

[Londra], 11 agosto 1840

Ho mangiato iersera un po' d'uva, data ben inteso, matura e dolcissima; m'ha ricordato, non pel merito però, le uve della Bocchetta e le tante altre uve che si vendono per niente da noi. Uva, fichi, e pesche sono i soli frutti che tratto tratto desidererei; l'uva anche più spesso degli altri due; ma qui, oltreché non mi seduce come l'uva italiana, è carissima, e quindi perennemente esclusa.

Maria Drago al figlio, Genova, 17 dicembre 1835

Ho posto la scatola delle damaschine onde ne faccia quel che stimi, avvertendoti che fra giorni invierò pure una scatola bella dei soliti confetti. Le paste richieste mi dirai se verranno gradite; desse son delle più fini. Vorrei pur sapere se il pane natalizio, l'uva e tutti i recilli ti sieno arrivati grati ed acconci.

La dieta di Garibaldi

Giuseppe Garibaldi, i cui antenati erano originari della Val Graveglia, nell'entroterra di Chiavari, compendia in sé molte caratteristiche della gente ligure, non solo per il temperamento ma anche per le sue preferenze nel cibo. Spartano nei costumi, aveva delle abitudini alimentari semplici: è noto che a Teano, dopo l'incontro col re Vittorio Emanuele II, fece colazione in una stalla con pane e una fetta di cacio, avendo per tavolo un barile.

Prediligeva i sapori della cucina genovese e sulla sua mensa la minestra col pesto, le zuppe con verdure e legumi, lo stoccafisso e il baccalà erano al primo posto, ma gradiva anche la carne cucinata secondo l'uso tipicamente sudamericano, retaggio del periodo giovanile trascorso in Brasile, in particolare la carne di manzo cotta alla brace. A Caprera, dove si rifugiava sempre tra un'impresa e l'altra, facendo l'agricoltore, si svegliava all'alba, prendeva la zappa e andava a lavorare nei campi. Il suo pasto di mezzogiorno era assai frugale: generalmente un piatto di stoccafisso cucinato alla marinara o un po' di selvaggina e abbondante frutta raccolta con le sue mani: arance, uva e specialmente i dolcissimi fichi maturati al sole su una pianta detta "La Bellona", portata direttamente da Nizza. Non beveva vino, ma acqua fresca o tè e l'infuso del "mate", e d'estate si dissetava bevendo le ottime orzate, preparate con mandorle dell'isola. La sera, a cena, prendeva una tazza di quel buon latte, che le sue capre, pecore e mucche producevano in abbondanza.

Lo stoccafisso e il baccalà erano il suo cibo favorito ed egli stesso provvedeva a farsene delle scorte, che venivano spedite a Caprera dall'amico armatore Giovanni Razetto di Camogli. Non a caso, l'8 novembre 1860, conclusa la Spedizione dei Mille, s'imbarcò sul piroscampo "Washington" alla volta di Caprera portando con sé soltanto qualche sacco di caffè e qualche balla di stoccafisso.

Nel libro *Mio Padre*, Clelia, figlia dell'Eroe e dell'ultima moglie, Francesca Armosino, ricordando i vari momenti felici vissuti a Caprera quando era bambina, accanto al famoso genitore, accenna, tra l'altro, a quelli che erano i piatti preferiti di Garibaldi: il minestrone alla genovese col pesto, lo stoccafisso o il baccalà in "brandade" e, specie d'inverno, il "churrasco", piatto tipico delle pampas brasiliane. Sulla sua tavola non mancava mai il pesce fresco, pescato nelle limpide acque dell'isola, che veniva fritto o cucinato

secondo la saporita ricetta nizzarda della *bouillabaisse*. Il pasto era completato dal formaggio pecorino con le fave fresche. Gli piacevano tanto anche le olive in salamoia per alcune pietanze e quelle mature, cosparse di sale e seccate al sole, che gustava come antipasto, i polpetti fritti col pomodoro, i gamberetti e i ricci di mare che la piccola Clelia pescava e offriva, orgogliosa, al suo adorato Papà.

I visitatori che si recavano a Caprera per rendere omaggio all'Eroe, spesso erano invitati al grande tavolo comune, dove si mangiava tutti insieme. Nella sala da pranzo, una modesta sala davvero, arredata come quella d'un semplicissimo campagnolo, veniva servito abitualmente pane e pasta fatti in casa, un buon minestrone alla genovese, un piatto di baccalà, frutta e tanta acqua.

Garibaldi mantenne la sua morigeratezza in ogni situazione e la sua dieta rustica e sana fu apprezzata pure da un lord inglese, il duca di Sutherland, giunto espressamente da Londra col suo yacht per conoscere di persona il condottiero dei Mille, come riferisce Candido Augusto Vecchi, che nella sua villa di Quarto ospitò Garibaldi prima della partenza per la spedizione in Sicilia e che più volte si recò in visita a Caprera.

Anche nei dolci aveva gusti semplici: pare che le gallette da marinaio con uva passa, a cui si ispirarono i cosiddetti *Garibaldi biscuits*, ancora oggi prodotti in Inghilterra, fossero il suo dessert preferito e gradiva molto, come Mazzini, *gli eccellentissimi biscotti del Lagaccio*, che gli venivano spediti direttamente da Genova da Luigi Coltelletti, uno dei suoi più fidati collaboratori. E la moglie Francesca Armosino ne faceva provvista per la famiglia, insieme alle gallette.

Fra i tanti doni, di ogni genere, che arrivavano a Caprera da parte degli amici e di ammiratori, anche alcune golosità. In particolare mostrava di apprezzare il *Pan dolce* che la signora Carlotta, moglie di Coltelletti faceva con le sue proprie mani e gli inviava sempre in occasione delle feste natalizie.

Testimonianze sulle abitudini alimentari di Giuseppe Garibaldi

Jack La Bolina (Vittorio Vecchi), *La vita e le gesta di Giuseppe Garibaldi*, Bologna, Zanichelli, 1882, p. 482: *Bramò semplici i cibi, prediligendo quelli cui era stato uso da giovane; ond'è che sovra tutte gli piacque la cucina genovese; poco gli piacque il vino; nel 1860 sopra ogni bevanda gustavagli l'acqua fresca; fu ghiotto di latte e di frutta, specie d'aranci e d'uva; p. 236: Il generale mosse alla volta della sua isola, recando seco qualche sacco di caffè, qualche balla di stoccafisso, cibo favorito suo come di tutti i liguri. G.E. Curatulo, *Giuseppe Garibaldi*, Roma, Formiggini, 1925, p. 45: *Il Generale aveva finito di mangiare il suo consueto pasto prediletto, consistente in un piatto di stoccafisso cucinato alla maniera dei marinai genovesi, e pochi fichi raccolti con le sue stesse mani.**

Magasin Pittoresque², *Una Genova del secondo Ottocento*, a cura di Giuseppe Marcenaro e Piero Boragina, Genova, Sagep, 1991, p.108: *baccalà nuovo e stokfish - mi dirigo a voi perché li manderete buoni - e me ne darete conto scriveva all'amico Giovanni Razetto il 24 settembre 1878. A sua volta la moglie Francesca Armosino il 22 ottobre sollecitava il Razetto a spedirle qualche provvista di biscotti lagasso e galetta.*