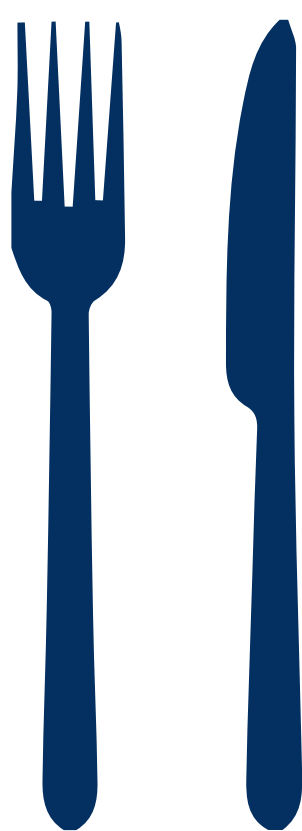
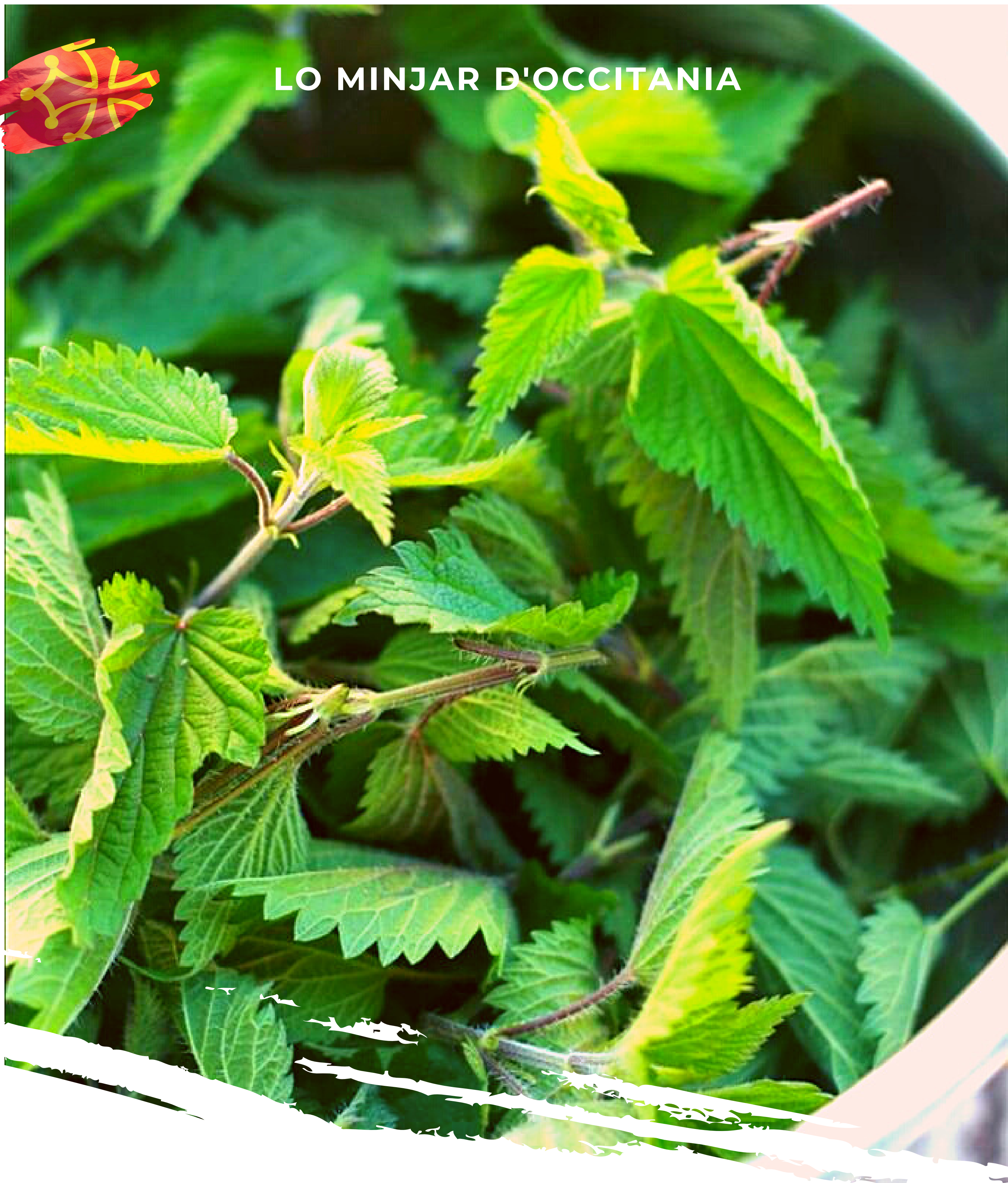




LO MINJAR D'OCCITANIA



MINJAR AL MES DE MAI

#cusina #mesdema
#lobònminjaroccitan
#viurelasvaladasoccitanas

MAI

A abril e mai las erbas sarvatjas, justa esponchaas après l'uvern, an mai gust e fan mai ben. En las valadas occitanas eron lhi ingredients per fritaas, saladas e tortas d'verdura, perquè bèl da trobar, fasion ben e eron gratis, ent'una primitiva economia a quilòmetro zero.

**MES
DE
MAI**

LA SALADA D'ORTIAS | QUEIRAS, CHASTELADA

Ingredients per 6 personas:

800 g de butins d'ortias

2 fischas d'alh | 2 ceulas d'alhet | 4 culhiers d'uèli

sal gròssa q.b.

Bulhir per doas minutas las ortias; escolar-las, passar-las sot l'aiga freida e chapolar-las. Pistar l'alh abo la ceula d'alhet e una pessuaa de sal gròssa ent'un mortier, o chapolar-lhi; jontiar l'uèli e mesclar, e conduchar las ortias abo aqueste banhet.



LAS MERDAS DE CHAN | VAL GES, NIÇA

Ingredients per 6 personas:

1 kg d'òrlas (a Niça còstas)

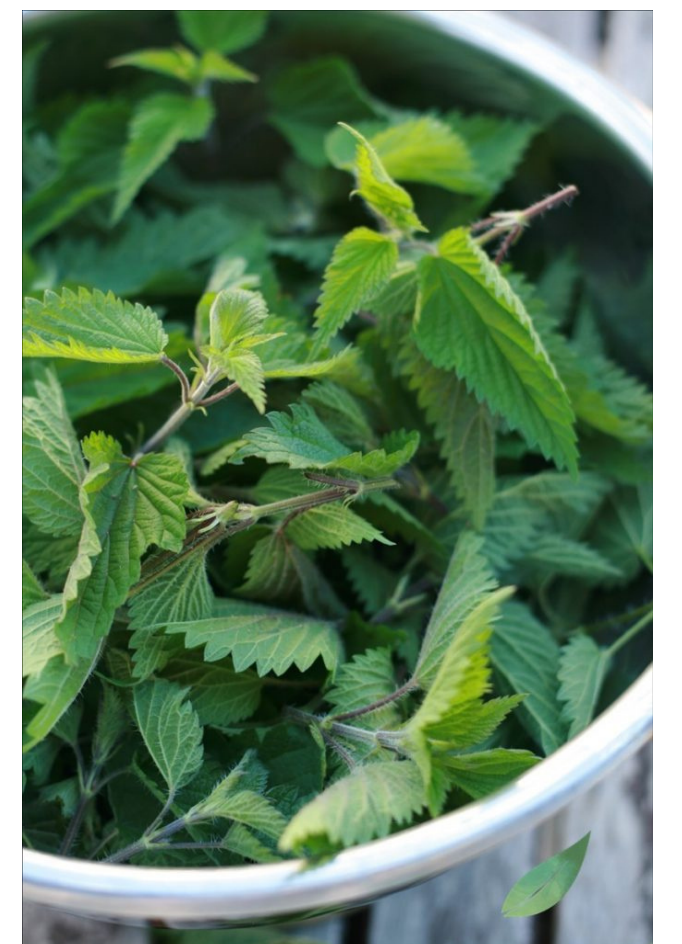
2 uòus | 150 g de crama

400 g de farina (a Niça decò bòdis)

200 g de charn (avançums dal bulhit o aròst eschapolats)

Burre e fromatge o banha d'charn | sal q.b.

Eschapolar las òrlas cruas e las butar dins lo grilet abo uòus, crama, charn tritaa e sal. Jontar la farina, mesclar e empastar. Far bulhir l'aiga e campar a còire de culhieraas d'empast. Far còire 10/15 minutas, escolar abo l'esclumaròla e conduchar abo bur e fromatge o banha d'charn..



MINJAR AL MES DE MAI

#cusina #mesdemai
#lobònminjar occitan
#viurelasvaladasoccitanas

TRADICCTIONS DEL MES DE MAI

Mai es un mes ric de costumas e tradiccions.
La bòna cusina vai en bracetà abo curiositats e ensenhaments!
Descuerbem-lhiensemp!

PAS MEC MINJAR

LO PREMIER DE MAI

Tradiccion encuei encara presenta ental Roero e en l'Italia orientala e centrala, l'arbol del mai un bòt se fasia decò en las valadas occitanas. Era un arbol talhat dal bòsc que venia plantat enti país lo premier de mai; polia esser fach abo un pal de bòsc decorat, un arbol pichòt, de ramas o de guirlandas estachaas denant a las maisons; mincatant l'arbol era portat en procession da una maison a l'autra. Se cresia que l'espirit d'l'arbol porguesse donar vita, bonaur e fertilitat.

L'arbol era dich "lo mai" e per James Frazer auria originat lo juech chamat "arbol d'la cocanha", decorat de jambons, sautissas, dòuç e fromatges, entese rampinhavon lhi joves del país. La costuma arcaïca de plantar lo mai per celebrar la prima era ben presenta en las ruaas d'campanha, ente una estagion fortunaas era fundamentala per far sobreviure la comunitat.

LAS ROGACIONS

Las rogacions son de prieras e processions pòrta bonaur per la campanha. Devon tirar la benedicion divina sus l'aiga, lo trabalh de l'òme e lhi fruchs d'la tèrra. Las "majors" se fan lo 25 d'abril e las "minors" enti tres jorns drant de l'Ascension ental rite roman (8 jorns ental rite ambrosian), que vòl dir entre lo 30 d'abril e lo 3 de junh. Es una costuma ben antica que remonta al 474 en la Gallia Lugdunense, encuei Delfinat, ente s'eron passats nombrós malaurs e un terremòt.

Mamerto, evesco de Viena (puèi proclamat sant) avia demandat ai fidèls de far un triduo de priera e abstinença e avia organizat de grandiosas processions publicas vers las gleisas d'la diòcesi.



LO MAI



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

