

GUYS' NEWS



SCRITTORI LUCANI



LO SPORT
SECONDO GLI
ADOLESCENTI



IL CARDO E IL
FINOCCHIETTO



SOMMARIO:

Editoriale.....	1
Inaugurazione Matera Capitale della Cultura 2019.....	2
Patrimonio in gioco	2
STORIA:	
I Sassi pagina.....	3
CULTURA	
Isabella Morra: una donna stonata per il suo tempo.....	4
ARTE	
Dall'in mostra nei Sassi .6 Luigi Guerricchio: "un artista made in Basilica- ta"	7
SCRITTURA CREATIVA	
Il bambino che viveva nella città della vergo- gna.....	8
I nascondigli degli angeli pagina	9
Sara e Emma.....	10
RUBRICA SCIENTIFICA	
Il finocchietto selvatico	11
Il cardo.....	12
GASTRONOMIA	
La gastronomia lucana	13
Piatti materani.....	14
Taralli lucani.....	15
Crapiate e Salsiccia col finocchietto	16
Ricette coi cardo.....	17
SPORT	
Lo sport secondo gli ado- lescenti.....	18
GIOCHI LINGUISTICI	19

EDITORIALE

Questo progetto ambizioso ed originale prende forma dalla collaborazione armoniosa tra alunni e docenti, con lo scopo di valorizzare la vita scolastica e l'influenza del territorio su di essa. Attraverso la creatività degli studenti partecipanti si è cercato di dar voce ad un sentimento di appartenenza, spesso represso o affievolito dalla scarsa conoscenza delle risorse locali: la bellezza della Basilicata, della nostra terra, è un valore dal sapore autentico ed eterno, ed è compito di chi la abita potenziarla e curarla. In queste pagine troverete la riscoperta della tradizione, ma con un tocco fresco ed innovativo dato dalle menti giovani e genuine dei redattori; è stato inoltre possibile favorire un'integrazione più felice e gioviiale all'interno della comunità scolastica e rendere più fruttuosa e consapevole la comunicazione tra scuola e famiglia. Insomma, il nostro giornalino è un seme che vuole diventare una pianta rigogliosa e che affonda le radici in un terreno fertile come quello dei campi lucani, pronto ad assorbire ogni nutrimento, come i giovani talenti che lo hanno coltivato.

Le professoresse

Annunziata Giampietro e Nicoletta Giampietro

REDAZIONE:

- 1°B:** Abate Marica, Battista Marta Pia, Caravelli Maria Grazia, D'Aloia Emily, Dantonio Tonia, Danzi Francesco, Deperte Francesca, Langellotti Marika, Laurenzana Giuseppe, Martiniello Alessia, Matera Gaia, Mestice Marcella, Minervino Innocenzo Mirko, Schiavone Cristian, Tito Mikael, Tomaccio Roberta, Toscano Nicolò.
- 2°B:** Albano Antonio, Benevento Mirko, Cetani Livia, D'Eufemia Francesco, Dantonio Carmen, Doti Paolo, Doti Silvia, Felice Alessandro, Galati Salvatore, Mazzone Pancrazio Carlo, Paradiso Ilaria, Triolone Alessia.

L'INAUGURAZIONE DI MATERA CAPITALE DELLA CULTURA 2019

Per l'evento Matera Capitale della Cultura 2019, la cittadina si è ben organizzata per rendere la cerimonia di inaugurazione indimenticabile. L'evento ha avuto inizio alle 10:00 con l'apertura della Cava del Sole e con la sfilata delle prime 14 bande di cui 7 lucane. Successivamente alle 13:00 i musicisti sono stati accolti in abitazioni e edifici pubblici dove hanno potuto assaggiare il tipico piatto materano: la crapiata.



Dalle 16.30 in poi è iniziata ufficialmente la festa con il progetto "Matera Cielo Stellato", durante la quale il Sasso Barisano, al calar del sole, è stato illuminato da mille lumini. Alle 18:50 è iniziato lo show che ha visto la partecipazione di ospiti nazionali e internazionali tra cui Skin, Valya Balkanska, Rocco Papaleo e Arturo Brachetti, si sono esibiti in Piazza San Pietro Caveoso. Alle 20:30 c'è stata la sfilata che si è propagata per tutta Matera. L'evento è terminato a mezzanotte, però per i cittadini la festa è continuata nei bar e per le vie della città. Se l'obiettivo era entusiasmare, i materani ci sono riusciti alla perfezione, a quanto sembra però questo era solo un assaggio, essendo la scaletta ancora lunghissima, noi però, da bravi tricaricesi aspettiamo il progetto "Capitale per un giorno" a cui parteciperà anche Tricarico.

Marcella Mestice

PATRIMONIO IN GIOCO

In occasione di Matera capitale della cultura 2019, noi ragazzi della 2°B e della pluriclasse di calcio siamo stati scelti per partecipare al progetto "PATRIMONIO IN GIOCO".

Esso consiste nell'elaborare un oggetto grazie ad un programma (Tinkercad) e realizzarlo, con la stampante 3D.



L'attività nasce dall'idea di poter far conoscere ed apprezzare il patrimonio artistico e culturale della Basilicata alle generazioni più giovani. E' rivolto a 19 scuole della regione, tra primarie e secondaria di primo grado, e rappresenta un modo nuovo per avvicinarsi alle bellezze paesaggistiche e culturali della Lucania. In particolare, noi ragazzi delle scuole secondarie di primo grado, produrremo oggetti simbolo della storia del nostro territorio, provando a reinventarli, dando loro una nuova funzione. Noi abbiamo pensato di realizzare un vaso per la coltivazione delle fragole fuori stagione, associandovi la forma del "Cuba-Cuba", strumento tipico del nostro carnevale tricaricese. Nella prima fase di lavoro abbiamo imparato ad usare Tinkercad. Nella seconda fase abbiamo progettato graficamente l'oggetto del territorio prendendo come modello di riferimento: "Il Cuba-Cuba". Nella terza fase l'oggetto verrà stampato in 3D, per mettere in pratica quanto appreso teoricamente. Nella quarta fase progetteremo graficamente con Tinkercad l'oggetto di riferimento reinventato nella sua funzione e ridisegnato nella forma. Nella quinta ed ultima fase stamperemo il nostro oggetto da presentare per "Patrimonio in gioco".

Galati Salvatore

I SASSI DI MATERA

La città dei Sassi è considerata la terza città più antica del mondo. Il primo insediamento umano risale a circa diecimila anni fa. Le case grotta scavate nella tenera roccia di tufo, risalgono all'età del bronzo. Tracce dell'uomo primitivo furono scoperte già nel 1872 dal medico Domenico Ridola, archeologo per passione. Le grotte che rivestono grande importanza sono: la Grotta dei Pipistrelli e la Grotta Funeraria.



Nel Medioevo diviene un centro fortificato, grazie ai Longobardi che la eleggono a Castaldato e punto di scambio tra occidente ed oriente. Con l'arrivo dei Normanni la città assume un aspetto più urbano: nella parte alta fortificata sorgono gli edifici religiosi in stile romanico, gli uffici pubblici ed amministrativi e i palazzi nobiliari; mentre, al di fuori delle mura si sviluppa tutta una serie di caseggiati tra il Sasso Caveoso e il Sasso Barisano. Nel XV secolo Matera abbandona i requisiti feudali ed entra a far parte del Regio Demanio. Il centro della vita cittadina si sposta nella Piazza del Sedile, fuori dalla Civita, dove verrà edificata la sede del municipio. Nel 1663 Matera diventa sede della Regia Udienda della Basilicata e Capoluogo di regione. Il 1800 fu un secolo di regressione sociale ed economica. Nel 1860 la popolazione aumenta a dismisura portando al sovraffollamento dei Sassi: si scavavano grotte e ambienti ristretti dove vivere o meglio sopravvivere. Nel 1900 la situazione abitativa nei Sassi si presenta molto degenerata. Nel 1927 Matera diviene capoluogo di provincia e ciò provoca cenni di risveglio. Lo scrittore Carlo Levi, nelle lettere scritte alla sorella dall'esilio forzato, voluto dal regime fascista, descrive i Sassi come i gironi dell'inferno di Dante. Nel dopoguerra, anni cinquanta, la situazione diventa insostenibile soprattutto dal punto di vista igienico sanitario. Per rimediare, l'allora Presidente del Consiglio, Alcide De Gasperi, promulga una riforma: 'la legge Risanamento Sassi'. Furono realizzati altri quartieri come borgo Venusio, così i Sassi si spopolano e sono abbandonati anche ad un inesorabile degrado architettonico. Negli anni 90 inizia una riscoperta dei Sassi, considerati una vergogna nazionale negli anni cinquanta/sessanta, diventano patrimonio mondiale dell'umanità. Fu l'architetto Pietro Laureano a redigere il progetto di candidatura nell'UNESCO. Dal 1993 riprendono i lavori di ristrutturazione per riportare alla vita questo magnifico patrimonio storico culturale: le abitazioni sono fornite di acqua, fognatura, corrente elettrica e gas. Attualmente i Sassi accolgono quattromila abitanti, forniscono strutture alberghiere, bed and breakfast, botteghe artigianali. Riscoperti, diventano set per film e prodotti multimediali. Artisti di tutto il mondo vogliono venire a visitare Matera per lavorare ad ammirare una delle più antiche meraviglie del pianeta. Il 17 novembre 2014 le viene dato il premio Capitale Europea 2019.

Laurenzana Giuseppe

ISABELLA MORRA: "UNA DONNA STONATA PER IL SUO TEMPO"

"Isabella: una donna stonata per il suo tempo. La sua voglia di libertà, la sua resistenza al predominio familiare, il suo coraggio nel combattere le convenzioni, i suoi versi lanciati contro il degrado: tutto questo è la prova del reato commesso".



Nota anche come **Isabella Morra**, (Favale, odierna Valsinni in provincia di Matera, 1520 circa – Favale, 1545 o 1546), è stata una poetessa italiana lontana da corti e salotti letterari. Visse sotto la prepotenza dei fratelli, segregata nel proprio castello, dove si occupò della sua produzione letteraria. La sua breve esistenza, caratterizzata da isolamento e tristezza, si concluse con il suo assassinio da parte degli stessi fratelli a causa di una presunta relazione clandestina con il barone Diego Sandoval de Castro, poeta di origine spagnola e barone del vicino paese di Bollita (oggi Nova Siri), nonché castellano di Cosenza, che subì la medesima sorte. Pianse della sua condizione di donna e di meridionale; in quanto donna non potette godere di determinati privilegi riservati solo agli uomini, in quanto meridionale, visse una realtà contadina, tra gente di una mentalità "*chiusa e ristretta*", in una terra lontana da Napoli, allora capitale del regno e della cultura.

Unico conforto in tanta solitudine fu la poesia a cui affidò i suoi pensieri più nascosti, i suoi segreti, le sue ansie e i suoi tormenti: l'odio per la terra natia e l'amore profondo per il padre esule in terra straniera. Sconosciuta in vita, acquistò una certa fama dopo la morte e divenne nota per la sua tragica biografia, ma anche per la sua poetica, tanto da essere considerata una delle voci più autentiche della poesia italiana del XVI secolo, nonché una pioniera del Romanticismo. Isabella nei suoi componimenti non canta l'amore perché probabilmente non ha mai amato nessuno. L'unico breve cenno all'amore è il matrimonio, visto solamente come unica via possibile di liberazione e emancipazione.

I fieri assalti di crudel Fortuna

"La Fortuna è Matrigna per Isabella, come la Natura lo sarà per **Giacomo Leopardi**; nonostante la Fortuna sia essa stessa una creatura mitologica femminile, è da sempre nemica delle donne"

I fieri assalti di crudel Fortuna
scrivo piangendo, e la mia verde etate;
me che 'n s'è vili ed orride contrate
spendo il mio tempo senza loda alcuna.

Degno il sepolcro, se fu vil la cuna,
vo procacciando con le Muse amate;
e spero ritrovar qualche pietate
malgrado de la cieca aspra importuna,⁸

e col favor de le sacrate Dive,
se non col corpo, almen con l'alma sciolta
essere in pregio a più felice rive.

Questa spoglia, dov'or mi trovo involta,
forse tale alto Re nel mondo vive
che 'n saldi marmi la terrà sepolta.

D'un alto monte onde si scorge il mare

“Dal castello, aggrappato alla montagna, si vede il lungo corso del fiume Sinni ma il mare si può solo immaginare. Anche se è vicino, appena dietro la curva dell'ultima collina Isabella lo immaginava, il mare lo sognava come simbolo di liberazione.”



D'un alto monte onde si scorge il mare
miro sovente io, tua figlia Isabella,
s'alcun legno spalmato in quello appare,
che di te, padre, a me doni novella.
Ma la mia adversa e dispietata stella
non vuol ch'alcun conforto possa entrare
nel tristo cor, ma, di pietà rubella,
ha salda speme in piano fa mutare;
ch'io non veggo nel mar remo nè vela
(così deserto è l'infelice lito)
che l'onde fenda o che la gonfi il vento.
Contra Fortuna allor spargo querela,
ed ho in odio il denigrato sito,
come sola cagion del mio tormento.

Quanto pregiar ti puoi, Siri mio amato

Quanto pregiar ti puoi, Siri mio amato,
de la tua ricca e fortunata riva
e de la terra, che da te deriva
il nome, ch'al mio cor oggi è sì grato;

s'ivi alberga colei, che 'l cielo irato
può far tranquillo e la mia speme viva,
malgrado de l'acerba e cruda Diva,
ch'ogni or s'esalta del mio basso stato.

Non men l'odor de la vermiglia Rosa
di dolce aura vital nodrisce l'alma
che soglian farsi i sacri Gigli d'oro.

Sarà per lei la vita mia gioiosa,
de' grievi affanni deporrò la salma
e queste chiome cingerò d'alloro.

A Valsinni è nato un parco letterario che in estate è teatro di letture di poesie e spettacoli teatrali in onore della grande poetessa

Livia Cetani

DALÌ IN MOSTRA NEI SASSI

Girando per le città di Matera, Capitale della Cultura europea, abitanti, visitatori e turisti possono sognare e ammirare gli splendidi quadri e le sculture grandi e gigantesche, dal surrealismo geniale dell'artista catalano Salvador Dalì. Le opere in mostra sono circa duecento e costituiscono un percorso tematico che indaga all'interno della psicologia e dell'ispirazione artistica del maestro spagnolo. Tre sculture monumentali, 'L'elefante spaziale', 'Il piano surrealista' e 'La danza del tempo II', sono posizionate nelle vie del centro storico, mentre tutta l'esposizione, che resterà nella città dei Sassi fino al 30 novembre 2019, è allestita nel complesso rupestre e comprende anche illustrazioni, opere in vetro, libri illustrati e arredi.



DANZA DEL TEMPO II: È la più amata e la più conosciuta tra le immagini iconoclastiche di Dalì; la fluidità onnipresente del tempo è raffigurata sotto forma di movimento come se si trattasse di una danza al ritmo dell'universo. Il tempo universale non conosce limiti, il tempo daliniano è perpetuo e avanza danzando senza arrestarsi mai

ELEFANTE SPAZIALE: Ideata nel 1980, l'elefante rappresenta la distorsione dello spazio, una realtà allungata ove le gambe esili si deformano, si allungano ed entrano in una nuova dimensione che collega cielo e terra. Probabilmente Dalì desiderava contrastare l'assenza del peso gravitazionale con la struttura. Sulla schiena dell'"Elefante Spaziale" sorge un obelisco, simbolo della presenza del progresso tecnologico del mondo



PERSISTENZA DELLA MEMORIA: Un orologio molle è adagiato sul ramo di un albero morto. Il tempo daliniano non è rigido, ma ha un suo spazio, è fluido. La morbidezza dell'orologio rappresenta un fattore psicologico: lo scorrere del tempo è variabile a seconda della percezione di ogni singolo individuo. Quindi la velocità del nostro tempo dipende solo da noi e dal nostro stato d'animo.

OMAGGIO ALLA MODA: Dalì inizia a interessarsi di alta moda negli anni '30 in collaborazione con Coco Chanel, Elisa Schiaparelli e la rivista Vogue, e il mondo della moda continuerà ad affascinarlo per tutta la vita. Questa splendida Venere, è stata concepita con la testa di rose, il più eccelso tra tutti i fiori. I tratti del viso sono indefiniti, permettendo a chi guarda di dare libero sfogo alla propria immaginazione e attribuirle il volto dei suoi sogni.



Minervino Innocenzo Mirko e Toscano Nicolò

LUIGI GUERRICCHIO: "UN ARTISTA MADE IN BASILICATA"

Consegue la maturità classica nella sua città natale, frequenta la Scuola di Nudo, il corso di Scenografia presso l'Accademia delle Belle Arti di Napoli; durante gli anni trascorsi nel capoluogo partenopeo conosce a Portici Rocco Scotellaro, grazie all'amicizia con Scotellaro incontra a Roma Carlo Levi e Renato Guttuso. A Salisburgo frequenta le scuole di pittura e scultura di Oskar Kokoschka e di Giacomo Manzù. Nel 1956 frequenta l'Accademia di Brera, Rientrato a Matera negli anni sessanta, si iscrive al Partito Comunista Italiano ed oltre alle sue numerose opere, si dedica all'attività di insegnante di Disegno presso diversi Istituti scolastici. Muore a Matera nel 1996 per un arresto cardiaco avvenuto nel giorno dell'inaugurazione del suo ultimo lavoro, *Il Mercante della Murgia*

Il mercante della Murgia, 1995



Mietitura



Senza titolo 1970



La Resurrezione di Lazzaro, 1974



La casa del vecchio di Corico



L'artista ha rappresentato una stanza tipica di quel tempo con gli elementi della vita contadina raccolti tutti in una sola grande stanza scavata nel sasso. Su un muro la foto di suo nonno e al lato opposto, appesa ad un chiodo, una giacca, a simboleggiare che tutto il mondo della civiltà contadina si poggia su qualcosa di veramente solido.

La casa dell'emigrante



Senza titolo



IL BAMBINO CHE VIVEVA NELLA CITTA' DELLA VERGOGNA

Io sono Antonio, un bambino che vive nei Sassi di Matera. Mia madre si chiama Anna, mio padre Alessandro, ho cinque fratelli: Stefano, Addolorata, Andrea, Rocco e Rosa. La mia casa è una grotta, è arredata con mobili bellissimi, decorati con pittura dorata. Li ha fatti mio padre essendo lui falegname. Il mio letto ha un materasso riempito con paglia, lo condivido con i miei fratelli. Gli animali del mio allevamento vivono con me, quindi è come se avessi tanti animali domestici.



A mia madre non piace avere gli animali in casa perchè odia la loro puzza, a me invece piace essere svegliato dalla leccata della mia mucca e dal canto del mio gallo. Le sue mattinate sono sempre molto faticose, deve andare al forno a prendere il pane e alla fonte a prendere l'acqua, per fortuna la aiutano le mie sorelle, altrimenti uscirebbe pazzo! Io passo molto tempo nella bottega di mio padre per imparare il mestiere, ho imparato a fare i piatti e le posate ma non riesco ancora a creare fantastici capolavori. Ammiro mio padre perchè fa delle statuette di legno fantastiche. Per il mio compleanno mi ha fatto una creazione bellissima: un gufetto, quando l'ho ricevuto ero contentissimo. Anche mia madre fa un lavoro molto faticoso infatti si preoccupa ogni mattina di prendersi cura del bestiame e di fare i lavori domestici. Quando mio padre non lavora gioco con i miei amici, ovvero Pasquale e Cosimo. Ci diamo appuntamento in piazza e ognuno porta un gioco: Pasquale porta una palla di paglia ricoperta con cuoio, Cosimo delle pietre e io una trottola fatta da mio padre. Mangio molto pane, formaggio e ortaggi, certe volte però alla riunione del quartiere, mangio la buonissima torta di Antonietta, la mia vicina, mamma di Cosimo. La sera ci riuniamo a tavola per la cena, ci raccontiamo come è andata la giornata per poi riunirci intorno al fuoco, dove la nonna ci racconta fiabe e filastrocche, poi andiamo a letto contenti e pronti per iniziare l'indomani un nuovo giorno. La mia vita sarà semplice però è molto divertente.

Marcella Mestice

I NASCONDIGLI DEGLI ANGELI

Adriana correva per le vie della città, più si faceva notte, più il suo fiato si faceva pesante.

Svoltò fra gli innumerevoli incroci, passò davanti alle tante case di tufo e salendo gli scalini, arrivò ai Sassi. Adriana però non aveva voglia di tornare a casa, così entrò in una di quelle grotte e rimase a fissare la città illuminata. Si accucciò in un angolino e fissò il vuoto, fino a quando un bagliore quasi la accecò. Adriana uscì dal Sasso e, presa dal panico, si nascose in una fessura molto spessa, nel muro di uno strano edificio.



Un ragazzo le apparve davanti, aveva due enormi ali, le sorrideva con dolcezza e le faceva segno di prenderle la mano. Adriana aveva paura, – di che cosa hai paura ragazzina? - disse il ragazzo . - Di nulla -. - Sai che cosa significa tutto ciò? - Adriana annuì, i due pensavano la stessa cosa in quel momento. –Sono morta? - - Cosa? No! - -E allora? -Tu non pensavi di trovarmi qui, vero? - Adriana annuì lievemente. –Ti racconto un segreto, ma promettimi che non lo dirai a nessuno. Intesi? - - Okay - - In queste grotte, prima vi abitavano solo i puri di cuore, poveri in Terra ma ricchi nell’anima. Noi vegliavamo su di loro fino alla loro morte.- – Poi cos’è successo?- -Loro sono andati via e noi siamo rimasti qui, in questa città. Non abbiamo mai smesso di cercarli, per continuare a vegliare su di loro.- –Non li avete più trovati?- -Erano sicuramente in questa città, ma noi non possiamo spostarci da qui. - –Perché? - -Questa ora è casa nostra, possiamo guardarli solo da lontano. - – Nessuno è tornato qui? - -Sì, ma non ricordano di noi guardiani. Ora guardano con gli occhi e non col cuore. - –Allora perché non ve ne siete andati?- -Abbiamo un nuovo compito, ormai.- –E quale?- -Vegliare anche su coloro che buoni non sono. Ora vai ragazzina, torna a casa senza paura e non dimenticare che questa è la città degli angeli.- Così Adriana, nel mezzo della notte, tornò a casa sotto il bagliore delle stelle. Una volta cresciuta , ogni volta che guardava i Sassi da lontano, pensava sempre all’angelo che aveva incontrato quella strana sera. Raccontò questa storia ai suoi nipoti e ai suoi figli, e loro impararono l’arte dell’umiltà.

D'Aloia Emily

PERSE NEI SASSI

In una mattina d'autunno Sara ed Emma, partirono da Milano per Matera, a far visita agli zii. Durante il viaggio pensavano a come sarebbe stato bello il loro soggiorno nella splendida città dei Sassi, già capitale della cultura 2019, dai paesaggi mozzafiato ed evocativi di storie ancestrali. Dopo aver salutato gli zii ed essersi scrollati la stanchezza di dosso con un riposo confortevole, alle ore venti andarono a cena in uno dei migliori ristoranti del centro stori-



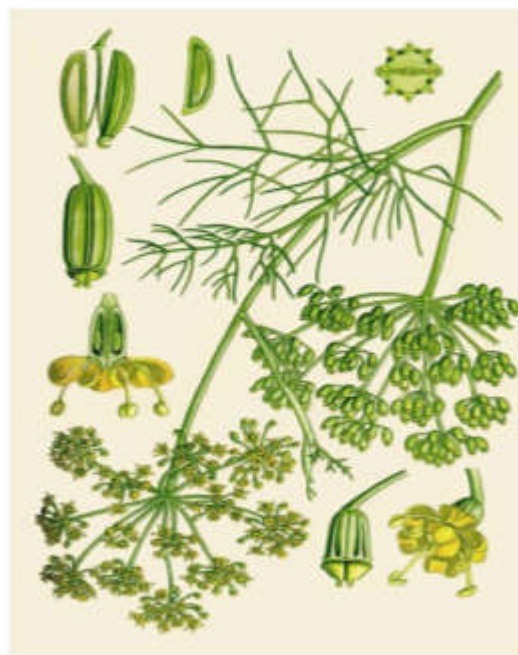
co "I due Sassi "ispirato ai due insediamenti storici, zone più vecchie del luogo: "Sasso Caveoso "e "Sasso Barisano "

Mangiarono come antipasto una bruschetta di pane locale con olio di oliva del territorio, cavatelli con il sugo, carne arrosto, la capriata, una sorta di minestrone comune di legumi e infine "Le strazzate ", tipici biscotti materani. Finito di cenare fecero un giro in Piazza Vittorio Veneto, nel centro di Matera. Rimasero meravigliate dal paesaggio mozzafiato, stupefacente per le sue caratteristiche architettoniche. L'indomani accompagnate da una guida turistica, visitarono i Sassi, scendendo da via Muro poterono ammirare un patrimonio di bellezze: affacci, scorci strabilianti e le "Case Cisterne", tipiche abitazioni dell'epoca da cui si può ammirare ancora l'antico sistema di raccolta delle acque. Quando giunsero alla rupe La Civita, che divide il Sasso Barisano dal Caveoso, Emma fu attratta, prima, dalla Cattedrale Romanica, poi dai portali scolpiti e dai fregi del Barisano, perdendo di vista Sara che invece posò la sua attenzione sulle abitazioni disposte a gradoni e così si persero di vista e si smarrirono. I familiari, preoccupati per le loro nipoti, non vedendole rientrare cominciarono a cercarle, ma per la vastità del territorio non trovarono nessuna traccia di loro. Emma, intanto, aveva visitato nel sasso Barisano i rioni s. Giovanni e s. Pietro, Sara, invece, nel sasso Caveoso, le cripte e la chiesa della madonna dell'Idris. Era molto tardi e le strade erano deserte quando le due sorelle si ritrovarono, allarmate e sole chiamarono i carabinieri che dopo averle rassicurate, le accompagnarono a casa. Capirono che Matera rispetto agli anni cinquanta aveva cambiato la sua immagine, il suo aspetto, meritava il riscatto "da città della vergogna" a CAPITALE DELLA CULTURA . Il giorno dopo decisero di restare a Matera per l'inaugurazione ufficiale di Matera capitale della cultura 2019. Oggi è una città ricca di relazioni umane, semplici e autentiche con un patrimonio inestimabile e tradizione millenaria.

Alessia & Ilaria

RUBRICA SCIENTIFICA: IL FINOCCHIETTO SELVATICO

Il finocchio scientificamente è detto *Foeniculum Vulgare*, è una pianta aromatica facile da trovare nelle nostre zone, soprattutto nei prati incolti e ai bordi delle strade di campagna, **predilige i climi mediterranei caldi e asciutti** ed è una pianta che generalmente si accontenta delle acque piovane. Possiede foglie che ricordano il fieno, di colore verde intenso e produce in estate piccoli fiori gialli, cui seguono i frutti prima verdi e poi grigiastri. La raccolta del fiore del finocchio selvatico avviene appena il fiore è “aperto”, normalmente a partire dalla seconda metà d’agosto fino a settembre inoltrato. Il fiore si può usare fresco o si può essiccare all’aperto, ma lontano dai raggi diretti del sole, che farebbero evaporare gli oli essenziali in essi contenuti.



Le proprietà curative

Il finocchio ha **proprietà calmanti e diuretiche**. Viene impiegato per la preparazione di infusi e tisane da bere in caso di coliche gastro-intestinali, singhiozzo, acidità di stomaco e cattiva digestione. In fitocosmesi, i semi pestati ed uniti ad argilla verde ventilata servono per preparare un dentifricio che rinfresca l’alito e rinforza le gengive.

Usi in cucina

Il finocchietto selvatico è un’ottima pianta da usare in cucina sia per le proprietà benefiche sia per l’aroma che conferisce alle pietanze. I semi essiccati, invece, sono ottimi da usare per le preparazioni al forno, alla brace o alla griglia come le patate o la carne di maiale, di agnello, di anatra. Si usano inoltre per aromatizzare l’acqua in cui si lessano le castagne, per profumare le olive nere o i fichi secchi messi a conservare. Si trovano nelle salsicce lucane e campane. Sono perfetti per aromatizzare i tarallini lucani e pugliesi, pane, ciambelle o altri dolci casalinghi e per speziare vino caldo o tisane. Ottimo per profumare il pesce arrosto è l’olio al finocchio, ottenuto lasciando macerare in esso alcuni gambi essiccati.

Cenni Storici

La storia del finocchio è molto antica. Era conosciuto dai Greci e Demostene, nel III secolo a.C, racconta che per il rito a Dionisio occorrevano corone intrecciate di finocchio.

Plinio il Vecchio (I secolo d.C) racconta che i serpenti si sfregavano contro la pianta di finocchio, dopo aver cambiato la pelle, per riacquistare la vista, e in relazione a questa storia afferma che il finocchio è ottimo nella cura degli occhi.

Secondo le credenze popolari antiche, il finocchio aveva la virtù di essere un forte antidoto contro la morsicatura dei rettili velenosi e dei cani.

Nel Medioevo, si pensava che il finocchio tenesse lontano gli spiriti dalle case e se ne appendevano dei mazzi sopra le porte d’ingresso.

Curiosità

L’espressione “lasciarsi infinocchiare” deriva dall’abitudine dei cantinieri di offrire spicchi di finocchio a chi si presentava per acquistare il vino custodito nelle botti. Esso infatti contiene sostanze aromatiche che rendono gustoso anche un vino di qualità scadente o prossimo all’acetificazione. Se masticati, i semi di finocchio combattono l’alito pesante e impacchi fatti con cotone imbevuto nell’acqua del loro decotto calma gli occhi arrossati.

IL CARDO

Il cardo appartiene alla famiglia delle Asteraceae. Il nome del genere deriva dal latino *Carduus*. È una pianta antica, dalle grandi coste e dai fiori vistosi, simili al carciofo. È una pianta originaria del Mediterraneo diffusa nell'Italia centro-meridionale (nasce spontanea anche nel territorio della Murgia materana) e nelle isole. Le prime tracce del cardo sono state rinvenute in Etiopia e successivamente anche nei corredi funebri conservati nelle tombe egizie. Lo scrittore romano Plinio, nella sua "Storia Naturale", lo annovera fra gli ortaggi pregiati e varie leggende associano questo ortaggio al pastore siciliano Dafne, alla cui morte (grazie all'intervento di Pan e Diana), la Terra, piena di dolore, fece nascere una pianta piena di spine, il "cardo" appunto.



È da ricordare ancora che anche nelle tradizioni ariane il cardo era associato al dio Thor (dio della guerra e dei fulmini). Ha interessanti proprietà nutritive, è noto per le sue virtù depurative, in particolare come tonico per il fegato, grazie alla presenza di una sostanza nota come silibina che aiuta a smaltire le tossine accumulate nell'organismo. Inoltre ha anche proprietà lassative, essendo molto ricco di fibre. Contiene sostanze antiossidanti, che contribuiscono a mantenere giovane l'organismo, sali minerali e vitamine. L'insieme conferisce al cardo proprietà anticolesterolemizzanti, digestive e bruciagrassi. Il cardo gobbo è alla base di molte ricette della tradizione, tipiche dei mesi invernali; si pulisce tagliando in pezzi il lungo gambo ed eliminando la parte filamentosa delle coste, fino ad arrivare al cuore chiaro e tenero; se dopo averlo lavato non viene subito preparato, bisogna mettere i gambi del cardo in acqua acidulata, altrimenti anneriscono. Per evitare che il cardo annerisca anche con la lessatura è consigliabile cuocerlo in acqua con il succo di mezzo limone o con un cucchiaino di farina. Buono lessato (la cottura è molto lunga, dalle due alle 4 ore sono necessarie), viene cucinato in vari modi.

Tipi di cardo:



Cardo normale



Cardo gobbo

LA GASTRONOMIA LUCANA

La gastronomia lucana è una cucina semplice a differenza di quella moderna molto elaborata e sofisticata. E' fatta di semplici piatti nella cui preparazione è contemplato il solo uso di olio extravergine di oliva; la sua originalità consiste nella capacità di trarre deliziosi e gradevoli sapori da prodotti poveri e semplici, esaltandone il gusto con miscele di spezie. Il meglio della gastronomia è rappresentato da produzioni artigianali, pane, pasta, conserve, salumi, formaggi e prodotti tipici dell'arte pasticceria. Il pane, che è alla base dell'alimentazione, si produce in molte varietà, tutte a base di grano duro, lievito madre, sale e acqua, viene cotto quasi sempre nei forni a legna.



Il suo sapore è fragrante e si conserva bene anche alcuni giorni dopo la preparazione. Tra i primi piatti spicca sicuramente la pasta fresca fatta in casa con acqua e farina; molto buoni sono i cavatelli conditi con fagioli o pomodoro fresco, i fusilli, detti frizzuli, lavorati con un sottile ferro, conditi con ragù di carne mista e formaggio pecorino, le orecchiette cucinate con le rape, ecc... Come primo piatto si gustano anche i legumi e le verdure, come cicorie campestri, fave, cime di rape, cucinate da sole o accompagnate con la pasta. Di sicuro in Basilicata per quanto riguarda i primi non manca l'imbarazzo della scelta. Tra i secondi piatti ci sono il pesce, ingrediente principe delle zone di mare, il baccalà preparato con i peperoni cruschi, diversi tipi di carne, agnello, maiale, capretto, cucinati al forno con patate o preparati alla brace. Un piatto di antica tradizione pastorale è il "cutturidd", si tratta di carne di pecora in umido, cotta con cipolline, pomodori maturi, rosmarino e alloro in un recipiente di terracotta o in un pentolone di alluminio. Tra gli insaccati c'è la salsiccia. Se ne produce di qualità pregiata in tutte le zone interne della Basilicata, può essere consumata fresca, stagionata o addirittura conservata sotto olio o nella sugna. L'insaccato preparato con le interiora e le parti meno nobili della carne di maiale, mischiate con le spezie, si chiama "pezzente". I formaggi sono ricavati da latte di mucca, pecora e capra ed offrono una grande varietà di scelta: ricotta, burrata, mozzarelle, scamorza, manteca, provole, caciocavallo e cacioricotta. Non si può fare a meno di ricordare le ottime acque minerali che sgorgano da sorgenti alle pendici del Vulture ed i vini prodotti in tutta la regione. Infine ci sono i dolci della tradizione che si ottengono con ingredienti semplici ma particolari, basti pensare ai panzerotti ripieni di crema di ceci miscelata con cacao e zucchero, o al sanguinaccio preparato con sangue di maiale, cioccolato fondente, uva passa, buccia di limone, cannella e zucchero. Insomma, in Basilicata, come in ogni cultura mediterranea, la gastronomia è povera di origine ma ricca di varietà e ce n'è per tutti i gusti.

Mikael Tito

PIATTI MATERANI

A tutti coloro che hanno in mente di fare un viaggio nel meridione d'Italia consigliamo di visitare la città di Matera, meta importantissima per storia, architettura millenaria e cultura; a coloro che vogliono fermarsi per assaporare ottimi cibi e prodotti tipici della gastronomia locale, la cui tradizione **culinaria** si basa sulla semplicità dei piatti che coniugano ingredienti semplici e genuini, proponiamo una lista di prelibatezze dal gusto straordinario, rievocativi di sapori altrove dimenticati.



1 - Pane di Matera - Il pane è il prodotto tipico per eccellenza è quasi un monumento da idolatrare, qualcosa di unico, non solo quando è fresco e appena sfornato ma ottimo da mangiare anche dopo sei o sette giorni.

Ingredienti principali: Semola rimacinata di grano duro locale, acqua, lievito madre naturale, lievito di birra, sale.

2 -Peperoni Cruschi -Si tratta di peperoni dolci di una particolare varietà locale ([Senise IGP](#)) che vengono essiccati al sole e leggermente fritti. Il risultato è una vera e propria patatina di peperone croccantissima e saporitissima, una vera esplosione di gusto. Ingredienti di numerosi piatti tipici, sono ottimi anche come snack.

Ingredienti principali: Peperoni, olio extravergine, sale.



3 -Fave e cicorie - Autentico piatto contadino composto da ingredienti poverissimi che danno vita ad un piatto buonissimo, sano e nutriente, provare per credere. **Ingredienti principali:** Pane, purea di fave, cicorielle campestri, olio extravergine.

4 - Cialledda -Termine dialettale materano per indicare il panecotto realizzato con il pane raffermo arricchito di altri sapori poveri ma gustosi. **Ingredienti principali:** Pane, cime di rape, caroselli, cipolle, olio extravergine, piccante.



5 - Strascinate, cime di rape e peperoni cruschi

Le strascinate con le cime di rape materane vedono i peperoni cruschi sostituire le acciughe che invece si usano nel barese.

Ingredienti principali: Pane, rape, uova, peperoni cruschi, olio extravergine, piccante.

6 - Crapiata Materana - Zuppa di legumi e grano di tradizione antichissima, ancora oggi il 1 Agosto a Matera vi è una sagra della crapiata. Il piatto nasce dalla volontà di festeggiare la fine della raccolta del grano e dei legumi. Anticamente ci si riuniva nei vicinati dei Sassi ed ognuno dei vicini portava con sé un legume di propria coltivazione da aggiungere all'interno del calderone che cuoceva insieme fagioli, ceci, cicerchie, piselli, fave, grano, pomodorini e cipolle. **Ingredienti principali:** Ceci, Cicerchie, Fagioli, Fave, Grano, Lenticchie, Patatine novelle.



8 - Ravioli di pezzente e fagioli di Sarconi

Primo saporito e sostanzioso che coniuga alla perfezione ingredienti poveri, tipici del territorio lucano. Ingredienti principali: Pasta di semola, salsiccia di pezzente della montagna materana, fagioli di Sarconi igt, salsa di pomodoro.

9 - Gnummiredd

Si tratta di involtini di interiora di agnello, fegato, polmone, cuore e animelle tenuti insieme da un sottile budello naturale.



10 - Focaccia alla chianca

Lo street food preferito dai materani, una focaccia di grano duro, cotta direttamente sulla pietra refrattaria del forno a legna. Alta e croccante, condita solo con pomodorini freschi e olive. **Ingredienti principali:** Semola rimacinata di grano duro, acqua, lievito di birra, pomodorini, olive, olio extravergine di oliva.

TARALLI LUCANI



INGREDIENTI

- 500 gr. farina 00
- 100 gr. di olio extravergine d'oliva
- un cucchiaino di sale
- un uovo
- due cucchiaini di semi di finocchio
- 125 gr. di acqua tiepida

ISTRUZIONI

Disporre la farina a fontana e aggiungere i semi di finocchio, il sale, l'olio, l'uovo e l'acqua.

Impastare fino a quando il composto risulterà liscio ed omogeneo (10/15 minuti circa).

Avvolgerlo nella pellicola trasparente e lasciarlo riposare almeno mezz'ora a temperatura ambiente.

Trascorso tale tempo, riempire una pentola capiente di acqua e metterla a bollire.

Riprendere l'impasto, tagliarne un pezzetto, tenendo il resto sempre avvolto nella pellicola, e ricavare dei cilindri di 1 cm. di diametro. e lunghi 20 cm. circa.

Formare i taralli, sovrapponendo le estremità e fare pressione per sigillarli.

Terminata la fase di preparazione, cuocere i taralli nell'acqua bollente, 4/5 per volta e appena saliranno a galla, scolarli con una schiumarola e sistemarli su un canovaccio pulito.

Farli asciugare bene e infornarli a 190/200° per circa 25 minuti.

Suggerimenti:

Se amate il cibo piccante, potete sostituire i semi di finocchio, con un cucchiaino di peperoncino secco sminuzzato.

Conservateli in una scatola di latta o in buste per alimenti.

Marica Abate & Maria Grazia Caravelli

LA CAPRIATA

LA CRAPIATA – “LA CRAPIET”

Un piatto tipico della tradizione materana è la capriet che consiste nel cucinare piu' cereali e legumi .

Ingredienti:

100 gr di grano
100 gr di farro
100 gr di fave secche con la buccia
100 gr di cicerchie
100 gr di ceci bianchi
100 gr di lenticchie
100 gr di Fagioli di Sarconi “verdolino”
50 gr di piselli secchi
500 gr di patate novelle
4 gambi di sedano
2 cipolla
3 carote piccole e saporite
qualche pomodorino ciliegina
olio extravergine d’oliva e sale q.b.



Preparazione della crapiata

Si mettono in ammollo tutti i legumi in acqua fredda il giorno precedente (in tutto 24h). Il giorno seguente, si mettono in pentola tutti i legumi e le patate novelle con la buccia. Si aggiunge l’acqua fino a superare di due dita il livello dei legumi e si cuoce il tutto a fuoco lento. A metà cottura si aggiungono le carotine, la cipolla, l’aglio, il sedano e i pomodorini. Una volta terminata la cottura (circa novanta minuti) versare un filo d’olio extravergine d’oliva e servire nelle terrine con il pane di Matera.

SALSICCIA CON FINOCCHIETTO SELVATICO



INGREDIENTI

Pezzi di coscia di maiale
pezzi di spalla di maiale
pezzi di costata di maiale
pezzi di pancetta di maiale
sale
finocchietto
anice
pepe (a piacere)

PROCEDIMENTO

Scegliete i migliori pezzi di carne di maiale, possibilmente con pochi nervi e grasso al punto giusto.

Tritare il tutto e condire.

per un’ ottima salsiccia fresca lucana occorre mettere 20 gr di sale per ogni chilo di carne e 10 gr di peperone essiccato in polvere per ogni chilo.

Aggiungere il finocchietto, l’ anice e il pepe (quantità a piacere).

Impastare il tutto e riempire la budella.

RICETTE COL CARDO



RIGATONI CON RAGU' DI CARDI GOBBI E POMODORINI SECCHI

Ingredienti (per quattro persone):

320 gr Rigatoni, Cardo gobbo, Scalogno, 7/8 Pomodorini secchi, 1/2 Tuorli d'uovo, Sale, Pepe, Olio

Procedimento:

Pulire il cardo dai filamenti esterni, tagliarlo a dadi e immergerlo in acqua e aceto per evitare che si ossidi. Portare ad ebollizione abbondante l'acqua salata e cuocere il cardo per 15 minuti, quindi spegnere il fuoco, scolarlo e lasciarlo raffreddare per qualche minuto. Versarlo in un tritatutto, ridurlo in piccoli pezzi e lasciarlo da parte. Tritare lo scalogno, farlo rosolare in una padella con un filo d'olio e aggiungere il cardo precedentemente sminuzzato. Mescolare con un mestolo di legno quindi aggiungere il sale e i pomodorini secchi a pezzettini e lasciar andare altri 3-4 minuti a fiamma media. Nel frattempo cuocere la pasta in abbondante acqua salata. Quindi, scolarla, versarla in padella e saltarla con il sughetto ormai pronto, per 1 minuto a fuoco vivace. A fuoco spento amalgamare il tutto con tuorlo d'uovo e pepe.



SFORMATO DI CARDI GOBBI

Ingredienti (per sei persone):

500 g di cardo gobbi puliti, 4 uova, 50 g di Grana Padano, 30 g di burro, 1 bicchiere di latte, 1 tazza di besciamella, sale

Procedimento:

Sfilettate con cura i gobbi, poi tagliateli a pezzi di 4-5 centimetri e lessateli al dente (circa 35-40 minuti) in acqua salata a bollire, sgocciolateli e tenete da parte. In un tegame lasciate fondere il burro e insaporitevi i gobbi per alcuni minuti, poi riducete il calore, aggiungete il latte e portate a cottura, ci vorranno circa 30 minuti. Ritirate, frullate o tritate finemente i gobbi, uniteli alla besciamella, incorporate al composto le uova e il Grana Padano, regolate il sale, amalgamate bene. Versate il composto in uno stampo imburrato e cuocete a bagnomaria in forno caldo a 170° per 35-40 minuti. Ritirate, lasciate riposare 5 minuti e sformate sul piatto da portata. Servite subito.

Dantonio Carmen

LO SPORT SECONDO GLI ADOLESCENTI

Grazie allo sport possiamo relazionarci con i nostri coetanei, condividere obiettivi comuni, imparare a rispettare le regole, gioire dei successi ed accettare le sconfitte. Praticare uno sport significa sottoporsi ad allenamenti costanti, sviluppare spirito di sacrificio e fortificare il carattere di ognuno. Gli sport si dividono in sport di squadra ed individuali. I primi si caratterizzano per la ricerca di un risultato unico per tutti e per renderlo possibile tutti devono partecipare, attivando comportamenti collaborativi e di rispetto dei ruoli.



Negli sport individuali si gareggia per se stessi, ognuno può rendersi conto delle proprie possibilità e dei propri limiti su cui riflettere. In questo tipo di sport si crea un rapporto molto forte con l'allenatore che diventa un punto di riferimento, mentre negli sport di squadra, l'allenatore ha un ruolo di coordinatore e di unione del gruppo, fondamentale per una sana crescita.

Per i ragazzi della mia generazione lo sport è lo strumento per scaricare le tensioni, per creare relazioni, per esprimere le proprie emozioni, per socializzare e divertirsi. Infatti basta un luogo aperto per creare un'opportunità di gioco di squadra: una partita di calcio, di palla a volo, di basket. Spesso, nei parchi, capita di vedere come ragazzi, che non si conoscono tra loro, riescano a condividere momenti di gioco e a divertirsi insieme. Durante il periodo estivo mi capita frequentemente di fare nuove amicizie attraverso lo sport, mi è capitato di essere invitata a far parte di una squadra di palla a volo fatta da ragazzi e ragazze che non conoscevo. La cosa più bella è stata che si è subito creata una forte intesa, uno spirito di collaborazione, in cui ognuno ha dato il massimo che poteva per raggiungere l'obiettivo comune del divertimento e della vittoria. Io pratico nuoto. Personalmente ho imparato che non ci sono successi senza preparazione e che anche un piccolo contributo può essere fondamentale per la buona riuscita di una competizione. Credo che oggi lo sport abbia un ruolo fondamentale per la crescita di ognuno al pari del percorso scolastico. Infatti il mio medico non mi chiede se pratico sport ma che sport faccio, dando per scontato che ognuno ne debba praticare uno perché lo ritiene fondamentale per una sana crescita.

Tonia Dantonio

GIOCHIAMO CON

LA GRIGLIA DI 11 NOMI SU MATERA

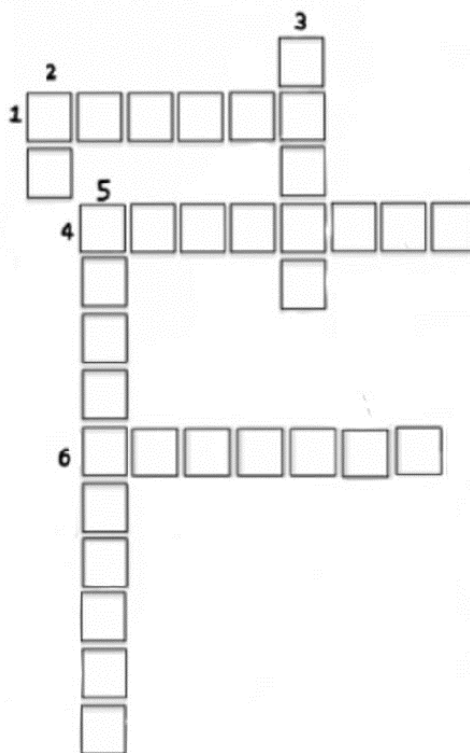
C	B	I	L	O	N	A	S	I	R	A	B
A	U	I	E	M	U	I	I	G	R	I	A
V	A	L	E	S	A	G	N	P	I	Q	S
E	S	T	T	S	U	R	I	M	N	A	I
O	X	I	E	U	U	U	S	O	M	P	L
S	A	S	S	I	R	M	G	R	S	E	I
O	H	F	E	L	N	A	A	W	V	U	C
C	I	G	D	T	M	B	L	I	V	R	A
F	S	C	G	H	A	C	L	O	Q	X	T
M	A	T	E	R	A	Q	I	U	S	V	A
S	C	O	T	E	L	L	A	R	O	T	Z

1. CAVEOSO
2. BASILICATA
3. SASSI
4. LEVI
5. SCOTELLARO
6. MUSEI
7. BARISANO
8. SINISGALLI
9. MURGIA
10. CULTURA
11. MATERA

Dantonio Tonia

IL CRUCIVERBA

- 1) Era l'ex città della vergogna
- 2) E' l'abbreviazione di Matera
- 3) E' la miglior opera d'arte di Matera
- 4) Come si chiama il Sasso in direzione di Bari
- 5) E' un piatto tipico di Matera
- 6) Come sono i peperoni in Basilicata



Marcella Mestice

PROVERBI MATERANI

- ◇ A lavà a cap a lu ciocc', pird acqu e sapon
A lavare la testa all'asino, perdi acqua e sapone
- ◇ Cett cett, quatt purk' nd i faf
Zitti zitti, quattro porci tra le fave
- ◇ Quann i ciocc' s' scerr'n, i varrecchij vann k ssott
Quando gli asini litigano, i barili hanno la peggio
- ◇ April cacc' u fior e masc' hav l' onor
Aprile dà i fiori, maggio se ne prende l'onore
- ◇ L' acqu ' du ualan, n' chiov ma trapan
L' acqua del gualano: non piove, ma trapan



Giuseppe Laurenzana

GLI ACROSTICI

Matera è una città

Affascinante

Travolgente

Evocativa di scenari mozzafiato

Rivalutata con orgoglio per

Antichità, storia e tradizioni

Meravigliosa

Accogliente più che mai, meta di

Turismo

Europeo e mondiale

Rivalutata per gli incontaminati e

Affascinanti scenari paesaggistici

Francesco Danzi

Marcella Mestice

Matera mitica e magica

Affascinante di sera

Terra di amore e tradizione

Eletta città della cultura 2019, è

Ricca di storia

Antica e di incantevoli monumenti

Morbidi

Anfratti

Tersi

E

Rilassante

Accolgono sogni, sospiri e ispirazioni

Livia Cetani & Carmen Dantonio

Francesco Danzi