Sanguinaccio, antico sapore perduto di Carnevale

Author : Geppe Inserra

Date : 4 Marzo 2019

Oggi è quasi scomparso dalle mense familiari, dalle vetrine delle pasticcerie e dai menù dei ristoranti, ma una volta a Carnevale il sanguinaccio dolce era un *must*, che non conosceva mezze misure: c'era chi lo adorava e se ne sarebbe fatto una scorpacciata, chi lo abborriva, per il suo discusso ingrediente di base: il sangue di maiale.

La parentela con il Carnevale era dovuta soprattutto alla coincidenza con l'uccisione del maiale, che avveniva a febbraio.

Sonante conferma dell'adagio che vuole che del maiale non si butta via niente, ho conosciuto, assaggiato e apprezzato il sanguinaccio grazie a mio nonno, che ne era ghiotto, ed anche mia madre non lo disdegnava. Mio padre invece non voleva sentirne neanche l'odore, e quando veniva servito in tavola si allontanava.

Mia nonna si dibatteva tra una fazione e l'altra: faceva buon viso a cattivo gioco. Non le piaceva, ma era

lei ad occuparsi della preparazione, mentre il compito di comprare gli ingredienti spettava al nonno.

Quando in macelleria trovava il sangue di maiale necessario alla bisogna tornava a casa sorridente. Ammiccando e strizzando l'occhio, consegnava il prezioso involucro alla nonna, che senza indugio si metteva dietro ai fornelli.

Va detto subito che per preparare questa *nutella ante litteram* occorre pazienza, e tanta. Bisogna infatti cuocere il sangue a fuoco lento, lentissimo, mescolando fino a quando non si rapprende fino a raggiungere la consistenza e la densità della nutella, appunto.

Ci vorranno, ad occhio e croce, due o tre ore, ma il risultato ripagherà ampiamente della fatica.

Si comincia filtrando il sangue, con un colino stretto. Bisogna infatti evitare (a questo serve la cottura a fuoco lento e l'estenuante mescolatura) che si formino grumi.

Il sangue così filtrato va quindi posto in una pentola alta assieme agli altri ingredienti. La ricetta presenta infinite varianti, di cui vi dirò.

A casa si usava la versione più semplice e spartana: oltre al sangue, il vino cotto (nella stessa quantità), cacao amaro, zucchero, cannella, vaniglia.

Per mezzo litro di sangue e mezzo litro di vino cotto bisognerà aggiungere mezzo chilogrammo di zucchero, due etti di cacao amaro.

Bisogna portare il tutto a bollore, ma come già detto, a fuoco lento, mescolando con un cucchiaio, meglio se di legno, fino a quando il composto non sarà divenuto una crema densa.

La vaniglia (una bustina) e la cannella (basterà una presa) vanno aggiunte fuori fuoco, continuando a mescolare fino ad amalgamarle bene con tutto il resto.

Le varianti, si diceva. La più sostanziosa sta nell'usare il latte anziché il vino cotto. C'è chi usa aggiungere fecola di patate o più semplicemente farina, come addensante.

Le altre riguardano l'aggiunta di altri ingredienti a quelli di base: cioccolato fondente (contribuirà a rendere il sanguinaccio ancora più somigliante alla nutella, anche dal punto di vista del sapore), noci tritate, uvetta, pinoli, cedro o arancia candita, un bicchierino di liquore Strega di Benevento (che mia nonna qualche volte concedeva alla famiglia, ma raramente si trattava della Strega originale: era bravissima nel prepararla "fatta in casa", utilizzando quegli estratti che, ancora oggi, si trovano nei supermercati). Esistono anche varianti salate, ma questo è un altro discorso.

Va consumato appena si è raffreddato. Ma può essere anche conservato: in questo caso, va versato, quando è ancora caldo, in contenitori dotati di chiusura ermetica, che vanno sterilizzati facendoli bollire per un quarto d'ora.

Nelle sue diverse varianti, il sanguinaccio è diffuso in tutta l'Italia meridionale, con particolare riferimento a Napoli dove viene definito anche "doppia crema al cioccolato", in quanto la versione

partenopea prevede, oltre al latte al posto del vino cotto (e una noce di burro), sia cacao che cioccolato.

Trovare in commercio sangue di maiale è oggi difficilissimo, se non impossibile, date le norme che regolano la macellazione industriale dei suini.

Diversamente da quanto si crede, non c'è però nessuna norma che vieti espressamente la commercializzazione e il consumo alimentare di sangue animale. Il divieto riguarda soltanto la vendita nelle macellerie.

Non c'è alcuna controindicazione, né dal punto di vista igienico, né da quello sanitario. Qualche anno fa, su un forum medico, uno specialista in medicina legale ha risposto, rassicurandolo, ad un paziente che gli si era rivolto disperato, temendo di aver contratto chissà quale malattia dopo aver mangiato un po' di sanguinaccio, senza sapere che si trattasse di sangue di maiale: "non ha corso nessun rischio - ha scritto il medico - , mangiare sanguinaccio è come mangiare carne di maiale. L'importante è che si tratti di un prodotto alimentare, elaborato correttamente da animale controllato secondo le norme veterinarie. Anche nella carne che noi mangiamo è presente sangue, sia pure in quantità ridotta rispetto al sanguinaccio, che è composto da solo da sangue e zucchero più aromi. (Potete leggere qui la lettera e la relativa risposta).

Insomma il sanguinaccio è buono, saporito, e fa perfino bene. Se potete prepararlo, fatelo senza indugio. Non ve ne pentirete.

Geppe Inserra