



la *Tiella*
e l'oliva
di Gaeta

Gaeta conserva nel suo Codex Diplomaticus la più antica testimonianza della pizza nel mondo. Il documento, dell'anno 997, riporta che è utilizzata per il pagamento in natura dell'affitto di un mulino. (Codex Diplomaticus Cajetanus - Doc XCVI). Da questa secolare tradizione nacque la Tiella che permetteva a contadini e pescatori di avere un pasto completo che si conservasse anche per alcuni giorni. Si narra che Ferdinando IV di Borbone ne fosse un grande estimatore, anzi secondo alcuni ne fu proprio l'inventore. Sembra, infatti, che il sovrano nei suoi soggiorni a Gaeta preferisse confondersi con gli abitanti del borgo marinaro e contadino posto fuori le mura, e fu in questi luoghi che stupito dall'abilità con la quale le massaie preparavano la pizza elaborò il doppio strato di pasta con il ripieno di pesce o verdura, la Tiella appunto, da lui considerata "primo, secondo e terzo". Ed anche l'aristocrazia cominciò ad apprezzarla, in particolare quella con i calamaretti, pregiatissima; mentre sarde, alici, scarola e baccalà erano le più diffuse tra il popolo del borgo marinaro e contadino che ancora oggi ne custodisce il segreto. Ridimensionata nel consumo durante i periodi del boom economico, anche perchè ricordava miseria ed arretratezza, negli ultimi anni è ritornata prepotentemente alla ribalta per la sua innegabile bontà ed anche per il recupero storico-culturale messo in atto dall'associazione Gaetavola. Caratteristica importante di questo prodotto è l'apporto nutrizionale: essendo ricca di verdure, pesce azzurro, tra l'altro rigorosamente freschi e stagionali, e di carboidrati,



www.gaetavola.org

corrisponde pienamente ai dettami della dieta mediterranea consigliati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità; al contrario non contiene zuccheri nè grassi, se non quelli "buoni" ricchi di acidi grassi omega 3 contenuti nel pesce azzurro e nell'olio extra vergine di oliva, ed ha un basso contenuto calorico pur potendo corrispondere ad un pasto completo. Il condimento è rappresentato da olio extra vergine, sale e, secondo i casi, olive di Gaeta, pomodoro, aglio, prezzemolo, peperoncino. Un ultimo aspetto da non trascurare è la sua forma ed il suo aspetto, consolidati da secoli di tradizione, che la fanno somigliare ad una torta con i bordi (in dialetto affriciegli) sapientemente manipolati ad ottenere un'artistica cornice circolare e rendendola così appetibile anche per i bambini la cui dieta è sempre più povera di verdure e di pesce, capisaldi di una corretta alimentazione. La Tiella è attualmente inserita nell'elenco dei prodotti tradizionali della Regione Lazio; inoltre il Comune di Gaeta le ha attribuito il marchio DE.C.O. (Denominazione Comunale di Origine) durante l'omonima manifestazione del 2005 che si tiene a Maggio di ogni anno.



L'oliva di Gaeta contraddistingue un frutto di forma leggermente affusolata, di colore violaceo, di sapore vinoso, amarostico con sfumature acetiche, prodotto prevalentemente nel territorio comprendente Gaeta ed i comuni limitrofi siti sui Monti Aurunci in provincia di Latina. Viene usata per produrre un ottimo olio e soprattutto le olive in salamoia (localmente olive all'acqua) che si prestano per gli usi più svariati in cucina e sono tra gli ingredienti più utilizzati dagli chef di tutto il mondo. Infatti questo prodotto, descritto già da Virgilio nell'Eneide, ebbe la sua massima diffusione nel 1400 grazie alle attitudini all'agricoltura, al commercio ed alla navigazione dei cittadini di Gaeta, che esportarono l'olio e le olive di Gaeta in tutto il Mediterraneo, facendone un alimento molto richiesto e apprezzato per l'ottima qualità.

www.gaetavola.org