

## MANZO ALL'OLIO DI ROVATO: UN TESORO DELLA FRANCIACORTA TRA STORIA E TRADIZIONE



Di Michele Pigozzo

Nel cuore della Franciacorta, terra famosa per i suoi vigneti e i pregiati spumanti, si nasconde un gioiello della gastronomia che, pur essendo meno conosciuto fuori dai confini locali, rappresenta un simbolo della cucina bresciana: il Manzo all'Olio di Rovato. È un piatto che racconta storie di tempi lontani, quando l'olio non solo insaporiva, ma conservava anche, rendendo prelibate persino le carni più semplici.

La storia del Manzo all'Olio affonda le radici nelle antiche vie di commercio che attraversavano Rovato, un crocevia strategico tra Venezia e Milano. Qui, mercanti e pellegrini si fermavano a riposare, e spesso erano accolti con questo piatto povero ma ricco di sapore. La carne, cotta lentamente in un bagno d'olio d'oliva, veniva impreziosita con aglio, acciughe, capperi e prezzemolo, ingredienti che trasformavano anche i tagli più umili in una festa per il palato. In un tempo in cui le risorse erano limitate, la cottura in olio non era solo un modo per esaltare i sapori, ma anche per conservare a lungo la carne, rendendola tenera e succulenta.



La tradizione vuole che il Manzo all'Olio sia preparato con grande pazienza. La carne, dopo essere stata rosolata leggermente, viene cotta a lungo in una pentola coperta, dove si adagia in un letto di olio, aglio e acciughe, che lentamente si fondono per creare una salsa unica e irresistibile. Questo sugo denso e profumato viene poi arricchito con capperi e prezzemolo, che aggiungono una nota fresca e leggermente sapida. Il risultato è una carne che si scioglie in bocca, avvolta da una salsa vellutata che invita a raccogliere ogni goccia con una fetta di polenta calda o un contorno di patate.

Ogni anno, a **Rovato**, il Manzo all'Olio viene celebrato con una sagra che attira visitatori da tutta Italia, curiosi di scoprire questo piatto antico e assaporare il legame tra cibo e territorio. Passeggiando per le strade del borgo, avvolti dal profumo di olio caldo e erbe aromatiche, sembra quasi di tornare indietro nel tempo, quando le famiglie contadine si riunivano attorno al fuoco e condividevano questo tesoro gastronomico nelle fredde sere invernali.

Nonostante le sue umili origini, il Manzo all'Olio è oggi un piatto da re, simbolo di come la tradizione e la sapienza delle mani bresciane possano trasformare ingredienti semplici in un capolavoro di gusto. Ogni boccone racconta una storia: quella di una terra che, con i suoi paesaggi verdi e la sua cucina sincera, invita chiunque a fermarsi e godere dei suoi sapori autentici

### **Rovato Protagonista: Weekend di Solidarietà e Sapori con il Manzo all'Olio**

Fine settimana intenso e solidale per Rovato, che si è distinta con una serie di eventi di grande partecipazione. Venerdì sera, più di 1000 persone hanno preso parte al "Km del Manzo all'Olio", rendendo omaggio al piatto simbolo della città. Sabato, una passeggiata sugli spalti ha combinato cultura e solidarietà, con un'iniziativa organizzata dal Dipartimento di Salute Mentale e delle Dipendenze per sensibilizzare sul tema della salute mentale. La domenica è stata animata da numerosi eventi che hanno celebrato la vitalità e la storia della comunità rovatense.





## La Ricetta del Manzo all'Olio

Per chi volesse cimentarsi nella preparazione, ecco i passaggi principali per portare un po' di Rovato nella propria cucina:

### Ingredienti:

- 1 kg di carne di manzo (preferibilmente cappello del prete o scamone)
- 200 ml di olio d'oliva extravergine
- 4 filetti di acciughe
- 2 spicchi d'aglio
- 1 cucchiaio di capperi
- Prezzemolo fresco tritato
- Sale e pepe
  - Pane grattugiato per addensare il sugo (facoltativo)

### Preparazione:

1. In una casseruola capiente, scaldare l'olio d'oliva e farvi soffriggere l'aglio e i filetti di acciughe fino a quando questi si sciolgono.
2. Aggiungere la carne e rosolarla su tutti i lati, quindi salare e pepare.
3. Coprire la carne con acqua e lasciar cuocere a fuoco basso per circa 2-3 ore, fino a quando la carne diventa tenera.
4. A metà cottura, aggiungere i capperi e il prezzemolo.
5. Se il sugo risultasse troppo liquido, si può aggiungere del pane grattugiato per addensarlo leggermente.
6. Servire il Manzo all'Olio con polenta o patate lesse, guarnendo con un po' di prezzemolo fresco.

Un piatto come il Manzo all'Olio non è solo una ricetta: è un viaggio nel tempo, un ponte tra passato e presente che ci ricorda quanto possa essere potente il legame tra il cibo e le storie della nostra terra.