

Storia e origine delle Zeppole di San Giuseppe

scritto da Carmen Bilotta | 17/03/2017



È il dolce tipico della festa del papà a base di pasta bigné frita, e dal gusto neutro, coperta da crema pasticcera dolce e profumata. Un'amarena o una ciliegia sotto spirito, invece, conferisce una nota aspra



Qual è l'origine delle **zeppole di San Giuseppe**, un vanto della pasticceria italiana? Sebbene da secoli siano preparate il 19 marzo nelle regioni del Centro e Sud Italia per la Festa del papà e per il Carnevale, restano profondamente radicate nella tradizione napoletana.

Origine delle Zeppole di San Giuseppe a Napoli

È la storia a attribuire la paternità delle **Zeppole di San Giuseppe a Napoli**. La prima **ricetta ufficiale** si trova, infatti, nel **Trattato di Cucina Teorico-Pratico** del celebre gastronomo **Ippolito Cavalcanti**, Duca di Buonvicino, che - nel 1837 con lo stile semplice e immediato che lo contraddistingueva - la mise nero su bianco in lingua napoletana.

La **ricetta della zeppola di San Giuseppe classica** suggerita dal Cavalcanti, prevede l'utilizzo di pochi ingredienti: farina, acqua, un po' di liquore d'anice, marsala o vino bianco, sale, zucchero e olio per friggere.

Miette ncoppa a lo ffuoco na cazzarola co meza carrafa d'acqua fresca, e no bicchiere de vino janco, e quanno vide ch'accomenz'a fa lle campanelle, e sta p'asci a bollere nce mine a poco a poco mezo ruotolo, o duje tierze de sciore fino, votanno sempe co lo lanatiuro; e quanno la pasta se scosta da tuorno a la cazzarola, allora è fatta, e la lieve mettennola ncoppa a lo tavolillo, co na sodonta d'uoglio; quanno è mezza fredda, che la può manìa, la mine co lle mmane per farla schianà si pe caso nce fosse qualche pallottola de sciore: ne farraje tanta tortanielli come solo li zeppole e le friarraje, o co l'uoglio, o co la nzogna, che veneno meglio, attiento che la tiella s'avesse da abbruscìa;

po co no spruocolo appuntut le pugnarraje pe farle squiglià e farle venì vacante da dinto; l'accuonce dinto a lo piatto co zuccaro, e mele. Pe farle venì chiu tennere farraje la pasta na jurnata primma.

Nonostante la prima stesura della ricetta sia del 1837, sembra che le origini Zeppole di san Giuseppe si collocassero a secoli presecanti: pare che, nel 1400, rientrassero addirittura tra i "privilegi" del Vicerè di Napoli, Juan II de Ribagorza.

Due leggende legate all'origine delle Zeppole

Come per molti dolci, anche la nascita delle zeppole è avvolta dalla leggenda e si ricollega a tradizioni antiche e diverse tra loro, da ricercarsi addirittura nel **500 a.C.** Le leggende che si tramandano sarebbero due.

La prima, di matrice cristiana, farebbe risalire la **nascita delle zeppole alla fuga in Egitto della sacra famiglia**. Si dice che San Giuseppe, per mantenere Maria e Gesù, dovette affiancare al mestiere di falegname quello di friggitore e venditore ambulante di frittelle.



La Sacra Famiglia in una pala d'altare nella Basilica di San Frediano a Lucca.

Sembrerebbe che a Napoli, per una sorta di devozione al Santo, ad un certo punto si sia sviluppata la tradizione degli *zeppolari di strada*. Fino a qualche anno fa, per i vicoli della città, ci si poteva imbattere in questi artigiani che si esibivano pubblicamente nella loro arte su banchetti posti davanti alle loro botteghe dove vendevano le zeppole appena fatte.

È **Goethe**, in visita nel capoluogo partenopeo verso la fine del 1700, a raccontarlo:

Oggi era anche la festa di S. Giuseppe, patrono di tutti i frittolecci cioè venditori di pasta fritta...Sulle soglie delle case, grandi padelle erano poste sui focolari improvvisati. Un garzone lavorava la pasta, un altro la manipolava e ne faceva ciambelle che gettava nell'olio bollente, un terzo, vicino alla padella, ritraeva con un piccolo spiedo, le ciambelle che man mano erano cotte e, con un altro spiedo, le passava a un quarto garzone che le offriva ai passanti... ”.

Una **seconda leggenda** sulla zeppola di san Giuseppe ci condurrebbe a Roma, invece, durante le [celebrazioni delle Liberalia](#), feste organizzate dai romani in onore delle divinità dispensatrici del vino e del grano.

Durante queste feste, che si celebravano il 17 marzo, per **omaggiare Bacco e Sileno** suo precettore e compagno di bagordi, si bevevano fiumi di vino e ambrosia accompagnati da profumatissime frittelle di frumento, cotte nello strutto bollente. Con l'avvento dell'Imperatore Teodosio II, che proibì qualsiasi culto pagano, cessarono anche le *Liberalia*. Tuttavia è probabile che, nel tempo, esse siano state assimilate dal cattolicesimo che fissò due giorni più tardi la festa di San Giuseppe che, nel 1968, divenne il giorno dedicato alla festa del papà. Le zeppole che oggi portano il nome del santo, altro non sarebbero che le discendenti delle **antiche frittelle romane**.

Il 19 marzo, giorno di riti di purificazione agraria

Il **19 marzo** è una data particolare anche per un altro motivo. Questo giorno, posto a ridosso della fine dell'inverno, sembra che si potesse ricollegare ai tradizionali *riti di purificazione agraria* dell'Italia meridionale, durante i quali si accendevano dei falò che dovevano il fulcro di danze per festeggiare l'equinozio di primavera, condividendo con la comunità proprio delle frittelle ricoperte di miele. Usanza questa, ancora in auge in alcuni paesi del sud Italia.

Origine della parola “Zeppola”

Sull'**origine della parola “zeppola”** i pareri sono discordanti. Alcuni ritengono che **derivi dal latino *serpula(m)***, serpe, il che giustificherebbe la forma di serpente attorcigliato su se stesso. Morfologicamente, peraltro, sarebbe normale il passaggio da *s* a *z* e l'assimilazione di *rp* in *pp*.

Altri, invece, sostengono che il nome **derivi da zeppa, dal latino *cippus***, con cui a Napoli si identifica il fermo di legno posto per correggere i difetti di misura nei mobili. Ancora una volta, dunque, sarebbe evidente il riferimento al mestiere di San Giuseppe.

Ma le teorie non si esauriscono qui. Altri, ad esempio, collegano le zeppole alla ***cymbala(m)***, un'imbarcazione fluviale dal fondo piatto e con l'estremità arrotondata simile alla forma di una ciambella. Col tempo, attraverso una serie di modificazioni linguistiche, *cymbala* è diventato *zippula*, da cui zeppola. Un'altra ipotesi ne ricollega la radice etimologica a ***saeptula, da saepio, cingere***, un termine che designava genericamente gli oggetti di forma rotonda. La questione è lunga e non manca nemmeno il riferimento a **Zi' Paolo**, nome del presunto friggitore napoletano, che alcuni considerano l'inventore della zeppola da strada.

Al 1700, sono le suore a inventare la forma moderna delle zeppole

Quel che è certo è che il dolce inizia a prendere la forma che conosciamo oggi, solo nel 1700 e si

narra che fossero le suore le più brave a cucinarle, sebbene non è ancora possibile affermare con sicurezza se, per la prima volta, furono preparate dalle monache dello Splendore e della Croce di Lucca o, invece, dalle monache di San Basilio del Monastero di San Gregorio Armeno.

Altri, tuttavia, ritengono che la ricetta attuale della zeppola sia opera di quel **Pintauro** ideatore della rinomata sfogliatella il quale, rivisitando le antiche frittelle romane e ispirandosi al Cavalcanti, ne arricchì l'impasto con uova, strutto e aromi per poi friggerle due volte, prima nell'olio bollente e poi nello strutto fuso.

Dalla tradizione alla modernità dell'impasto e della cottura

La **zeppola di San Giuseppe**, dunque, nasce frita anche se oggi si trovano versioni "alleggerite", meno caloriche e dal sapore più delicato. La versione più moderna prevede l'uso della *pâte à choux*, una tipologia di pasta le cui origini risalgono addirittura al '500 allorché fu creata da un pasticciere italiano a Parigi al seguito di Caterina de' Medici.

Le zeppole nelle varie regioni italiane

Le zeppole legate al santo cristiano, oggi, sono preparate anche **nel Salento**, fritte e al forno, farcite con la classica crema pasticceria o con una crema al cioccolato. In **Sicilia** presentano, invece, una nota più orientaleggiante per via dell'impasto realizzato con la farina di riso e della copertura al miele d'arancio o zucchero a velo.

In alcuni paesi della **Calabria** si prepara una zeppola simile nella forma a quelle partenopee ma farcita con ricotta, zucchero, cannella e limone e con un impasto che prevede l'uso della patata.