

104. SPAGHETTI ALLA RUSTICA

Gli antichi Romani lasciavano mangiare l'aglio all'infima gente, e Alfonso re di Castiglia tanto l'odiava da infliggere una punizione a chi fosse comparso a Corte col puzzo dell'aglio in bocca. Più saggi gli antichi Egizi lo adoravano in forma di nume, forse perché ne avevano sperimentate le medicinali virtù, e infatti si vuole che l'aglio sia di qualche giovamento agl'isterici, che promuova la secrezione delle orine, rinforzi lo stomaco, aiuti la digestione e, essendo anche vermifugo, serva di preservativo contro le malattie epidemiche e pestilenziali. Però, ne' soffritti, state attenti che non si cuocia troppo, ché allora prende assai di cattivo. Ci sono molte persone, le quali, ignare della preparazione dei cibi, hanno in orrore l'aglio per la sola ragione che lo sentono puzzare nel fiato di chi lo ha mangiato crudo o mal preparato; quindi, quale condimento plebeo, lo bandiscono affatto dalla loro cucina; ma questa fisima li priva di vivande igieniche e gustose, come la seguente minestra, la quale spesso mi accomoda lo stomaco quando l'ho disturbato. Fate un battutino con due spicchi d'aglio e un buon pizzico di prezzemolo e l'odore del basilico se piace; mettetelo al fuoco con olio a buona misura e appena l'aglio comincia a colorire gettate nel detto battuto sei o sette pomodori a pezzi condendoli con sale e pepe. Quando saranno ben cotti passatene il sugo, che potrà servire per quattro o cinque persone, e col medesimo unito a parmigiano grattato, condite gli spaghetti, ossia i vermicelli, asciutti, ma abbiate l'avvertenza di cuocerli poco, in molta acqua, e di mandarli subito in tavola, onde non avendo tempo di succhiar l'umido, restino succosi. Anche le tagliatelle sono buonissime così condite.