



Servizio di Pastorale Giovanile e Vocazionale
Diocesi Ravenna – Cervia

Rubrica “Cucinare”

Ricette per sopravvivere nel deserto

Felici come una Pasqua...quando al supermercato non trovi più lievito

«Si è veramente uomini e donne quando si diventa liberi. Prima non c'è vera umanità. Prima non c'è vera storia. Ecco perché il passaggio dalla schiavitù alla libertà, dalla disumanità alla vera umanità, è segnato dalla fretta, dallo stare in piedi di chi è pronto a partire, dalla coscienza chiara che non ci si può permettere nulla che appesantisca il cammino»¹

Riferimento biblico: Es 12,1-11.15

<https://www.bibbiaedu.it/CEI2008/at/Es/12>

Agnelli, erbe amare e azzimi

Strascicando i piedi nella sabbia, Mosè ripensava agli avvenimenti della notte. Tutti gli ebrei avevano mangiato come Dio comanda. C'era voglia di libertà: per questo tutti avevano obbedito. Avevano preso l'agnello, le famiglie più piccole l'avevano condiviso. Degli avanzi non c'era più traccia. Solo sugli stipiti e sull'architrave delle case ne rimaneva un segno rosso sangue. Nella bocca ancora l'amarezza della schiavitù e di chi lascia senza sapere cosa lo attenderà...o forse era il gusto lasciato dal contorno di erbe. Nelle borse gli azzimi, perché chi ha fretta non può aspettare che il lievito svolga il suo lavoro. Fianchi cinti, sandali ai piedi, bastone in mano. “Pronti, via! Si parte” pensò Mosè. “Siamo nelle mani di Dio. Con il suo aiuto abbiamo attraversato le grandi acque. Il Signore ha ascoltato il nostro grido e ci ha liberato: è la Pasqua del Signore! Nella certezza che Dio ci salva, affronteremo le altre tempeste!”

Spiedini di agnello

- 800 g di spalla di agnello
- 4 cipolle piccole
- 4 spicchi d'aglio
- 12 foglie di salvia
- 150 ml di olio extravergine d'oliva
- sale

Disossare la spalla d'agnello. Tagliare la carne a cubetti e le cipolle a spicchi. Montare 8 spiedini alternando la carne con la cipolla e le foglie di salvia. Lasciare gli spiedini a marinare per due ore nell'olio profumato con l'aglio. Cuocere sulla brace non troppo viva per 10 minuti o in una piastra di ghisa posta sul fuoco di casa. Salare e servire.

Il pensiero vien mangiando...

Quando la frenesia della libertà assorbe i tuoi pensieri, quando ti senti in trappola, prigioniero di confini disegnati o di mura progettate, quando ti scopri schiavo della dipendenza, della pigrizia, della solitudine. Grida! Arriva la Pasqua! Giunge la salvezza! L'agnello non è più consumato, ma è portato sulle spalle. Dio stesso si fa offerta per te! Sepolti nelle nostre case, risorgeremo per abbracciarci di nuovo. Infatti Gesù Cristo ha vinto la morte! Certezza nel presente, speranza per il futuro.

¹ Ricetta e spunti da SARTOR P. – CIUCCI A., *A tavola con Abramo. Le ricette della Bibbia*, San Paolo.



**Servizio di Pastorale Giovanile e Vocazionale
Diocesi Ravenna – Cervia**

Erbe amare e pistacchi

- 500 g di cicoria
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 3 cucchiaini di olive verdi e nere
- 2 cucchiaini di pistacchi sgranati
- 1 cucchiaino di capperi

Lavare la cicoria e tagliarla a pezzi non troppo grandi. Scaldare l'olio in una padella abbastanza grande con l'aglio schiacciato, da togliere prima che diventi scuro. Aggiungere la cicoria e cuocere velocemente per 5 minuti, fino a quando diventa tenera. Togliere dal fuoco e aggiungere le olive sminuzzate e tagliate a metà, i pistacchi sgranati e i capperi. Mescolare e servire subito.

Pane azzimo

- 400 g di farina di grano duro
- 200 ml di acqua

Impastare l'acqua e la farina fino a ottenere un impasto omogeneo ed elastico. Staccare piccoli pezzi di pasta e stenderli prima con le mani e poi con un mattarello fino a ottenere una sfoglia finissima. Bucherellare i pani con una forchetta e cuocerli in forno (220°) per circa 6-8 minuti. Lasciarli raffreddare prima di consumarli. Attenzione: affinché la pasta non fermenti è necessario che dal momento dell'impasto a quello della cottura non trascorrono più di 18 minuti.

Per saperne di più: la cena ebraica

Pasqua (in ebraico *Pesach*) è una festività che viene solitamente trascorsa in famiglia in un arco di 14 giorni. In particolare, durante le prime due sere si usa consumare la cena seguendo un ordine particolare di cibi e preghiere che prende il nome di *seder* (che in ebraico significa "ordine"). Durante il *seder* si narra l'intera storia del conflitto con il faraone, delle dieci piaghe e della fuga finale seguendo il racconto detto *Haggadah di Pesach*. Tradizionalmente è il bimbo più piccolo della casa che chiede al nonno, o all'uomo più anziano, di raccontare cosa successe allora. Durante la cerimonia, il piatto del *seder* è parte centrale della cena. Esso di solito è decorato con i principali simboli di Pasqua.

Cotto e mangiato? Mandaci la foto delle tue ricette!