in rapporto alla quantità di farina da impastare.

Accanto alla panificazione domestica esistevano però anche dei panifici il cui pane prodotto era destinato ai non locali.

Anche le famiglie nobili e dei *prinzipales* consumavano il pane fatto in casa (*pane 'e domo*) diverso dal pane commerciale denominato volgarmente *pan'ingio* e *pan'isthiradu*. Per chi si occupava di agricoltura e di pastorizia comprare il pane era considerata cosa vergognosa: "era roba da impiegati".

Costituire la provvista del grano necessario per il consumo familiare era un'aspirazione non soltanto di quelli che possedevano terre, ma di tutti coloro che avevano a che fare con la campagna (*tottu ettaiana trigu*); quando ciò non era possibile, si aveva lo scambio dei prodotti (ad esempio fra artigiani e contadini, oppure fra pastori e contadini). Il grano veniva conservato a seconda

<sup>19</sup> V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario ...*, cit., vol. XIII, 1845, s.v. Ozieri, p. 806.

della quantità in casse di legno (*so' folzeris*), entro grossi contenitori circolari di canne intrecciate (*sos orrios*) oppure in spazi ottenuti chiudendo per esempio parte di una camera con pareti di legno (*so' granales*)<sup>20</sup>.

La preparazione del pane era come detto di competenza femminile, ma anche la presenza maschile non era infrequente. L'uomo si occupava della produzione agricola, della costruzione degli attrezzi grandi e piccoli di legno e di ferro, come anche della provvista della legna per il forno. La ripartizione dei compiti nell'ambito delle diverse classi sociali è peraltro molto complessa e comunque tale da richiedere un maggiore approfondimento che non è possibile in questa sede.

Fin dai primi anni del 1900 (l'energia elettrica venne introdotta ad Ozieri nel 1907) erano in funzione i mulini elettrici che avevano soppiantato quelli a vapore che a loro volta avevano sostituito quelli ad acqua a ruota verticale situati lungo il corso dei fiumi. Per la seconda metà del 1700 è documentata la presenza di tali mulini idraulici azionati dall'acqua che scendeva dalla *Funtana manna* (attuale Fontana Grixoni). Si legge infatti nella Relazione di Vincenzo Mameli de Olmedilla sugli Stati di Oliva del 1769 che "L'acqua della sopraddetta fonte, condotta a tratti (*á trechos*) da alcune condutture (*ac-queeductos*) mal fatte, fa girare alcuni mulini privati (*molinos de particulares*), i quali al lato del suo corso si trovano sparsi sia fuori che dentro il paese"<sup>21</sup>.

Per tempi più recenti fra i mulini elettrici installati a Ozieri si ricordano il *Mulinu 'e Gallèu*, il *Mulinu 'e Ghisàura*, il *Mulinu 'e Ciccello* e il *Mulinu 'e Canu*. Durante periodi particolari, come ad esempio durante l'incendio della centrale elettrica (1936) o durante la seconda guerra mondiale furono riattivate le mole asinarie, in modo particolare dai *prinzipales* e in ambiente rurale.

Per l'impasto (*cumassare*) si usavano farine diverse a seconda del pane che si doveva ottenere. Varie erano soprattutto le tecniche di lavorazione, il numero delle addette, la consistenza dell'impasto, gli strumenti, i tempi e i modi di preparazione, la foggatura e la cottura del pane; peraltro tutte le tecniche accertate a Ozieri sono riconducibili a quelle diffuse nel resto dell'isola<sup>22</sup>.

<sup>20</sup> *So' granales*, venivano divisi con un tramezzo per separare uno spazio per il grano e un altro per l'orzo.

<sup>21</sup> I. BUSSA, *La Relazione di Vincenzo Mameli de Olmedilla...*, cit., p.196.

<sup>22</sup> Per una più ampia conoscenza degli aspetti legati alla panificazione in Sardegna cfr.: G. CALVIA, *Il pane e i dolci tradizionali della Sardegna*, in "R.T.P.I.", I, 1893, pp. 482-484; IDEM, *Ancora una parola sul pane e sui dolci tradizionali della Sardegna*, in "R.T.P.I.", II, 1895, pp. 157-159; M. COSSU, *Del panizzare alla sarda e di un pane classico tradizionale di alcuni villaggi del Logudoro*, in "R.T.P.I." I, 1893, pp. 320-322; G. DELEDDA, *Tradizioni popolari di*

### *Pane fine*

Il tipo di pane più pregiato e più diffuso era quello a spianata (*su pane fine*), che richiedeva tempi più lunghi di lavorazione rispetto agli altri.

L'impasto si lavorava a lungo, con il palmo della mano, finché non diventava bianchissimo e si formavano le bolle d'aria nella pasta (*sa' bullanca*). Si procedeva a questo punto alla foggatura del pane utilizzando il mattarello (*su cannonne*). Partendo da una porzione di pasta di forma sferica mediante il mattarello si procedeva alla spianatura (*incannonare*) fino ad ottenere un disco di 30/40 centimetri di diametro e dello spessore di qualche millimetro. Per non far gonfiare il pane durante la cottura si imprimeva con i polpastrelli di entrambe le mani una leggera pressione su tutta la superficie.

Non tutte le donne erano capaci di *incannonare*, per cui si aveva una divisione dei ruoli; alcune si occupavano della preparazione delle sfere di pasta (dovevano essere di grandezza uniforme), altre della spianatura, altre ancora della sistemazione del pane nei canestri per la lievitazione.

I grossi canestri (*so' canistreddhos*) di palma nana, ricoperti con tovaglie di tela bianca, potevano contenere, disposti su più strati (alternando sempre con le tovaglie) da 40 a 50 spianate. Il pane veniva lasciato lievitare, ben protetto con coperte di lana<sup>23</sup>; veniva quindi portato al forno per la cottura.

*Nuoro in Sardegna*, in "R.T.P.I.", I (1894), pp. 651-62; 742-44, 821-30, 893-98; II (1894-95), pp. 17-21, 93-66, 213-23, 21-46, 332-40, 401-50; rist. anast. Cagliari, Trois, 1973; M. L. WAGNER, *Das ländliche Leben Sardiniens im Spiegel der Sprache, Kulturhistorische sprachliche Untersuchungen*, Heidelberg, 1921 - trad. it. *La vita rustica*, a cura di G. Paulis, Nuoro, Ilisso, 1996, pp. 134-177; S. MERCHE, *Come si fa il pane d'orzo*, in "Mediterranea", a. I, n. 1, gennaio 1927, pp. 29-30; A. M. CIRESE, E. DELITALA, C. RAPALLO, G. ANGIONI, *Pani tradizionali. Arte effimera in Sardegna*, Cagliari, Ed. Democratica, 1977; E. DELITALA, *Come fare ricerca sul campo. Esempi di inchiesta sulla cultura subalterna in Sardegna*, Cagliari, Edes, 1978; EADEM, *Il ciclo del pane, in Il lavoro dei sardi*, a cura di F. Manconi, Sassari, Gallizzi, 1983, pp. 55-65; G. CARTA MANTIGLIA, A. TAVERA, *Civico museo archeologico ed etnografico di Ittiri: Guida breve alla sezione etnografica*, Ozieri, VI Comunità Montana Monte Acuto, 1985; M. G. Da Re, *I pani e i dolci. Il lavoro, i luoghi, i gesti della panificazione*, in *Il Museo etnografico di Nuoro*, Sassari, Banco di Sardegna, 1987, pp. 183-188; R. CICALÒ, F. R. CONTU, *I pani e i dolci. Quotidianità e festa a Nuoro e in Barbagia*, in *Il Museo etnografico di Nuoro*, cit., pp. 189-226; *Pani e dolci in Marmilla*, a cura di M. G. Da Re, Cagliari, STEF, 1987; P. ATZENI, *Il corpo, i gesti, lo stile: lavori delle donne in Sardegna*, Cagliari, Cucc, 1988; G. MURRU CORRIGA, *L'orge dans l'alimentation des sardes: le pain des bergers nomades*, in *Du grain au pain. Symboles, Savoirs, Pratiques*, textes réunis et présentés par Marianne Mesnil, Toulouse, 1992, pp. 113-130. Inoltre numerosi saggi sull'argomento sono stati pubblicati nei nn. 2-14 (1967-1990) della rivista "Bollettino del repertorio e dell'atlante demologico sardo" (BRADS) edita a Cagliari dalla Cattedra di Storia delle tradizioni popolari della Facoltà di Lettere e Filosofia.

<sup>23</sup> Alla biancheria utilizzata per la panificazione (*po' sa cotta*) veniva riservata un'attenzione particolare. Il lavaggio (*sa ogàda*) veniva fatto separatamente, utilizzando la liscivia (*sa liscia*) e mai il sapone; veniva conservata in un apposito spazio dentro la cassapanca del pane.

### *Chivalzu*

Dal cruschello (detto appunto *chivaldzu*) si otteneva un tipo di pane simile a *su pane fine*, sia per lavorazione che foggia. Al contrario del *pane fine*, però, sulla superficie non veniva fatta alcuna pressione con i polpastrelli per consentire al pane di gonfiarsi uniformemente durante la cottura.

Tolto dal forno l'addetta alla cottura (*sa coghidora*) consegnava il pane ad un'altra donna che seduta vicina, con uno straccio lo puliva da eventuali residui di farina e di cenere e poi con un coltello affilato lo tagliava lungo la circonferenza separandone i due strati. (*so' pidzos*). La particolarità del *chivaldzu ottieresu* consisteva nello diverso spessore dei due strati, dei quali il sottile era quello superiore.

Ultimata la cottura di tutto il pane, quando la temperatura del forno si era abbassata, si infornavano nuovamente i due strati, sovrapposti, entrambi con la parte interna rivolta in alto, per farli tostare leggermente.

Il *chivaldzu* era pane di lunga conservazione che veniva preparato soprattutto nei mesi caldi con cadenza di solito quindicinale. Veniva consumato con le minestre, oppure, ammorbidito nell'acqua, con il companatico; costituiva la merenda dei bambini cosperso di ricotta grattugiata oppure di zucchero o miele.

### *Cozzulas ammoddhigadas*

Era un tipo di pane che si otteneva dalla farina integrale, esclusa la crusca. La pasta diventava morbida con la continua aggiunta di acqua tiepida durante la lavorazione. Si otteneva un impasto morbido che veniva fatto lievitare dentro un grosso recipiente di terracotta (*sa tudinèra*). Prima della cottura la pasta veniva suddivisa in piccole porzioni sferiche successivamente foggiate sulla pala da forno ad assumere forma sciacciata ovale. Questo tipo di pane veniva preparato in tutte le stagioni; d'inverno lo si consumava riscaldato sulla graticola (*assadu*)

### *Tureddhos*

Erano dei pani di farina di grano e patate. Si preparavano d'estate, subito dopo il raccolto del grano (*s'incundza*), e delle patate.

Si è a conoscenza che nel passato questo pane veniva preparato per la festa della Madonna degli Angeli (*Nosthra Segnòra 'e sa Puzùncola*), che veniva celebrata il 2 agosto. A questo proposito viene ricordato un detto popolare. Quando ai narbonai (*navonajos*), che seminavano piccole estensioni di terreno (in genere solo un ettaro) si chiedeva come era andato il raccolto (*s'annàda*) abitualmente rispondeva "Già bi la faghimus a so' maccarrones de sa Puzùncola", ad indicare che il raccolto era stato modesto ma comunque in grado di coprire il fabbisogno familiare per un certo periodo. Al contrario

quando la stessa domanda veniva rivolta al *massaiu*, che coltivava grosse estensioni di terreno e quindi faceva un raccolto più abbondante la risposta era: “Già bi l’amus po so’ maccarrones de mes’austhu”, ossia che la quantità di grano immagazzinata sarebbe stata sufficiente per periodi abbastanza lunghi.

#### *Coccas de pummu ‘e derra*

Era un pane speciale che si preparava per i Santi. Si faceva un impasto morbido in un recipiente di terracotta di forma tronco conica rovesciata (*sa tudinera*) con della farina di grano, patate già bollite e schiacciate, lievito, sale e acqua tiepida. La proporzione era di 2 a 1 (2 kg di farina, 1 di patate). Si insaporiva la pasta con dei semi di anice (*anisi*) schiacciati oppure con semi di finocchietti selvatici (*semene ‘e fenugeddu*).

*Sa’ coccas* venivano foggiate al momento di introdurle nel forno, a forma di schiacciata ovale. Ciascuna *cocca* veniva decorata con incisioni parallele fatte nella parte centrale con la rotellina per la pasta oppure con delle piccole incisioni tondeggianti ottenute comprimendo la pasta con i polpastrelli.

Questo pane era particolarmente gradito dai bambini poiché si conservava morbido per 8/10 giorni; veniva donato, insieme ai papassini, alle famiglie in lutto.

#### *Pane ‘e eldha*

Anche questo era un pane occasionale, non comune; si faceva solo qualche tempo dopo l’uccisione del maiale. Attualmente viene prodotto da tre panifici locali durante tutto l’inverno.

All’impasto, del tipo morbido come per il pane normale, vengono aggiunti i ciccioli (*sa eldha*), residui della preparazione dello strutto, zucchero e in qualche caso anche uva passa. *Su pane ‘e eldha* viene foggiate come una schiacciata di forma ovale sulla pala prima dell’infornatura. Si mangia caldo dopo la cottura, oppure riscaldato sulla graticola.

#### *Cozzulas de muscia*

Anche questo era un pane occasionale che veniva preparato solo in primavera, quando si scioglieva il burro per fare *s’odzu casu*. La *muscia*, infatti era la parte solida che si depositava nel fondo del recipiente quando si faceva sciogliere il burro; veniva utilizzata per condire questo tipo di pane, che aveva la stessa forma del *pane de eldha*.

#### *Pane d’orzo*

Con la farina di orzo si confezionava il pane denominato *ordzatu*. Il processo di lavorazione era del tutto simile a quello ottenuto con il cruscello di

grano (*chivaldzu*). A volte si mischiava farina di grano con farina d'orzo, ma non era raro il caso che venisse usata esclusivamente farina d'orzo.

### *Cozzulas de triguindia*

Non è sconosciuto, anche se non risulta molto diffuso nemmeno l'uso della farina di granturco, utilizzata, oltre che per la preparazione della polenta (*sa pulenta*), anche per confezionare focacce conosciute come *sa' cozzulas de triguindia*.

### La cottura del pane (Coghere su pane)

Dalla ricerca emerge che ad Ozieri, per la prima metà del secolo, pochissime erano le case private dotate di forno a legna.

Fin da quando Ozieri divenne città (1836)<sup>24</sup>, tendenza degli amministratori fu quello di farle perdere l'aspetto di villaggio e trasformarla in "...un centro urbanisticamente moderno, tale da meritarsi anche l'appellativo di "Perla del Logudoro", a cui i villaggi limitrofi potessero attingere per il proprio miglioramento architettonico [...] I primi anni quaranta segnano l'inizio di una graduale ma costante evoluzione nella struttura dell'abitato: vengono abbattute molte delle vecchie casette ad un piano e al loro posto sorgono nuovi edifici a più piani. Sono queste soprattutto le abitazioni delle famiglie ricche e benestanti. Data la particolare conformazione dell'abitato, tutto arroccato su colline, questi palazzotti non si poterono costruire su notevoli estensioni, per cui si optò per una costruzione a spinta fondamentale verso l'alto. Le costruzioni comunque, si succedettero in maniera notevolmente disordinata, disponendosi senza un piano ben preciso così che ben presto si arrivò ad un vero e proprio collasso, con abitazioni che non ricevevano né il sole né l'aria, e si crearono spesso delle condizioni igieniche precarie"<sup>25</sup>.

In una tale situazione urbanistica non era possibile che tutte le famiglie potessero disporre di un forno proprio. Poiché, però, si continuava a fare il pane in casa, sorsero moltissimi forni "pubblici" gestiti da donne che esercitavano il mestiere di *coghidoras*. In ciascuno dei rioni (*Montiju, Donnigadza, Cudzolu, Cadeddhu, Costhe, Biddhanoa, Corraldzu e Indhazza*) esistevano

<sup>24</sup> Con Regio Diploma del 10 settembre 1836, Carlo Alberto eleva Ozieri, insieme a Tempio e a Nuoro al rango di città.

<sup>25</sup> A. PINNA, *Nascita delle strutture urbane*, in T. BACCIU, M. BRIGAGLIA, T. CABIZZOSU (et alii), *Ozieri. Storia di una città (1836-1986)*, cit., pp. 38-39.

diversi forni per la cottura del pane. *Sa' coghidoras* erano delle donne povere che avevano impiantato nelle loro misere abitazioni ad un piano dei forni che utilizzavano per la cottura del pane a chi ne faceva richiesta ed esercitavano questo mestiere durissimo per tutta la giornata e in tutte le stagioni. Venivano retribuite normalmente con del pane in proporzione alla quantità consegnata per la cottura e nell'ultimo periodo anche in denaro. Un quarto di pane cotto come prova (*su prou*) per verificarne il grado di lievitazione (*sa pesadura*) spettava alla *coghidora* che stabilire anche i turni della panificazione fra le diverse clienti in modo che la cottura venisse programmata nell'arco della giornata e il pane fosse lievitato al punto giusto. Era necessario evitare di cuocere il pane non ancora lievitato (*pùrile*) perché in questo caso comparivano sulla superficie delle bolle bruciate (*isciontas brugiadas*), oppure troppo lievitato, perché in quest'altro caso il pane avrebbe conservato eccessivo sapore di lievito (*sabòre 'e madrighe*).

Fare il pane "bello" era aspirazione di tutte le donne, ma quando si sbaigliava ci si giustificava col fatto che come tutti i lavori manuali anche il pane poteva riuscire più o meno bene: "*Sun fainas de manos. Cottas e bogàdas ogni chida si ndhe fàghene*" (Trad. lett. Sono lavori manuali. Pane e lavaggi se ne fanno tutte le settimane).

Ottima legna per il forno (solo rami) era considerata quella di olivastro (*odzasthru*) perché utilizzabile sia fresca che secca, mentre quella di lentisco (*chessa*), anch'essa molto usata, doveva essere secca. Alle *coghidoras* le fascine di legna veniva fornite dai *linnaiolos*, uomini che tagliavano la legna per proprio conto nei numerosissimi terreni boschivi privati del territorio ozierese<sup>26</sup>.

Il pane appena riportato a casa dopo la cottura veniva messo a raffreddare su panni di lana poggiati sui letti. Nel frattempo si disinfettava e profumava con *s'affumentu* la cassapanca (*sa cascia*) in cui veniva riposto per la conservazione. All'interno della cassa veniva fatto bruciare dello zucchero sistemato in un cucchiaio insieme a una brace; in questo modo lo zucchero bruciando all'interno della cassapanca chiusa eliminava i cattivi odori e purificava l'aria.

Le ultime *coghidoras* hanno smesso di lavorare, con la scomparsa definitiva della panificazione domestica, da poco più di un ventennio. I forni fa-

<sup>26</sup> Avendo Ozieri pochissimi territori comunali, i *linnaiolos* facevano il taglio della legna nei terreni dei privati (dopo naturalmente aver preso accordi con il proprietario) e poi trasportavano i fasci in città con i carri. Alcuni molto poveri, però, tutti i giorni, andavano alla ricerca della legna lungo i viottoli di campagna e rientravano alla sera con un fascio sul capo che vendevano alla *coghidora*.

miliari, dove esistenti, furono demoliti per trasformare i locali in cucine più pulite o per ottenere spazi abitabili. Insieme ai forni vennero distrutti *so' foghiles*, i focolari che stavano al centro delle stanze e che servivano oltre che come fonte di riscaldamento anche per cuocere i cibi e le cucine in muratura con i fornelli di ferro alimentati a carbone.

La coltivazione del grano in Sardegna, è diventata da tempo antieconomica e mancando il grano di produzione locale si è smesso di panificare a livello familiare. Ma i panettieri ozieresi hanno abbinato a quella del pane industriale la confezione del pane tradizionale. Logicamente questo pane tradizionale/industriale ha sostituito con gli anni quello fatto a casa, mentre la lavorazione da manuale è diventata meccanica. Un gran numero di panificatori eccedente rispetto al mercato ozierese si è spostato nei paesi circostanti (Nughedu, Pattada, Ittireddu, Porto San Paolo). La cosiddetta "spianata tipo Ozieri", che in realtà è un tipo di pane usato in moltissimi centri del Logudoro, si fa ormai in tutto il nord Sardegna e si vende sempre più insieme agli altri tipi di pane rispetto ai quali ha il pregio di mantenersi gradevole da mangiare anche a diversi giorni dalla cottura.

## Le paste

Nell'alimentazione era presente la pasta sia quella di tipo industriale, sia quella di produzione casalinga; quest'ultima era di gran lunga più diffusa dato che la semola, ottenuta dalla setacciatura della farina veniva destinata per ottenere diversi tipi di pasta.

Non si ha però memoria del tipo di pasta che l'Angius giudicava una specialità ozierese: "quei maccheroni finissimi fatti a mano, come sottilissimi tubi", a ricordarla come cibo particolarmente gradito (cosa 'e gula) la quartina di una canzone popolare

*Tittia ch'appo su frittu  
no mi lu potto cazzare  
si giompia a mändhigare  
maccarrones de ferrittu*

*Brrr Brrr, ho freddo  
non riesco a farmelo passare  
se potessi mangiare  
maccarrone' de ferrittu*

*So' maccarrones de ungia* (gnocchetti) erano e sono ancora oggi la pasta che caratterizza i pranzi delle occasioni eccezionali.

Per i matrimoni, oltre che il pane speciale (*su pane 'e affidu*), si preparava questo tipo di pasta. Due giorni prima del rito nuziale, le amiche della sposa e a volte amici dello sposo, si riunivano per preparare insieme la pasta e il pane. Presiedevano alle operazioni di impasto e di manipolazione della pasta le donne anziane, che pensavano a fare anche i bastoncini di pasta (*sa*

*cordhitta*) da distribuire a ciascuna persona presente. Questi gnocchetti preparati per il pranzo di nozze erano di piccolissime dimensioni.

Il termine *maccarrones de ungia* deriva dal fatto che la pasta tagliata in minuscoli pezzi veniva foggata premendola con l'unghia del pollice su una piccola lastra di latta bucherellata. Generalmente durante la lavorazione i ragazzi scherzavano, ridevano e si divertivano. A volte i giovanotti nascondevano in alcuni di questi gnocchi un bottoncino di madreperla (*alimetta*) allo scopo di mettere in difficoltà colui o colei che durante il pranzo di nozze si fosse ritrovato fra i denti il bottoncino. Gli anziani ritengono che si trattasse semplicemente di uno dei tanti scherzi (*buffonaduras*), dei giovani i quali si divertivano tantissimo.

Al di là dell'interpretazione normale, forse nel passato questa abitudine era qualcosa di più di uno scherzo poiché anche in questo caso, come nel gioco cerimoniale del 1 maggio, era la sorte a designare chi doveva trovare il bottone e quindi la persona fortunata<sup>27</sup>.

Sempre con la semola di grano duro veniva preparata la minestra per il brodo (*su succu tundhu*). In un piccolo canestro veniva messa della semola sulla quale, veniva spruzzata dell'acqua. Con la mano destra si agitava il tutto fino a formare dei piccolissimi grumi che venivano utilizzati dopo l'essiccazione.

La pasta lunga da usare per tutti i tipi di minestre era *su succu tagliadu*. Dopo aver preparato una sfoglia circolare come una spianata, si tagliava col coltello a strisce molto sottili. Venivano fatte seccare prima della conservazione.

Le strisce più larghe ottenute con questo sistema prendevano il nome di *alisandzas*, e venivano cucinate con il sugo di pomodoro.

Per le feste venivano (e vengono) preparati anche dei ravioli di ricotta o di formaggio (*sos angelottos*).

## I dolci

La preparazione dei dolci a livello domestico è ancora molto diffusa anche se accanto ai tipi tradizionali troviamo varianti recenti; l'antico sapere

<sup>27</sup> A. M. CIRESE, *Un gioco cerimoniale del primo maggio in Sardegna: tentativo di analisi*, in "NBBS", a. V, n. 26, Cagliari, 1960; IDEM, *L'assegnazione collettiva delle sorti e la disponibilità limitata dei beni nel gioco di Ozieri e nelle analoghe cerimonie vicino-orientali e balcaniche*, in "Atti del Convegno di studi religiosi sardi", Cedam, Padova, 1963, pp. 175-193; anche in D. CARPITELLA, *Folklore e analisi differenziale di cultura*, Bulzoni, Roma, 1974, pp. 219-237.

delle donne ozieresi, come d'altronde quello delle donne sarde, si è modificato con l'introduzione di altri dolci che con la nostra tradizione nulla hanno a che fare. Alcuni tipi di dolce sono usciti dall'ambito familiare e vengono prodotti industrialmente.

Ancora oggi sono molte le persone che preparano i dolci tradizionali e non solo per le feste. Tutte le occasioni sono buone, i dolci si fanno non più nei periodi dell'anno stabiliti, ma semplicemente quando "se ne ha voglia". Nel passato, invece, i dolci erano il "segno" evidente della festa, scandivano i momenti più importanti e significativi delle feste calendariali e delle feste cicliche, come anche quelli rituali del ciclo dell'uomo (nascite, battesimi, cresime, fidanzamenti, nozze etc.).

Per i dolci veniva spesso utilizzata oltre che farina bianca - la stessa delle spianate - anche farina di grano tenero, coltivato in quantità limitate. Questo tipo di grano veniva denominato *trigu cossu* e aveva chicchi piccoli e tondeggianti.

Parte integrante della preparazione di alcuni dolci è la sapa. Per sapa (*saba*) un liquido liquoroso, ottenuto dalla bollitura prolungata del mosto.

Ozieri è ricca di vigne, anzi nel passato tutte le colline che circondano la città erano coltivate a vigneti. I terreni di *Sueldzu*, *Littu*, *Punteini* e *Monseradu* erano ritenuti particolarmente adatti per vigneti.

Una percentuale del mosto veniva quindi trasformato in *saba*. Vittorio Angius, per il secolo scorso, scriveva: "Cuocesi dagli ozieresi una porzione del mosto per la sapa e bruciasi gran quantità di vino per acquavite"<sup>28</sup>. Poco prima, però, aveva scritto che la sapa veniva mischiata al vino bianco per conservarlo anche d'estate<sup>29</sup>.

Il mosto non in fermentazione viene fatto bollire a lungo, in un grosso paiolo di rame, con l'aggiunta di un certo numero di mele e melecotogne. Si fa consumare il tutto fino ad ottenere un liquido denso che riposto in bottiglie si conserva per lungo tempo. Nel passato, piccole quantità di sapa venivano consumate al mattino per colazione, inzuppando il pane, riscaldato al fuoco.

<sup>28</sup> V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario...*, cit., vol. XIII, 1845, s.v. Ozieri, p. 807. Nel '900 e soprattutto durante il fascismo era severamente vietata la distillazione domestica. Gli alambicchi furono distrutti, ma qualche vignaiolo la distillava clandestinamente; era però talmente poca la quantità prodotta che nelle case, quando se ne possedeva qualche bottiglia, veniva conservata come un medicinale da usare per eventuali mal di pancia.

<sup>29</sup> "Il vino comune è bianco, come dicono, e condito con vin cotto, o sapa, perché possa essere conservato nella estate. esso è pesante a stomaci non avvezzi, e niente gradito nelle buone mense, ondechè se ne introduce in molta copia da Sassari e da altri luoghi": V. ANGIUS, in G. CASALIS, *Dizionario...*, cit., s.v. Ozieri, p. 807.

Accanto alla sapa di vino (*sa saba 'e su inu*) veniva utilizzata quella ottenuta dai fichi d'india (*sa saba 'e figuindia*), frutto abbondantissimo nelle campagne ozieresi. La maggior parte delle famiglie anzi preparava solo questo tipo di sapa, ma spesso entrambi i tipi. La raccolta dei frutti, che era compito sia degli uomini che delle donne, animava anche un piccolo commercio locale.

Le persone anziane fanno ancora sia la sapa di vino che quella di fichidindia.

I fichidindia privati della buccia, (ma nel passato, soprattutto dalle persone meno abbienti venivano soltanto lavati per eliminare le spine e non sbucciati), vengono messi a cuocere dentro un paiuolo. Quando il tutto è ben sciolto, si cola per eliminare i semi e gli eventuali residui delle bucce; si rimette quindi il liquido sul fuoco e si procede allo stesso modo della sapa di uva.

Insieme alla sapa vengono preparate anche molte marmellate di frutta (mele pere, melecotogne, albicocche e pesche) che in molti casi sostituiscono la sapa.

Con la sapa si ottiene *su pistiddhu* indispensabile per il ripieno di alcuni dolci (*cabudu* e *tericcas*).

E' questo un composto che viene confezionato qualche giorno prima della preparazione vera e propria dei dolci. A una certa quantità di sapa (la quantità dipende dalla quantità di farina da impastare) che viene portata ad ebollizione e lasciata addensare rimescolando continuamente, viene aggiunta una piccola quantità di semola, mandorle tritate e, secondo i gusti, scorza di arance o di limoni e altri aromi. Si cuoce continuando a mescolare fino ad avere un composto molto denso.

### *Cabudu*

E' un dolce che veniva preparato per Capodanno e tale abitudine non è stata ancora smessa.

Ingredienti: farina, strutto, *pistiddhu*.

Si prepara una grossa sfoglia di pasta impastata con strutto (*pastha violada*), non troppo sottile e di forma ovale che si copre con *pistiddhu*; a questa si sovrappone un'altra sfoglia e si chiude a cestello.

Nel passato venivano preparati diversi *cabudu* per essere anche donati ai vicini di casa che non avevano la possibilità di farli.

La prima notte dell'anno (*cabu annu*) il capofamiglia spezzava simbolicamente il dolce sul capo del figlio più piccolo recitando per tre volte la formula: "*Su bene a midzas*" (Il denaro/la proprietà a migliaia).

### *Cattas*

Si preparano per carnevale.

Ingredienti: farina, lievito, acqua, sale, acquavite, latte e scorza di arancia o di limone.

E' un dolce ancora molto diffuso anche se rispetto al passato ha subito delle trasformazioni quanto a tecniche di lavorazione e ingredienti.

Per la preparazione delle *cattas* viene usata farina di grano duro o tenero che viene impastata sul tavolo come il pane (*cumassare*). Mano a mano che la pasta si lavora (*suighere*) si aggiunge latte e acqua fino ad ottenere un impasto molto morbido (*ammoddhigare*) che riposto in un recipiente di terracotta, viene lasciato lievitare. Attualmente viene usato del lievito di birra, mentre nel passato veniva preparata *sa madrighe*; inoltre l'impasto può essere amalgamato più velocemente con l'uso di piccoli elettrodomestici.

Le *cattas*, versate a forma di spirale per mezzo di un imbuto di latta con un lungo manico nell'olio di oliva bollente, vengono fatte cuocere per qualche minuto e poi cosparse di zucchero dopo la cottura.

### *Meravidzas*

Vengono preparate per l'ultima settimana di carnevale.

Ingredienti: farina di grano, uova, sale e in qualche caso poco burro. Questi dolci ritenuti da alcuni tipici di Pattada sono, ormai da molto tempo, diffusi ad Ozieri. Si preparano delle sfoglie, si tagliano a listerelle con la rotella per la pasta e poi si foggiano a forma di 8. Si friggono immediatamente in olio d'oliva ben caldo. Dopo la cottura vengono addolcite (*ammelare*) versandole un pò per volta nel miele fatto bollire insieme a dell'acqua.

Venivano donate ben sistemate in un piatto e costituivano un regalo molto apprezzato.

### *Origliettas*

Ingredienti: farina di grano, uova, strutto e sale. Al contrario delle *meravidzas* vengono impastate più dure e foggiate a treccia; ciò consente che vengano fritte anche il giorno successivo. Vanno addolcite con il miele.

### *Mosso' boidos*

Venivano anch'essi preparati per il carnevale, ma attualmente sono in disuso.

Ingredienti: farina di grano duro, strutto, pasta di mandorle.

Dopo una breve manipolazione si preparavano delle sfoglie dalle quali si ricavano dei piccoli cerchi con la rotella. Su ciascun cerchio veniva sistemato un mucchietto di pasta di mandorle ricoperto a sua volta con un altro dischetto e dopo averne pressata la circonferenza con gli indici delle mani si ri-

tagliavano i bordi. Si friggevano in olio d'oliva ben caldo e poi si cospargevano di zucchero a velo.

Per altre donne *so' mossos boidos*, detti anche *pastha frissa*, non erano altro che piccoli pezzi di pasta con l'aggiunta di un pò di strutto che si preparavano nel passato quando si faceva il pane. Si otteneva una sfoglia che tagliata in piccoli pezzi di forma quadrata o romboidale, si friggevano in olio d'oliva caldo e si cospargevano di zucchero.

### *Tericcas*

Dolci tipici della Pasqua.

Ingredienti: farina di grano, strutto, ripieno di sapa (*pisthiddhu*). Si impasta la farina con lo strutto, si formano delle sfoglie sottili da cui si ritagliano delle sottili strisce entro le quali si racchiude *su pisthiddhu*. Si chiudono e si sagomano ad assumere generalmente forma di cuore. Vengono cotte al forno.

### *Coppulettas de saba*

Ingredienti: farina di grano, strutto, zucchero, ripieno di sapa (*pisthiddhu*), glassa.

Si prepara la pasta amalgamando farina, strutto, sale e acqua tiepida. L'impasto viene lavorato e trasformato in sfoglie. Su ciascuna sfoglia vengono disposti dei mucchietti di *pisthiddhu*, distanziati fra loro. Si copre il tutto con un'altra sfoglia e si formano dei cerchi comprimendo la pasta intorno ai mucchietti con gli indici delle mani. Si tagliano intorno con la rotella. Le *coppulettas* vengono cotte al forno, e successivamente glassate (*sa cappa*) e cosparse di piccole sfere colorate di zucchero (*sa tragèa*). Venivano preparate per la Pasqua.

### *Coppulettas*

Vengono attualmente chiamati con questo nome dolcetti dal sapore delicatissimo preparati in alcune pasticcerie soltanto ad Ozieri, con la parte superiore glassata e ripieni di pasta di mandorle. Di tradizione questi dolci, probabilmente hanno soltanto il nome, ma ormai sono molto richiesti e a pieno titolo vengono elencati fra i dolci tipici ozieresi.

### *Casadinias*

Vengono preparate per le feste pasquali.

Ingredienti: farina, strutto, formaggio fresco, uova, zafferano, prezzemolo. Si prepara la sfoglia, si ritagliano dei cerchi che vengono riempiti con un composto preparato precedentemente costituito da formaggio fresco sminuzzato, uova, zucchero, prezzemolo, zafferano, un pò di farina e scorza di limone o di arance grattugiata. Si cuociono al forno.

### *Pabassinos*

Nel passato si preparavano per i santi, ora invece per tutte le occasioni festive.

Ingredienti: farina di grano, strutto, uova, uva passa, mandorle tritate, zucchero, qualche volta noci, sale e scorza di limone grattugiata, vanillina, essenze. Anche per questi, come per tutti gli altri dolci ciascuna massaia aveva la propria ricetta segreta che prevedeva anche l'uso di qualche altro ingrediente.

Dopo aver impastato la farina e amalgamato tutti gli ingredienti si prepara una sfoglia spessa circa due centimetri; si tagliano con un coltello dei rombi o losanghe, si adagiano su una teglia e si infornano. *So' pabassinos* possono essere cosparsi di zucchero durante la cottura, ma generalmente vengono glassati successivamente (*cappare*) e decorati con sfere colorate di zucchero.

### *Supiros*

Venivano preparati soprattutto per cerimonie particolari (battesimi, cresime, matrimoni etc.).

Ingredienti: albumi, mandorle, zucchero, scorza di limone grattugiata. Dopo aver montato a neve gli albumi si uniscono le mandorle tritate, lo zucchero, il limone e si amalgama bene il tutto. Il composto ottenuto viene disteso sul tavolo, a formare una grossa sfoglia da cui con uno stampo (generalmente viene utilizzato un bicchierino da liquore) si ottengono delle piccole palline schiacciate che disposte in teglie vengono infornate a bassa temperatura. Ciascuna pallina viene avvolta in carta velina colorata.

### *Amarettos*

Ingredienti: mandorle dolci e amare tritate, zucchero, albumi e scorza di limone grattugiata. Si amalgama bene il tutto, si formano delle palline schiacciate zuccherate e si cuociono al forno. Vengono preparati per cerimonie quali matrimoni, battesimi, comunioni, cresime e per ricorrenze festive in genere.

### *Biscottos*

Ingredienti: farina, strutto, uova, ammoniaca, latte e scorza di limone grattugiato. Si amalgama il tutto in un recipiente. Si prepara una sfoglia sul tavolo infarinato da cui si tagliano i biscotti con una formella ovale. Sistemati in teglie dopo averli bagnati su una faccia per farvi aderire lo zucchero, vanno cotti in forno a temperatura moderata. Come gli amaretti vengono preparati in occasione di cerimonie importanti.