



Progetto S.I.M.P.O.S.I.O
Spazio Interdisciplinare Museale per
Obiettivi Sociali di Inclusione e Orientamento
CUP G35B19001760003
"Fondo Politiche Giovanili" Anno 2014 – 2015 – 2016

Laboratorio "A banchetto con i Greci"

Il dessert. Myma, dolcetti e stuzzichini.

Myma

Traccia dalle fonti: Artemidoro (I sec. a. C.) nel Glossario di cucina dice che si fa con carne sangue e molte spezie. Epeneto nel manuale di cucina dà questa ricetta:

Per fare un myma di ogni tipo di carne di quadrupede, e anche di quella di pollo, bisogna tritare finemente le carni tenere, le frattaglie e le budella, ammorbidire col sangue, e poi condite con aceto, formaggio grigliato, silfio, cumino, timo verde e timo secco, santoreggia, coriandolo verde e secco, cipolla porraia, cipolla semplicemente arrostita o papavero, uvetta o miele, e chicchi di melagrana aspra. Ma lo stesso tipo di myma puoi farlo anche di pesce.

Interpretazione: Il *myma* era forse una specie di sformato, da passare quindi in forno nel quale il sangue doveva avere la funzione di legare. Potrebbe trattarsi anche di un sanguinaccio o qualcosa di simile ad una galantina. L'interpretazione dello chef prevede quest'ultima versione, si preferisce non usare il sangue e le frattaglie, quindi guancia di maiale, il cui collagene assume la funzione di legare.



Ingredienti: guancia di maiale, brodo o fondo di vitello, aceto, formaggio grigliato, cumino, timo verde e timo secco, coriandolo verde e secco, cipolla, papavero, uvetta, miele, melagrana.

Dolcetti e stuzzichini

Si eseguono diverse preparazioni per farciture e basi secche da usare sia per la preparazione di dolci al cucchiaio e crostoli da mangiare singolarmente sia per comporli insieme secondo le seguenti tracce:





Progetto S.I.M.P.O.S.I.O
Spazio Interdisciplinare Museale per
Obiettivi Sociali di Inclusione e Orientamento
CUP G35B19001760003
"Fondo Politiche Giovanili" Anno 2014 – 2015 – 2016

Dolci al cucchiaino o farciture:

Amylon: Dalle fonti risulta essere un budino bianco chiamato anche "cervello di Zeus", nella versione dolce simile ad un biancomangiare. (nella versione salata una specie di besciamella bianca, zomos di carne) utilizzata come letto per carne).

Ingredienti: latte, miele, amido di frumento, uvetta, melagrana.



Tyrokoskinon: Si tratta di una setacciata di formaggio. "Spremi bene del formaggio (ricotta), riponilo in una ciotola, poi mettilo sopra un setaccio di bronzo e passalo. Quando sei pronto per servirlo versaci sopra del miele quanto basta.

Ingredienti: ricotta, miele, uvetta, melagrana.

Basi secche per dolci e salati:

Kapyria: sfoglia (trakta) particolarmente croccante. Sfoglia lavorata in modo da ottenere delle strisce di pasta piuttosto sottili, impiegate nella confezione di dolci a strati, oppure farcite con miele e formaggio, potevano servire per decorarne la sommità; tagliate a pezzetti, erano fritte, ed infine potevano costituire un elemento addensante nella preparazione di salse. *Itria (lagana)*: una specie di sfoglia senza lievito fritta nell'olio o nello strutto, sottili, secchi e fragili, base per dolci (chiacchiere) e salati (pasta lasagne) Ricette: crostolo, dolcetto simile alle chiacchiere da consumare da solo, preparato con sesamo e miele o come pasticcio dolce costituito da strati di crostoli irrorati di latte e miele.

Ingredienti: farina, acqua, latte, miele, sesamo, olio o strutto.

Staitias: frittella preparata con un impasto di farina di farro o di frumento condita con sesamo formaggio e miele. Ricetta: Si tratta di farina di farro impasta con acqua e versata in una padella e sopra si mettono miele, sesamo e formaggio. Nella ricetta di Latrocle risulta una specie di larga frittella, condita con un impasto dolce a base di formaggio fresco o ricotta.

Ingredienti: farina di semola, bianca, farro, miele, ricotta, sesamo, olio di oliva o strutto.