



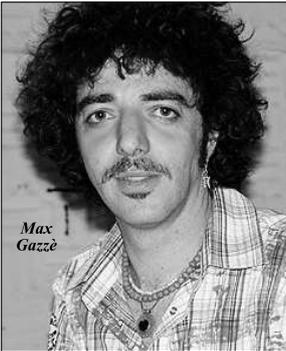
# Il Quotidiano Riccia



DIREZIONE, REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 86100 CAMPOBASSO

VIA SAN GIOVANNI IN GOLFO - TEL. 0874/484623 - FAX 0874/484625

## Jelsi ancora in festa con la ricorrenza di Sant'Antonio

Max  
Gazzè

Più che mai quest'anno il Comitato Festa Sant'Antonio, guidato dal presidente Gennaro Miele, è intenzionato a confermare un programma ricchissimo di eventi ecclesiastici e laici. Questa settimana di festività porterà a Jelsi tantissima gente, che assieme a tanti compaesani tornati dall'estero e dal nord Italia, ralle-

greranno il paesino di Jelsi che soffre, come tutti i comuni dell'entroterra, dello spopolamento e del calo demografico. Non prospettandosi particolari programmi incentivanti per invogliare a restare in queste aree, le feste paesane restano ancora una valida opportunità a tornare in paese e condividere con gli anziani parenti e amici, giorni di vacanze e ritrovata tranquillità.

Sarà il famoso cantautore Max Gazzè che domenica 21 agosto con il suo concerto chiuderà la settimana festiva.

## Scadono il 20 agosto le iscrizioni per poter usufruire del servizio Cure termali, ad ottobre si parte per Telese



Le terme di Telese

Già numerosi iscritti per i cicli delle cure termali del mese di ottobre, con la possibilità di usufruire di prestazioni e trattamenti termali per la cura e la prevenzione di numerose patologie. L'amministrazione comunale, in collaborazione con l'Agenzia Agorà, sta disponendo il trasporto gratuito per le terme di Telese: fanghi, bagni, cure inalatorie, ventilazione polmonare. Le persone interessate a beneficiare del servizio dovranno essere residenti a Riccia e aver compiuto 60 anni d'età; potranno presentare agli uffici comunali di via Zaburri apposita domanda entro e non oltre il 20 agosto 2010.

Il ticket stabilito per ogni ciclo di cure termali è a carico dei partecipanti; il calendario delle visite mediche fi-

nalizzato alle cure termali verrà comunicato successivamente.

E', tuttavia, necessario munirsi di certificazione del medico curante ai fini della visita medica.

L'iniziativa rappresenta una importante opportunità per le persone della terza età, consentendo di poter usufruire di cure speciali, che sul territorio non sono garantite, e a costi accessibili.

Diventa anche una piacevole occasione di incontro e di svago.

Spesso, infatti, i partecipanti organizzano picnic all'aria aperta, dopo essersi sottoposti ai trattamenti.

Da numerosi anni le amministrazioni si impegnano a garantire questo servizio che assicura agli anziani migliori condizioni di vita.

**Monacilioni.** La serata sarà allietata da uno spettacolo di musica country

## Il Comitato San Rocco propone una grande kermesse 'succulenta'

### Come si prepareranno i piatti: i segreti delle massaie monacilionesi

La scelta sta naturalmente nella farina, che deve essere di ottima qualità e fresca. Infatti, non deve essere conservata a lungo, poiché si altera facilmente, in particolare se all'origine c'è il grano non ben germinato o non essiccato a regola d'arte. Deve inoltre essere conservata in luogo fresco e asciutto. Se lasciata troppo tempo aperta, la farina tende ad agglomerarsi, i lunghi filamenti che si notano sono vermicciattoli non distinguibili ad occhio nudo, e va gettata. Se la vostra polenta ha un sapore amarognolo, significa che la farina era adulterata con l'immissione di altre farine, come la farina di castagne o di patate, di ceci.

Anticamente la farina si faceva sul fuoco, con il classico paiolo di rame non stagnato.

Ora, è difficile avere il paiolo e l'atmosfera, a meno di non capitare in qualche baita, ma in commercio esistono paioli efficacissimi, con il doppio fondo di rame poiché

questo metallo è un ottimo conduttore di calore e fa cuocere in modo uniforme la farina. Esistono anche paioli antiaderenti, che facilitano il compito a chi si accinge a preparare questo antichissimo piatto. Oltre al paiolo, serve il bastone per mescolarla. Un tempo era lungo, sottile, tondo, in alcune zone era appiattito al fondo, al giorno d'oggi, nelle nostre cucine, si può ricorrere al comune mestolo a spatola. Paiolo, mestolo e... olio di gomito, altro ingrediente fondamentale per rigirare il tempo necessario alla polenta. Quanto tempo serve perché cuocia al meglio? Un'ora, anche se qualcuno dice quarantacinque minuti, più un altro quarto d'ora. Più la polenta cuoce e più sarà digeribile e buona. Una regola molto importante: la polenta non impazzisce, ma è come la maionese: perché sia proprio buona, deve essere girata sempre nello stesso verso.

Un trucco perché la polenta non faccia i classici, odiosissimi fraticelli: osservate at-

tentamente l'acqua della polenta, quando dà segno che sta per bollire, ma non bolle, incominciate a versare la farina mescolando energicamente. Si scioglierà nell'acqua in modo uniforme e al bollire si apprenderà senza frati. Non siete tanto esperti e i fraticelli ci sono comunque? Usate subito un frullatore ad immersione, poi continuate con il mestolo a spatola. Altri trucchi per avere una polenta saporita sono l'aggiunta all'acqua di un paio di cucchiaini di olio d'oliva e una foglia di salvia o alloro.

La polenta, una volta cotta, si vede perché si stacca perfettamente dalle pareti del

paiolo, va versata con un colpo secco sul tagliere. Per tagliarla non usate lame di metallo, ma coltelli di legno. Il massimo è imparare ad usare il filo, bianco, di cotone e da cucito, che si tende sferzando tra le dita e si affonda nella polenta: la fetta sarà netta, pulita.

Una volta che la polenta è cotta, tagliata e servita, va "maritata" con qualcosa e la fantasia delle nostre regioni si è sbizzarrita.

Dalle più diverse carni alle verdure, sughi ricchi o sughi poveri non c'è che l'imbarazzo della scelta per festeggiare e gustare questo umile piatto che sa trasformarsi in un piatto da re.

*L'antico mulino  
Iosue Palmenti produceva  
fra le migliori farine  
di mais d'Italia  
(Panorama e Terra e Vita)*



Una manifestazione di grande risetto quella che stanno preparando a Monacilioni in questi giorni, per esaltare la locale tradizione della polenta.

Sono state le donne del Comitato per i festeggiamenti di San Rocco a voler organizzare per oggi, martedì 17 agosto, una grande kermesse della polenta. L'intento è di far degustare delle prelibatezze del posto e di far riassaporare sensazioni, emozioni di questo antico ma sempre moderno alimento. Ed è venuto naturale per rallegrare la serata proporre un concerto di musica country invitando uno dei migliori gruppi italiani di oggi i Texas Roses. C'è un'antica tradizione della polenta a Monacilioni, soprattutto per la presenza dell'antico mulino Palmenti Iosue che produceva una delle migliori farine di mais d'Italia (recensioni su Panorama e Terra e Vita).

Sarà possibile degustare la polenta nelle due preparazioni: bianca con funghi pancetta e formaggio, rossa con sugo di carne salsiccia e formaggio.

Il tutto annaffiato da ottimo vino molisano. Per preparare la polenta sarà usata la farina gialla che è la comune farina da polenta, la si ricava dalla macinazione di un meno fine del mais normale e separata dal germe mediante setacciatura. È detta abburattata quando si macina tutto il granturco e si separa solo la crusca. La vitrea, o semola o fioretto è quella macinata a grana grossa.

La farina a grana grossa è quella tipica usata nelle valli del Trentino, Veneto e Lombardia, in particolare nella bergamasca, dà una polenta soda, classica. In alcune zone è mescolata ad un quinto di farina di grano saraceno e si ha la polenta bruna.

La farina a grana sottile è tipica delle zone friulane e di alcune venete. La finissima dà una polenta morbida, tipica del Molise, Toscana, Lazio e Abruzzo.