

# 6. L'uso alimentare della cipolla in età romana

Nella cucina degli antichi, e in particolare in quella del bacino del Mediterraneo, era **prevalente l'uso dei prodotti vegetali**. La sobrietà del cibo fu caratteristica del periodo più antico di Roma, che prevedeva un'alimentazione soprattutto vegetariana (tanto che Plauto definiva i **romani "mangiatori di erbe"**) com'era nell'uso dei vicini etruschi. Dagli stessi etruschi più ricchi ai quali le condizioni economiche e il livello sociale lo consentivano giunse a Roma l'abitudine di nutrirsi di un cibo più variato e ricco di proteine costituito sia da selvaggina che da animali di allevamento. Quando poi Roma entrò in contatto in età ellenistica con i Greci della Magna Grecia da loro imparò ad apprezzare i frutti dell'olivo e della vite che aveva usato fino a quel momento soprattutto per i riti religiosi. Ma **l'alimentazione romana cambiò sostanzialmente a partire dall'età di Augusto**, con la conquista dell'Oriente e gli intensi rapporti commerciali con l'Asia arrivò a Roma «tutto quanto la terra produce di bello e di buono» (Plinio il Giovane, Ep., III, 5, 10) e l'alimentazione romana si raffinò: al cibo inteso come puro sostentamento cominciò a sostituirsi, anche con l'uso delle spezie e dei profumi, il gusto e la cultura del cibo. Esiste tuttavia in età antica una grande disparità tra la varietà del cibo delle classi meno agiate e quello delle aristocrazie. Come diceva lo scrittore Diogene Laerzio nel IV sec. a.C., il momento migliore per mangiare era "se uno è ricco, quando vuole: se uno è povero, quando può" (Vite dei filosofi VI, 40).



L'alimentazione degli antichi romani era prevalentemente vegetariana. Sulla tavola non mancavano mai i cereali (per lo più orzo e farro), gli ortaggi (carote, cipolle aglio), le uova, il formaggio (ricotta) e il pane di farro o miglio.



Nell'antica città romana di Pompei, gli scavi hanno permesso di recuperare i resti carbonizzati di diversi alimenti, tra cui anche le cipolle. Nel principale lupanare (luogo per sesso a pagamento) della Città è stato rinvenuto del cibo carbonizzato a base di cipolle e fagioli, probabilmente un pasto veloce per ingannare l'attesa della prestazione richiesta.



A pompei sono stati rinvenuti barattoli in vetro molto simili a quelli odierni. Columella, scrittore agronomo del I sec. d.C., nel suo trattato "L'arte dell'Agricoltura" ci guida alla perfetta conservazione della cipolla in barattoli di vetro (XII, 10), in cui l'ortaggio veniva immerso totalmente in una soluzione di aceto e salamoia.

La **cipolla** era un alimento **immancabile nella cucina dei romani**: era presente come nutrimento base per la popolazione di bassa estrazione sociale, vero e proprio companatico, e come condimento dei cibi più elaborati destinati ai banchetti più sontuosi. I **soldati delle legioni** romane consumavano pasti piuttosto robusti, costituiti da cereali, legumi e, come ci indicano le fonti, **tanto aglio e cipolla** che si riteneva essere capaci di trasmettere vigore prima delle battaglie e durante le lunghe marce. Per mantenersi sani e vigorosi aglio, porri e cipolle non mancavano mai. Erano parte integrante della dieta quotidiana. Tra i graffiti trovati sui muri dell'antica Pompei troviamo riferimenti alle cipolle, in una **lista della spesa** incisa sull'intonaco (Ostello dei Fabi) sono presenti le **cipolle che furono pagate 5 assi**, mentre nel principale **lupanare pompeiano** (casa per sesso a pagamento), durante gli scavi, si rinvenne un pasto carbonizzato a base di cipolle e fagioli o favini, probabilmente un pasto veloce, mai consumato, in attesa di ottenere il servizio richiesto.

Le cipolle potevano essere mangiate fresche, appena acquistate al mercato cittadino in mazzi o raccolte negli orti privati, condite con aceto, oppure cotte, come ingredienti principali di zuppe o di pietanze saporite. Ma come ci racconta **Columella** le **cipolle** potevano anche essere consumate fuori stagioni, **conservate in barattoli di vetro simili a quelli moderni**, con una filettatura sull'imboccatura che consentiva di chiuderli con una pezza di pelle fissata con un laccio.

Dall'**editto dei prezzi** dell'Imperatore Diocleziano (*Edictum De Pretiis Rerum Venalium*), una legge del III sec. d.C., che poneva un limite sui prezzi per tutti i prodotti commerciabili nell'impero, sappiamo che **25 cipolle** di prima scelta, circa due kg, costavano **4 denari** (circa 0,61 €), mentre **un litro di vino piceno** (piuttosto pregiato e rinomato) **60 denari** (circa 9,20 €), prezzi che tutto sommato non si discostano di molto da quelli attuali.



25 cipolle  
4 denari  
0,61 €



1 litro di vino piceno  
60 denari  
9,20 €

Nel III sec. d.C. il costo delle cipolle e del vino prodotto nel piceno (che corrisponde grosso modo alle attuali Marche) era molto vicino a quello che troveremmo nei nostri negozi alimentari.

Chi ha vitella in tavola non mangia cipolla.  
(proverbio toscano)



CONSORZIO CITTA' ROMANA DI SUASA