

## Produttori della Comunità

- AZIENDA AGRICOLA AGRITURISMO "SAN LORENZO"  
Str. Falconiera, 3 - Pegognaga (MN)  
tel. 0376 558062
- AZIENDA AGRICOLA BEDOGNA EMILIANO  
Via Staffola, 1 - Tagliata di Guastalla (RE)  
tel. e fax 0522 825424 - ebedogna@libero.it
- AZIENDA AGRICOLA AGRITURISMO "LE CASELLE"  
Via Contotta, 21 - San Giacomo delle Segnate (MN)  
tel. e fax 0376 616391 - cell. 348 3859622  
agriturismolecaselle@libero.it  
www.agriturismolecaselle.com
- AGRITURISMO "CORTE NIGELLA"  
Via Argine Valle, 75 - Felonica (MN)  
tel. 0386 66222 - cell. 338 4057185  
info@cortenigella.com  
www.cortenigella.com
- FATTORIA COAZZETTE  
Strada Romana, 177 - Moglia (MN)  
tel. e fax 0376 6185614 - cell. 338 2427405  
info@coazzette.com - www.coazzette.com
- AGRITURISMO "CORTE BANCARE"  
Via Bancare, 2 - Borgofranco sul Po (MN)  
tel. e fax 0386 41622 - cell. 328 6110710  
info@cortebancare.it - www.cortebancare.it
- AGRITURISMO "LOGHINO SABBIONI"  
Via Selmanenti, 31 - Riva di Suzzara (MN)  
tel. e fax 0376 532377 - cell. 338 5681712  
loghinosabbioni@gmail.com  
www.agriturismosabbioni.it

## LA RETE DI TERRA MADRE

Terra Madre riunisce tutti coloro che fanno parte della filiera alimentare e vogliono difendere l'agricoltura, la pesca e l'allevamento sostenibili per preservare il gusto e la biodiversità del cibo.

**Fanno parte di questa rete le Comunità del Cibo, ossia gruppi di persone che producono, trasformano e distribuiscono cibo di qualità in maniera sostenibile.** Operando in tal modo si protegge l'ambiente e si promuove la tutela e il rispetto delle culture delle tradizioni locali.

### I principi ispiratori di Terra Madre BUONO, PULITO E GIUSTO

**BUONO** - La bontà organolettica, che sensi educati ed allenati sanno riconoscere, è il risultato della competenza di chi produce, della scelta delle materie prime, e di metodi produttivi che non alterino la naturalità.

**PULITO** - La "pulizia" ecologica deve essere rispettata e promossa con pratiche agricole, zootecniche, di trasformazione, di commercializzazione e di consumo sostenibili. Tutti i passaggi della filiera agroalimentare, consumo incluso, devono proteggere gli ecosistemi e la biodiversità, tutelando la salute del consumatore e del produttore.

**GIUSTO** - La giustizia sociale va perseguita attraverso la creazione di condizioni di lavoro rispettose dell'uomo e dei suoi diritti, che generino un'adeguata gratificazione: attraverso la ricerca di economie globali equilibrate, attraverso la pratica della solidarietà, attraverso il rispetto delle diversità culturali e delle tradizioni.

# COMUNITÀ DEL CIBO DELLA MOSTARDA MANTOVANA




Slow Food®  
Basso Mantovano



### Per informazioni:

**Comunità del Cibo della Mostarda Mantovana**  
c/o Condotta Slow Food Basso Mantovano  
piazza Vittorio Veneto, 11 - 46020 Pegognaga (Mantova)  
tel. 329.3176082 - fax 0376 550238  
e.mail: info@slowfoodbassomantovano.it  
[www.slowfoodbassomantovano.it](http://www.slowfoodbassomantovano.it)


# Il manifesto della Comunità della Mostarda mantovana

 In data 19 luglio 2006 presso il Loghino “Passera” in strada Recorlandi del comune di Motteggiana (Mantova) si è costituita la COMUNITÀ DEL CIBO DELLA MOSTARDA MANTOVANA, comunità spontanea di tipo B (trasformatori di prodotto) che aderisce alla rete mondiale della Comunità del Cibo, promossa e coordinata dal movimento internazionale Slow Food.

- La Comunità esprime valori, interessi e destini comuni e si occupa, della salvaguardia dei prodotti e della ricetta tradizionale della Mostarda mantovana, dalla coltivazione alla trasformazione, dalla promozione all’educazione al gusto, affinché il prodotto, su piccola scala, arrivi fino a chi lo mangerà. Sono considerati produttori della mostarda anche soggetti della filiera: coltivatori della frutta e trasformatori intesi come nuclei famigliari, cuochi, agriturismi, artigiani e associazioni.
- Tutti i produttori accettano e fanno propri i principi ispiratori di Terra Madre sintetizzati nello slogan “buono, pulito, giusto”. «La qualità “buono, pulito e giusto” è un impegno per un futuro migliore, un atto di civiltà e uno strumento per migliorare l’attuale sistema alimentare.» (Carlo Petrini)
- I produttori sono impegnati nella salvaguardia dell’antica preparazione culinaria come specchio sia della tradizione popolare sia come testimonianza di biodiversità e uso razionale delle risorse della propria terra.
- Tutti i produttori si sentono soggetti attivi della Comunità e si impegnano a seguire la ricetta tradizionale condivisa e a utilizzare tendenzialmente materie prime da filiera sostenibile, nonché a promuovere, sostenere e diffondere i programmi e gli interventi promossi dalla Comunità.
- La Comunità si riunisce almeno una volta all’anno.



# Cenni storici sulla Mostarda mantovana


 La storia della mostarda trova le sue radici nell’usanza degli antichi romani di produrre il *mustum ardens* o mosto ardente, un condimento piccante a base di aceto, miele e farina di semi di senape che consentiva di conservare a lungo frutta e verdura, date le proprietà antibatteriche della senape stessa.

Nel tempo la mostarda segue l’evoluzione del gusto e nel Rinascimento mantovano la ricetta cambia radicalmente, nel momento in cui il mosto viene sostituito con il caramello di zucchero, allo scopo di “confettare la frutta” (mele, pere, cotogne e anguria bianca) ottenendo così un prodotto ottimo come ricostituente, a quanto si legge nei testi della Marchesa di Mantova Isabella d’Este.

La mostarda è un prodotto tipico di tutto il territorio mantovano ed è realizzata seguendo l’antica ricetta tradizionale, pur presentando lievi variazioni locali e famigliari a seconda del tipo di frutta impiegato. Generalmente per la sua realizzazione la frutta viene utilizzata leggermente acerba ed è costituita per lo più da mele (campanine, renette), cotogne e pere, anche se si possono usare vari tipi di frutta – come la tradizionale e caratteristica anguria bianca – o verdura, che, dopo essere state caramellate, si conservano grazie all’aggiunta di essenza di senape.

Nonostante il processo di canditura, la mostarda rimane un prodotto dalle ottime proprietà organolettiche in quanto mantiene l’alto contenuto di fibre e vitamine della frutta.

# L’uso della senape nella Mostarda mantovana

 La ricetta tradizionale, realizzata nelle famiglie prevedeva l’uso della senape di sintesi, reperibile in farmacia, alla quale alcune aziende hanno poi sostituito nel tempo l’olio essenziale. Quest’ultimo pur essendo un prodotto di origine naturale e quindi qualitativamente superiore, presenta tuttavia alcune criticità legate alla reperibilità e, soprattutto, alla persistenza nel tempo. L’olio essenziale tende infatti a svanire molto rapidamente e talora ad irrancidire, qualora la mostarda non venga consumata in tempi brevi o non conservata in modo appropriato, rischiando così di alterare le proprietà organolettiche del prodotto finito.

# La ricetta della Mostarda mantovana

Prodotto ottimo per accompagnamento di carni bollite e formaggi.



## INGREDIENTI

1 KG DI FRUTTA PELATA E DETORSOLATA  
400/600 GR DI ZUCCHERO SEMOLATO  
10/15 GOCCE DI ESSENZA DI SENAPE\*  
1 LIMONE NON TRATTATO



## PREPARAZIONE

Macerare la frutta sbucciata a fette con lo zucchero e lasciare riposare per 24 ore. Quindi si scola il succo, lo si fa addensare sul fuoco e lo si versa ancora bollente sulla frutta. Si ripete l’operazione per altre due volte e si esegue poi una bollitura finale di circa 10-15 minuti della frutta e del suo sciroppo. Una volta raffreddata si aggiungono le gocce di senape mescolando delicatamente.

La mostarda fredda va chiusa in vasi di vetro di piccole o medie dimensioni. Conservare in un luogo fresco e buio.

\* L’essenza di senape si trova in erboristeria e in farmacia.

