

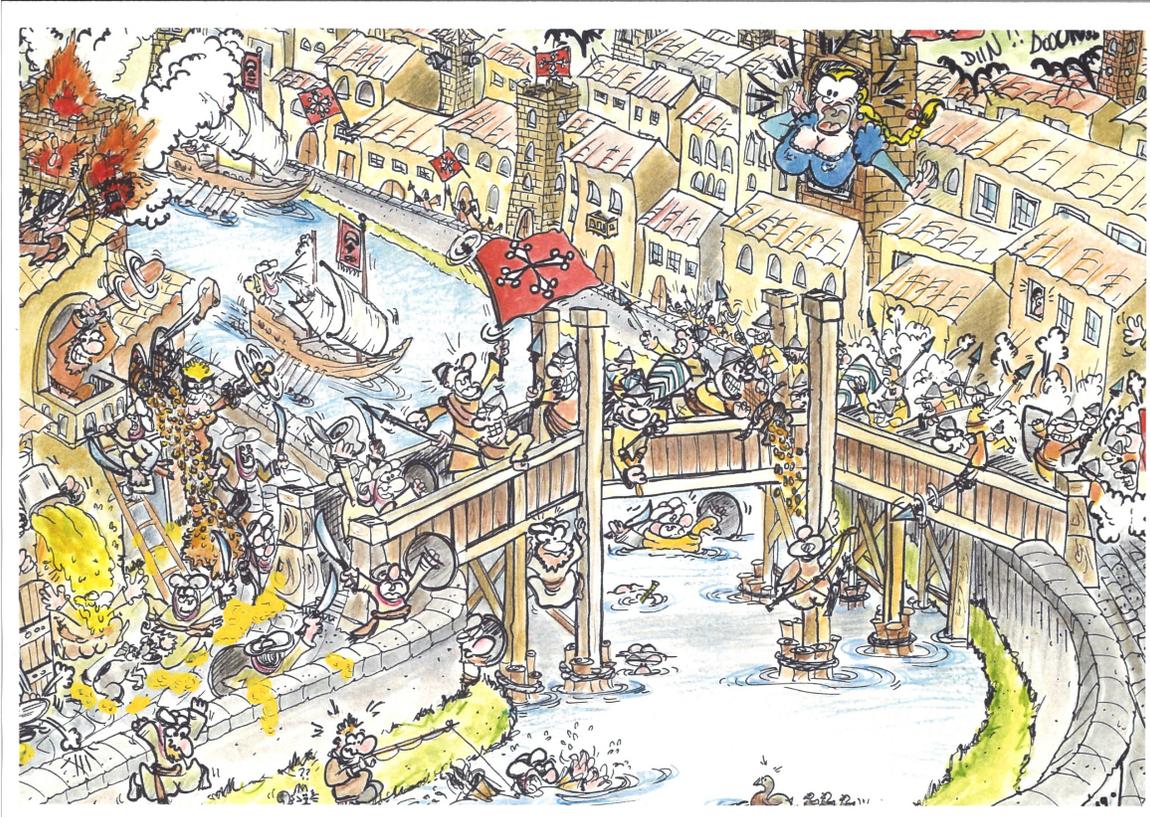
## La cecina

La cecina è da secoli una specialità molto popolare a Pisa, ed è diffusa anche in altre città. Consiste in un sottile sformato di farina di ceci, acqua, olio e sale ed è cotta nei forni da pizza in tipici, grandi teglioni bassi di rame stagnato.



L'origine della cecina è antichissima e affonda le radici nel mito e nella leggenda. È noto che i ceci, come le fave (che a Pisa si chiamano baccelli perché la fava è *un'artra 'osa...*) e altri legumi, sono da sempre un alimento fondamentale della cucina dei Paesi mediterranei, tanto da divenire soprannome, e poi addirittura cognome, di chi avesse un'escrecenza rotonda sul naso: famosissimo l'oratore romano Marco Tullio Cicerone. Tuttavia secondo la tradizione i ceci sarebbero stati importati dai Paesi arabi in Europa dalle medievali Repubbliche Marinare di Pisa e di Genova, che con l'Oriente avevano sviluppato intensi traffici commerciali.

Una leggenda narra che la cecina sia nata in un luogo e in una data ben precisi: a Pisa, nel 1004 (1005 in stile pisano). In quell'anno l'esercito alfeo era impegnato in battaglia per liberare le coste calabresi dai saraceni, così alcune navi arabe, agli ordini del temutissimo Mughaid (italianizzato in Musetto), approfittando del fatto che la città di Pisa era sguarnita di soldati, risalirono nottetempo il fiume Arno dalla foce ed attaccarono ferocemente la città, spinti dalla ricerca di famosi tesori che in quell'epoca Pisa aveva accumulato e che erano noti come "l'oro di Pisa".



*Disegno di Beatrice De Laurentiis in arte Delas*

Durante quella notte una ragazza di nome **Kinzica**, appartenente alla nobile famiglia dei Sismondi, residente nella parte di Pisa a sud dell'Arno (oggi nota come Mezzogiorno), riuscì ad attraversare il ponte e a dare l'allarme suonando la campana del Palazzo Civico; i cittadini pisani si svegliarono e improvvisarono ogni tipo di difesa per respingere l'attacco dei saraceni: chi scese in strada con coltelli e forconi, chi scagliò frecce dai tetti, chi istintivamente rovesciò dalle finestre ogni cosa che potesse far desistere il nemico: vasi, seggiole, fiaschi, ferri, bastoni, tutto quanto capitasse a portata di mano, anche provviste alimentari come balle di ceci e bottiglie d'olio. I ceci nel parapiglia vennero calpestati e si amalgamarono con l'olio, formando una poltiglia dorata che il giorno dopo seccò al sole e fu raccolta e mangiata dai cittadini pisani: nacque così la cecina, subito soprannominata ironicamente dagli stessi pisani "l'oro di Pisa", a perpetua memoria del vero tesoro che i saraceni avevano invano cercato.

Probabilmente da questo episodio trae spunto anche una leggenda successiva: quasi trecento anni dopo, nel 1284, le navi genovesi cariche di prigionieri pisani, dirette a Genova dopo la battaglia della Meloria, furono colte da una tempesta che avrebbe fatto rovesciare i sacchi di ceci che erano a bordo, mischiandoli con l'acqua del mare e creando una purea che essiccata al sole avrebbe dato vita alla cecina. Anche in questo caso, per scherno agli sconfitti, questa poltiglia sarebbe stata denominata "l'oro di Pisa".

A parte il fatto che si tratta di leggende, la seconda in particolare risulta ancor meno credibile – anche se più diffusa – e ovviamente inventata dai genovesi per irridere gli sconfitti dopo quel famoso scontro navale, e rinforzata poi da lucchesi e fiorentini, altri storici nemici di Pisa che naturalmente si godettero la sconfitta della rivale...

In ogni caso oggi possiamo trovare diverse varianti della cecina in Sicilia (le *panelle*, che però sono fritte e non cotte in forno), a Livorno (*torta di ceci*, che mangiata nel pane francese prende il nome di *cinque e cinque*), in Liguria (*farinata*), in Piemonte (*belecauda*), in Sardegna (*fainè*), a Ferrara (*ceci*) dove fu importata da un pisano negli anni '30 del secolo scorso, e addirittura in Francia, a Nizza (*soccà*) e in altre zone. Ma a noi Pisani piace associarne l'origine a quell'eroico episodio dell'anno 1004, leggendario o meno non ha importanza, di Kinzica de' Sismondi!

A Pisa si mangia tradizionalmente a tutte le ore: da sola con una spolverata di pepe, o nelle *stiacciatine* o *frittelle*, focaccine rotonde salate (e allora si chiama *doratino*, proprio in ricordo dell'oro alfeo cercato invano dagli arabi di Musetto), o anche come ripieno di un quarto di *pisana* (pizza pomodoro, capperi, acciughe e parmigiano cotta in forno nelle teglie, da ambo i lati): in questo caso la prelibata ghiottoneria, caratterizzata dal giallo della cecina e dal rosso della pizza, prende il nome di *oro e fòo* (oro e fuoco), che fra l'altro sono i colori di fondo dei due simboli alfei dell'Aquila e della Croce.



-segue-

***Caro turista, sei il benvenuto a Pisa ma occhio: chiamala sempre e solo cecina, 'un t'azzardà a di' farinata o torta o cinque e cinque se 'un vòì ristià 'na tegliata 'n della 'iorba!...***

Volendo provare a farla in casa, anche se non sarà mai buona come quella dei forni a legna, bisogna fare un semplice impasto molto liquido sciogliendo bene in una bacinella due etti e mezzo di farina di ceci in sette e mezzo d'acqua. Va fatto riposare qualche ora, poi si aggiungono 15 grammi di sale e un etto d'olio; si mette in teglia (unta con dell'altro olio) e via in forno a 220 gradi per un quarto d'ora-venti minuti. Non deve risultare alta, va bene se è meno di mezzo centimetro, e con una dorata crosticina superficiale. Bell'e fatto: va mangiata *a bollore* con una spolverata di pepe macinato al momento! Come per la pizza, ci dice più la birra del vino; oppure la spuma bionda. E se proprio non vuoi rinunciare al vino, scegli lo bianco, secco, meglio se frizzante.