



Una nuova rubrica

Sabor. Proprio come *saveur*, *flavor*, *okus*, *geschmack*, *smak*, *aromā*, *shije*, *ykyc*, *ladha*, *عذون*.

Come avrai capito, le parole scritte qui sopra in parecchie lingue del mondo hanno tutte lo stesso significato: **sapore**. A partire da questo mese iniziamo insieme un percorso appassionante tra le **spezie** e le **erbe aromatiche**. Un itinerario che ci porterà a spasso in molti paesi del mondo, non solo per conoscere da dove arrivano *pepe*, *chiodi di garofano* e *cardamomo*. Ma anche per fare la conoscenza delle persone, degli itinerari, delle idee, delle culture che la coltivazione, il commercio e l'uso delle spezie e delle erbe aromatiche hanno portato con sé. **Buon viaggio!**

Che cosa ti ricorda l'aroma della cannella? Indovinato! Le Feste di Natale e i giorni allegri con cui inizia il primo mese del nuovo anno. Infatti, molti dolci che si consumano in queste settimane sono aromatizzati con la cannella: la *torta di mele*, diversi *biscotti*, perfino il *cioccolato*.

Da dove viene questa spezia? La cannella di miglior qualità è raccolta nello **Sri Lanka** (guarda una cartina geografica del continente asiatico: è l'isola a sud-est dell'*India*). La cannella è ricavata dalla *corteccia* dei rami giovani di un piccolo albero sempreverde. Intere famiglie si dedicano alla raccolta e ciascuno ha un proprio ruolo preciso. Chi taglia i rami, chi toglie

La cannella



CIAO RAGAZZI,
MI CHIAMO
CANNELLA
E VIVO NELLO
SRI LANKA
UN' ISOLA A
SUD EST
DELL' INDIA





a cura di Paolo Pigozzi

Ci penso io

BISCOTTI ALLA CANNELLA

(per 4 persone)

- Due tazze di fiocchi di avena
- Mezzo bicchiere di succo di mela
- Mezza tazza di prugne secche (senza nocciolo)
- Mezza tazza di uvetta
- Una tazza di nocciole
- Due mele
- Un pizzico di sale
- Mezza tazza di farina di riso (o di frumento)
- Un cucchiaino di cannella in polvere

Metti i fiocchi in una terrina e versaci sopra il succo di mela caldo. Aggiungi un pizzico di sale, mescola bene e lascia ammorbidire per 10 minuti. Nel frattempo metti a bagno l'uvetta e le prugne secche in poca acqua tiepida. Fai tostare leggermente le nocciole in un pentolino (fatti aiutare dal papà o dalla mamma) poi tritane metà. Aggiungi ai fiocchi le nocciole tritate, le prugne e l'uvetta sgocciate, le due mele grattugiate, la cannella e la farina. Mescola bene con le mani: devi ottenere un impasto morbido. Copri una piastra con carta da forno. Con un cucchiaino fai dei mucchietti di impasto sulla piastra e metti una nocciola sopra ogni mucchietto. Fai accendere il forno alla mamma (180 gradi) e metti i biscotti a cuocere per 30 minuti.

Da loro si chiama così

- kaneel (tedesco)
- cinnamon (inglese)
- cannelle (francese)
- canela (spagnolo)
- cimeta (croato)
- kanel (svedese)
- mdalasini (swahili)

la corteccia esterna (non contiene aromi), chi mette a seccare al sole la sottile e aromatica corteccia interna, chi la taglia a pezzi regolari e chi, infine, inserisce uno dentro l'altro i pezzi di corteccia essiccati e leggermente arrotolati. Il risultato di questo gran lavoro sono i **bastoncini di cannella** venduti nelle botteghe del *Commercio Equo*. Vuoi un consiglio? Se ti piace l'aroma della cannella, suggerisci alla mamma di non acquistare la cannella in polvere (generalmente di minore qualità), ma solo cannella in bastoncini ("in canna"). Al momento dell'uso, potrai facilmente polverizzarla pestandola nel mortaio.