

La galletta, detta in inglese *hardtack*, e *tack* nello slang dei marinai di Sua Maestà, voleva dire cibo *tout-court*, mentre in francese si usa il più sobrio *biscuit de mer* - è un cibo sacro nella tradizione europea ma non solo. È un pane biscottato, basso e tondo, confezionato con farina, acqua, poco (o niente) lievito. Private di tutta l'umidità grazie a un doppio passaggio in forno (cottura ed essiccazione), le gallette sono un prodotto a lunga, lunghissima conservazione, e vanno messe a bagno in acqua prima dell'uso. Un tempo venivano utilizzate quasi esclusivamente da marinai e militari, o nelle campagne come alimento di scorta. Nell'impasto era in linea di massima prevista la farina di grano duro ma anche tenero, nei fatti si utilizzava qualsiasi farina passasse il convento, tipo farina di segale, di orzo, di farro o altri cereali.

Al giorno d'oggi è semi estinta. Salvo in alcune rare eccezioni, come in Liguria, dove vengono utilizzate in un mitico piatto, il *cappon magro*.

Si usa però lo stesso termine per delle preparazioni industriali a scopo dietetico oppure, se dolcificate, usate al posto dei biscotti. Il medesimo termine può indicare anche dolci di antica tradizione, bassi e tondi, preparati con pasta frolla o pasta sfoglia.

Vediamo come si fanno le ***Galette del marinaio*** con gli ingredienti per 10-15 pezzi. Mettete 500 g di farina sulla spianatoia. Diluite un cubetto di lievito di birra in acqua calda e aggiungetelo alla farina. Impastate continuando ad aggiungere l'acqua sufficiente per ottenere un composto sodo e omogeneo. Lasciatelo lievitare al caldo per 2 ore. Suddividete l'impasto in pezzi grossi come noci e stendeteli con il matterello. Fateli lievitare per altri 30'. Punzecchiate le gallette con la forchetta e sistematele su una teglia foderata con carta da forno. Infornatele a 220° per 30' circa. Spegnete, lasciatele raffreddare lentamente nel forno chiuso, in modo che risultino ben secche.

# Il bon ton a tavola, ma non solo

**Gastronomia - È sempre fondamentale il Galateo per una buona convivenza**

/ 25.03.2019  
di Allan Bay

Parliamo di galateo: una cosa vecchio stile senza dubbio, ma che vale la pena conoscere.

Il termine nasce con l'opera - pubblicata nel 1558 con dedica a Galeazzo Florimonte (di cui Galateo non è che il nome derivante dal latino: *Galatheus*) - di Giovanni della Casa. Questo libro ha ispirato da allora una cospicua trattazione sui modi da tenere in società che, diversamente declinati secondo le convenzioni di ogni epoca, ancora oggi si rivelano fondamentali per una pacifica convivenza a tavola.

In primo piano stanno l'attenzione per il prossimo e l'intento di non suscitare il fastidio: una buona dose di altruismo, oltre a naturalezza in ogni gesto, è il trucco per convivere con gli altri tutti i

giorni, tutto il giorno (alla base delle buone maniere ci sono solo logica e buon senso...). In particolare nelle occasioni legate al ricevere in casa, un po' di bon ton può fare la differenza.

Torna quindi utile recuperare l'antica arte del savoir-faire, che consiste essenzialmente nel saper accogliere i propri ospiti nel migliore dei modi. In generale, l'invito più gradito, che dimostra un sincero piacere di ricevere, è sicuramente quello fatto in casa propria.

Moltissime sono le occasioni in cui aprire la porta di casa per accogliere amici o conoscenti: da un semplice incontro a una serata per rivedere un parente, per ricambiare un invito, per approfondire nuove conoscenze, per festeggiare un compleanno, un onomastico o un altro avvenimento, per far conoscere tra loro alcuni amici, per doveri familiari o per obblighi di lavoro...

Invitare a casa propria è un gesto indispensabile per intessere relazioni sociali e ciascuno può affidarsi alla propria fantasia per inventarsi originali motivi e creare simpatiche o formali occasioni per dimostrare ospitalità. Se si tratta di un invito a cena per pochi amici, anche se invitati informalmente per telefono, si deve comunque precisare: che si tratta di una cena, il giorno, l'ora e l'occasione, se è richiesto un particolare abbigliamento, chi sono gli altri invitati e se c'è un ospite d'onore.

Secondo il galateo tradizionale, un invito a un pranzo di una certa importanza può essere fatto anche per telefono (almeno una settimana prima) ma deve essere seguito da un biglietto da visita promemoria, con data e ora scritte a mano. Se si ricorre all'invito scritto per una serata più formale, questo può essere interamente scritto a mano o prestampato, ma l'indirizzo sulla busta deve sempre essere scritto a mano. Gli inviti, in tal caso, devono essere spediti almeno due settimane prima; possono essere estesi a piacere ad amici, conoscenti, parenti o estranei, ma prestando attenzione ad alcune regole.

Per permettere agli ospiti di sentirsi a proprio agio sarà necessario rispettare vincoli religiosi, usanze e gusti di ciascun invitato prima di decidere chi invitare, con chi e in quale serata. Il padrone di casa attento cercherà di far sentire ciascuno all'altezza della serata, in armonia con l'ambiente e gli altri invitati. Scelti i destinatari dell'invito, anche menu, tavola e addobbi dovranno essere in linea con l'occasione. Lo stesso vale per l'abbigliamento dei padroni di casa: appropriati alla serata, semmai lievemente «sotto le righe» per non mettere nessuno a disagio. Il numero degli invitati? Da un proverbio cinese: due per l'amore, sei per l'amicizia, dieci per la conversazione, diciotto per il lavoro.