

Pastiera Napoletana, ricetta classica tra storia e leggende

scritto da Carmen Bilotta | 15/04/2017



La Pastiera napoletana è uno dei dolci simbolo della tradizione napoletana in cui si incrociano le usanze familiari e la scuola pasticceria classica. Ogni famiglia possiede il suo segreto e, in tutta Napoli, esistono più di diecimila ricette che ne rivendicano l'originalità. Qui, proponiamo un viaggio tra storia e leggende legate a questa eccellenza.

*Currite, giuvinò! Ce stà 'a pastiera!
È nu sciore ca sboccia a primmavera,
e con inimitabile fragranza
soddisfa primm 'o naso, e dopp'a panza.
Pasqua senza pastiera niente vale:
è 'a Vigilia senz'albero 'e Natale,
è comm 'o Ferragosto senza sole.*

Guagliò, chest'è 'a pastiera. Chi ne vuole?
L' ingrediente so' buone e genuine:
ova, ricotta, zucchero e farina
(e' o **ggrano** ca mmiscato all'acqua e' fiori
arricchisce e moltiplica i sapori).
'E ttruove facilmente a tutte parte:
ma quanno i' à fà l'imposto,ce vò ll'arte!
A Napule **Partenope**, 'a sirena,
c'a pastiera faceva pranzo e cena.
Il suo grande segreto 'o ssai qual'è?
Stu dolce pò ghì pure annanz' o Rre.
E difatti ce jette. Alludo a quando
il grande Re Borbone Ferdinando
fece nu' monumento alla pastiera,
perchè facette ridere 'a mugliera.
Mò tiene voglia e ne pruvà na' fetta?
Fattèlla: ccà ce stà pur' a **ricetta**.
A può truvà muovendo un solo dito:
te serve pe cliccà ncopp' a stu sito.
Màngiat sta pastiera,e ncopp' a **posta**
dimme cumm'era: aspetto na' risposta.
Che sarà certamente "Oj mamma mia!
Chest nunn'è nu dolce: è na' poesia!"

Storia della pastiera napoletana

È uno dei **dolci simbolo della tradizione napoletana** in cui si incrociano le usanze familiari e la scuola pasticceria classica. Se in tempi remoti, la **pastiera** veniva preparata solo in occasione della Pasqua, e ancora oggi è strettamente legata a questo periodo, è comunque possibile trovarla tutto l'anno poiché, come il babà e la sfogliatella, anch'essa è entrata a far parte delle delizie napoletane.

Rinfrescata dai sentori dei fiori d'arancio, che simboleggiano il ritorno della primavera, e mai eccessivamente dolce, la pastiera - dal punto di vista gastronomico - richiama un periodo in cui, all'equilibrio dei sapori, si preferiva la sensazione invasiva, o addirittura dominante, di un singolo ingrediente.

Storia della pastiera

La sofisticata simbologia dei suoi componenti principali, è intimamente legata alla storia della civiltà che l'ha prodotta. Da tempo immemorabile, in tutto il bacino del Mediterraneo, si producono dolci a base di ricotta, uova e grano ed è proprio quest'ultimo a racchiudere in sé un **profondo significato simbolico**. La spiga è un segno che viaggia attraverso i secoli e le religioni, a cominciare dal culto frigio e cruento di Cibele, fino a confluire, attraverso i riti greci e misteriosi di Demetra, nei festeggiamenti romani e più addomesticati dedicati a Cerere. Cerimoniali questi, volti sia ad esprimere la gratitudine umana verso il divino per i frutti della terra e la volontà di propiziarsi raccolti e fertilità, sia a celebrare l'ininterrotto ciclo di vita e morte.

Si ritiene che la pastiera, sia pure in forma rudimentale, accompagnasse le feste pagane che celebravano il ritorno della primavera, durante le quali le **sacerdotesse di Cerere** portavano in processione l'uovo, simbolo di vita nascente. La ricotta addolcita, tuttavia, potrebbe essere

interpretata anche come la trasfigurazione delle offerte votive di latte e miele tipiche delle prime cerimonie cristiane, a cui si aggiungono il grano, a propiziare ricchezza e fecondità, e le uova, simbolo di vita nascente.

La **tradizione del grano e del farro**, misto alla morbida crema di ricotta, potrebbe derivare dal pane di farro delle nozze romane, dette appunto "*confarratio*". Un'altra ipotesi ritiene di poterli far risalire alle focacce rituali che si diffusero all'epoca di Costantino il Grande, derivate dall'offerta di latte e miele, che i catecumeni ricevevano nella sacra notte di Pasqua al termine della cerimonia battesimale.

Il mito della Sirena Partenope

Tra le storie popolari legate a questo tradizionale dolce partenopeo, vi è quella legata al **mito della Sirena Partenope** che, incantata dalla bellezza del golfo disteso tra Posillipo e il Vesuvio, si dice avesse fissato in quel luogo la sua dimora.

Ogni primavera, la bella sirena emergeva dalle acque per salutare le genti che popolavano il golfo, allietandole con canti d'amore e di gioia. Gli abitanti di quelle terre, da cui sarebbe sorta Neapolis e poi Napoli, affascinati e rapiti dalla sua voce melodiosa, un giorno accorsero verso il mare e commossi dalla dolcezza di quel canto e dalle parole d'amore che la sirena aveva loro dedicato, vollero renderle omaggio offrendole in dono quanto di più prezioso possedevano, e cioè i prodotti della loro fertile terra.

Sette fra le più belle fanciulle, in rappresentanza delle sette principali "fratrie", furono incaricate di consegnare i doni alla bella Partenope:

1. la **farina**, forza e ricchezza della campagna,
2. la **ricotta**, omaggio dei pastori e delle pecore,
3. le **uova**, simbolo della vita che da sempre si rinnova,
4. il **grano tenero**, bollito nel latte, a prova dei due regni della natura,
5. l'**acqua di fiori d'arancio**, perché anche i profumi della terra sollevano renderle omaggio,
6. le **spezie**, in rappresentanza dei popoli più lontani del mondo,
7. ed infine lo **zucchero**, per esprimere l'ineffabile dolcezza profusa dal suo canto, in cielo, in terra, ed in tutto l'universo.

La sirena, felice per tanti doni, si inabissò per fare ritorno nel suo regno e deporre le preziose offerte ai piedi degli dei, i quali estasiati dal soavissimo canto, riunirono e mescolarono con arte divina tutti gli ingredienti, trasformandoli nella prima pastiera che, si dice, superasse in dolcezza e bontà il canto della stessa Partenope.

La decorazione superficiale a forma di croce

A questo proposito va ricordato che la decorazione a "grata" di pastafrolla sulla pastiera, che la tradizione tuttora vuole costituita in numero di sette strisce complessive (quattro in un senso e tre nel senso trasversale), a croce greca, formerebbero la "**planimetria**" dell'**antica Neapolis**, così come ancora oggi si presenta con i tre decumani e con i cardini che li attraversano in senso trasversale.

In maniera altrettanto simbolica, esse rappresenterebbero l'offerta dei **sette doni alla Sirena Partenope e agli Dei**, come sublime e collettivo atto di devozione, come pure le sette fanciulle incaricate di portarli in nome delle sette "fratrie".

Altre leggende legate alla pastiera napoletana

Un'altra antica leggenda, narra, invece, che ci fu un tempo in cui le mogli dei pescatori, durante la notte, lasciarono sulla spiaggia delle ceste contenenti ricotta, frutta candita, grano e uova e fiori d'arancio come offerte per il "Mare", affinché questo lasciasse tornare i loro mariti sani e salvi a terra.

Il mattino seguente, recatesi nuovamente in spiaggia per accogliere i loro compagni, notarono che durante la notte i flutti avevano mescolato gli ingredienti lasciando al loro posto una torta: la pastiera.

Un'altra storia è quella che ha per protagonisti **re Ferdinando II di Borbone e sua moglie, la regina Maria Teresa d'Austria** che i sudditi avevano soprannominato "nun redeva maje", "la regina che non sorride mai". Si dice che un giorno, cedendo alle insistenze del marito, accondiscese ad assaggiare una fetta di pastiera sorridendo per la prima volta in pubblico, al che re Ferdinando, considerato il più napoletano dei Borbone si lasciò scappare la battuta: "Per far sorridere mia moglie ci voleva la Pastiera, ora dovrò aspettare la prossima Pasqua per vederla sorridere di nuovo".

Questa è la storiella in rima baciata:

*A Napule regnava Ferdinando
Ca passava e' jurnate zompettiando;
Mentr' invece a' mugliera, 'Onna Teresa,
Steva sempe arraggiata. A' faccia appesa
O' musso luongo, nun redeva maje,
Comm'avess passate tanta guaje.*

*Nù bellu juorno Amelia, a' cammeriera
Le dicette: "Maestà, chest'è a' Pastiera.
Piace e' femmene, all'uommene e e' creature:
Uova, ricotta, grano, e acqua re ciure,
'Mpastata insieme o' zucchero e a' farina
A può purtà nnanz o'Rre: e pur' a Rigina".*

*Maria Teresa facett a' faccia brutta:
Mastecanno, riceva: "E' o' Paraviso!"
E le scappava pure o' pizz'a riso.
Allora o' Rre dicette: "E che marina!
Pe fa ridere a tte, ce vò a Pastiera?
Moglie mia, vien'accà, damme n'abbraccio!
Chistu dolce te piace? E mò c'o saccio
Ordino al cuoco che, a partir d'adesso,
Stà Pastiera la faccia un pò più spesso.
Nun solo a Pasca, che altrimenti è un danno;
pe te fà ridere adda passà n'at' anno!*

Da dove nasce la versione attuale della pastiera

Si ritiene che il segreto della pastiera sia nel grano e nell'uso della ricotta di cui a Napoli non c'è risparmio in moltissime preparazioni e che conferisce morbidezza a tante ricette.

Si pensa che la **versione attuale della pastiera** sia stata messa a punto nella pace segreta di un antico monastero napoletano ormai dimenticato, allorché una suora volle unire in quel dolce, simbolo della resurrezione, il profumo dei fiori dell'arancio del giardino conventuale. Alla bianca ricotta mescolò una manciata di grano, aggiunse poi le uova, simbolo di nuova vita, l'acqua di millefiori profumata come la primavera, il cedro e delle spezie aromatiche provenienti dall'Asia.

Sebbene si ignori in quale monastero nacque la versione più moderna della pastiera, quel che è certo è che **furono le suore dell'antichissimo convento di San Gregorio Armeno a canonizzarne la versione più attuale**. Reputate maestre nella complessa manipolazione della pastiera, ne fecero presto un simbolo che le famiglie benestanti di Napoli ritenevano indispensabile per festeggiare la Pasqua. Proprio per le mense delle dimore patrizie e della ricca borghesia napoletana, le suore erano solite confezionare in gran numero.

Come spesso accade in cucina, anche a Napoli, ogni brava massaia si ritiene detentricice dell'autentica o della migliore ricetta della pastiera.

Ogni famiglia ha il suo segreto

Il gusto naturalmente è diverso e ogni famiglia possiede il suo segreto. Per questo motivo, si può dire che, in tutta Napoli, esistono più di diecimila ricette che rivendicano l'originalità di questa preparazione. Dalla [ricetta della pastiera con crema pasticciera](#) nella costiera sorrentina, alla pastiera di riso del beneventano, a quella con i tagliolini che si prepara invece nel nolano, a quella che utilizza il grano kamut, o a quella alla quinoa con le innovazioni della moda, si aggiunge per i più golosi anche del cioccolato.

Sono **moltissime le tradizioni, differenti le tecniche** e le preparazioni che la riguardano. Possiamo affermare che sono principalmente **due le scuole di pensiero**: la più antica insegna a mescolare alla ricotta semplici uova sbattute; mentre la seconda, più innovatrice, raccomanda di mescolarvi una densa crema pasticciera che la rende più leggera e morbida. Questa novità nella preparazione del dolce, è da attribuirsi al dolciere-lattaio **Starace**, la cui bottega, oramai scomparsa, si trovava in un angolo della Piazza Municipio.

La pastiera va confezionata con un certo anticipo, non oltre il giovedì o il venerdì Santo. L'anticipo nel confezionamento servirebbe a garantire che la complessità degli aromi che la caratterizzano si amalgami lasciando un sapore armonioso, omogeneo e inconfondibile.

A Napoli è frequente trovare la pastiera venduta e servita all'interno di appositi "ruoti" in ferro stagnato il cui ruolo è quello di preservare la fragilità del delicato impasto.

La ricetta classica della Pastiera napoletana

Ingredienti per la pasta frolla

- 3 uova intere
- 500 gr di farina
- 200 gr di zucchero
- 200 gr di strutto

Ingredienti per il ripieno

- 700 gr di ricotta di pecora
- 600 gr di zucchero

- 500 gr di grano cotto
- 80 gr di cedro candito
- 80 gr di arancia candita
- 50 gr di zucca candita (cucuzzata) oppure altri canditi misti
- un pizzico di cannella
- 100 gr di latte
- 30 gr di burro o strutto
- 5 uova intere
- 2 tuorli
- 1 cucchiaino di vaniglia
- 1 cucchiaio d'acqua di fior d'arancia
- 1 limone
- 1 tuorlo per la decorazione finale

Procedimento

Procurarsi del grano a chicchi, preferibilmente tenero. Lasciarlo in una terrina per 3 giorni, immerso nell'acqua, ricordando di cambiarla al mattino e alla sera. Trascorsi i 3 giorni, scolarlo e sciacquarlo sotto acqua corrente e, quando è ben pulito, metterlo a cuocere. Per 500 grammi di grano è sufficiente una pentola con 5 litri d'acqua, a fiamma alta fino alla bollitura. Abbassare la fiamma e continuare la cottura per circa un'ora e mezza senza mai girarlo. A cottura ultimata salarlo a piacere e scolarlo.

Questa cottura è valida per la preparazione di tutte le ricette a base di grano; il grano cotto può essere conservato in frigorifero per circa una settimana. Al momento di utilizzarlo, per preparare la ricetta desiderata, portare l'acqua ad ebollizione, immergere il grano e lasciar bollire per circa 5 minuti.

Se non si gradisce la consistenza troppo granulosa del grano cotto, è possibile frullarlo, appena è terminata la cottura nel latte, affinché diventi liscio e omogeneo.

A questo punto **preparare la pasta frolla** mescolando tutti gli ingredienti e formando un panetto che dovrà riposare in frigorifero avvolto in un foglio di pellicola trasparente.

Nel frattempo versare in una casseruola il grano cotto, il latte, il burro, la scorza grattugiata di 1 limone e lasciar cuocere per 10 minuti mescolando spesso fino ad ottenere un composto dalla consistenza cremosa.

Frullare a parte la ricotta, che dovrà essere asciutta e completamente priva del suo siero, con lo zucchero, 5 uova intere più 2 tuorli, la vaniglia, un cucchiaio di acqua di fiori d'arancio e un pizzico di cannella. Lavorare il tutto fino a rendere l'impasto molto fine. Aggiungere una grattata di buccia di un limone e i canditi tagliati a dadini. Amalgamare il tutto con il grano. Prendere la pasta frolla e con il mattarello stendere l'impasto di uno spessore di circa 1/2 cm. Rivestite uno stampo di circa 30 cm. di diametro, precedentemente imburrato, avendo cura di rifilare la parte eccedente, che potrà essere ridistesa così da ricavarne delle strisce.

Versare il composto di ricotta nello stampo, livellarlo, e procedere a decorarlo con le strisce di pasta frolla, formando una grata che dovrà essere spennellata con un tuorlo sbattuto. Infornare la pastiera a 180° per circa un'ora e mezza finché non avrà assunto un bel colore ambrato.

Consigli utili sulla consumazione della pastiera

La pastiera è ancora più buona se mangiata qualche giorno dopo. Per questo motivo, nella tradizione napoletana, in genere si prepara già il venerdì santo o anche il giovedì, così da poter essere meglio apprezzata il giorno di Pasqua, con tutti i sapori ben amalgamati.

Può esser ulteriormente conservata, almeno quattro giorni, rigorosamente fuori dal frigorifero, coperta da un panno bianco di lino, e non dalla pellicola. Successivamente, può essere conservata in frigo per altri giorni.

La pastiera, tradizionalmente, viene infornata nel classico “ruoto” di ferro stagnato o di alluminio, e una volta cotta, essendo fragile e friabile, per conservarla è meglio lasciarla nello stampo.

Ricetta della Pastiera con crema pasticcera

Per preparare la crema, mettere in un pentolino i tuorli di due uova e 60 grammi di zucchero e mescolare con la frusta o un cucchiaino di legno, fino a quando il tutto sarà diventato ben spumoso. Aggiungere 60 grammi di farina e, continuando a mescolare, unire 200 cc. di latte.

Aggiungere, infine, la buccia di un limone, porre il pentolino sul fuoco a fiamma bassa e far addensare la crema mescolando sempre nello stesso senso. Una volta addensata togliere la buccia di limone.

Preparare la pastiera come descritto nella ricetta principale, ma utilizzando 350 grammi di ricotta, 250 di zucchero, 50 cc. di latte, 2 uova, un tuorlo d'uovo, 50 cc. di acqua di fiori d'arancio e lasciando invariati gli altri ingredienti. Aggiungere la crema alla ricotta e cuocere come indicato nella ricetta principale.