

Elaborato realizzato in occasione del concorso

"Ti Racconto un Posto" indetto dal FAI nell'a. s. 2020/2021

«Identità ritrovate. Alla riscoperta del patrimonio di storia, arte, natura e delle tradizioni civiche italiane»



Ti presento un posto...

Olbia

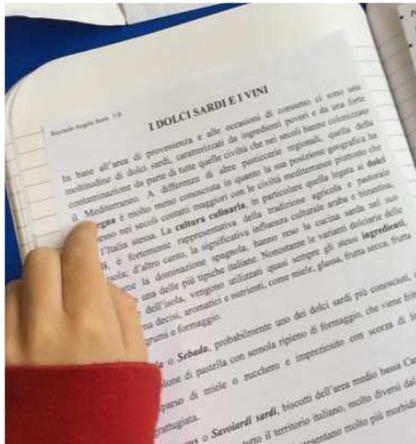
attraverso la sua ***Enogastronomia***

CLASSE V B
SAN SIMPLICIO - OLBIA



“L’ora più bella per mangiare... quando si ha fame di cultura”

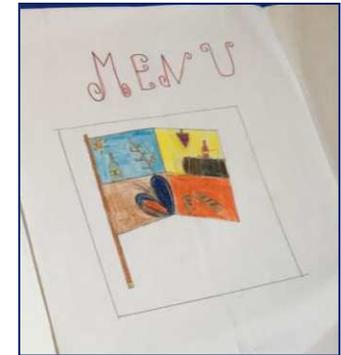
Un viaggio alla scoperta dei mille sapori,
dei mille colori, delle mille emozioni dei
tipici piatti olbiesi.



Lezioni frontali



Lavoro in
gruppo



Menu tipico
olbiese



Gli argomenti trattati durante le lezioni frontali sono stati:

MITILICOLTURA



I PANI TRADIZIONALI



OLIO



VINO





MITILICOLTURA



La MITILICOLTURA
arriva ad Olbia nel
1922 con un
imprenditore di
Taranto, **Saverio de
Michele** e con
imprenditori di La
Spezia.

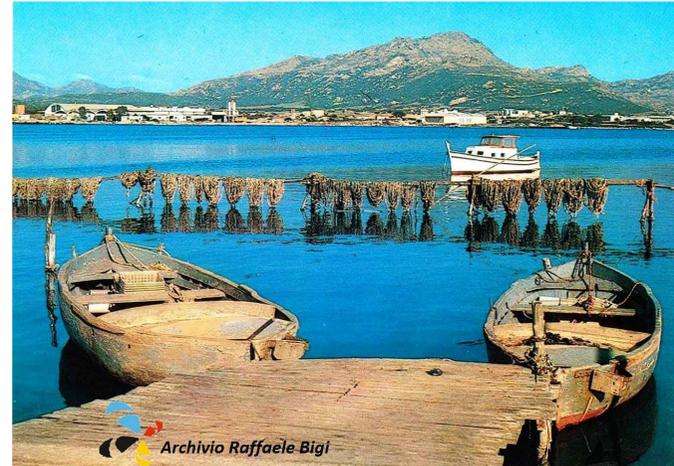




PERLANERA

LA COZZA DI OLBIA

La foto 1952: Elio Bigi con zio Juanne Maria Serreri, nei pressi dell'Isola Manna, mettendo a posto "Su fusu", ovvero il fuso, lo stenditoio. Veniva realizzato con pali di castagno, portati da Desulo ed Aritzo. Serviva per "mettere all'aria" cordame e pergolati di cozze, per eliminare i parassiti del mare.



Archivio Raffaele Bigi



Archivio Raffaele Bigi



Archivio Raffaele Bigi





«S'indattaraiu»

Canzone scritta di getto da
Tony De Rosas
per Armando Bigi.



Canzone molto cara agli olbiesi
perché ricorda le origini dell'
economia legata alle cozze e alla
personalità di Armando Bigi.

Su sole su manzanu est bessende,
Taulara s'est tota illuminende
e tue cun sos balcas tuas andende,
e no t'abbies chi ses imbetzende.

De orgogliu ti ses postu a tribulare
pro poder a nois totus dimostrare
chi trabagliende cun vera boluntade
un homine si podet mezorare.

Salude e gloria ja ti podes meritare
Deus Deus Deus Deus
Deus t'illuminet
pro poder continuare
a esser bonu semper
cun sa familia tua e sos parentes,
cun sos amigos tuos e tota sa jente,
cun totus fizos tuos vida perenne.

Ite tribulia totu s'annu...

Aspetende a lu 'ider mannu...

*Isperemus chi siet bonu e prenu
e a nos cumpensare bi penset Deus.*

Torrende ses a domo famidu e istracu,
oe puru as trabagliadu che a unu macu.
Muzere tua dae su balcone 'aldiende
E nois cun issa ti semus aspetende...

Salude e gloria ja ti podes meritare
Deus Deus Deus Deus
Deus t'illuminet
pro poder continuare
a esser bonu semper
cun sa familia tua e sos parentes,
cun sos amigos tuos e tota sa jente,
cun totus fizos tuos vida perenne.

Il pescatore di cozze

Il sole sorge al mattino,
Tavolara è tutta illuminata
E tu stai uscendo con le tue barche
E non ti accorgi che stai diventando vecchio.
Con orgoglio ti sei messo a lavorare duro
Per poter dimostrare a tutti noi
Che lavorando con vera volontà
Un uomo può
Migliorare.

Salute e gloria tu possa meritare
Dio Dio Dio Dio
Dio ti illumini
Per poter continuare
A essere sempre buono
Con la tua famiglia e i tuoi parenti
Con i tuoi amici e
Tutta la tua gente,
Con tutti i figli tuoi per sempre.

Quanto tormento durante tutto l' anno
Aspettando che venga più grande
Speriamo che sia buono e pieno
E lasciamo che pensi Dio a ricompensarci.

Stai tornando a casa
Affamato e stanco
Anche oggi hai lavorato
Come un matto.
Tua moglie ti sta guardando dal balcone
E noi con lei ti stiamo attendendo...

Salute e gloria tu possa meritare
Dio Dio Dio Dio
Dio ti illumini
Per poter continuare
A esser sempre buono
Con la tua famiglia e i tuoi parenti,
Con i tuoi amici e con tutta la tua gente
Con tutti i figli tuoi per sempre



I PANI TRADIZIONALI

Nei tempi antichi, il pane era confezionato esclusivamente dalle donne. Veniva cotto nei forni, rigorosamente a legna, presenti nelle case o nel vicinato. La panificazione veniva eseguita in base alla necessità della famiglia e alla sua ricchezza.

Durante particolari periodi, come Pasqua o Natale, la lavorazione del pane veniva fatta in modo particolare e con molte più decorazioni.

La lavorazione del pane era un modo per stare tutte insieme. Veniva lavorato dalle donne di casa e dalle donne del vicinato, creando così anche un momento conviviale da vivere tra donne.

*“Pani e bucata, dugna chita si ni faci”
Il pane e il bucato, si fanno ogni settimana*





Pane tipico gallurese con crosta croccante e mollica morbida. Procedimento molto particolare, il pane viene prima bollito, poi cosparso di bianco d'uovo ed infornato per ottenere queste caratteristiche.

Una delle massime espressioni della creatività e dell'inventiva delle *massaias* 'e domo -esperte donne di casa- è, da secoli, la preparazione del pane rituale.



Durante la Quaresima e la Pasqua le varietà dei pani rituali è grandissima.

OLIO

**Ulivi e olivastri,
caratterizzano gran parte
della piana olbiese.**



Olbia, Città dell'Olio

VINO

**Olbia vanta un numero rilevante
di denominazioni di origine
dedicate al vino.**



Olbia, Città del Vino

LE DENOMINAZIONI DI ORIGINE DEL VINO NEL COMUNE DI OLBIA

Colli del Limbara IGT

Vermentino di Gallura DOCG

Cannonau di Sardegna DOC

Monica di Sardegna DOC

Moscato di Sardegna DOC

Moscato di Sardegna DOC sottozona Gallura

Sardegna Semidano DOC

Vermentino di Sardegna DOC



In questa enoregione il vermentino di Gallura, dai profumi intensi e dal colore giallo paglierino, ha trovato il suo habitat ideale. Questa tipologia di vino deve essere bevuta entro il terzo anno di vendemmia. Inoltre, il vermentino è oggetto di una sagra che viene festeggiata i primi di Agosto a Monti.

Coincide con la provincia di Olbia - Tempio questa enoregione caratterizzata da un paesaggio molto vario di rocce scolpite dal vento, dolci colline e nuraghi ha qui trovato l'habitat il vermentino di colore giallo.



Miele per accompagnare il formaggio negli aperitivi con il Vermentino



*“Ghja ti lu poni lu inu in friscu”
“Già te lo metti il vino in fresco”*

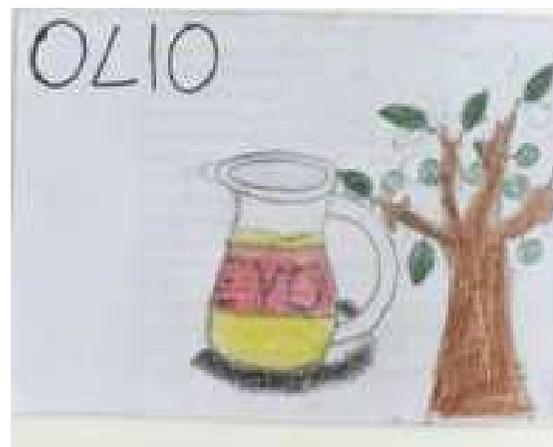
Si dice quando qualcuno pensa di fare un buon affare ma in realtà sta prendendo una fregatura.



“Ebbè... l'è turratu l'ociu?”

“Ebbè, gli hanno tolto il malocchio?”

Espressione legata alla medicina popolare contro il malocchio, ovvero la lettura dell'olio.





Laboratorio delle cozze gratinate: Specialità olbiese

1



2



3



4



Piatto finito



Ricetta

INGREDIENTI: cozze, aglio, prezzemolo, pane grattugiato, pecorino grattugiato, sale e pepe, eva

PREPARAZIONE: Aprire le cozze possibilmente a crudo e staccare solo la parte superiore del guscio. Disporre su una teglia da forno. Preparare a parte il condimento a base di aglio, prezzemolo, pane grattugiato, pecorino grattugiato, sale e pepe. Distribuire il condimento sui mezzi gusci, irrorare con un filo d'olio extravergine di oliva e mettere in forno a 180 gradi per circa 15 minuti.



Titolo del progetto:

OLBIA

ATTRAVERSO LA SUA ENOGASTRONOMIA



Obiettivi del progetto:

Il progetto nasce dal desiderio di promuovere negli alunni del quinto anno, la conoscenza dei prodotti tipici del territorio e dei modelli di produzione e diffusione degli stessi, nonché delle nuove tendenze di filiera e di mercato e delle novità inerenti l'etichettatura alimentare.

Contenuto del progetto:

Promuovere la conoscenza dei prodotti tipici e dei prodotti tradizionali, in particolare di quelli del territorio gallurese. Favorire il lavoro di gruppo, coinvolgere in laboratori pratici gli alunni con la creazione di piatti e di Menù. Interagire con i propri familiari alla ricerca di ricette tradizionali e di prodotti enogastronomici fatti in casa. Riconoscere i prodotti della tradizione.





Antipasti:

- Cozze gratinate
(cozze, pane grattugiato, formaggio grattugiato, olio d'oliva)
- Formaggi e salumi con pane carasau
- Oliva
- Mozza frita
(pane a fesa, pane a sale, miele)
- Ricotta e miele

Secondi piatti:

- Maialetto al forno al profumo di mirto
(maiale, sale, mirto)
- Pecora in cappotto
(pecora bollita, patate, pomodori secchi, cipolle, carote, alloro, prosciutto, rosmarino, sale)
- Panadas
(carne di maiale, scalogno, zafferano, prosciutto)

Primi piatti:

- Zuppa gallurese
(pane raffero, brodo di pecora, pecora, prosciutto, sale)
- Gnocchetti sardi col ragù
(carne macinata, pasta di semola)
- Spaghetti con le cozze
(aglio, prosciutto, olio d'oliva)

Dolci:

- Seadas
(farina, zucchero, formaggio, strutto, sale, olio di semi, miele)
- Acciugeddi
(semola, farina, zucchero, strutto o burro, uova, vino, acqua, miele)
- Formaggelle
(sale, acqua, olio d'oliva, semola, farina, tuorli, zafferano ricotta fresca)

Vini:

- Vermentino
(vino bianco di Gallura)
- Capichera
(vino bianco, rosé e rosso)
- Acqua Smeraldina

Cozze gratinate

MIELE

Zuppa Gallurese

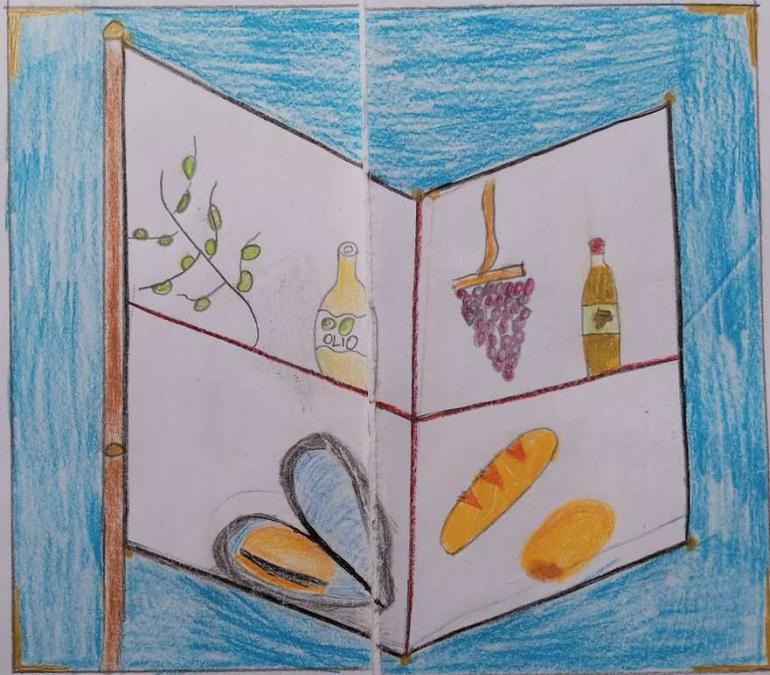
L'OLIO

SEADAS

L'azienda

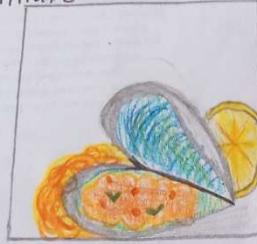
anch
come
ideddu un
sulle colline
e dei Miele
bezzolo e il

MENU

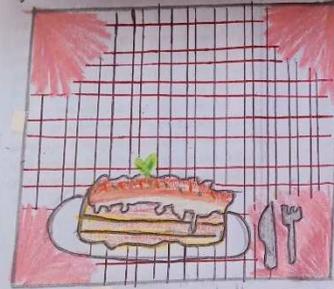


Un loco un di gustà
Un luogo da gustare

Cozze gratinate



zuppa gallurese



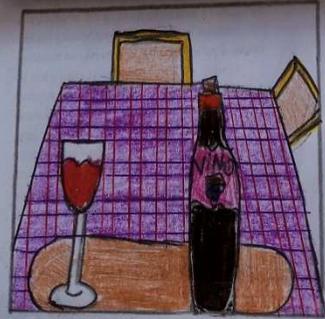
MIELE



L'OLIO

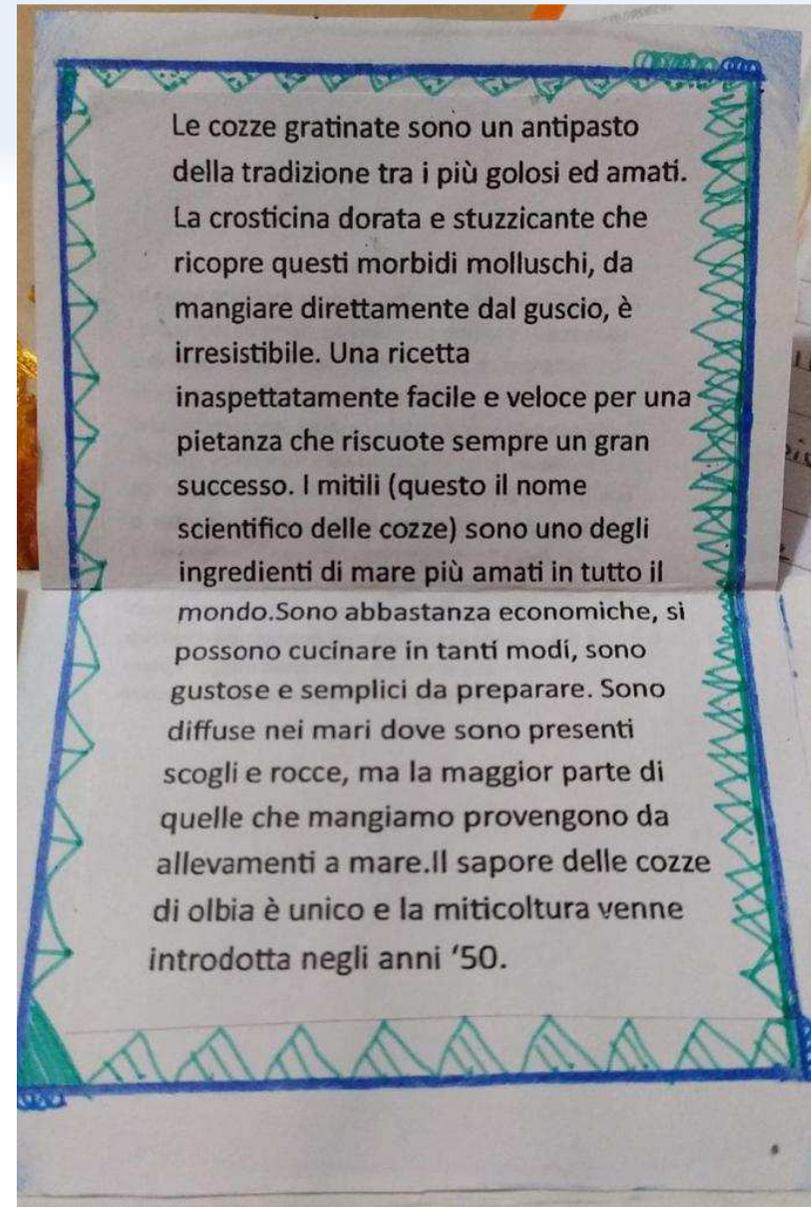
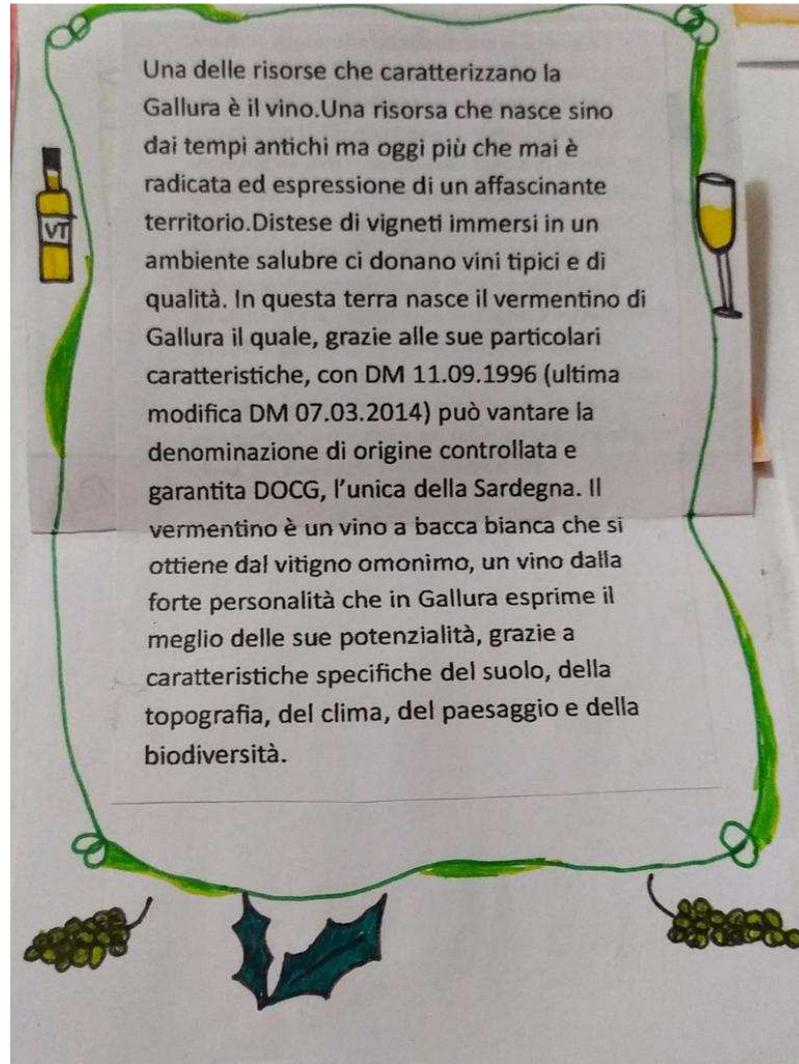


SEADAS





LE NOSTRE RICERCHE





La seadas è un piatto tipico della tradizione gallurese a base di semola, formaggio, miele (o zucchero) come condimento. Considerato un dono di bentornato, che le donne sarde erano solite offrire ai propri mariti pastori che rientravano a casa dopo l'assenza per la transumanza, la seadas sembra avere un'origine abbastanza antica, dal momento che in testi come il De Agricoltura di Catone e il Satyricon di Petronio sono citate ricette a base di formaggio, farina e miele che ricordano molto da vicino la specialità sarda. Per realizzare le seadas, occorre preparare una sorta di impasto morbido: basterà creare una fontana con la semola e un po' di acqua tiepida, a cui si aggiungerà un cucchiaino di sale, un cucchiaio di olio ed infine lo strutto. Il panetto ottenuto dovrà risultare omogeneo e andrà fatto riposare per mezz'ora. Nel frattempo, bisogna preparare il ripieno: formaggio pecorino fuso, un pizzico di sale, scorza di limone. Trascorso questo tempo, bisogna stendere la sfoglia e ritagliare dei dischetti rotondi: al centro di ognuno mettere il ripieno preparato precedentemente e chiuderlo sui bordi con un coperchio di sfoglia. Friggere le seadas in olio di oliva e servire caldissime cosparse di miele o zucchero a velo.

L'origine della zuppa gallurese è avvolta nel mistero; viene chiamata anche Suppa cuata. Il termine suppa è una parola che nel medioevo veniva utilizzata per i piatti della cucina italo-aragonese, che dominavano il sud Italia. In questo contesto, tutti i piatti italici che prevedevano l'utilizzo di pane intriso in un qualsiasi liquido venivano chiamati zuppa. Inoltre, a sostegno della tesi che vuole l'origine della zuppa gallurese proprio nel medioevo, in qualche ricettario del XV-XVI secolo, si riportano le ricette con cui preparare una buona zuppa. Queste ricette prevedono l'utilizzo del brodo sopra una fetta di pane sottile. Le zuppe contenute nei ricettari, conosciute con diversi nomi quali suppa a la catalana, zuppa degli aragonesi e così via, assomigliano tutte alla zuppa gallurese, di cui sono certamente antenate. Preparare la zuppa gallurese non è complicato. Innanzitutto bisogna disporre le fette di pane raffermo su una teglia e bisogna preparare due litri di brodo di carne. Cospargete il tutto con il brodo, facendo in modo che tutto il pane venga bagnato. Successivamente fate uno strato di formaggio vaccino e spolverate il misto con pecorino ed erbe.

Antipasti:

Cozze gratinate

(cozza, pane grattugiato, formaggio grattugiato, olio, spezie)

Formaggi e salumi con pane carasau

Olive

Mazza frissa

(panna fresca, semola, sale, miele)

Ricotta e miele

Primi piatti:

Zuppa gallurese

(pane raffermo, brodo di pecora, provola, prezzemolo, sale)

Gnocchetti sardi col ragù

(carne macinata, passata di pomodoro)

Spaghetti con le cozze

(aglio, prezzemolo, olio di oliva)

Secondi piatti:

Maialetto al forno al profumo di mirto

(maialetto, sale, mirto)

Pecora in cappotto

(pecora bollita, patate, pomodori secchi, cipolle, carote,

alloro, prezzemolo, rosmarino, sale)

Panadas

(carne di maiale, scalogno, zafferano, prezzemolo)

Dolci:

Seadas

(farina, zucchero, formaggio, strutto, sale, olio di semi, miele)

Acciuleddi

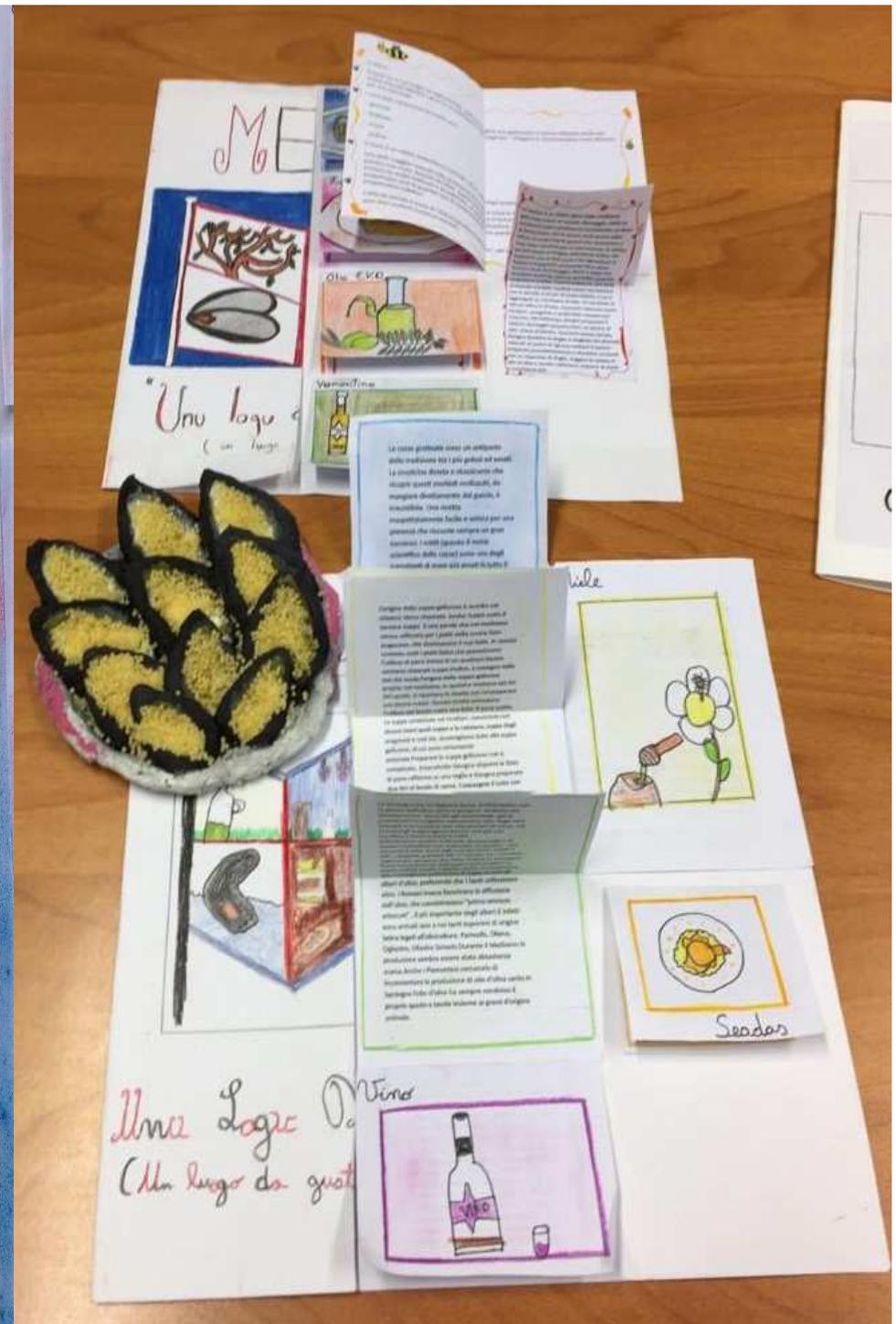
(semola, farina, zucchero, strutto o burro,

uova, vino, acqua, miele)

Formaggelle

(sale, acqua, olio di oliva, semola,

farina, tuorli, zafferano, ricotta fresca)

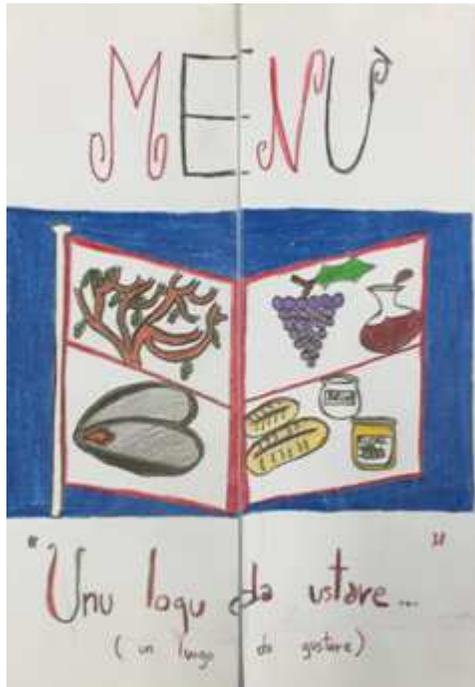




"Unu logu da ustare"

Trad. Un luogo da gustare

La realizzazione del nostro Menù.



Questo progetto è stato realizzato con grande entusiasmo da:
Noemi, Malak, Eleonora, Giuseppe, Martina, Veronica, Sebastian, Bruno D.,
Samuele, Bruno F., Federico, Anthony, Jordan, Federica, Chiara, Paolo, Alex,
Eleonora, Ada, Matteo, Riccardo, Viola, Serena, Giada, Emanuele.

Grazie a maestra Monica, maestro Sandro e l'archeologa Durdica

Ciao sono Samuele, del progetto mie piroghe di più la parte in cui abbiamo lavorato in gruppo, per cercare i piatti tipici della storia sarda. Poi ho imparato che non tutti i piatti fanno parte della Gallura.

Ora vorrei ringraziare maestro Sandro, maestra Monica e anche l'archeologa Durdica, che hanno avuto la presenza di aiutarci nei lavori che abbiamo realizzato.

Samuele

LE NOSTRE RIFLESSIONI...

Mi è piaciuto ascoltare, imparare e conoscere ma non solo, perché anche creare il menù e fare ricerche interessanti su alcuni piatti è stato utile. Vorrei tanto ringraziare Maestra Monica, Maestro Sandro e soprattutto Durdica, perché loro rendono tutto più interessante e divertente.

Viola

QUELLO CHE MI È PIÙ PIACIUTO DEL PROGETTO SONO STATE LE PRESENTAZIONI DI DURDICA CON I SUOI POWER POINT E ANCHE AVER FATTO I DISEGNI. HO IMPARATO CHE IL PANE È SACRO E CHE NON SI BUTTA, ORA SO COME SI FANNO LE SECCANS E ANCHE CHE MI PIACE FARE GNOGA STRO NOME. VORREI RINGRAZIARE MAESTRA MONICA CHE MI HA PROPOSTO DI PARLARE A QUESTO PROGETTO E PER IL MIO CORAGGIO. AMEN TO E ANCHE MAESTRO SANDRO CHE SA MOLTE COSE E INFINE MAESTRA DURDICA CHE MI HA PROPOSTO QUESTO MAGNIFICO PROGETTO. NOCHI

Insieme a Durdica, abbiamo imparato a conoscere il territorio in cui viviamo e a scoprire tutte le sue bellezze enogastronomiche.

Dopo la parte "teorica", è arrivata la parte "pratica": abbiamo creato un menù da ristorante con tutti i cibi tipici della Gallura.

Abbiamo fatto delle riviste che abbiamo raccolto con i maestri.

Ringraziamo Durdica e i maestri, per averci aiutato!
GRAZIE

Martina

Il 18.11.2020 la nostra maestra Monica ci ha parlato di una archeologa che ci avrebbe fatto conoscere i cibi Galluresi ma soprattutto Olbiesi. Noi eravamo super contenti di partecipare, Così all'inizio abbiamo imparato: l'origine delle cozze, dell'olio e tante altre cose super belle. La parte più bella è stata quando noi abbiamo iniziato a fare il nostro logo, scelto i piatti da inserire nel menù e fatto le ricerche. Io devo ringraziare Durdica, M. Monica, M. Sandro, che hanno reso tutto più interessante.

Federica

"LE NOSTRE OPINIONI SUL PROGETTO ENOGASTRONOMICO FAI"
DEL PROGETTO MI E' PIACIUTO FARE MOLTI DISEGNI INVECE
DI STAMPARLI E' STATO MOLTO DIVERTENTE, ALTRIMENTI SAREBBE
STATA UNA NOIA!
HO IMPARATO ALCUNE RICETTE SARDE, RINGRAZIO DURDICA
PER AVERCI FATTO IMPARARE LA PROVENIENZA DEI CIBI SARDI.
Jordan

Le nostre opinioni sul progetto "FAI"
mi e' piaciuto tantissimo, perché abbiamo imparato a collaborare
e anche ad aiutarci tra noi. Facendo questo lavoro
ho imparato a impegnarmi per ricercare informazioni
sugli argomenti trattati che riguardano il nostro territorio.

Le nostre opinioni sul progetto enogastronomico
FAI"
I maestri ci hanno fatto partecipare volentieri
al progetto e da lì è iniziata quest'av-
ventura.
Abbiamo imparato a conoscere il territorio in
cui viviamo e a scoprire tutte le sue
bellezze enogastronomiche.
Dopo la parte "teorica", è arrivata la
parte pratica: abbiamo creato un menu
da ristorante con tutti i cibi tipici della
Gallura.

Abbiamo sulla l'enogastronomia per scoprire il nostro
territorio, abbiamo collaborato. Abbiamo imparato
ad apprezzare Olbia e in generale la Gallura e
ricoperto da noi possono gustare moltissimi piatti
buoni da mangiare. Non potevamo immaginare
di metterci così tanto entusiasmo e impegno.

Le nostre opinioni sul progetto enogastronomico FAI
Spero che potremo andare all'agriturismo di mia su
tutti assieme, e fare un bel pranzetto Gallurese con il
menu che abbiamo realizzato. Perché ci tengo tanto.

Veronica

Il progetto Fai mi è piaciuto molto perché abbiamo parlato
di tanti luoghi interessanti, poi dopo abbiamo fatto un menu
e inteso abbiamo disegnato e scritto alcuni piatti tipici di
Olbia e della Gallura.

Voglio ringraziare l'archeologa Durdica, Maestra
Monica, Maestro Sandro per averci dato
~~la~~ tantissime notizie sul nostro territorio e
averci fatto imparare tantissime cose. ❤️
Malak

Dopo le
lezioni teoriche, abbiamo iniziato un laboratorio
per la realizzazione di un menu tipico
della nostra città. Poi una nostra
compagna di classe ha lavorato con
la carta pasta per fare delle corse
gratinate. A me è piaciuto molto che
tutti abbiano partecipato facendo delle
ricerche e dei disegni.

ARCHEOLOGA DURDICA BASCIO, CI HA ILLUSTRATO IL TERRITORIO
E CIBI TIPICI DI OLBIA. DOPO LE LEZIONI TEORICHE, ABBIAMO
INIZIATO UN LABORATORIO PER LA REALIZZAZIONE DI UN MENU'
TIPICO DELLA NOSTRA CITTÀ.

Le mie considerazioni del progetto fai

Il progetto fai è iniziato il 18 Novembre del 2020.
grazie all' aiuto di Maestra Monica, Maestra Lando
e dall' archeologa Durdica; che ci ha fatto vedere
tante cose tradizionali della Sardegna: i
le esare, la ruppia gallurese, la seadas, il
l'olio e il miele. Infine il progetto mi è piaciuto
perché ho imparato vari piatti dell' isola.

Giada Crisi

Del progetto FAI mi è piaciuta molto la storia
dei piatti Sardi e creare un menu da soli. Spero
di fare un altro progetto come questo. (Matteo)

MI È PIACIUTO MOLTO IL MELE E LA
SEADAS.

PAOLO 林保男

Le mie considerazioni sul progetto Sai

La cosa che mi è piaciuta di più era
la parte in cui facemmo il disegno.

Abbiamo parlato di pane, olio e vino. Mi è
piaciuto tantissimo.

Eleonora C.

MI È PIACIUTO MOLTO PARTECIPARE AL PROGETTO
PERCHÉ INSIEME ABBIAMO REALIZZATO UN
MENU CON 1 PIATTO TIPICO DI OLBIA.

SEBASTIAN

La zuppa gallurese è stato il piatto che mi è
piaciuto di più.

Lerena 苏慧沱

Mi sono piaciute tante cose, ma quella più importante è che abbiamo collaborato insieme come una squadra.

Ala

La cosa che mi è piaciuta di più del progetto è che abbiamo parlato di egorastronomia e ogni volta che ne parlavamo mi veniva fame.

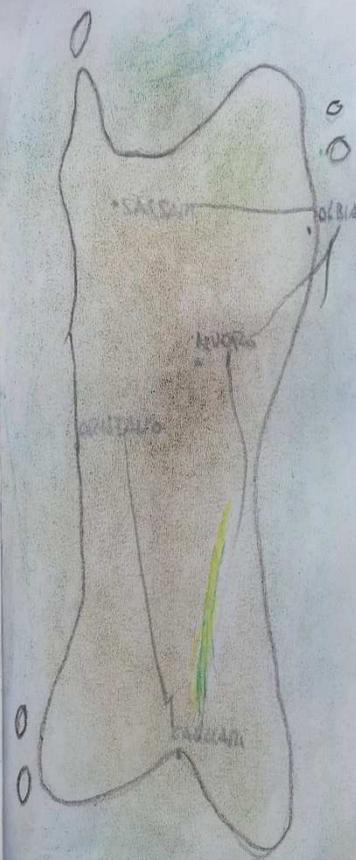
Il progetto del menu mi è piaciuto molto perche di associare i piatti con i miei compagni di classe.

Anthony

"Le nostre opinioni sul progetto enogastronomico FAI"

Questo progetto è iniziato il 18 novembre con Quirica, l'archeologa, è stato uno dei lavori che mi ha richiesto molta attenzione tra fare ricerche, disegnare, colorare e tante altre cose. Una delle cose più importanti che mi ha insegnato questo progetto è la collaborazione con i miei compagni di classe. Tutti hanno fatto una parte del lavoro alla fine è uscito un bellissimo menu con tutti i piatti tipici galluresi. Ringrazio maestra Monica, maestra Lombro e Quirica per averci aiutato a realizzare un menu stupendo.

Federico



EMANUELE