



Compagnia Arcieri Medievali  
Aquila Invieta  
L' Aquila

## Suggerzioni ... trame del passato

LE DONNE

Christine de Pizan nel suo libro "La Cité des Dames", intellettuale del 1400, delinea la vita delle proprie contemporanee, in modo innovativo, da un'ottica femminile ben diversa da quella maschile imperante. Alcune tipologie di donne sono i "ritratti" descritti da Giovanni Boccaccio e, prima di lui, da autori antichi e narrazioni familiari; "Donne Illustri" specchio di virtù ed eccessi. Le donne sono rappresentate in un'iconografia a volte da loro stesse realizzata, ricordiamo la loro attività di trascrittrici di manoscritti nei monasteri e l'importanza culturale di badesse, mogli e discendenti di nobile stirpe ascoltate con stupore, diffidenza ed al tempo stesso ammirazione.



L'archeologia

ricostruisce spazi ed oggetti della vita quotidiana, attività domestica e lavoro fuori casa. Nella società la donna era coinvolta nei settori economici, politici e familiari: si occupava del lavoro nei campi, della produzione e vendita di merci e spesso era al centro di dispute e di giochi di potere. In una diffusissima letteratura pastorale-pedagogica vengono identificati dei modelli di riferimento, simbolo di virtù, ai quali ispirarsi nei comportamenti quotidiani. Scritti rivolti a fanciulle, mogli, madri, monache, vedove ed anziane; sermoni per donne di nobile lignaggio e non: mugnaie, ostesse, fruttivendole, tessitrici, fornaie, pollivendole, povere mendicanti e meretrici. Insegnamenti per salvaguardare le donne: dalle lusinghe della "vetula sortilega" insidiosa con i suoi malefici e divinazioni praticati a scopo di lucro, dalle chiacchiere continue e malevole e dalla



corruzione dei costumi.

Si esalta la compostezza nei gesti e nelle parole, la sobrietà nell'alimentazione (evitare il vino ed i cibi troppo speziati) e praticare periodicamente il digiuno, sia nei testi scritti che nei sermoni (tra i quali ricordiamo quelli di S. Bernardino da Siena); la donna deve essere timida e sottrarsi agli sguardi sfrontati, nel moto circolare delle danze

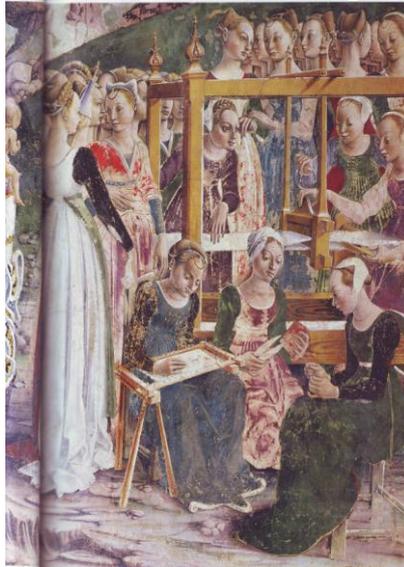


**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



muoversi con

misura, non agitare le mani o muovere troppo il capo, non ridere sguaiatamente, ma sorridere, non essere curiosa e soprattutto mai incauta! Tra i precetti alcuni riguardano gli ornamenti ed il trucco che sono stati oggetto di scritti dalla fine del XII secolo fino alla fine del XV. Donne eccessivamente agghindate privilegiano l'esteriorità del corpo all'interiorità dell'anima. Il linguaggio estetico sovverte spesso le categorie sociali creando confusione ed ambiguità: abiti ed ornamenti sfarzosi e preziosi per apparire più nobili e ricche di quanto si sia in realtà creando un vortice di emulazione e di invidia. Francesco da Barberino raccomanda alle donne di essere coerenti alla propria condizione economica e sociale. L'ozio è un vizio ed in quanto tale la donna: tesse, fila, cuce, ricama, rammenda anche se è di condizione agiata per essere in grado di



affrontare eventuali rovesci economici.

I ruoli di comando sono appannaggio degli uomini (tribunali, università, politica) tranne che nei monasteri femminili dove presiede la badessa o nel caso di assenza o morte del marito. Era la casa lo spazio femminile per eccellenza! amministra e preserva ciò che deriva dal lavoro dell'uomo, regola il lavoro domestico svolto direttamente o attraverso servi ed ancelle, assolve ai doveri di ospitalità e



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

soprattutto si occupa dei figli. È apprezzata se parsimoniosa, ma la gestione e la proprietà dei beni è esclusivamente del marito; è guida morale, responsabile del comportamento di ogni componente familiare. Tra gli scritti ricordiamo “La Regola del governo di cura familiare” del 1403 di Giovanni Dominici e l’opera di San Bernardino da Siena nella predicazione sul matrimonio e sulla famiglia. Leon Battista Alberti scrisse “I libri sulla famiglia”.

L’argomento casa-figli- matrimonio viene esplorato non solo sotto il profilo religioso, ma anche laico, cogliendo esempi della tradizione classica (Penelope, Andromaca...): la moglie è subordinata al marito, deve perpetuarne il lignaggio con un numero cospicuo di figli (preferibilmente maschi) dei quali deve curare l’istruzione, deve occuparsi della gestione domestica ed essere irreprensibile. L’uomo sceglieva la moglie con ocularità: robusta, sana e con solidi principi morali; alla nascita dei figli si poneva, a volte, il problema dell’allattamento; nel caso di carenza del latte materno si doveva ricorrere ad una balia da remunerare che andava scelta con criteri medici, igienici e morali. Le fanciulle venivano educate alla mansuetudine ed alla pudicizia, ma anche alla prudenza, sobrietà, modestia, diligenza ed ingegno. I maschi della famiglia ne sorvegliavano la condotta e venivano ammoniti direttamente o tramite “persone fidate”.



I primi provvedimenti **SUNTUARI** medievali furono emanati da Carlo Magno e dal suo religiosissimo figlio: prestavano poca attenzione all’abbigliamento femminile. Il problema si presentò nell’Alto Medioevo, quando la rinascita economica rese possibile l’acquisto di beni di pregio ed i contatti commerciali favorirono la diffusione di una vera e propria “moda” maschile e femminile. Colpiva negativamente la nuova vanità maschile con abiti dalla fitta passamaneria ed i lunghi strascichi, i riccioli fluenti di uomini che sembravano rinnegare ogni aspetto guerriero. Margherita di Provenza cercò di persuadere il Re Luigi IX a consentire l’adozione di abiti più importanti e consoni alla condizione regale.

Gli uomini si pavoneggiavano con le loro tuniche bordate di pelliccia, calze di lana fine, scarpe appuntite, ricchi mantelli, elaborati copricapi e venivano per questo biasimati, come lo erano le donne abbigliate come amazzone: nel XIV secolo in Inghilterra assistevano ai tornei indossando tuniche bicolori e recando un pugnale alla cintola. Alcune fogge vennero introdotte dalle consorti straniere dei sovrani.

Tra i secoli XI e XII la stoffa in Europa era primaria merce di scambio e sottolineava la condizione sociale: abiti come indizi di appartenenza ad un ceto, distinzione sociale e politica.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



Filippo il Bello nel 1294 emanò a tal proposito una legge SUNTUARIA; nella Quattrocentesca corte di Renato d'Angiò il dono dei tessuti e la possibilità di utilizzarli erano segno tangibile di stima da parte del re; il 1470 marcò la netta distinzione tra la famiglia reale e le altre a cui venivano preclusi certi abiti e tessuti. Furono banditi corone, strascichi, bordure d'ermellino, stoffe di sciamito o intessute con metalli preziosi. Le città emanarono una serie interminabile di leggi SUNTUARIE. Tra il XII ed il XIII secolo era aumentata la produzione di stoffe e sono stati ritrovati elenchi di capi di vestiario come quello datato 1343 a Firenze. Nonostante le disposizioni suntuarie le donne si abbigliavano come le nobili Albizzi: mantelli bianchi ricamati con foglie d'edera e grappoli d'uva rossi. La donna portava in dote il corredo, il marito donandole abiti e gioielli sanciva un "marchio coniugale". Le borghesi portavano con sé alcune tuniche, diverse serie di maniche da cambiare a piacimento per variare l'insieme dell'abbigliamento,



sopravvesti, veli, cappelli, pantofole, scarpe, borse, gioielli e piccoli accessori. Il denaro della dote serviva per il matrimonio e per sostenere economicamente la prole.

Nel Rinascimento si ebbe un'espansione vorticoso della moda che creò notevoli confusioni gerarchiche; le donne inserirono nei corredi pezze di stoffa per realizzare abiti all'occorrenza. I mariti erano preoccupati, perché le mogli, pressate da questa nuova "gara sociale", potevano essere causa di spese "folli" a discapito del patrimonio di famiglia. Per questo motivo donne abbigliate in modo eccessivo erano oggetto di biasimo come quelle che indossavano abiti che "mostravano" più che coprire.

Lo strascico, il cui nome latino è cauda (coda), gli stravaganti copricapi tra i quali quelli a due punte come il fumo dei diavoli, erano oggetto di satira.

I matrimoni a volte dovevano essere rimandati in attesa di poter sostenere le spese per gli abiti o si faceva ricorso a prestiti da usura. Le donne tendevano ad abbandonare le semplici cuffie per adottare copricapi alti. In Aragona la regina rinunciò allo strascico per essere di esempio. I codici



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

consideravano le donne come un unico gruppo, indipendentemente dalla classe sociale. Nel XIII secolo il velo era contrassegno della donna legittimamente sposata. Gli abiti sontuosi non erano biasimati se indossati in modo sobrio e legittimo ossia nel proprio status familiare e sociale. Nell'antichità le fanciulle andavano in sposa in età giovanissima ad uomini molto più vecchi, dall'altissimo medioevo fino al XII secolo circa le età si sono riavvicinate, mentre nel tardo medioevo ritornano coppie con grandi differenze di età.

Dalla fine del I secolo le regole di ereditarietà favorivano i maschi che venivano accuditi prima dalle madri e poi dalle mogli, a volte anche curandoli se feriti recandosi sui campi di battaglia! donne tenute in alta considerazione erano le profetesse e le sacerdotesse; altre attività femminili erano la coltivazione dei campi, i lavori domestici, la tessitura con telai rudimentali ed il



cucito.

Il destino delle donne dipendeva dal loro parente maschio più stretto e la podestà passava, con il matrimonio, al marito.

Nel IV secolo Costantino, che proclamò il cristianesimo religione di Stato nell'Impero, aveva annullato le leggi matrimoniali di Augusto consentendo alle donne dai 25 anni in poi di decidere della propria persona e delle loro proprietà. Il mescolarsi delle genti, degli usi e costumi, ha comportato nei secoli successivi l'acquisizione di nuove regole. I reperti archeologici dimostrano per l'usanza di seppellire le donne con i loro gioielli l'appartenenza ad una determinata classe



sociale.

Il matrimonio comprendeva tre momenti: la richiesta (petitio), la promessa (desponsatio) e le nozze (nuptiae). La donna nubile era fino alla maggiore età (20-25 anni) sotto l'autorità familiare. La vedova diventava capofamiglia, tutore dei figli di minorenni ed assumeva il controllo delle proprietà.

La fedeltà nel matrimonio era richiesta alla donna (anche per evitare la nascita di prole illegittima) e non all'uomo sempre che non insidiasse la moglie altrui.

Le fanciulle venivano dotate di corredo: oggetti personali, per la casa ed abiti il cui valore variava a seconda del censo e della disponibilità patrimoniale.

Carlo Magno diede rilevanza alle contadine che lavoravano le terre del dominio come a quelle che si occupavano della produzione di tessuti e di stoffe per l'imperatore ed il suo seguito: nella sala grande del castello producevano lini e lane, per tingere ricavano colori dalle erbe, tessevano e filavano con pettini, strumenti per cardare, saponi e grasso.

Le donne si occupavano del cibo: salatura delle carni, produzione del lardo, del burro, del miele, della cera, della farina, del malto e delle bevande quali l'idromele e dell'allevamento di galline e di pecore.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



Per ordine del sovrano i locali erano protetti da solide mura e portoni, ben riscaldati e dotati da cantine per conservare i cibi.

Nel X secolo la moglie doveva appartenere ad una classe sociale analoga a quella del marito, conoscere le buone maniere, essere di buon animo e di fisico forte; nel caso in cui la fanciulla non avesse trovato un marito veniva mandata in monastero.

Le donne sposate, a differenza delle concubine, potevano far valere i propri diritti; i testi storici riportano notizie su proprietarie di tenute e monasteri e rappresentanti femminili in assemblee religiose e civili.

Nell'Alto Medioevo vi erano religiose e nobili colte che si dedicavano soprattutto alla letteratura ed al diritto. Nei monasteri dimostravano doti amministrative, scrivevano e trascrivevano testi e spesso elargivano consigli ai potenti. Si dedicavano ad attività benefiche, al giardinaggio, alla cucina ed alla distillazione. I loro orti botanici erano al servizio della cura degli abitanti del luogo!!

Le biblioteche erano ricche di manoscritti realizzati da monache; ricordiamo un breviario a lettere d'oro e d'argento conservato presso la biblioteca San Salvatore di Brescia, luogo che nell'VIII secolo aveva pareti affrescate e crocifissi preziosi: i monasteri erano depositari di opere d'arte!

**Le donne erano rappresentanti delle arti liberali: musica, aritmetica, geometria e astronomia.**



**Doti utilizzate per leggere, cantare, copiare e miniare oltre ai lavori da loro svolti di filatura, tessitura, di creazione di motivi ed intrecci dorati ed al ricamo floreale su seta.**

Dall'esame delle sepolture, dopo il 1050 le donne erano aumentate in altezza ed avevano goduto di una migliore salute a seguito di un'alimentazione più completa che evitava patologie quali il rachitismo; verso il 1300 iniziò un drammatico periodo di epidemie.

I nove decimi della popolazione era costituita da contadini; tra i secoli XI e XII con il fenomeno dell'incastellamento si assiste ad una trasformazione dell'ambiente rurale. **Gli ambienti di**

**aggregazione per le donne erano il lavatoio, il forno ed il mulino.**



**I contadini, alla loro morte, potevano destinare i beni sia ai figli che alle figlie, a differenza degli aristocratici che non volevano frammentare il loro patrimonio.**

Si sviluppa un'immigrazione dalle aree rurali alle città, dove vi è una notevole eterogeneità di presenze: mercanti, religiosi, studenti, ladri - tagliaborse, usurai e prostitute.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

Guibert di Nogent narra che a Parigi, agli inizi del XII secolo, vi sia stata un'insurrezione con 80 donne per la difesa delle torri di Amiens.

Il salario femminile era notevolmente inferiore rispetto a quello maschile ed era diffuso il fenomeno della schiavitù.

Il Concilio del 1215 impose agli ebrei di indossare indumenti distintivi per scoraggiare le nozze di queste donne con uomini cristiani.

Risulta evidente, da tutta una serie di considerazioni, l' inferiorità ideologica alla quale veniva relegato il sesso femminile che perpetuava questa tradizione alla sottomissione inculcandola con eloquio persuasivo alle figlie.

In Francia nel XII secolo la relazione uomo-donna diventerà "fine amour"; la dama (da "domina") è oggetto di uno sguardo che "come una freccia penetra attraverso gli occhi, si conficca nel profondo del cuore, lo accende, vi porta il fuoco del desiderio." Il potere femminile si esprime nell' accettare o rifiutare l' assedio amoroso. Nei romanzi i personaggi eroici erano giovani e cavalieri, le figure



femminili avevano la funzione di valorizzarne il prestigio.

A corte la separazione tra uomini e donne era differente a seconda degli usi, costumi e culture: un principe siriano si mostrò scandalizzato nel vedere i crociati conversare con le loro compagne in luoghi pubblici. La morale dell' amor cortese si fondava su due virtù: misura ed amicizia. Il lavoro femminile contribuì ampiamente allo sviluppo economico delle città medievali soprattutto nelle aziende artigianali, commerciali e contadine a conduzione familiare il cui nucleo era composto dalle due generazioni: genitori e figli.

Fin dal 1206 la genovese Mabilia vendette lini e tessuti da proporre in acquisto in Sicilia.

Si commerciava di tutto: nel 1420 è documentata la figura di una donna che vendeva: tasche da sella, briglie, cinture, speroni, staffe, collari, cinghie, zolfo, trucioli, saponi, pergamene, farette, carta e spezie. L' età delle grandi commercianti europee inizierà tra i secoli XIV e XV conciliando doveri



familiari e lavoro.

Parigi era una città particolarmente progredita e, fin dalla fine del XIII secolo, contava 21 maestre di scuola e donne dirigenti di scuole elementari femminili.

Di gran rilievo fu l' opera femminile nel campo dell' ostetricia: gli uomini volevano detenere il primato in campo medico e chirurgico, l' eccezione fu Francesca, moglie di Matteo Romano, che nel 1321 conseguì la Laurea. Nel 1394 a Francoforte sul Meno, la figlia del medico, che era deceduto, soccorse e curò i soldati e nel XV secolo si contavano 16 donne, di cui molte ebrei, specializzate



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

soprattutto in chirurgia ed oculistica. Il trattato di riferimento per l'ostetricia era il "Liber Trotulae". Le donne venivano assunte come apprendiste per la lavorazione della canapa, della lana, delle pellicce, dei pellami, per realizzare ricami, lavorazioni in rame e vetro, oppure per produrre alimenti: prodotti da forno, olio, birra, curare l'orto, allevare animali occuparsi della macellazione, svolgendo spesso lavori faticosi e pesanti come quelli nella metallurgia e nell'edilizia. Spesso erano retribuite a giornata ed a buon mercato rispetto agli uomini (circa un terzo), considerate fastidiose concorrenti, vennero così coinvolte in dispute tra le corporazioni maschili e loro che erano indipendenti. Così alcuni ordinamenti cittadini cominciarono a limitare il lavoro delle donne creando una discriminazione. Furono confinate alla filatura, che veniva svolta in campagna.



Nel tardo Medioevo le donne si pronunciavano su questioni teologiche, avvenimenti politici, ma essendo in atto il divieto di parlare in pubblico, spesso potevano trasmettere il loro sapere solo in ambito monastico. Le mistiche e quelle che si riunivano in gruppi non codificati dalla curia venivano osservate con sospetto; se considerate eretiche, divenivano bersaglio delle persecuzioni dell'Inquisizione, soggette a processo ed alle camere di tortura, poi condannate al rogo.

**LA DONNA NELLA QUOTIDIANIETA' E NELL'ICONOGRAFIA**

Nell'affresco "Il Trionfo della Morte" del Cimitero monumentale di Pisa, sono rappresentate delle



donne intente a suonare strumenti musicali;

nel "Buon Governo" di

Ambrogio Lorenzetti (1333-40) nel Palazzo Pubblico di Siena vi sono fanciulle che suonano e danzano: la danza ammaliatrice rimandava a Salomè e quindi bollata con anatemi.

Nella rappresentazione scultorea dei Mesi sulla Fontana Maggiore di Perugia (1278) di Nicola e Giovanni Pisano, la donna viene rappresentata nella fienagione e nella mietitura. Probabilmente si occupava del taglio del grano con un falchetto e spostava il fieno per l'essiccazione con grandi rastrelli; costruiva dei pagliai e legava i covoni. Le vigne erano affidate alle cure femminili per la potatura, legatura, spampatura, con roncole e coltelli ed infine per la vendemmia; così come la



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



raccolta delle olive, della frutta, degli ortaggi e delle erbe officinali. Era prerogativa delle donne la cura degli animali domestici, da cortile e delle pecore che tosavano con forbici di ferro; la transumanza era invece affidata agli uomini. L' iconografia fa ipotizzare che la moglie dell' artigiano si occupasse della commercializzazione dei manufatti. Donne e bambini, dotati di dita sottili, venivano impiegati al tornio ed alla lavorazione prima della cottura. I testi tramandano immagini di donne nel castello che filano e tessono sotto la direzione della moglie del signore. L' archeologia ha riportato alla luce laboratori di tessitura nei villaggi: capanne dotate di un telaio verticale; quando l' industria della lana viene trasferita in città si diffonde il telaio orizzontale e le donne vengono utilizzate per la cernita, la cardatura, la filatura, l' aspatatura, la tramatura, la lavatura e la tintura. In Italia la lavorazione della seta risale al XII-XIII secolo con l' allevamento dei bachi, la preparazione dei bozzoli, l' aspatatura e la torcitura affidati a donne e fanciulle in laboratori di proprietà di un imprenditore. Tra i reperti sono state ritrovate fusarole in terracotta, fusi e conocchie un tempo decorate, fissate ad un supporto ed un bastone al quale si avvolgeva la lana pettinata. Nel XV secolo il mestiere del sarto era di pertinenza maschile, ma sono state ritrovate piccole forbici per mani femminili. Nobili fanciulle e dame erano dedite all' arte del ricamo e della tessitura delle



cinture; poco documentato è, invece, il lavoro a maglia con il quale realizzare guanti, berretti e calze per bambini. La cura dei piccoli, allattati al seno e poi con dei corni sostituiti da poppatoi in vetro è ben immaginabile grazie ai ritrovamenti, così come la sistemazione del focolare su treppiedi in ferro e la preparazione del cibo con utensili in ferro, bronzo, terracotta e legno. Le anfore in ceramica di diverse dimensioni e brocche servivano per prelevare l' acqua dalla fonte e conservarla in casa oppure si usavano secchi cerchiati di ferro con mestoli.

Il cibo era servito dalle donne di casa, gli uomini sedevano a tavola ed i ragazzi mangiavano presso il focolare. Nelle regioni mediterranee fin dal XIII secolo la ceramica sia del grande piatto comune che delle singole scodelle era decorata e venivano prodotti recipienti di legno, taglieri, bicchieri lavorati al tornio. Lo stagno era adottato per piatti, boccali, scodelle e salsiere. L' argenteria aveva un uso limitato, mentre si diffonde l' uso del vetro.

Le vasche d' acqua in pietra erano usate per il bucato che veniva lavato con la cenere; gli abiti venivano spazzolati per rimuovere la polvere.

Le case con pareti di argilla, legno e paglia vengono a poco a poco sostituite con costruzioni in pietra e mattoni.

In una miniatura del 1470 viene rappresentata un' ancella che reca una scodella di peltro per ricevere dalla padrona la sua porzione di cibo; un paiolo di rame appeso ad una catena cuoceva tra le fiamme



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



vivaci ed era in evidenza un libro di ricette.

In una città universitaria come Bologna, ferveva il mercato libraio, nei secoli XIII-XIV è riportata la presenza di miniatrici e calligrafe che operano con il padre o con il marito. La miniatrice Claricia si è rappresentata con la sua sottile figura di fanciulla con i capelli lunghi e sciolti ed un bell'abito intorno alla lettera Q disponendo le lettere del suo nome in modo discreto ed un intrico di racemi intrecciati.

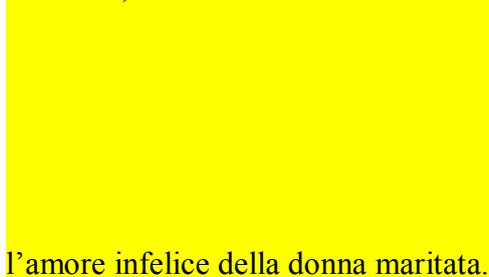
Christine de Pizan, una delle più note scrittrici laiche del Medioevo, autrice di opere miniate si rappresenta mentre scrive e compone.

Tra il 1360 ed il 1362 Boccaccio nel "De claris mulieribus" riporta 140 biografie di donne famose, attive e creative: al telaio, nella realizzazione di miniature, intente ad un disegno per un affresco ed alla preparazione dei colori, scolpendo una lastra tombale di una fanciulla e nell'attività orafa.

Negli ambienti monastici la cultura femminile era diffusa, rientrava tra le attività, oltre alla meditazione, leggere, scrivere e studiare; Chiara da Montefalco ed Ildegarda di Binger (1098-1179), entrarono a otto anni in convento e quest'ultima si occupò della stesura di opere di medicina, scienze naturali e di prosa letteraria; opere pervenuteci frammentarie, ma ornate di splendide miniature.

Alla fine del X secolo Ende, probabilmente una suora, realizzò miniature dai colori sgargianti in un manoscritto sulla fine del mondo rappresentando draghi, demoni, santi ed angeli.

In letteratura nel Medioevo l'espressione femminile era quella delle "chansons de toile" (canzoni della tela) che le donne cantavano durante la filatura e la tessitura e che avevano sovente come tema



l'amore infelice della donna maritata.

Nella "Cité des Dames" si narra che Zenobia, regina di Palmira, fosse una guerriera, ma anche un'intellettuale che, nei momenti liberi, scriveva un compendio di storia contemporanea ben conoscendo il greco ed il latino. La letteratura femminile secondo alcuni storici rivela maggiore spontaneità ed introspezione, nonostante i tentativi, quando una donna voleva prendere la parola pubblicamente, di "rispedirla alla sua conocchia".



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

**La tavola medievale seguiva un modello simile a quello attuale della Cina e del Giappone: i cibi venivano serviti simultaneamente ed ogni invitato li sceglieva e consumava nell'ordine che preferiva; i sapori erano una mescolanza di gusti abbastanza decisi (agrodolce con prodotti**



**di origine Araba o la mostarda dolce con spezie) . La cucina medievale era parsimoniosa nell'utilizzo dei grassi per realizzare le salse ed utilizzava ingredienti acidi quali aceto, vino, succo di agrumi e di uva acerba (agresto) miscelati con spezie, mollica di pane, fegato, mandorle e tuorlo d'uova. Era molto diffusa la lessatura preliminare delle carni che venivano poi arrostate o brasate. Il bollito era molto utilizzato per carni di animali vecchi dalle classi meno abbienti, poiché consentiva di ricavare il brodo per insaporire altri piatti (per esempio verdure). Alcuni eventi storici hanno segnato una svolta nell'arte culinaria, tra questi: la scoperta dell'America (1492) che ampliò la scelta dei prodotti alimentari disponibili con ampia, ma non proprio immediata, diffusione del pomodoro, del mais, del peperoncino e della patata. Allo stesso tempo furono introdotte in America le coltivazioni di grano, vino, olio (tipiche del nostro Medioevo) e l'allevamento di suini e bovini. In Europa si importò il caffè con l'idea errata di utilizzarlo per fare il pane, i risultati furono più che deludenti! Solo alla fine del 1600 si comprese, vedendone fare un'infusione ai Turchi, che si poteva ottenere un'ottima bevanda.**

**"La geografia si superava con gli scambi commerciali" e la cucina costituisce un terreno ideale di confronto ed incontro fra culture diverse.**

**L'uso dei grassi animali (soprattutto lardo) o olio d'oliva (estratto a crudo e da olive immature) variava a seconda della zona e delle ricette: il primo era la base per la cottura di ortaggi e legumi, l'olio per le uova ed il pesce. L'ulivo veniva coltivato in pochi luoghi ed a volte si usava l'olio di noce che, con altri estratti da: mirto, sesamo etc., aveva finalità**



**medicamentose. Con il mutamento della zootecnia e l'allevamento degli animali "da latte" in alcune ricette si sostituì a questi due condimenti il burro; citato già nel 1450 da Maestro Martino con il formaggio grattugiato, per condire la pasta.**

### **CIBO**

La reperibilità degli alimenti ne determinava il consumo: erano maggiormente disponibili quelli dei territori circostanti; invece "La tavola del principe deve offrire di tutto e suscitare meraviglia.."

La produzione più diffusa era quella dei cereali, in prevalenza grano, mentre viti, ulivi e fichi erano coltivati sulle colline in prossimità del mare; nelle zone montuose degli Appennini vi erano faggi, querce e castagni.

L'allevamento del bestiame era collegato alla produzione agricola; per conservare la carne questa si



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

essiccava o si ricopriva con sugna (grasso).

I prodotti della campagna giungevano in città in occasione di fiere e mercati che si svolgevano per le vie e per le piazze.

Fra gli alimenti maggiormente consumati vi erano i cereali: frumento, segala, orzo, miglio, spelta (farro), avena, riso utilizzati non solo per il pane ma per la preparazione di pasta e zuppe. **Segale ed avena**(note come piante infestanti),essendo resistenti alle avversità climatiche ed avendo tempi diversi di crescita e raccolta,si guadagneranno un posto di rilievo rispetto a frumento e farro;l'abbinamento orzo(di antichissima tradizione) con avena è attestato nel X secolo nelle terre del monastero di Santa Giulia(Brescia).Tra le piante leguminose ricordiamo fava,cece,fagiolo ad



occhio(unica specie autoctona dell'area mediterranea)e la cicerchia. La coltura del pisello risale all'Alto Medioevo. Tra le verdure oltre a cipolle,agli,porri e rape si utilizzavano cavoli ed insalata;con la presenza Araba in Spagna ed al Sud si diffonderanno carciofi,melanzane e spinaci .La castagna nell'Alto Medioevo avrà ampio utilizzo come alternativa ai cereali.

“LE PIANTE DELLA CIVILTÀ””:il riso per le popolazioni dell'Est asiatico,il mais per quelle del Centro-Sud America,sorgo e manioca per gli abitanti dell'Africa. Per le genti del Mediterraneo il cereale d'elezione è il grano e con esso il pane la cui produzione richiede una serie di passaggi:mietitura,macinazione,impasto, lievitazione e cottura.

Il companatico(companagium,companaticum)è tutto ciò che fin dal Medioevo accompagnava il pane;i ricchi si cibavano di pane bianco,il popolo cuoceva (in piccoli forni)una grossa pagnotta di cereali vari e di colore scuro, da consumare durante la settimana.

Si diffuse l'uso, per migliorare la conservazione del pane, di farlo seccare al sole o di cuocerlo due volte(bis-cotto)con vantaggio per soldati,eremiti e pellegrini che lo utilizzavano inzuppandolo.

Il pane di migliore qualità era quello di frumento, ma spesso quest'ultimo veniva mischiato con altri cereali a seconda delle circostanze: in tempo di carestia si miscelavano i cereali con farina di legumi, castagna o fave. **come affermavano Bonvesin da la Riva e Salimbene da Parma ,vista l'eclitticità di utilizzo dei marroni e delle castagne(lesse,cotte con la padella forata,o come castagnaccio,o ripieno per la carne), e la possibilità di una loro buona conservazione.**

Il pane veniva a volte aromatizzato con sesamo, finocchio, olio o semi di papavero o rosmarino ed era confezionato in grandi pagnotte o pagnottelle singole di varia forma a seconda delle festività rituali ( treccia o spiga).

I pani dolci ( in occasione di feste pasquali, natalizie e nozze) erano: le ciambelle, le crostate,



pupazzi e animali di pasta, biscotti a forma di losanga e rombo.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

Esisteva anche il pane azzimo, fatto senza lievito, simile all'attuale piadina (un impasto di acqua e farina).

Con la farina di frumento si preparavano lasagne, tagliatelle e maltagliati che si consumavano in brodo realizzato con carne di pollo, cappone, fagiano, piccioni oppure con vari tipi di pesce aggiungendo erbe e spezie.

Al brodo venivano aggiunti spesso tuorli d'uovo sbattuti per renderlo più denso.

I legumi ( ceci, lenticchie, fave e lupini) venivano bolliti nell'acqua o nel latte e utilizzati per vari tipi di zuppe.

La carne di cacciagione, dopo una frollatura di alcuni giorni, veniva bollita e solo successivamente posta allo spiedo. **Nel mondo contadino la carne più utilizzata era quella di maiale che ben si prestava alla conservazione. Bovini,ovini e pollame venivano allevati fin dall'Alto Medioevo.**

Il formaggio, fresco o stagionato, era di solito fatto con latte di pecora; era prodotto anche sotto forma di giuncate, ricotte e burro. **Veniva utilizzato per la farcitura di crispelli,tortelli o ravioli a volte si arrostita sullo spiedo e veniva servito su una fetta di pane sottile .Il formaggio secco poteva essere grattugiato. Boccaccio descrive così il Paese del Bengodi:”la montagna tutta di formaggio parmigiano grattugiato,sopra la quale stavan genti che niuna altra cosa facean,che fare maccheroni e**



**raviuoli e cuocergli in brodo di capponi.”**

Le uova venivano cotte sotto la cenere, elaborate in frittate con verdure o ripiene; decorate con forme araldiche usando tinte da estratti naturali.

Le verdure erano coltivate o selvatiche, mangiate cotte o crude in insalata e quasi sempre come antipasto o per accompagnare altri alimenti; le varietà erano: lattuga, scarola, cicoria, rucola, bietole, spinaci, prezzemolo, basilico ed a questi si aggiungevano rape, cipolle, aglio e scalogno.

La frutta era ampiamente consumata come antipasto: mele, pere, melarance (arance), ciliegie, pesche, meloni, uva, fichi, noci, nocelle, mandorle, limoni.

Sempre preceduti da formaggio ed usati dopo i pasti erano le pere, le mele, le mandorle, le nocelle e le pesche.

I dolci più semplici erano a base di: mandorle, pinoli, nocciole, noci e uva passa; si preparavano



marzapani, pinochiati, tortelli, offelle e marmellate con mele e altra frutta.

Il dolcificante utilizzato era il miele, anche se già dalla fine del XIII secolo lo zucchero di canna, proveniente dal medio oriente, veniva coltivata in Sicilia.

Gli speciali confezionavano medicine ma anche confetti e ricette dolciarie soprattutto in occasione di banchetti: opere d'arte per le quali si avvalevano di artisti figurativi che le decoravano con prezzemolo, ribes, grano verde e zafferano.

Le zuppe e le minestre venivano cotte in pentole, sobbollivano sotto la grande cappa del camino; torte e tortini si cuocevano in forno oppure in teglie coperte con la brace posta sopra e sotto.



**Compagnia Arcieri Medievali**

**Aquila Invicta**

**L' Aquila**

## **La Tavola**

**Le leggi suntuarie tra le quali le "Ordinationes generales et speciales" emanate nel 1308 a Messina da Federico II regolavano gli eccessi nei banchetti ed evitavano che questi diventassero un pretesto per costituire illegittime alleanze.**

Le grandi tavole erano di solito ricoperte con larghe tovaglie bianchissime; per feste e banchetti si usavano tessuti più fini ed erano preziosamente ricamate. Sulle tavole comuni spesso se ne faceva a meno appoggiando cibi e stoviglie direttamente sul piano di legno. Nulla veniva posato sulla mensa prima che i commensali si fossero seduti; solo quando ognuno si fosse sistemato al proprio posto venivano portati i primi oggetti: candelieri, saliere, tovaglioli ( dal XIII secolo) per sostituire l'abitudine a pulirsi la bocca con la tovaglia; realizzati con lo stesso tessuto ed usati per asciugarsi le mani dopo le abluzioni tra una portata e l'altra. (Si usavano tre dita per portare alla bocca il cibo.) Successivamente venivano portati cucchiari, coltelli e dal XIV secolo le forchette. Per tutto il medioevo i cibi venivano portati in tavola già tagliati ed i coltelli servivano ad infilare carni, verdure e vivande solide. Un francescano descrisse gli usi alimentari dei tartari che distribuivano ai convitati i pezzetti di carne di montone "con la punta di un coltello o di una forchetta ...". Pier Damiani, secolo XI, riferisce, come evento eccezionale, di una principessa bizantina, incontrata a Venezia, che "non toccava il cibo con le mani ... ma lo portava alla bocca con una forchettina a due denti". I materiali più usati per le posate erano: legno, avorio ed argento. La minestra portata in una grande zuppiera si serviva in scodelle singole; per la carne e l'insalata spesso i commensali usavano un piatto in due, il "pictaletto" o pignatella.

Fino alla metà del trecento i materiali usati per i piatti erano legno o metallo, in qualche caso ceramica; sono stati ritrovati un notevole numero di boccali e i piatti da portata realizzati con gli stessi materiali venivano sistemati al centro della tavola dove ognuno poteva attingervi con le mani; in seguito furono usati sempre con maggiore frequenza piatti e ciotole di maiolica decorata. Le carni spesso si servivano su grandi taglieri e venivano porzionate dallo scalco. Il vino era servito in vetro cristallino per metterne in risalto il colore e la limpidezza. L'acqua era tenuta in boccali di ceramica che la mantenevano fresca. Tutti e due venivano tenuti in abbondante quantità vicino alla sala principale in grandi anfore da travasare al bisogno. Per bere si usavano tazze smaltate internamente di bianco, bicchieri di vetro o coppe d'argento. Le tavole ricche avevano saliere d'oro o d'argento ornate di pietre preziose, tazze, piatti, bacili d'argento ed oggetti di cristallo.

## **Produzione delle maioliche**

**L'archeologia: resti di cibo, reperti ossei umani e di animali, vasellame e suppellettile domestica oltre all'iconografia, è fondamentale per capire quali fossero le tecniche di cottura ed i rituali della cucina e della tavola.**

Dapprima si trattò di prodotti rudimentali, poi vi fu l'avvento di nuovi procedimenti di lavorazione, nuove tecniche di cottura e un migliore processo di impermeabilizzazione ( invetriatura). Dal XIII-XIV secolo sulle mense delle famiglie nobili comparivano manufatti provenienti da altri centri di produzione grazie agli scambi commerciali con l'entroterra ed i traffici marittimi. Catini, ciotole, bottiglie e boccali decorati con raffigurazioni di animali reali e fantastici tipici della cultura medievale erano circondati da motivi floreali più o meno geometrici di derivazione araba e provenivano dalla Toscana e dall'Umbria; motivi antropomorfi derivavano dai Bestiari e dalle favole, furono inseriti stemmi, simboli e iniziali appartenenti a potenti famiglie o singoli signori. Alla seconda metà del Trecento gli oggetti maggiormente prodotti furono i boccali di due tipi:



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

ovoidale con ventre più o meno ribassato di derivazione romana e biconico (intorno al Duecento) con il corpo segnato da una carenatura; caratteristiche particolari di quest'ultimo erano il beccuccio trilobato e l'attaccatura del manico che terminava in una sporgenza. Nel quattrocento ai colori tradizionali si affianco il blu cobalto molto denso, a forma di goccia, con tecnica aggocciolato.



Le decorazioni sui piatti avevano spesso motivi encomiastici, volti umani, soggetti antropomorfi in contesti vegetali con foglie e ramificazioni. Busti e profili di uomini e di donne comparvero spesso in questo periodo su piatti, ciotole realizzati a graffito o dipinti; la ceramica graffita fu prodotta per tutto il XV secolo. Tra i motivi simbolici era ricorrente il coniglio (simbolo di fecondità), l'occhio del pavone, la foglia a cartoccio ed iconografia marinara (navi, barche, il faro e pesci). Alcuni vasi erano utilizzati per contenere spezie, unguenti, confetti e mostarde. I più preziosi non venivano confinati alla cucina ma erano collocati sulle credenze delle sale principali.

### **Luoghi e organizzazione della cucina**

Le cucine del castello erano situate al piano terra all'altezza del pozzo, della cantina e dei magazzini. In alcuni palazzi dei secoli XIII-XIV era collocata ai piani superiori; nel XV secolo, per un minore impiego del legno nelle costruzioni ed una perfezionata tecnica nella fabbricazione di focolai e camini si trasferì ai piani inferiori: posizione più funzionale per approvvigionamento di acqua, legna e provviste. Le cucine erano grandi e non occupavano un solo ambiente ma una serie di spazi più o meno estesi; affianco vi era una cucina più piccola riservata al cuoco; una stanza per la pulizia della cacciagione e del pesce; in un'altra si lavavano le stoviglie di stagno, rame, d'argento e gli utensili usati per cucinare; in un'altra si riponevano tegami, pignatte, testi, teglie e padelle. In una stanzetta vi era la legna e nelle stanze si aprivano nicchie di varie dimensioni dove conservare le provviste. Casse di legno contenevano panni e tovagliati, madie e credenze erano usate per le



stoviglie e sulle mensole erano posti vasi, vetri, mortai e boccali. Il fulcro della cucina era l'immenso camino con focolari di più piccole dimensioni come bracieri a seconda delle esigenze dei diversi tipi di cottura. Nella cavità del camino vi erano nicchie in cui venivano posati i tegami, conservata la brace ed infilate le estremità degli spiedi; i ganci, collocati a diverse altezze servivano per appendere i caldai ed i calderoni di rame. Il forno generalmente era posto fuori e si usava per la cottura del pane e di altri alimenti. Il personale impiegato per i lavori più umili indossava camicioni o grembiuli bianchi. La figura più importante in cucina era il



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

“sopracoco”(cuoco principale) che dirigeva l'intera cucina ed aveva numerose responsabilità: coordinava i sottocuochi e gli inservienti, curava gli approvvigionamenti. In cucina ci si confrontava riguardo alle ricette ed ai procedimenti di cottura e questo determinerà la diffusione di piatti che si differenziano solo per poche sfumature da un territorio all'altro della penisola. Altre figure di spicco erano lo spenditore che si recava nei mercati e si occupava degli acquisti; lo speziale che confezionava medicine, lavorava la cera, miscelava le spezie, creava costruzioni di zucchero, distillava acque per uso medicinale e per banchetti, elaborava ricette dolciarie. Anch'egli acquistava le materie prime presso fiere e mercati e rivendeva il proprio prodotto ad un prezzo che variava a seconda della lavorazione e non aveva altro salario.

**Ricette: Dolce della Perdonanza: La distinzione tra ingredienti dolci e salati appartiene alla cultura moderna.**

**Torta verde:**

ingredienti: spinaci, bietole, menta, lardo salato, formaggio stagionato, uova, sale e zafferano.  
Per la pasta: grammi 200 di farina, strutto un cucchiaino, acqua quanto basta.

Pulire le erbe e tritarle con il formaggio e il lardo, poi unire le uova. Fare una pasta con gli ingredienti indicati e dividetela in due parti, quella più spessa per foderare il testo dove si versa il composto e una più sottile per chiudere la torta. Spennellarla con tuorli d'uovo sbattuti con lo zafferano e cuocere sulla brace con fuoco sopra e sotto o in forno per circa un'ora.



**Cialdoni**

Ingredienti: 100 grammi di farina, 40 grammi di zucchero, 30 grammi di strutto, una decina di cucchiaini di acqua fredda.

Per fare le cialde è necessario uno strumento di ferro formato da due dischi collegati da due lunghi manici, per manovrarlo ad una certa distanza dal fuoco. Sciogliere la farina con l'acqua, unire lo zucchero e unire lo strutto.

Porre sul fuoco il ferro da cialda e quando è molto caldo versarvi all'interno mezza cucchiainata di pastella. Stringere insieme le parti del ferro e passarle sul fuoco d'ambo i lati; quando la cialda sarà pronta si stacca dal ferro e si arrotola su una canna.

**Offelle alle mele**

Ingredienti per la pasta: 500 grammi di farina, 250 di strutto, 250 di zucchero, due uova intere ed un tuorlo.

Per il ripieno: 500 grammi di mele, 120 di zucchero, 30 di uva passita, 30 di pinolo e cannella. Sbucciare le mele, tagliarle a spicchi e cuocerle con un po' d'acqua, quando si saranno spappolate unire lo zucchero, le uvette ammolate, la cannella e i pinoli amalgamando bene.

Stendere la pasta non troppo sottile e tagliarla con uno stampo rotondo, sistemate su ogni disco un po' di composto, chiudere con un altro disco e spennellare le offelle con uovo sbattuto in cui sarà



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

sciolto un pizzico di zafferano, spolverizzare con zucchero e cuocere in forno con calore moderato.  
**Biancomangiare: ricetta molto importante nella cucina medievale aveva una serie di varianti**



**a seconda del territorio.**

Mandorle g.300, riso g.80, un petto di gallina, strutto g 120, zucchero g 100, chiodi di garofano, latte di mandorle L.0.5

pelare le mandorle e pestarle nel mortaio lasciandone da parte qualcuna intera; stemperarle con un po' d'acqua e passarle al setaccio. Lessare il petto della gallina, tagliarlo a filetti sottili e friggerli lentamente con un po' di strutto. Pestare bene il riso e setacciarlo per ottenere una farina fine; nel frattempo mettere a bollire il latte di mandorle e quando giunge ad ebollizione, toglietelo dal fuoco e versatevi la farina di riso quindi rimettetelo sulla fiamma. Aggiungere ora i petti di gallina sfilettati, lo strutto, lo zucchero, le mandorle pestate e mescolare bene. Quando il composto risulta cotto e sufficientemente rappreso, scodellare e aggiungere un po' di acqua rosata, lo zucchero, le mandorle intere soffritte e i chiodi di garofano. Questa vivanda deve risultare densa e bianca come la neve.



**Fladones**

**Torta salata ripiena di formaggio ed altri ingredienti.**

**Sapore verde**

Prezzemolo, menta, serpillino(timo), maggiorana, un po' di bietola o di altra erba a piacimento, un po' di aglio fresco, aceto.

Pestare le erbe nel mortaio con l'aglio, condirle e passarle al setaccio. Tale salsa accompagnava arrosto di vitelli, capretti, polli e piccioni.

**Salsa gialla**

**Tuorlo d'uovo e zafferano**

**Torta quaresimale**

**Ingredienti: mandorle macinate e bollite suddivise in tre parti: una colorata con menta, prezzemolo e maggiorana(verde), la seconda di zafferano e la terza di zucchero bianco.**

**Cotognata**

mele cotogne kg 3, miele kg3 oppure 2kg di zucchero, spezie e foglie di alloro.

Lessare le mele cotogne coperte d'acqua e quando saranno morbide, scolarle, grattarle, passare la polpa al setaccio e rimetterle sul fuoco dopo avervi aggiunto lo zucchero o il miele. Far bollire il tutto mescolando perché non si attacchi per una decina di minuti. Quando è cotta distendere la cotognata di uno spessore di un mezzo dito su una tavola bagnata con acqua fresca e lasciarla asciugare al sole. Quando sarà asciutta tagliarla a scatti e riporli aromatizzandoli con spezie e foglie di alloro.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

### **Mostaccioli**

**Farina, miele, mandorle e cannella: biscotto secco da inzuppare nel vino.**

#### **Vin cotto**

vino rosso, miele ( per quattro bicchieri di vino un bicchiere di miele), cannella.  
Far bollire il vino e il miele fino a che il liquido si riduca di un terzo.

#### **Per far vino bianco dolce**

togli delle mele buone et dolce secondo la quantità del vino, et pistale bene, et mettegli dentro tanto mele che sia per la metade della mela, et poi scola molto bene insieme l'uno e l'altro, et poi le metterai nel vino, cioè nella botte et mescola fortemente insieme.

Questo si fa meglio all'i vini novi che bogliono insieme nella botte, ovvero fa bollire queste cose in un paiolo netto con alquanto vino nuovo et poi metti nella botte e miscola.

### **Se vuoi fare giuncata di latte**

togli latte di pecora, mettilo a bollire in vasetto istagnato a non lasciare levare il bollore, imperocchè diventerebbe granelloso.

Trailo di quello vasetto, mettilo in un altro e, quando è freddo, mettivi il presame , mesta forte e ,



quando è preso, fa giuncata.

### **Giuncata cruda**

Togli latte puro, chiaro, colato e mettivi presame di capretto o d'agnello; e quando sarà stretto, lavalo bene e compollo tra i gionchi e dà al signore. O vero che tu poni nell'acqua fredda fino a ora di mangiare.

### **Stracciatella**

**Uovo battuto con formaggio e pangrattato poi il tutto in brodo caldo.**

### **Paste alimentari**

La storia della pasta italiana sembra essere legata alla trafilatura arabo- normanno- sveva considerando sia le paste fresche sia le secche. Focacce e pizzelle, tipiche della pianificazione greca nel tragitto fino al mondo arabo sono diventate sfoglie crude, non fermentate, tagliate in sottili strisce.

Il "Canone" di Avicenna nei primi anni del sec XI descrive "una preparazione a forma di fettucce, preparata con pasta non lievitata, e la si fa cuocere con o senza carne". La pasta fresca, denominata lakhsha (scivolosa) era ricavata da una sottile sfoglia di pasta lievitata tagliata in lunghe strisce e poi in triangoli che si serve con il bollito, dopo averla cotta nel brodo, accompagnandola con un salsetta. Avicenna suggeriva l'utilizzo di una pasta secca da comprare già fatta ed una fresca da preparare in casa sul momento in entrambi i casi ricavati da una sfoglia tagliata della lunghezza di circa dieci centimetri.

La zuppa di pane ammollato nell'uovo era spesso seguita dal cous cous o dal riso, esisteva anche una pastina di forma allungata come chicchi di grano; la carne si toglieva dalla pentola e si faceva



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

bollire la carne nel brodetto rimasto servendo alla fine le due pietanze insieme o separatamente. Le ricette includono poi una cottura a bagnomaria con abbondante latte che corrisponde al biancomangiare.

Le fettuccine di pasta venivano messe ad asciugare su una incannucciata come risulta dai “Taccuini



della salute” italiani quattrocenteschi e venivano tagliate della lunghezza voluta. Gli arrostiti e gli spezzatini venivano accompagnati da salse; il formaggio fin dall'epoca normanna era usato quale condimento per paste secche o ripiene.

A volte la pasta veniva cotta in latte o latte di mandorle.

Nel 1527 Andrea Alpago pubblicò una nuova versione del “Canone” identificando con il termine lasagnette le fettuccine tagliate della lunghezza di un palmo denominate dialettalmente sagne e sagnette, comuni sulla costa adriatica.

La proliferazione di formati era già evidente nel sec XIII nel mondo arabo e fu ulteriormente incrementata in area italiana dove ricoprì un posto di spicco la lasagna di forma rettangolare o quadrata da preparare in tortiera; l'etimologia sembra derivare da losanga: dolce di mandorle tagliato in rombi oppure dal termine araldico francese usato dal 1294.

I ricettari normanni riportano l'utilizzo di preparazioni cremose con pistacchi, zenzero e zucchero filato per guarnire le losanghe. Sempre attraverso questi stessi ricettari compare l'uso delle lasagne fritte, cioè delle frappe; la lievitatura sarà successivamente eliminata e il condimento con formaggio grattugiato le renderà paste salate.

I maccheroni, cibo nazionale italiano, caratterizzato da varietà di formati potrebbe derivare dall'inglese macarons, piccoli biscottini alle mandorle o dal francese macaron, biscotto a cupoletta a base di pasta di mandorle **oppure dalla minestra lombarda Macco(maccare,ridurre in farina ed**



**impastare).** Maccarrone indicava un gnocco tagliato da un impasto di un certo spessore le cui materie prime dolci vennero sostituite con un impasto di acqua e farina.

I dolci secchi erano realizzati con le mandorle o con un impasto di zucchero e pistacchi pestati da cui il termine pasta di mandorle o pasta reale.

Nel paese del Bengodi descritto dal Boccaccio erano menzionati i maccheroni conditi con il parmigiano. Per fare asciugare la pasta secca in minore tempo venne praticato un foro al centro; in altri casi lo gnocco veniva reso filiforme stendendolo su un piano di lavoro e si otteneva il maccherone filato. I ravioli hanno etimologia incerta, forse il termine deriva dalla verdura del ripieno. Si trattava di una striscia di sfoglia sulla quale si disponevano mucchietti di farcia che



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

veniva ripiegata su se stessa, richiusa e ritagliata in piccoli dischi. Potrebbe derivare dal termine ravoglio, cioè ravolgere.

Le comunità conventuali custodivano antichi manoscritti, in particolare un convento palermitano custodiva gelosamente la ricetta dei frutti di Martorana di derivazione araba e la tramandarono ai pasticceri locali rendendo questo tra i prodotti dolciari più diffusi del medioevo.

La dietetica medievale dava ampio spazio alle “parti degli animali”: con l'uccisione del maiale si utilizzava ogni sua parte più o meno nobile cercando di prolungarne la conservazione.

Nei castelli si cucinava nella stanza del camino o all'aperto; i grandi pranzi avevano la funzione di esibizione di ricchezza di fronte ad un pubblico che avrebbe usufruito di copiosi avanzi. Boccaccio nel Decamerone afferma che in assenza di guerre e di carestie anche le classi inferiori si nutrivano di carne più volte alla settimana ed il pane non mancava a nessuno.

La cucina era fortemente legata al territorio e nell'ottocento si è verificata in tutta Europa una consistente operazione di recupero di prodotti di ascendenza medievale.

### **Storia della cucina**

**Il superamento del discorso “territorio” era considerato nel Medioevo un obiettivo di prestigio, infatti nei testi si ritrovano ricette “internazionali”.**

I due brevi ricettari “**Normanni**”, redatti in Sicilia per Guglielmo II rappresentano la prima documentazione della cucina tardo medievale risalente agli anni compresi tra il 1177 e il 1189. È tuttavia per la corte di Federico II che verrà compilato il “**Meridionale**”, un manuale databile intorno al 1240 con una ottantina di ricette a base di carne. Il documento era scritto originariamente in siciliano ma tra il 1240 e il 1250 si susseguono diverse fasi di rielaborazione in latino. Da una versione più dettagliata del “**Meridionale**”, contenente una trattazione sulle verdure, deriverà una traduzione toscana promossa da Ubaldino della Pila, databile al 1273, definita “**Toscano**”. Il rifacimento successivo sopravvive in un manoscritto della Biblioteca Vaticana; questo materiale venne infine riordinato in cinque libri nella versione finale, il “**Liber de coquina**” conservato in due codici della Biblioteca Nazionale di Parigi. Sempre nella corte federiciana, anteriormente al 1250, collochiamo il “**Tractatus de modo preparandi et condiendi omnia cibaria et potus**”, caratterizzato da forti reminescenze normanne; al regno di Manfredi (1250-1266), figlio di Federico II appartiene la prima versione latina del “**Tacuinum**” di Butlan, una enciclopedia dietetica araba del sec. XI. (Altri manuali come “**I dodici ghiotti**”, Il “**Veneziano**” e il “**Meridionale B**” testimoniano il diffondersi della cucina sveva. Dei tanti ricettari inglesi possiamo citare “**Diversa Cibaria**”, versione inglese di alcune sezioni dei “**Normanni**”; l'opera è databile all'inizio del Trecento. Al 1390 risale invece il fondamentale “**Forme of Cury**” redatto per la corte di Riccardo II. Per la Francia possiamo ricordare il “**Viander**” del celebre Guillaume Tirel detto Taillevent (1315-1395), cuoco del re Carlo V, che rielabora un precedente ricettario del 1300. La Spagna è rappresentata dalla raccolta denominata “**Sent Sovi**”, datata al 1324, che si dichiara dettata da un “bon coc del rei d' Anglaterra”. Per la Germania ricordiamo il “**Buoch von guoter spise**” che Michael de Leone protonotario di Wurzburg fa copiare per la biblioteca di famiglia intorno al 1350. Risale alla fine del Duecento il “**Libellus**”, una raccolta legata alla scuola medica di Montpellier, che si diffonde nel nord dell'Europa in versione danese, svedese e basso tedesca. )

La Sicilia e soprattutto la corte di Federico II entra in contatto con la cucina araba di derivazione



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

persiana. Il manuale del X secolo di Ibn Sayyar al Warraq descrive la cucina di Bagdad all'epoca dei grandi califfi;( risale al 1226 il “**Kitab al Tabik**”, scritto a Bagdad, che rappresenta lo stadio conclusivo della tradizione arabo persiana. Allo stesso periodo e ambiente risale il “**Kitab al Wusla**”;) databile al secolo XII e quindi contemporaneo ai federiciani è l'anonimo ricettario “**Magrebino**” che descrive la cucina della corte africana fino all'Andalusia;( appartiene al secolo successivo il “**Kitab Wasf**”).**Nella seconda metà del Quattrocento Maestro Martino de Rossi scrisse in lingua volgare il “ Libro de arte coquinaria”; la sua esperienza attraversò l'intera penisola:Milano,Roma,Napoli approfondendo gli influssi catalani ed il cosmopolitismo culinario della corte pontificia.**

Fu Francesco Zambrini nel 1863 a Bologna con il “**Libro della cucina del secolo XIV**” ad aprire la strada ad una serie di studi che avrebbero riportato alla luce, in Italia e all'estero, numerosi testi di cucina; Olindo Guerrini, Salomone Morpurgo e Ludovico Frati furono tra i primi a raccogliere il testimone da Zambrini e a dare il loro apporto a una nascente disciplina, la storia dell'alimentazione.

Le trasformazioni subite dai nomi arabi delle vivande nell'adattamento alla fonetica del latino o delle lingue romanze (italiano, francese, spagnolo) o germaniche (inglese) si rispecchiano anche negli adeguamenti che le vivande stesse subiscono: il grasso di maiale sostituisce quello di coda di montone, si preferisce l'olio d'oliva all'olio di semi; gli addensanti a base di pane o addirittura i macinati di interiora e il sangue soppiantano le mandorle. Molte vivande presentano anche una



derivazione romana: ne è un esempio il **ciambellone**. Ampiamente documentato in molte regioni italiane come dolce caratteristico, esso deriva dal grande pane dei legionari e la sua forma ad anello risponde allo scopo di farlo asciugare più facilmente e di facilitarne il trasporto infilandolo su una pertica. Questo pane una volta secco si consumava a pezzetti dopo averlo inzuppato nell'acqua; per questo motivo veniva denominato “**buccellatum**”, cioè “suddiviso in bocconi”.

Il procedimento di tritare la carne, per ottenere con aggiunta di uova e spezie un intenso impasto, è una costante della cucina medievale europea e trova riscontro in un ben noto preparato della cucina araba, la “**mudaqqaqa**”, “carne pestata al mortaio” e condita.

Il corrispondente termine latino è “**batutum**”. Questa denominazione implica una modifica del procedimento: la carne grossolanamente tagliata si dispone su una tavola e si batte con la lama del coltello (o meglio con due coltelli), rivoltandola più volte fino a ottenere una massa uniforme, come si fa tuttora il battuto di lardo; nella cucina araba invece, la carne viene pestata nel mortaio, ottenendo una tessitura più sottile e una completa snervatura del pezzo, e probabilmente proprio per questo il mondo occidentale, che preferisce avere sotto i denti materiali più consistenti, sceglie la carne battuta per realizzare polpette e ripieni.

### **Acqua**

**La migliore,secondo i medici della Scuola di Salerno,era quella piovana raccolta e conservata in apposite cisterne. Altra opportunità era quella dei pozzi,fiumi,sorgenti e laghi. L'acqua**



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invieta**  
**L' Aquila**

spesso veniva aromatizzata e lievemente fermentata(disinfettandola) con succhi di frutta acidi:lamponi,more e mirtilli,con vino,aceto o spezie ed erbe.



### Vino

“L’uva pende dalla vite,come le olive dall’albero ... ma l’uva non diventa vino,né le olive olio,prima di passare sotto il torchio.” S. Agostino fa riferimento alla fatica,l’inventiva ed il lavoro dell’uomo sulla natura.

I Romani preferivano il vino medicato e denso; secondo Ippocrate e poi Plinio il vino antico non di rado era preparato con acqua di mare. Venivano utilizzate uve appassite e spesso diventava uno sciroppo fermentato; il celebre vino del consolato d’Opimio aveva la consistenza del miele. Nel medioevo si preferivano i vini dolci, e in particolare furono tre i vini di lusso: il greco, la malvasia e la vernaccia. Il greco corrisponde al nostro moscato dolce, ottenuto da un vitigno originario di Candia; la malvasia si otteneva da un vitigno di Cipro. I vini importati direttamente dall’Arcipelago dai veneziani avevano un maggiore profumo e forza e probabilmente venivano medicati con aromi. Il termine “miscere” indicava le due azioni di versare e mescolare. La vernaccia invece era un vino indigeno, e la più stimata era quella di Cormiglia nella riviera di Genova; questo vino con uve appassite e malto. I vini del mezzogiorno, benché non si chiamassero più Massiccio e Falerno, erano di gran nome come il greco di Somma; ma nell’Alta Italia piacevano anche il greco e il chiarello d’Alba e di Saluzzo, il chiarello d’Acqui e i vini a tipo di vernaccia di Lodi, di Crema, di Brescia e di Como. Nell’Europa centrale i vini pregiati in uso nel Medioevo erano soltanto quelli di Borgogna e del Reno. Il testo “Secretum Secretorum”, VII-VIII secolo con traduzione in francese trecentesca, classifica i vini a seconda del colore,dell’età,del sapore,della sostanza,della forza,dei terreni e delle regioni.

La birra,soprattutto al Nord:Gallia,Britannia,Irlanda e Germania era la bevanda tradizionale di utilizzo quotidiano.

### Piante

Il grande agronomo Pier de’ Crescenzi (1233-1321) nel suo “**Liber ruralium commodorum libri duodecim**” ci fornisce notizie sulle piante aromatiche utilizzate nel Medioevo.



Questo libro , scritto originariamente in latino e dedicato a Carlo II D’Angiò, venne ristampato con vari titoli (De agricultura, Libro dell’agricoltura, de agricultura vulgare,



**Compagnia Arcieri Medievali**

**Aquila Invicta**

**L' Aquila**

Opera di agricoltura, Trattato dell'agricoltura.); esso rappresenta un "thesaurus di cognizioni agricole e soprattutto enologiche, ma anche di carattere botanico e farmaco gnostico".

Dalla ristampa promossa nel 1561 a Venezia da Francesco Sansovino, sono tratte le "schede" delle piante aromatiche menzionate nelle ricette trecentesche del codice dato alle stampe da Olindo Guerrini.

Le spezie e le erbe aromatiche venivano effettivamente utilizzate per coprire non tanto carni deteriorate quanto piuttosto sapori e odori troppo penetranti sul tipo di quelli di certa selvaggina, come conferma il grande gastronomo del Rinascimento Bartolomeo Scappi nel quinto libro della sua celebre "**Opera**" (1570).

A consigliarne l'impiego erano gli stessi medici che dissertavano sulle "peculiarità" delle piante in rapporto ai temperamenti umorali individuali sull'autorità degli antichi fisiologi greci e arabi.

Tra le piante comunemente presenti nei vivai domestici i documenti antichi ricordano: erbe aromatiche quali salvia, prezzemolo, dittamo, issopo, celidonia, finocchio, aquilegia, rose, viole, ortica e cardo, varie erbe medicinali (malva, agrimonia, belladonna e girasole) e verdure (cavolo, borraggine, erbe o bietole, porro, aglio, senape, aglio di serpe, scalogno, enula, pimpinella).

In Abruzzo, nei secoli immediatamente successivi alla caduta dell'Impero Romano, le numerose comunità monastiche ebbero un ruolo di assoluta importanza nel mantenimento delle pratiche agricole e delle colture locali. I monaci Benedettini nelle loro abbazie, molto conosciute per la loro operosità, posero le basi per attività agricole. Le raccomandazioni della regola di San Benedetto parlavano espressamente della necessaria presenza di un orto (hortus conclusus) all'interno di ogni singolo insediamento monastico, spesso anche di pertinenza di ciascuna cella conventuale. Gli spazi risultavano divisi geometricamente da aiuole separate da vialetti coperti da pergole ed erano costituiti da varie parti, ognuna delle quali con una ben definita destinazione. Infatti, analogamente alle Villae Rusticae di epoca romana, questi edifici religiosi erano correlati da quattro tipologie di spazi coltivati: l'orto, il frutteto (pomaria), il giardino con alberi (viridaria) e gli erbari (herbaria).



Proprio attraverso l'attività così svolta dai frati si è potuta evitare non solo la perdita di molte varietà locali ma, probabilmente, anche averne contribuito alla creazione di nuove. ALLORO: LAURUS nobilis, fin dall'antichità simbolo di gloria e vittoria. "... Le sue foglie sono ottime per conservare i fichi secchi et per metter nella gelatina e ancho intorno al cotognato ... confortano il cervello et lo stomaco...". Favorisce, come condimento, la digestione di carni grasse e legumi. Inserito nei recipienti per la conservazione di grano o farina ne allontana gli insetti. Tra le ricette della tradizione abruzzese: il pane cotto con l'alloro in una minestra frugale di derivazione contadina.

MENTA: è utilizzata in cucina, in liquoreria, in profumeria e cosmetica ed è ricca di proprietà medicinali.

BASILICO: OCIMUM basilicum fu coltivato all'inizio come pianta ornamentale, se ne ricorda la diffusione fin dal XIII secolo nei giardini e sui balconi a Palermo e poi per l'utilizzo in cucina.

Quasi un secolo dopo Boccaccio ne parla in una novella del Decameron. Il pesto sembra derivare da una salsa medievale (marò) ricca di aglio e fave fresche o da un'antica salsa di noci a cui venne



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

aggiunto il basilico. Un'altra ipotesi attribuisce le origini al "moretum" dei romani a base di formaggio pestato ed erbe aromatiche cui è dedicato un poemetto attribuito a Virgilio.

**CROCO(ZAFFERANO):**CROCUS sativus ,pianta legata al territorio aquilano grazie all'introduzione da parte del domenicano Padre Santucci,originario di Navelli,che portò dei bulbi dalla Spagna. Usato per arricchire le pietanze,era ricercato in botteghe artigiane ed artistiche per il colore. Il bulbo ha un calice violetto che racchiude tre preziosi stimmi giallo-rossastro e i tre stami gialli,utilizzati come coloranti per tessuti.

**ROSMARINO:**Pianta rustica molto diffusa. Contiene un profumato olio essenziale con virtù note fin dall'antichità:antisettiche e tonificanti. Il miele al rosmarino è efficace contro il raffreddamento. Ha effetto repellente verso le zanzare ed il suo apparato radicale aiuta la rivegetazione di terreni scoscesi che tendono a franare. Ottimo come condimento per la carne,per aromatizzare il sale e per



conservare i cibi.

**SALVIA:**crece nei boschi e si riconosce per i fiori gialli e le foglie vischiose,è molto aromatica ed ha proprietà medicinali.

**LAVANDA:**LAVANDULA pianta rustica che cresce spontanea. In Abruzzo è presente tra l'altro nelle zone delle Gole di Popoli,S. Stefano di Sessanio e Castelvechio Calvisio. Usata nel Medioevo per la detersione del corpo per le sue spighe con fiori molto profumati grazie all'alto contenuto di oli essenziali .Si raccoglie per uso erboristico all'inizio della fioritura ed in estate,nella massima fioritura,per la profumeria e la cosmesi .Si fa seccare in mazzetti rivolti in basso,al buio ed i fiori, così trattati ,mantengono a lungo il loro profumo. Nel Medioevo le sue infiorescenze si facevano macerare e venivano utilizzate per la disinfezione dei pavimenti.

**MIRTO:**MYRTOS pianta rustica che ha fiori bianchi molto profumati,presente in Abruzzo sulle zone costiere. La fragranza richiama quella dell'arancia per la presenza del mirtenolo ,olio con proprietà balsamiche. Fino al Cinquecento ci si decoravano le case in occasione di nozze,essendo fin dall'antichità segno di amore e bellezza(sacro ad Afrodite).Contribuisce alla produzione del miele millefiori,si usa per avvolgere un tipo di formaggio a pasta filata e per la produzione di un celebre liquore Sardo.

**BRAGLIA:**GENESTRA Tinctoria,fiori usati nel Medioevo per colorare in giallo.

**ISATIS TINCTORIA:**dalle foglie macinate si ricava il **GUADO** per colorare in varie gradazioni di



azzurro.

Con una successiva immersione del tessuto,già colorato con questo,ad esempio nella Braglia si otteneva il verde più o meno scuro.



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

COTA TINCTORIA(Camomilla dei tintori)il decotto produce un pigmento giallo che si utilizzava per tingere la lana.

ERBA GUADA MINORE produce un pigmento giallo.

AGRIMONIA EUPATORIA:la parte aerea della pianta veniva usata per tingere i tessuti in rosso-mattone.

ROBBIA:dalle sue radici si ottiene un pigmento rosso utilizzato per tingere.

ADONIS VERNALIS:pianta che si considerava estinta in Italia,coltivata anticamente per le proprietà medicinali,ma come tutte le ranunculacee ha anche principi tossici è stata ritrovata nei Comuni di Barisciano e Castelvecchio Calvisio.

SCARDACCIONE SELVATICO(Cardo dei lanaioli):le infiorescenze secche si usavano per cardare la lana.

## TESSUTI

L'archeologia ha riportato alla luce laboratori di tessitura nei villaggi:capanne dotate di un telaio verticale quando l'industria della lana viene trasferita in città si diffonde il telaio orizzontale e la donne vengono utilizzate per la cernita,la cardatura,la filatura,l'aspatura,la tramatura,la lavatura e la



tintura. In Italia la lavorazione della seta risale al XII-XIII secolo con l'allevamento dei bachi,la preparazione dei bozzoli,l'aspatura e la torcitura affidati a donne e fanciulle in laboratori di proprietà di un imprenditore. Tra i reperti sono state ritrovate fusarole in terracotta,fusi e conocchie un tempo decorate,fissate ad un supporto ed un bastone al quale si avvolgeva la lana pettinata. Nel XV secolo il mestiere del sarto era di pertinenza maschile,ma sono state ritrovate piccole forbici per mani femminili. Nobili fanciulle e dame erano dedite all'arte del ricamo e della tessitura delle cinture;poco documentato è ,invece,il lavoro a maglia con il quale realizzare guanti,berretti e calze per bambini .

La presenza di acqua fu utile per impiantare attività produttive quali quella di fustagni, cordami, fili, funi, pannilana e carta.

Il ritrovamento di stoffe e tessuti costituisce un evento in archeologia vista la loro fragilità alle insidie del tempo. **Fin dal 1100 è documentato il commercio di stoffe con Francia e Siria: lino,velluto,lana pregiata quella provenzale)e cotone. La manifattura,con la realizzazione di preziosi ricami ed arazzi,si diffuse a Parigi,Londra,Colonia ed a Lucca.**

Alcuni preziosi manufatti venivano utilizzati nelle sepolture che erano spesso soggette a traslazioni, trattandosi di reliquie. Molti reperti (vesti-stoffe) sono giunti fino a noi protetti dal buio delle tombe. I religiosi venivano tumulati con i loro paramenti e nelle città di Ascoli ed Ancona sono stati compiuti interessanti studi sulle origini, l'iconografia e la manifattura dei reperti ritrovati. Nel Febbraio del 2006, per il restauro dopo il sisma del 1997, nelle quattro antiche casse lignee dei Santi Emidio (273-303) e degli altri Martiri sono state rinvenute preziose stoffe in buone condizioni di conservazione:quattro drappi di cui uno sciamito (datazione metà VIII-IX sec) decorato da orbicoli contenenti due cavalieri che cacciano con l'arco intorno all'albero della vita; uno in lino diviso in



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**

due pezzi, decorato con ottagononi rossi con galli ed anatre ed un manutergio di cotone con elementi



decorativi color rosso.

Un motivo ricorrente su altri manufatti era il “grifone”, metà uccello e metà leone: di derivazione Orientale, diviene simbolo della resurrezione in Cristo. Altra tematica era l’albero della vita rappresentato nello sciamito con l’asse centrale costituito da una palma, iconografia spesso associata a quella sulle lastre con animali mitologici, cagnolini o colombe.

Sembra poco verosimile la teoria della copia eseguita da artigiani locali dal modello di manufatti orientali, più attendibile è l’ipotesi di un reimpiego di stoffe provenienti da terre lontane. L’importazione di tessuti in Italia sancisce quegli scambi tra Oriente ed Occidente nell’Alto Medioevo già tracciate dal “Liber Pontificalis”.

Lo sciamito (in seta) del primo tessuto ha motivi figurati nei colori giallo, rosso chiaro e lilla su fondo verde smeraldo. Sul rovescio i colori sono invertiti con verde, rosso e lilla sul giallo chiaro. Il decoro ha dei medaglioni circolari con una cornice a intreccio e perle con motivi vegetali stilizzati. In ogni medaglione ai lati di una palma con frutti e fiori ci sono due cavalieri con copricapo a “cono”, casacca con decoro centrale e mantello:una scena di caccia con cervi, uccelli e vegetali.



La stoffa serica, ad uso di persone di alto rango, per materiale e soggetti rappresentati, richiama la figura di un leggendario re che tra le tante prodezze compiute riuscì con un solo colpo di freccia a trapassare una leonessa avvinghiata ad un asino rimasto illeso: il cavaliere vince il male (la belva) ed il segno della vittoria è la croce più volte riprodotta sul tessuto. Nell’apparato decorativo si notano fantasie a racemi “a grata” tra le croci sullo sfondo scuro e terminazioni a giglio; motivi ricorrenti su lastre di pietra e sculture anche a Venezia, in Puglia ed in Abruzzo. Motivi e colori simili sono stati ritrovati su altre stoffe forse derivanti dallo stesso cartone, ma di manifatture diverse.

Le due tele (sec.X-XI) in lino bianco operato, tono su tono, hanno sui bordi poligoni tangenti, elementi uncinati e poligoni minori. All’interno delle figure geometriche, realizzati in seta rossa, si evidenziano i volatili stilizzati; forse è rappresentata la fenice che risorge come il Cristo dopo la morte. I colori rosso-bianco evocano il sacrificio eucaristico del Martire Santo. Nella realizzazione è stato utilizzato un grande telaio non in uso in Europa; secondo alcuni, il lino avrebbe provenienza dall’Egitto.

Il manutergio (per asciugare le mani durante le cerimonie liturgiche) è un rettangolo di cotone con tessitura “a spugna” per renderlo più assorbente. Ha tracce di trama supplementari in seta rossa non



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



ritorta. (Sec. X-XI forse manifattura egiziana). Realizzazione della “spugna”: due orditi e una trama. Ogni tre fili che lavorano a “tela”, un filo supplementare lega le trame a rovescio ottenendo il riccio: un ordito lavora “lento” e lo produce, l’altro lavora a “tela”.

Dagli studi compiuti in Ascoli si è osservata la pratica di utilizzare stoffe pregiate non per avvolgere i corpi, ma per rivestire le urne soprattutto sulle ante di apertura: stoffe di seta all’esterno e di lino all’interno.

A partire dal VIII secolo, le corti e le chiese europee si rifornivano di stoffe di produzione orientale; era inoltre diffusa la pratica di frazionarle in strisce e destinarle a sepolture poste in località diverse. La seta siriana con scene della vita di Cristo conservata nel “Sancta Sanctorum” ha motivi floreali cuoriformi ed ha la stessa fattura di quella che Papa Leone III (795-816) donò all’abate di Sant’Apollinare in Classe (a Ravenna) ed è simile ad una ritrovata ad Ascoli.

Sulle lastre tombali venivano spesso riprodotte (“pietrificazione” della stoffa) con la tecnica “a niello” per creare il contrasto tra il colore chiaro delle figure sullo sfondo scuro, così come avveniva nello “sciamito.”

La Chiesa emanò chiare disposizioni suntuarie per vietare in occasione dei concili l’uso di paramenti preziosi.

I manufatti prodotti tra i secoli VIII e IX sono conservati nel Victoria ed Albert Museum e nel British Museum di Londra, nel Museo di Praga, a Cluny, nel Museo Sacro Vaticano (Sancta Sanctorum), nel Tesoro di Sant’Ambrogio a Milano, nei Civici Musei d’Arte e Storia di Brescia, a Saint-Calais e in quello Diocesano di Colonia.

**Abiti bipartiti: due colori diversi o in quartati a scacchiera spesso per rappresentare il blasone della**



**propria Città o della propria famiglia.**



**Compagnia Arcieri Medievali**  
**Aquila Invicta**  
**L' Aquila**



### *B I B L I O G R A F I A*

- Christiane Klapisch-Zuber - Storia delle donne*  
*Prov. Ascoli Piceno Ass. alla Cultura*  
*Coord. Lino Troli - Tesori medievali nella Città di travertino*  
*Ripr. Fotogr. Domenico Oddi*  
*M. Montanari - Gusti del Medioevo*  
*A. Lanari - I mestieri artigiani medievali (Bevagna 2012)*  
*A. Martellotti - Linguistica e cucina*  
*L. Bartolotti - A tavola con i Malatesti*  
*G. Roversi - Sapori e profumi del Medioevo*  
*A.Barbero - 1289:La battaglia di Campaldino*  
*P.Grillo - Cavalieri e popoli in armi: Le istituzioni militari nell'Italia medievale*  
*D.Balestracci - Le armi, i cavalli, l'oro*

RICERCA E REALIZZAZIONE IN VIDEO A CURA DELLA COMPAGNIA ARCIERI  
MEDIEVALI AQUILA INVICTA  
PATROCINI: LEGA ARCIERI MEDIEVALI ED ASSESSORATO ALLA CULTURA COMUNE  
L'AQUILA  
SI RINGRAZIANO TUTTI I GRUPPI DI RIEVOCAZIONE STORICA CHE HANNO  
CONCESSO L'UTILIZZO DELLE PROPRIE IMMAGINI