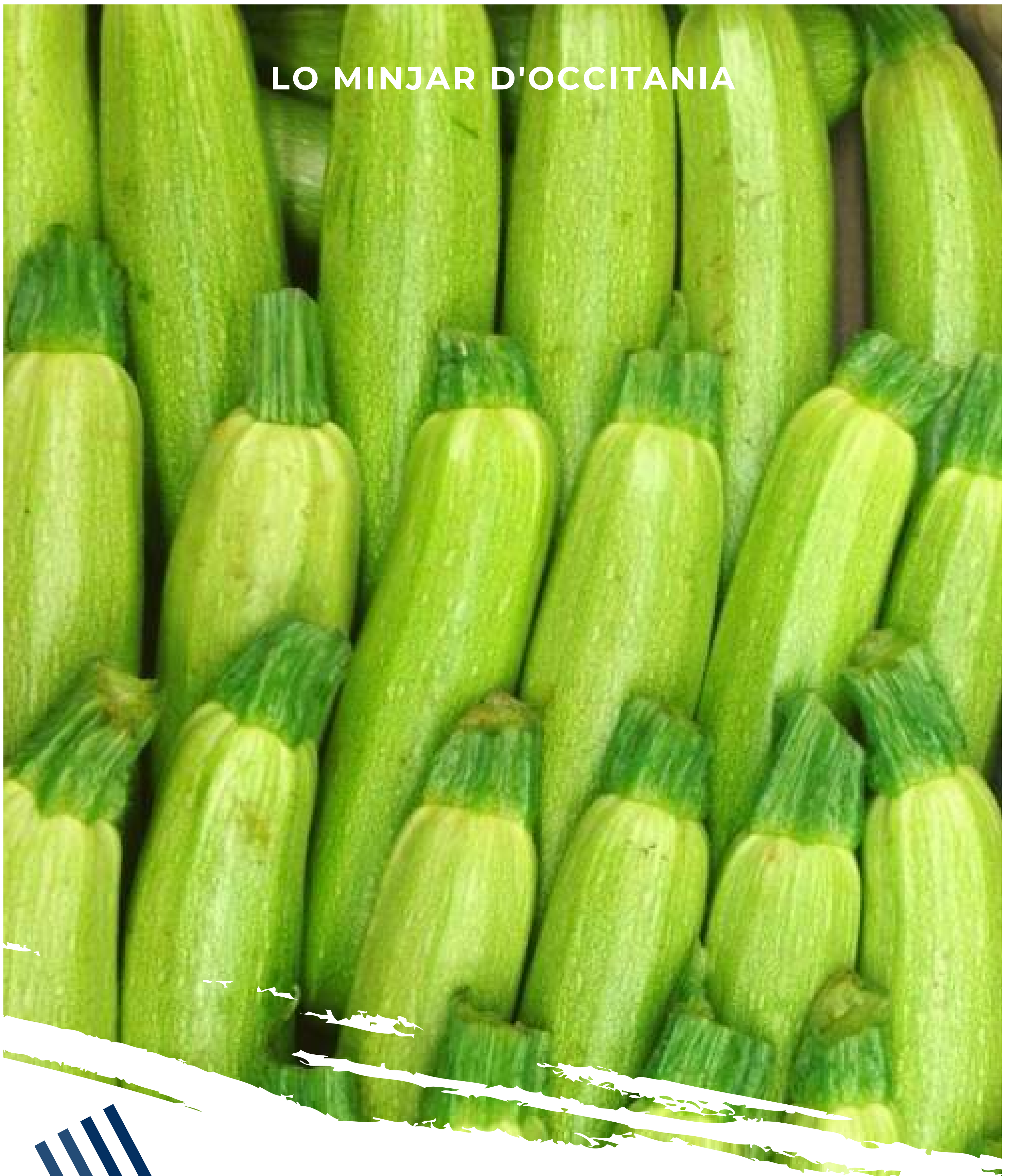


LO MINJAR D'OCCITANIA



MINJAR AL MES DE LULH

#cushina #mesdelulh

#ceulas

#coçòts

LUGLIO

Luglio è il mese in cui l'estate (dal latino *aestare*, avvampare) è nel pieno del rigoglio, e i frutti della terra maturano. Nella società alpina e contadina questo tempo era ed è ancora impregnato di sacralità e riti legati alla protezione dei raccolti e del bestiame.

MES DE LULH

CIPOLLE RIPIENE

Ingredienti per 6 persone:
4 cipolle | ½ kg arrosto tritato
½ kg bietole o spinaci lessi e tritati | 3 uova
300 g di salsiccia | 150 g riso bollito
100 g parmigiano grattugiato | sale e pepe

Tagliare la calotta alle cipolle, e scottare le basi in acqua bollente per 7/8 minuti. Sfogliarle a partire dal centro ed estrarre da ognuna 3 o 4 scodelline. Tritare la cipolla avanzata, aggiungerla all'arrosto, alle uova, alla salsiccia, alle bietole e unire riso, sale e pepe, parmigiano. Mescolare e riempire le scodelline con questo ripieno. Disporre le cipolle in una teglia imburata e cuocere a forno medio per 35/40 minuti.



ZUCCHINE IN CARPIONE

Ingredienti per sei persone:
1 kg di zucchine | 4 spicchi d'aglio
5 foglie di salvia | 5 foglie di menta
2 cucchiaini di olio extravergine di oliva | 1 cucchiaio di aceto
per la pastella: farina, acqua frizzante, sale, lievito in polvere

Preparare la pastella amalgamando gli ingredienti previsti. Lavare le zucchine, tagliarle a listarelle, passarle nella pastella e friggerle in padella con olio d'oliva. Passarle su carta assorbente salandole leggermente e disporle in una terrina. Per il carpione versare l'olio d'oliva in un pentolino, aggiungere un pizzico di sale, le foglie di salvia e di menta e gli spicchi d'aglio schiacciati. Portare a bollire a fiamma moderata e lasciare friggere l'aglio fino a doratura. Aggiungere l'aceto e fare ancora sobbollire per alcuni secondi. Gettare il carpione caldissimo sulle zucchine e lasciare riposare; servire freddo. La ricetta può essere ripetuta anche con bistecche e trote.



MINJAR AL MES DE LULH

#cucina #mesdelulh
#ceulas
#coçòts

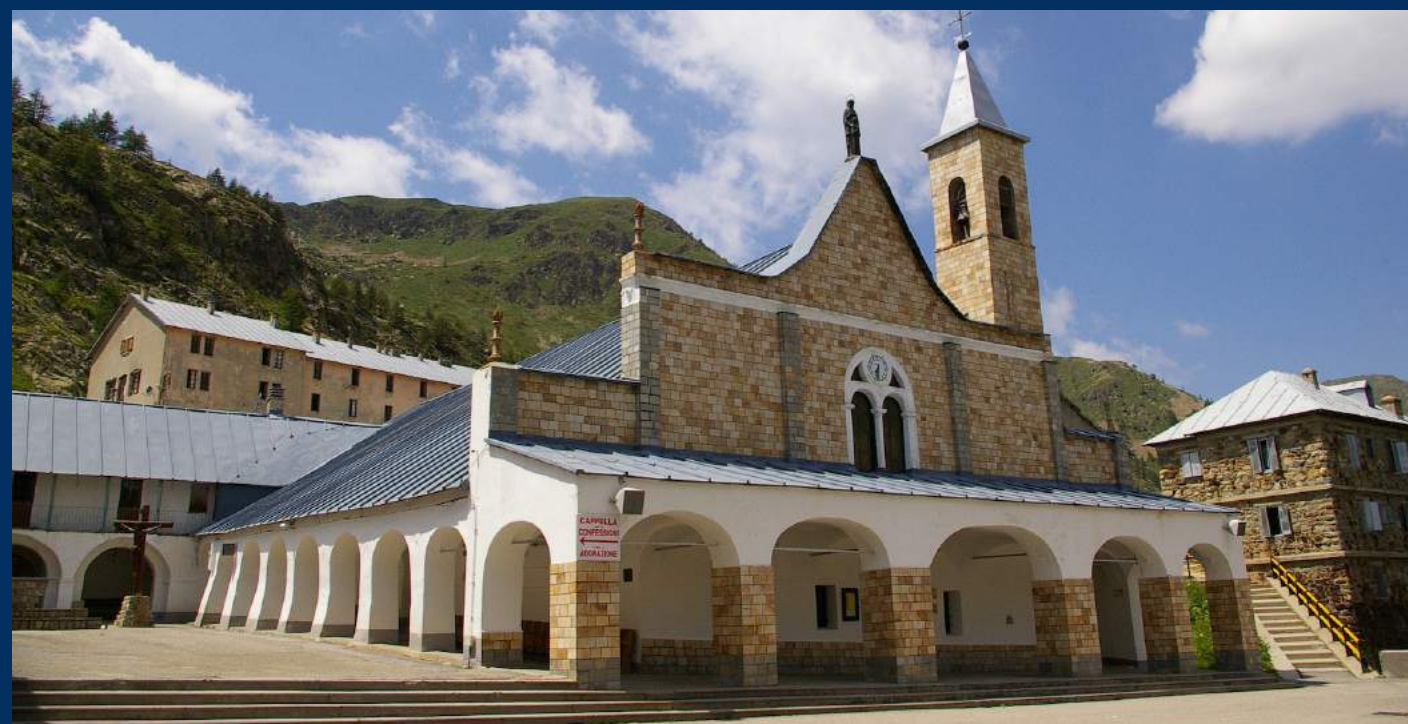
TRADIZIONI DEL MESE DI LUGLIO

Tra le sante più invocate del territorio occitano alpino, Anna e Maddalena vedono cadere le proprie feste nel cuore dell'estate.

PAS MEC MINJAR

SANT'ANNA

Protettrice di mamme e neonati e invocata da chi desidera avere un figlio, Sant'Anna viene festeggiata il 26 luglio. Molto forte è la devozione in tutte le valli, ma specie in Valle Stura, dove sorge un santuario che con i suoi 2010 m di altitudine è il più alto d'Europa. Nel Quattrocento giunge in Piemonte il culto della Madre della Vergine, e si diffonde la leggenda secondo cui Sant'Anna sarebbe apparsa alla pastorella Anna Bagnis sul masso oggi detto rocca dell'apparizione, per indicarle il luogo in cui costruirle un santuario (oggi sono poste qui le statue di Sant'Anna con Maria Bambina e della pastorella in adorazione). Nel 1443 appare il primo documento che fa riferimento alla chiesa con il cambio di intitolazione a Sant'Anna. Numerosi viandanti e pellegrini iniziano a raggiungere il luogo di culto, e nel 1619 la cattedrale di Apt, prima chiesa in Europa dedicata a S. Anna, dona al Santuario una piccola parte della reliquia della Santa, che nel 1722 verrà collocata nel braccio d'argento che ancora si venera. Nel 1681 viene inaugurata la nuova chiesa a tre navate con il pavimento in salita, poiché posato sulla roccia levigata dagli antichi ghiacciai, poco più a valle della prima chiesetta. Le pareti sono adornate da numerosissimi ex-voto offerti da almeno due secoli dai pellegrini in cambio di una grazia ricevuta. Sant'Anna è venerata anche a Celle di Macra e la sua statua è portata in processione dalla Baia di Castellaro.



SANTA MARIA MADDALENA

Raffigurata a volte come mirrofora, ovvero con l'unguento col quale avrebbe profumato il corpo di Gesù deposto, altre come donna selvaggia coperta dai soli lunghi capelli biondi, Santa Maddalena è celebrata il 22 luglio e il suo culto si diffonde tra Provenza e Piemonte a partire dall'XI secolo. Sul territorio alpino uno dei centri principali era la cappella romanica dedicata alla Santa eremita sulla collina di Bernezzo. La costruzione risale al periodo della colonizzazione del territorio da parte dei monaci benedettini di San Michele di Susa. All'interno dell'abside semicircolare sono visibili affreschi di stile romanico del XII secolo e la figura della santa titolare. Ancora oggi si svolge qui una suggestiva processione e festa per la santa.



Espaci Occitan

Via Val Maira 19
12025 Dronero (CN)
tel/fax 0171.904075
segreteria@espaci-occitan.org
www.espaci-occitan.org
fb @museooccitano
tw @espacioccitan

Progetto realizzato con il
contributo della

