

“LE 4 MBANICCE” DI CASALCIPRANO

Piatto tipico della tradizione gastronomica contadina.

Per “mbaniccia” si intende una pietanza della cucina povera ottenuta da verdure, ortaggi o legumi di stagione mescolati con pizza di “grandinie” (granone) sbriciolata, pertanto a seconda della stagione, può essere preparata in maniera diversa.



NOTIZIE STORICHE

Non è possibile datare l'origine della “mbaniccia” di Casalciprano, in quanto la pietanza nel corso degli anni ha subito molteplici variazioni ed integrazioni fino ad arrivare all'odierna ricetta.

Inizialmente erano delle verdure campestri cotte in “pignata”, che successivamente vennero insaporite con pane raffermo e le carni meno nobili degli animali domestici.

Dopo la scoperta dell'America, dal Nuovo Mondo, arrivarono, nel Regno di Napoli, due prodotti alimentari: il granturco e le patate che i contadini utilizzarono per la loro alimentazione quotidiana.

Con il granturco macinato produssero la così detta pizza di grano d'India (grandinie), la unirono con le verdure e le patate e chiamarono il piatto “MBANICCIA”.

“LE 4 MBANICCE”

Quattro sono i **condimenti tipici** che si possono abbinare ciascuno ad un determinato periodo dell’anno.



La ZUCCA nel periodo invernale insaporita con cubetti di lardo o pancetta.



VERDURE CAMPESTRI in primavera condite con “*dacciata*” (battuto di lardo di maiale, prezzemolo ed aglio) ed accompagnata con lessso di maiale.



La CIAMBOTTA tipica dell’estate: una zuppa di zucchine, patate, peperoni, cipolla e pomodoro in cui si fa bollire della salsiccia sotto sugna.



FAGIOLI “*pandian*” e patate in autunno, conditi con “*dacciata*” e arricchiti con cotechino.

Alla zuppa di verdure e/o legumi viene mescolata la “**pizza d’ grandinie**” sbriciolata. Si prepara impastando la farina di granone con acqua e sale. Tradizionalmente la pizza veniva cotta, nel camino adagiandola su uno strato di foglie di castagno e coprendola con la “coppa”. Su quest’ultima veniva cosparsa della brace e dopo circa un’ora, quando si era formata una crosta dorata, la pizza era pronta.

Oggi, se non si ha a disposizione il camino la pizza viene cotta in forno.

CURIOSITÀ STORICA: Il metodo di cottura della pizza usando il calore della cenere e della brace, si perde nei primordi della storia dell’uomo.

Una testimonianza dell’abitudine di avvolgere la pizza in foglie di vite e castagno, per evitare che si annerisse e conferirle profumo e sapore, è presente nel mondo romano.

Successivamente la cottura sulla “liscia” e sotto la cenere trova un incremento nel Medioevo, quando l’uso del forno è sottoposto a tassazione; di qui la parola “cinericia” per indicare la focaccia cotta sotto la cenere.

La diffusione della coltivazione del granturco, dopo la scoperta dell’America, rendono la “pizza d’ grandinie”, l’alimento base dei contadini. Per secoli diventa il “pane quotidiano” dei poveri; accompagna il piatto di verdure campestri o di legumi e raccoglie il poco grasso che fa da condimento e da sostentamento.*

“Ora si possa dire che non si conosce il Molise senza incontrarsi, perlomeno qualche volta, con questa madre umile e benigna dell’alimentazione popolare regionale.” *

*FONTE: *La cucina Molisana* di A. M. Lombardi e R. Mastropaolo – Edizioni Cultura e Sport, 1995

È UNA De.C.O.

Nel 2024 il Comune di Casalciprano ha attribuito la Denominazione Comunale di Origine alle 4 “mbanicce” di Casalciprano. È stato istituito un disciplinare di produzione che regola l’utilizzo del marchio De.C.O. e riporta le ricette così come tramandate di generazione in generazione.