Nadia Moscardi, ristoratrice abruzzese: “Dopo il terremoto non mi spaventa più nulla…”

In testata legumi adagiati su crema di buccia di patate con verdure croccanti, rapa rossa, cavolo viola, verza, spinacino e scaglie di tartufo.

Imparare a superare le difficoltà tempra il carattere e permette di scindere il superfluo dall’essenziale. Un terremoto come quello de L’Aquila, che a molti ha raso al suolo ogni certezza costruita negli anni, cambia la prospettiva delle cose. Così è stato per Nadia Moscardi, cuoca di ‘**Elodia’**, il ristorante di famiglia a Camardia frazione de L’Aquila, raso al suolo dalle scosse e poi ricostruito. “*Cinzia, noi siamo una famiglia unita, questa è la forza che ci ha permesso di andare avanti.*” Condivido in pieno il suo suo pensiero. La famiglia è il vero punto fermo da cui trarre energia. Non è necessariamente una questione parentale, per me è soprattutto una questione di verità e di affetti sinceri, su cui contare nei momenti difficili.

Elodia, il nome di sua madre. Quarant’anni di attività che oggi continuano con un percorso legato ad una tradizione familiare gastronomica, portata avanti nel segno della Natura. Ho incontrato Nadia e la sua cucina, fatta di radici ed erbe spontanee, all’undicesima edizione di Identità golose 2015. Conclusa la sua presentazione, ho avuto modo di conoscerla attraverso scambi di vita e di esperienze, come è mia consuetudine fare, per capire



meglio le persone e conseguentemente il loro operato.

A lei la parola…

- **Nadia, nel tuo intervento a Identità Golose hai citato diverse piante spontanee che raccogli personalmente nei campi. Mi riferisco al rosolaccio, alla piantaggine, al sedano d'acqua, ai semi di panace o ancora ai semi di lunaria. Da appassionata di erbe e di radici devo ammettere che alcune non le conoscevo. Perché non mettere a frutto questo tuo sapere insegnando alle persone a riconoscere queste piante, e soprattutto ad utilizzarle?**

Questa è una bellissima idea! Sarebbe molto bello organizzare una giornata sul Gran Sasso con una bella passeggiata tra i boschi e i prati per raccogliere erbe, radici e fiori, e poi tornare nel mio ristorante per cucinarli.

- **Sono convinta che il segreto per stare in salute sia nella natura. Se ti dico che 'ci si cura mangiando' cosa mi rispondi?**

Credo fortemente in questa tua affermazione. La nostra salute dipende molto da quello che mangiamo. Siamo purtroppo presi da una vita troppo frenetica per curare al meglio la nostra alimentazione. Le erbe spontanee sono ottime per la nostra salute, specialmente mangiate crude. In questi giorni sono in elaborazione altre ricette con questi vegetali miracolosi.

- **Dopo alcune ricerche, come ti dicevo di persona, ho incominciato ad apprezzare sempre di più i semi, gli oli e le farine ottenute dalla canapa, una pianta che contribuisce a sanare i terreni inquinati, dai molti impieghi e dalle tante virtù terapeutiche. Sono certa che ho stuzzicato il tuo interesse. Mi prepari un piatto con i suoi derivati quando verrò a trovarti?**

Hai decisamente stuzzicato il mio interesse, infatti mi sto documentando molto sulla canapa e vedremo cosa succederà…

- **La pastinaca, un'antica radice bianca tipica aquilana che coltivi nel tuo orto. Mi dai qualche consiglio per cucinarla?**

Cinzia, si può realizzare una crema di pastinaca facendo un frullato della radice e patate lessate, condita semplicemente con sale, pepe e olio extravergine di oliva. Oppure si possono fare del cips di pastinaca facendo delle sfoglie sottili della radice fritte.

- **A proposito della tua 'amatriciana bianca'… mi spieghi di che cosa si tratta?**

L'amatriciana bianca è un piatto della tradizione aquilana; sono spaghetti o maccheroni alla chitarra fatti con un condimento di guanciale e pecorino, con l'aggiunta di pepe o peperoncino. È una ricetta originaria della città di Amatrice che oggi si trova nel Lazio, ma che fino al 1927 è stata in provincia de L'Aquila. Una preparazione semplice in cui sono fondamentali ingredienti di altissima qualità: il pecorino e il guanciale dei monti abruzzesi.

Si rosola in una padella di ferro il guanciale tagliato a striscioline, con un pizzico di pepe o peperoncino; si aggiunge la pasta e poi abbondante pecorino abruzzese. Il mio consiglio, per avere un risultato più cremoso, è quello di unire il pecorino e poca acqua di cottura in padella prima di versare la pasta.



Amatriciana bianca di Nadia Moscardi