

LA CRESCIA

in collaborazione con il Corso di Laurea in Scienze Gastronomiche dell'Università di Camerino

Il nome "Crescia" indica alcuni tipi di focaccia diffusi nelle regioni Marche ed Umbria. La sua origine è molto antica - tra la fine dell'Impero Romano e l'inizio del Medioevo - e probabilmente, così come per la piadina romagnola, è da ricercare nel pane usato dall'esercito bizantino di stanza per secoli in Romagna, nel nord delle Marche e nella valle umbra attraversata dalla via Flaminia. Catone, nella ricetta di preparazione di una focaccia, dopo aver indicato la tecnica di preparazione con acqua e farina, per la cottura raccomanda: "Pulirai bene il focolare, lo riscalderei alla giusta temperatura, quindi vi porrai la placenta. Coprirai con un coppo caldo, ricoprirai il coppo di brace. Vedrai di cuocerla bene e lentamente, alzerai il coppo per vedere il punto di cottura, due o tre volte". La Crescia, spesso sostituto del pane sulle tavole delle famiglie contadine, è un impasto di acqua, farina, sale e un pizzico di bicarbonato (senza aggiunta di lievito) e deve il suo nome al fatto di dover crescere durante la cottura. Per tutto il Medioevo il pane è stato un alimento centrale tanto che in carenza di farina di frumento, destinata alle classi più abbienti, si impastava con farine di vari cereali considerati più poveri: avena, orzo, miglio e/o farro, fino ad arrivare ad impastare con le erbe o persino con la terra pur di averne in tavola. Circa cento anni dopo la scoperta dell'America venne introdotto l'uso del granturco, economico perché non tassato; nelle tavole delle famiglie contadine prima e dei benestanti poi, la crescia divenne quindi anche di farina gialla di mais. Al giorno d'oggi, rovesciando le usanze medievali, le farine bianche di frumento vengono sostituite con farine integrali o di cereali, considerate più di valore. La Crescia viene ancora tutt'oggi accompagnata da affettati quali prosciutto, salame, ciauscolo ma anche da formaggi e da verdure "strascinate", cioè ripassate in padella con aglio, olio, peperoncino e patate. Questo piatto molto antico ha resistito nel tempo e ora si può trovare sia nei locali che fanno cucina tipica marchigiana ma anche come ottimo street food poco conosciuto al di fuori della regione. Attenzione: non confondetela con la piadina, la crescia è crescia!