

AMMINISTRAZIONE
PROVINCIALE
DI FROSINONE

SCUOLA MEDIA STATALE
ARNARA

AMMINISTRAZIONE
COMUNALE
DI ARNARA



Frammenti d'Arnara

*Gli alunni della Scuola Media Statale
con la coordinazione delle prof.sse Rosina Costa Mizzoni e Aurora Guerrieri Celletti*

AMMINISTRAZIONE
PROVINCIALE
DI FROSINONE

SCUOLA MEDIA STATALE
ARNARA

AMMINISTRAZIONE
COMUNALE
DI ARNARA

Frammenti d'Arnara

*Gli alunni della Scuola Media Statale
con la coordinazione delle prof.sse Rosina Costa Mizzoni e Aurora Guerrieri Celletti*

INTRODUZIONE

La scuola raccoglie, riordina e pubblica immagini, testimonianze e scritti ispirati a temi diversi e sottoscritti da vari autori, al fine di richiamare l'attenzione su frammenti di una cultura locale.

Non si intende evocare un rimpianto nostalgico del passato ma dare un contributo per la conoscenza di elementi che sono parte viva ed attiva della prassi quotidiana.

Ad una osservazione attenta le note storiche, le foto, le ricette, alcuni versi dialettali, nascondono più di quanto si possa immediatamente rilevare e guidano ad una scoperta di testimonianza, di usi e tradizioni della comunità, di modi di esprimersi e comunicare valori e credenze uniformemente sofferti.

La scuola ha il dovere di riportare alla luce tali elementi per educare ad una cultura che rivaluta, approfondisce ed amplia i contenuti schietti della tradizione ponendosi come agente di collegamento tra questi e i modelli contemporanei.

Si è consapevoli di non aver esaurito il compito di uno studio organico e scientificamente codificato degli argomenti trattati nella pubblicazione, si lascia agli studiosi, agli esperti ed agli studenti l'onere di continuare a lavorare sul materiale presentato.

LA PRESIDE
Prof. Giovanna Maniccia



Arnara 1946

PREMESSA DIDATTICA

Nell'analisi del territorio e dell'ambiente, gli alunni sono stati guidati alla conoscenza degli aspetti artistici, storici, folkloristici e socio-economici del loro paese.

Il lavoro, basato soprattutto sul rapporto Uomo-Ambiente (chiave di lettura basilare per la comprensione della realtà in cui si vive ed obiettivo specifico della nostra Programmazione di Istituto), è stato svolto inizialmente da un gruppo di classi aperte nell'ambito della 160 ore, con la partecipazione di insegnanti di varie discipline. Si è fatto ricorso, quando possibile, ad esperti e periodicamente, nei gruppi di lavoro, si sono svolte verifiche e scambi di informazioni (verifiche in itinere). Sono state utilizzate svariate attività (socio-folkloristiche, storiche, ecc.), nell'intento di estrapolare la capacità di decodificare i vari contenuti culturali, la capacità di interventi, le abilità operative, dei ragazzi.

I metodi e le tecniche usate sono state: lezioni itineranti sul campo, lavori frontali, lavori di gruppo e discussioni, letture individuali ed in gruppo di libri, opuscoli, guide, antichi manoscritti, piante, mappe, materiale iconografico in genere, consultazioni di gruppi di famiglie antiche del luogo, riprese nel campo fotografico e grafico, registrazioni su nastri di interviste, di canti e filastrocche, relazioni verbali e scritte, rielaborazione guidata degli appunti e dei dati raccolti.

Abbiamo guidato gli alunni ad una attenta osservazione della realtà ed alla raccolta di dati ed informazioni utili, abbiamo insegnato loro ad amare ed a rispettare il loro paese attraverso lo studio della storia di Arnara, attraverso la lettura di semplici reperti del territorio e della natura, con una poesia o filastrocca, con un vecchio gioco dimenticato.

A volte abbiamo imposto loro una collaborazione interpersonale, se non altro per confrontare e discutere il materiale raccolto e sollecitato a trarre da esso ipotesi interpretative su schemi e secondo logiche non sempre scontate e consuete. Tutto ciò, perché non si può conoscere la "Storia" se non si conosce quella del proprio territorio.

Rosina Costa Mizzoni
Aurora Guerrieri Celletti

ARNARA

Sei su un colle dolce e bello
con intorno un bel pratello

sei la patria di nessuno
ma per me, conti più d'ognuno!

Il passato ti fu amico
ma il presente t'è nemico....

Tutt'intorno la civiltà pressa
ma qui non corre lesta!

Tradizione e folklore
io vi serbo nel mio cuore....

E se un giorno vado via,
sol di te, ho nostalgia!

Aurora Guerrieri Celletti



Arnara 1958

NOTIZIE GEOGRAFICHE

Arnara è un comune in provincia di Frosinone.

Sorge su una collina, di origine sabbiosa ed arenaria, a 265 m. di altezza sul livello del mare. Da questa posizione, oltre a molti paesi vicini, si può godere della vista di un suggestivo e riposante panorama di colline e pendii.

Il verde territorio di Arnara si estende per 1.233 ha., variamente coltivati.

Anche se è ricca di ottima acqua potabile, come quella in contrada Madonna del Carmine, della Peschiera, della Fontana a Monte ed altre, l'acquedotto comunale riceve l'acqua dalla lontana sorgente di Capofiume, sui monti Ernici, presso Guarcino.

Il clima è abbastanza mite, sia d'estate che d'inverno.

Dall'ultimo censimento del giugno del 1985, il paese risulta abitato da 2.513 persone, con una densità di 203 abitanti per kmq.

Il territorio di Arnara confina ad est con Ripi, a sud-est con Pofi, a sud-ovest con Ceccano a nord con Frosinone e Torrice.

Il territorio è attraversato dall'Autostrada del Sole, dalla strada provinciale Marano (per Ceccano, Frosinone, Torrice) e dalla strada nazionale Casilina, dalla strada provinciale Farneta (per Ceccano e Pofi) e da numerose strade comunali (Canapine, Coste, Torricelle, Colle Cellorco).

Le vie principali sono: piazza San Nicola, piazza San Sebastiano, piazza Castello e piazza Porta Nuova.

Molte sono le chiese di Arnara: la chiesa di San Nicola, che è la più grande e più bella, la chiesa di San Sebastiano, che conserva la statua del Santo Patrono, la chiesa della Madonna del Carmine, la chiesa di Santa Maria e quella del Sacro Cuore.



1890 - La Chiesa di Santa Maria

ETIMOLOGIA DEL NOME DI ARNARA ED ORIGINI DI ARNARA

Per risalire all'origine del nome di «Arnara», è necessario riconoscere l'esatta etimologia del termine stesso. Arnara infatti deriva dall'antica "harena", sostantivo con il quale si era soliti anticamente definire la sabbia: per Arnara è più esatto parlare di "Tufo".

Il nome "Arenaria" quindi venne dato per indicare il primitivo agglomerato di case, costruite sopra una collina tufacea, da dove veniva estratto il tufo usato come materiale edilizio; proprio dal tufo l'Arnara ha ereditato non soltanto il nome, ma anche le sue caratteristiche architettoniche. A questo proposito anche lo storico Giovardi nelle *Historiae Verulanum* non fa che confermare la tesi "...Arenaria, volgarmente detta l'Arnara, o la Renara... Il significato del nome Arenaria trasse origine dalle cave di tufo. Infatti di quello ven ne era tanto ed in abbondanza... soprattutto i poveri in quel luogo costruiscono le proprie case (col tufo) per non vivere allo scoperto...").

Stabilita l'origine del nome, cerchiamo ora di stabilire quanto è sorto il primo agglomerato di case, problema questo di difficile risoluzione perchè pochi sono i documenti ed il materiale atti a farci conoscere questa data, comunque utilizzando quel poco che c'è e basandoci sui racconti popolari, l'origine dei primi agglomerati di case dovette datarsi ai tempi dell'antica Roma e più precisamente al tempo di Cesare. Difatti la via Latina (ora Casilina) passava, secondo i tracciati romani, sulle creste dei colli e, in prossimità di dove ora sorge la contrada Colle Romano, vi doveva essere una stazione di posta per il cambio dei cavalli. Da documenti di Svetonio (storico romano) risulta che l'Arnara faceva parte delle terre che Giulio Cesare, al ritorno dalle campagne contro i Galli, divise fra i suoi 20.000 veterani. Tutto questo fa supporre che la zona circostante Arnara e la collina stessa ove ora è situato il paese, era abitato dai romani, anche perchè tra Ceccano ed Arnara, nella zona di S. Clemente vi sono resti di terme romane, e nelle campagne arnaresi, sono stati trovati reperti di rame con iscrizioni romane ed un cospicuo numero di armi.



La Roccaforte di Arnara: prospetto Sud dell'ipotesi di ristrutturazione

L'effettiva nascita di Arnara, intesa come nucleo abitativo, avvenne, secondo la leggenda popolare locale, grazie alla fondazione di un monastero che alcuni monaci orientali sfuggiti alle persecuzioni iconoclaste, eressero sulle pendici della collina arnarese a riparo di un castello costruito in quella stessa epoca dai Longobardi. Riguardo alla fondazione del monastero da parte dei monaci orientali, possiamo osservare che queste costruzioni furono frequenti in Italia nel sec. VIII a causa delle persecuzioni iconoclaste che si ebbero in Oriente d'altra parte il nome di Ara delle Icone, che tutt'ora ha il borgo a sud-est di Arnara — ove era situato il monastero — deriva dal termine greco "Eikn-Eikonos" con l'originario significato di "immagine" e dal termine latino "Ara, - ae" "Altare". Fu questa, dunque, la prima costruzione arnarese. Del monastero è rimasto ben poco: infatti di esso oggi abbiamo una parte delle mura perimetrali ed un androne con volte a botte, insieme ad alcune porte che si aprivano su questo androne, alcune chiuse da muratura, altre aperte. Dietro l'androne vi è ancora oggi uno spiazzo che, per la sua conformazione e la sua ubicazione, fa pensare al chiostro del monastero.

Vicino a questo, secondo i racconti popolari, vi era un altro monastero; lo proverebbe il fatto che esiste effettivamente una stanza che per la sua conformazione fa pensare ad un refettorio o ad una sala capitolare di quest'ultimo. Tuttavia non può ed anzi non deve essere scartata l'ipotesi secondo la quale codesta stanza costituisca parte integrale del primo monastero.

Ancora presso Ara delle Icone, a circa metà di questa via, così importante dal punto di vista storico, vi era una chiesa chiamata S. Stefano, di cui attualmente non è rimasto nulla, anche se strano a dirsi, conosciamo stavolta il periodo approssimativo in cui venne distrutta: intorno al XIX sec., più precisamente intorno al 1870. Inoltre sono visibili nella parte bassa dello strapiombo ove era situata la chiesa di S. Stefano, più imbocchi di cunicoli, evidentemente di origine cimiteriale, dove venivano tumulati i corpi dei monaci morti.

Continuando ad esaminare l'espansione del primitivo nucleo arnarese, non ci si può certo dimenticare di un altro monumento di basilare importanza per Arnara: l'Abbazia di S. Symeone.

Di questa abbazia rimane un muro, che attualmente fa parte di una abitazione che ha nella sua parte alta una bella finestrella allungata e strombata, ora chiusa, confinante con l'attuale campanile, in piazza San Nicola, parte integrante dell'Abbazia. Inoltre la vicina via dell'Archivio ricorda certamente l'adiacente Archivio Parrocchiale. Questa fu la chiesa principale di Arnara nel periodo romanico e gotico e lo è rimasta fino a due secoli fa, quando la sua importanza decadde forse perchè era diventata troppo piccola per gli abitanti del paese. Infatti, sempre dall'*Historiae Verulanum* del Giovardi, risulta che in quel tempo (1750) Arnara contava circa 1000 abitanti "entro le mura" al contrario di oggi che ve ne sono circa quattrocento. Questa chiesa fu sostituita dalla chiesa di San Nicola, costruita intorno al 1750.

Lo sviluppo del paese coincide con lo sviluppo della Torre-Castello, castello che fu baluardo importantissimo dal punto di vista militare e difensivo.

Veniamo ora ad interessarci della Torre Longobarda, altra pietra miliare delle ricostruzioni della storia arnarese.

Naturalmente della primitiva torre longobarda è rimasto ben poco, comunque notiamo che nella parte sud-ovest del Castello, la più elevata nella roccia su cui esso è costruito, vi è una muratura chiaramente diversa dal resto del Castello, questa muratura viene anche detta Muro Longobardo e per la sua struttura e la sua posizione è certamente da considerarsi la più antica. Il muro è formato da grossi tufelli parallelepipedi, molto allungati, squadrati con cura e leggermente bugnati, che ci ricordano i tipi di muratura delle fortificazioni longobarde. Questo tipo di muratura ci ricorda l'*Opus Gallicum* di cui si faceva uso nell'Alto Medio Evo memori ancora della maestosità dell'*Opus Quadratum* romano. I tufelli sono disposti in chiave, formando un angolo a scarpa; essi inoltre hanno la funzione di rivestimento della Torre, infatti la base della stessa è in parte tagliata nel tufo del masso roccioso su cui è situato il Castello. Certamente la Torre originariamente doveva essere alta almeno quanto le cortine attuali. La Torre a livello corte presenta nel suo interno una cella con pareti scavate nella roccia; la cella è coperta da una struttura a volte ribassate, costruite in epoca più recente della Torre, nella quale si apre una botola che ne costituiva un tempo l'unico accesso. Della Torre si può ancora individuare il perimetro; infatti se prendiamo in esame la pianta dell'attuale Castello notiamo che essa è facilmente individuabile per la sua forma quadrangolare con un vertice allungato. Attualmente a noi resta visibile soltanto la parete settentrionale della stessa poiché gli altri lati sono integrati

con le cortine e con le murature del castello. Infatti la forma trapeziodale della Torre richiama analoghe forme Longobarde. Certamente la fortificazione originaria Longobarda doveva essere più modesta di quella attuale. Semplicemente una Torre a scopo di avvistamento con accanto un recinto circolare delimitato da una palizzata in legno, ove si rifugiavano gli abitanti di Arnara quando erano attaccati dai nemici.

A questo punto viene da chiedersi perché i Longobardi costruirono questa Torre ad Arnara: in primo luogo aveva la funzione di trasmettere messaggi o di difesa, in secondo luogo perché i Longobardi nel 750 circa stazionarono sulle nostre terre — come risulta da documenti storici, durante la guerra tra il re di Francia, Pipino il Breve, accorso in aiuto del Papa, ed il re Longobardo Astolfo, per il possesso del Ducato Romano. Certamente la Torre coincide con l'invasione del Ducato Romano da parte del re Longobardo Astolfo il quale la fece costruire per garantirsi il controllo della via Latina e così avvistare e fermare con una battaglia, eventuali eserciti residenti nell'Italia del Sud, chiamati dal Papa in sua difesa.

Quindi sulla base delle notizie sopra citate si deduce che la Torre è stata costruita nel 756, anno dell'assedio di Roma, da parte del re Longobardo Astolfo.

Non abbiamo notizie certe del periodo che intercorse tra la costruzione della Torre Longobarda e la costruzione del Castello, possiamo però intuirne l'epoca di costruzione attraverso lo studio della cortina, delle feritoie, delle porte e delle finestre.

Quando fu costruito il Castello, la Torre Longobarda era già distrutta, infatti il perimetro del castello occupa quello dell'antico recinto e della Torre Longobarda.

La leggenda popolare ci dice che il Castello è stato costruito intorno all'anno 1000; possiamo prendere per certa questa notizia perché i primi castelli in Italia sono sorti fra il X e l'XI secolo; i più antichi hanno tutti la medesima pianta, il medesimo aspetto e ordinamento interno: una rozza muraglia di mediocre grandezza posta generalmente al limite di una scarpata sorgeva tutt'intorno alla postazione difensiva, nel punto più elevato del recinto sorgeva una Torre a pianta solitamente quadrata. All'interno del recinto, rudimentali tettoie erano destinate alla protezione ed al riparo degli uomini d'arme e degli abitanti del borgo, i quali si rifugiavano nel Castello quando erano attaccati dai nemici. Questi i tratti generali del Castello feudale intorno ai sec. X e XI. Il nostro castello è a pianta circolare sia per assencondare l'andamento circolare della collina tufacea dove è posto e sia per rispettare il vecchio recinto in legno di epoca longobarda. Con la costruzione delle cortine, il Mastio è stato costruito sopra l'antica Torre Longobarda. Forse a seguito di una distruzione, il Mastio fu spostato nel punto diametralmente opposto del recinto; questa modifica dovrebbe essere stata fatta verso la fine dell'XI secolo o ai primi del XII. Tale posizione presentava il vantaggio di dominare l'ingresso del recinto e l'accesso sulla via Porriera, in direzione della via Casilina. Tuttavia il Mastio che è possibile vedere ora, è solo in parte, formato con le strutture murarie originali, infatti la Cronaca di Fossanova registra che nell'anno 1143 vi fu il crollo della Torre di Arnara. L'osservazioni delle strutture della Torre chiarisce che essa si spaccò verticalmente e crollò la parte occidentale e parte della meridionale, dentro il recinto. Il crollo dovette avvenire per cause naturali-dissesto statico o fulmine ed i muri crollati vennero ricostruiti più grossi di quelli rimasti in piedi. Nel muro ricostruito sul lato meridionale vi è una finestra che per le sue caratteristiche può essere attribuita al sec. XII.

Il Mastio subì di nuovo il crollo in epoca imprecisata, infatti doveva essere più alto in quanto dalle macerie trovate dentro il Castello si nota che hanno una cubatura tale da permettere la ricostruzione per almeno 4 metri in altezza e dello stesso spessore dei muri esistenti, da ciò si deduce che il Castello doveva essere il doppio dell'altezza che ha oggi.

Le cortine in base alle feritoie arciere in esse incluse, sono da attribuire al XII sec. I merli della parte settentrionale, dove non si sono verificate modifiche successive, hanno un'altezza di m. 0,70, sono ghibelline e si innalzano su un parapetto di m. 1,10. Intorno vi è il camminamento di ronda, molto stretto (m. 0,50).

Oggi non è possibile dire che se dentro il recinto vi fossero altri ambienti oltre quelli del Mastio. Comunque da arcieri esistenti nella muratura meridionale al di sotto dell'attuale piano terreno, possiamo ipotizzare che dovevano esserci degli ambienti che ora sono interrati.

È difficile determinare una cronologia certa della muratura dentro il recinto, perché il materiale è sempre lo stesso tufo, provenienti da cave locali, malamente squadrato e legato da abbondante malta, che maschera eventuali ammorzature tra muri di epoca diversa. Tuttavia

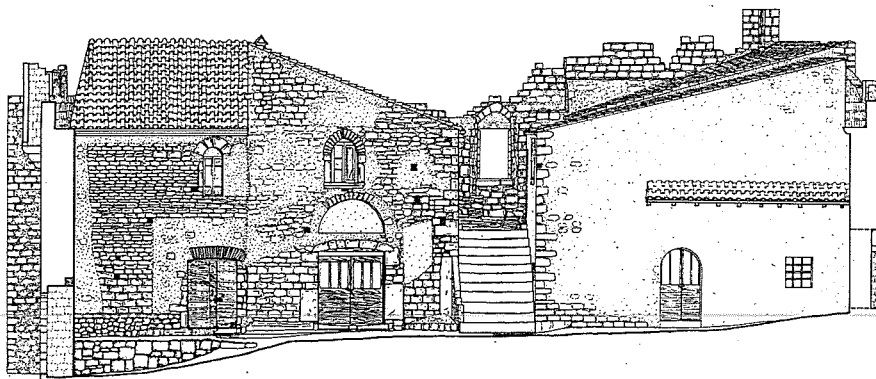
aiutandosi con l'osservazione del tipo di porte e finestre aperte nelle varie pareti, è possibile capire che due stanzoni, disposti ad L su due piani devono essere stati costruiti nei primi decenni del sec. XIII. Una porta interna archiacuta, ma che un tempo doveva aprirsi all'esterno, ed un'analoga finestra archiacuta che ora non corrisponde ad alcun ambiente coperto, indicano l'esistenza degli stanzoni di età gotica. Una successiva modifica fu forse apportata alla fine del sec. XIII o l'inizio del XIV sec.: si spostò l'ingresso del castello dal lato settentrionale a quello orientale, ma sempre presso il muro longobardo, in verticale.

I merli, in gran parte crollati nell'ultimo conflitto mondiale, di origine guelfa furono rifatti nel sec. XV. Da quell'epoca non si registrano nuove tipologie costruttive nell'interno del Mastio, l'unica grave alterazione subito dopo il XV sec. riguarda il crollo parziale del mastio, che all'origine doveva avere il doppio dell'altezza che ha oggi. La difesa del Borgo che si andava formando non fu affidata soltanto al Castello, ma anche ad una serie di torri quadrate, con un'unica torre circolare ancor oggi visibile (presso la casa delle Suore del Preziosissimo sangue). Le torri quadrate risalenti circa al XV sec. di cui una sola oggi è visibile in quanto le altre sono inglobate nelle case, erano collegate da una cinta di mura a forma ovoidale, terminante a punta verso sud-ovest. Sono ancora ben visibili due delle tre porte urbane: una all'angolo sud-ovest, detta la Porta Nuova, perché ricostruita nel secolo XVIII, la seconda è la porta San Sebastiano, che è stata ricostruita non molti decenni fa e spostata: la porta originaria doveva essere forse ai piedi della torretta poligonale. La terza porta si trova presso l'angolo orientale del paese, è ora impraticabile per l'alterazione del livello della sottostante via dei Fossi.

Il paese doveva affidare gran parte della propria difesa ad un complesso di ponti, su arcate in pietra o su robuste travi di legno che ancor oggi uniscono in gran numero i vari isolati del paese. Questi passaggi chiusi e al di sopra delle strade del paese, con piccole finestre e talvolta caditoie, consentivano il ritiro della popolazione verso il recinto del Castello senza pericolo, anche se il nemico fosse entrato nell'abitato. Inoltre i ponti costituivano una specie di tela di ragno per gli invasori, che si vedevano bersagliati da due parti, dovunque stessero e da difensori posti in luoghi protetti. L'importanza del Castello di Arnara è soprattutto storica, data la sua origine Alto Medioevo e data l'importanza avuta in tutte le guerre combattute nella zona, ma con riflessi europei, a partire dal sec. XII fino agli albori del sec. XIV.

A ciò si aggiunge il fatto che la sua struttura ha subito lievi trasformazioni, rispetto alla forma originaria, a differenza di altri castelli che sono stati totalmente ricostruiti o adibiti a palazzi signorili. L'interesse di ordine storico-militare consiste nell'accurata scelta della sua posizione, intermediaria fra l'Italia centrale e quella meridionale. Notevole è anche la sua posizione topografica, che lo ha reso militarmente inespugnabile fino al sec. XV.

Luigi Fiori



La Roccaforte di Arnara: sezione lato di corte, ipotesi di ristrutturazione

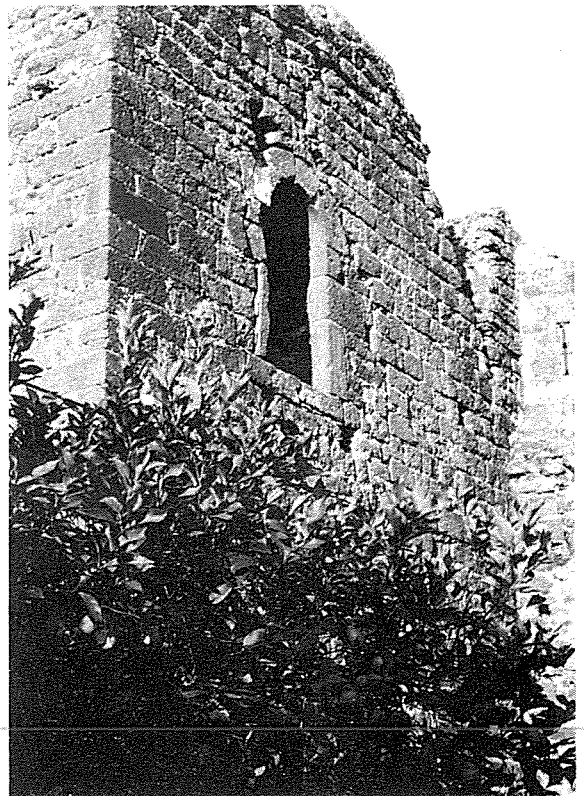
ARNARA DAL XII AL XV SEC. - LA ROCCA

La più antica notizia sulla Rocca di Arnara si trova nella Cronaca di Fossanova dell'anno 1121, in cui si legge che essa, feudo dei Conti di Ceccano, resistette alle truppe del papa Callisto II e dei Normanni, suoi alleati nella lotta contro l'antipapa Gregorio VIII, sostenuto dall'imperatore Enrico V. Prima del XII secolo non si ha alcuna notizia, anche se sembra logico pensare che la nascita del Castello di Arnara debba essere attribuito ad una età più antica, in quanto i suoi possessori, i Conti di Ceccano ebbero un'origine antichissima che risale certamente al VII sec. quando Petronio Ceccano, Conte della Campagna e padre del papa Onorio I, avrebbe imposto il suo nome gentilizio alla antica città di Fabrateria.

Secondo gli abitanti più anziani di Arnara, il "Castello Colonna" (dall'ultima famiglia nobile che lo ha posseduto) sarebbe di origine longobarda.

Tra le tante notizie che si hanno del castello, importante è quella annotata nella Cronaca di Fossanova dell'anno 1143, in cui si dice, senza indicarne la ragione, che la torre di Arnara cadde; forse tale caduta si può far risalire alla contesa tra il re Ruggero II d'Altavilla (che aveva conquistato Arce) ed il papa Innocenzo II, ma molto più probabilmente fu dovuta a causa naturale (forse ad un terremoto ed in particolare quello che, descritto da Falco Beneventano e dal Baronio, nel 1125 devastò il Ducato di Benevento e le zone limitrofe) come può far supporre la muratura di restauro, nella quale si apre una finestra arcuata romanica, ricostruita di maggior spessore rispetto alla muratura esterna.

Il crollo del Mastio di Arnara forse, insieme alla morte di Innocenzo II e del suo alleato Goffredo conte di Ceccano, avvenute tutte nel 1143, facilitò certamente la vittoria di Ruggero II che, conquistata Ceprano, nel 1144 invase la Campagna senza difficoltà. Infatti fino ad allora la Rocca di Arnara aveva costituito un notevole ostacolo alla espansione dei Normanni verso il Settentrione, dal momento che la via Casilina, controllata da Arnara (avamposto della contea di Ceccano verso il Meridione) rappresentava la più agevole via di transito verso il nord rispetto alla via dell'Amaseno (più lunga) ed alla via Appia, che attraversava le zone malariche delle Paludi Pontine.



Particolari del castello ed ingresso sud

Nel 1165 il Castello, restaurato nelle strutture e nelle difese, si oppose validamente alle truppe normanne, alleate col papa, che era riuscito a conquistare la stessa Ceccano. I Normanni furono costretti a ritirarsi ed i ceccanesi, passarono al contrattacco invadendo, l'anno seguente, il territorio nemico, assediando Pastena, incendiando Pico e conquistando Itri e Traetto.

L'anno seguente la Cronaca di Fossanova registra una nuova calamità per Arnara, dicendo che fu incendiata, ancora una volta senza però fornire spiegazione. Per alcuni decenni non compare più il nome di Arnara, che ricompare solo nel 1224, nel testamento del Conte Giovanni, per cui il feudo passa al figlio primogenito Landolfo. Questo fece un complicato testamento nel 1264, secondo il quale Arnara diveniva possesso, pur rimanendo indivisa, dei due figli Giovanni ed Anibaldo per un terzo ciascuno, mentre l'altro terzo veniva lasciato in usufrutto agli altri tre figli Guglielmo, Riccardo e Raincrio. Tuttavia Arnara rimaneva per intero in usufrutto comune delle due figlie Carizia e Adelasia, fino a quando i fratelli non le avessero dotate. Non è facile poi capire cosa accadde alla fine del sec. XIII, tanto più che rimane ancora incerto il problema della parentela fra la famiglia dei Conti di Ceccano e la famiglia Annibaldi (o Annibaleschi) alla quale sarebbe di fatto passata l'eredità di Landolfo. Secondo il Gregorovius ed il Sindici, la contea di Ceccano, compresa Arnara, fu del Conte Giovanni, il primo dei figli di Landolfo fino al 1286 e poi passò al fratello Anibaldo fino al 1291. A lui subentrò suo figlio Giovanni, che parteggiò per la famiglia Colonna contro Bonifacio VIII. Suo figlio Riccardo fu il capo dei Ghibellini della Campagna durante il pontificato di Clemente V, ma poi fu sconfitto nel 1313 dai guelfi di Loffredo e Benedetto Caetani. Tutte queste guerre, con esito sfavorevole, costrinsero forse i Conti di Ceccano a vendere gran parte dei loro beni e nell'archivio Colonna risulta che nel 1344 Pietro Colonna di Agapito lascia con testamento alcune proprietà in Arnara.

Ultimo possessore di Arnara della famiglia di Ceccano fu, al tempo del papa Eugenio IV (1431—1437), un certo Antonio, il quale ebbe il possesso ed il titolo di conte anche di Torrice e di S. Stefano ma non di Ceccano. Nel 1470 il Castello compare nel testamento di Antonio Colonna, principe di Salerno, assegnato al suo figlio naturale Girolamo. Da allora fu tenuto dai Colonna fino all'inizio di questo secolo.

da "La Roccaforte Arnarese dei Conti di Ceccano"

(I conti di Ceccano nello sviluppo storico del Castello - di Marcello Salvatori - Roma - Casa di Nicola Crescenzo).



Il pozzo del castello e camminamenti nei vicoli

RICERCA STORICA SULL'ORIGINE DELLA LINGUA ITALIANA E DEL DIALETTO CIOCIARO-ARNARESE

Il termine "lingua" e "linguaggio" sono spesso adoperati come se avessero lo stesso significato, ma in realtà, essi indicano fatti sostanzialmente diversi.

La "lingua" è un sistema di suoni emessi dagli organi vocali e recepiti dagli organi acustici (quando si tratta di lingua parlata) o un complesso di segni grafici (quando si tratta di lingua scritta) che permettono agli uomini di attuare il loro istintivo bisogno di comunicare.

Il "linguaggio" è un fatto più generale e si identifica con qualsiasi strumento idoneo allo scambio di significati (es. il linguaggio della pittura, il linguaggio dei sordomuti, ecc.).

Quindi la lingua è solo una delle molteplici forme del linguaggio, perché il concetto di linguaggio comprende anche forme non linguistiche di comunicazione.

ANCHE IL DIALETTO È UNA LINGUA

Il *dialetto* non ha nulla da invidiare alla lingua nazionale: è esso stesso una lingua completa, talvolta complessa, con tanto di norme fonologiche, morfologiche, sintattiche da osservare, dal momento che ha la stessa origine latina. Rinfrescato continuamente dalla fantasia popolare, il dialetto appare a volte più idoneo della stessa lingua nazionale alla rappresentazione poetica. Se la poesia è anche ritmo e melodia, il dialetto è avvantaggiato, rispetto all'italiano, dall'alto indice di frequenza dei suoi termini onomatopeici e dalla musicalità della sua sintassi: a certe parole dialettali non corrispondono in italiano parole egualmente espressive. Al contrario però il dialetto è meno prestigioso della lingua ed il requisito del prestigio è di origine sociale e riguarda il giudizio con cui la comunità sancisce la superiorità della lingua sul dialetto.

IL LIMITE DEL DIALETTO

Il *dialetto* è una lingua compiuta, idonea a soddisfare le più varie esigenze, ma ha un grave limite: quello di essere una *lingua regionale o provinciale*, parlata ed intesa da persone, che, in rapporto alla totalità degli italiani, rappresentano una esigua minoranza. Chi sa parlare soltanto il dialetto della sua provincia rischia l'isolamento sociale: se esce dal suo ambiente di origine, stenta ad inserirsi nel mondo di lavoro, non può tutelare compiutamente i suoi diritti civili, è costretto a subire passivamente gli abusi del potere costituito: viene a trovarsi, insomma in uno stato di grave inferiorità. Concludendo, si deve coltivare il proprio dialetto, che offre la possibilità di esprimersi con efficacia e spontaneità e mette in contatto con preziosi filoni di sapienza popolare; ma in pari tempo si deve approfondire la conoscenza dell'idioma nazionale, perchè non si può dimenticare che essere *ciociaro*, o per meglio dire *arnarese* significa anche essere *italiano*.

RICERCA DIALETTOLOGICA

Per la ricerca dialettologica le migliori condizioni per lo studio del dialetto si verifica quando i membri di una comunità linguistica vivono in un ambiente appartato, isolato dalle grandi vie di comunicazione, estraneo ai movimenti migratori e non ancora raggiunto da un'istruzione diffusa presso la maggioranza della popolazione. Questo lo si può trovare, nel territorio di Arnara, soprattutto fra gli anziani, testimoni di una lingua arcaica: discendenti di nativi, essi sono cresciuti in un ambiente linguistico in cui anche il gruppo di coetanei è, come il gruppo familiare, composto da nativi, per cui non sono sollecitati da nessuna spinta innovatrice a modificare il patrimonio linguistico ereditario, trasmesso dalla famiglia. Da un ambiente così conservativo si può avere una testimonianza che permette di risalire all'indietro nel tempo ed una condizione linguistica (come pure usi e costumi popolari) in cui sopravvivono attraverso una serie di generazioni.

È evidente che l'affermazione di una società più moderna, con tutto ciò che essa ha caratterizzato sul piano dell'istruzione generalizzata, ossia: vasti movimenti migratori, l'urbanizzazione, lo sviluppo dei mezzi di comunicazione di massa, ecc. ha reso sempre meno rilevante il peso di gruppi legati ad un ambiente dialettale, di tipo arcaico.

D'altro canto, per effetto della crescente diffusione dell'italiano, i dialetti piuttosto che scomparire si modificano. Infatti restano vitali, come è noto, anche nelle metropoli, solo che non si tratterà più del *dialetto arcaico* (o rurale o schietto o stretto), ma di un idioma sensibilmente diverso. All'interno del dialetto si forma allora una polarità che oppone al dialetto arcaico un dialetto italianizzante o urbano. Questo dialetto prende anche il nome di *Koinè*, nel senso che prevalgono forme che riducono o cancellano la particolarità del dialetto locale. *Koinè dialettale* è dunque un dialetto condiviso da un territorio relativamente ampio.

Il nostro dialetto è un *dialetto mediano*, da cui scaturisce la "metafonia" chiaramente "Ciociaresca".

È indizio di arcaicità il mantenimento, nel vocalismo finale, della distinzione fra *-o* e *-u* del latino: *-u* compare nei sostantivi che appartengono alla classe latina in *-us*, si ha invece *-o* nelle parole che in latino terminano in *-o*.

Presentano inoltre per lo più *-o* come vocale finale quei nomi indicante materie e che perciò sono legate all'articolo neutro (*lo*) (Rohlf's 1949: 145; cfr. inoltre Wartburg 1980:56)

I due suoni della *e* e della *o* sono rispettati nel dialetto: abbiamo poi *foku*, *tempu*, *munnu*, *ferro*, e *omo* (da *homo*).

Molto forte è la tendenza alla palatizzazione di *-l* preconsonantica.

La *-b* e la *-g* palatale risultano raddoppiate nella pronuncia (abito per abito; staggione per stagione ecc.).

Nel nostro dialetto mediano *-ld* mostra un'assimilazione progressiva di *-ll*: es. "callo" per "caldo".

Spesso si pronuncia la *-s* come la *-sc* di scemo, quando essa è all'inizio della parola (*scbaglio*, *scbadiglio*); si pronuncia come se fosse *-z* quando è nel corpo della parola (*senzibile* per *sensibile*, *senzazionale* per *senzazionale*).

Altra caratteristica, comune anche ad altri dialetti meridionali, è la confusione di *b* e *v*; nel latino volgare *w* e *b* si erano fuse in una fricativa biliare sonora. Questa confusione di *b* e di *V* si ritrova per un lungo periodo nei documenti medievali in latino e nei testi volgari del Centro e del Meridione. Nell'attuale situazione riscontriamo: all'inizio di parola *v* e *b* latine, nel corpo della parola si ha *-v* oppure *-bb* (es. *Debbete* per *debito*).

Altra caratteristica dialettale è l'allungamento di *m* intervocali; il nesso *-qu* secondario si velarizza in *chisto* (v. De Balneis). Nei nessi *nt*, *nk*, *nc*, *ns*, *mp*, nasale sonorizza o lenisce la consonante seguente: *dende* (dente), *biango* (bianco), *'nzalata* (insalata).

Nei gruppi *ls*, *ns*, *rs*, la *s* passa a *z*: *penzare*, *'nzomma*, *muorzo*.

La distinzione fra i generi ed i numeri del nome si ricava dalla divergenza degli articoli e delle desinenze: al maschile nuovo corrisponde il femminile *nova*; al singolare *cafone* corrisponde il plurale *cafune*.

All'articolo indeterminativo *un*, *una* corrisponde *'no*, *'na*; all'articolo determinativo *il*, derivato dall'aggettivo pronominale latino *ille*, corrisponde la forma *glie*.

Come pronomi di terza persona singolare si usa *isso* o *isse* (derivanti dal latino *ipse*).

Peculiare è la congiunzione causale e dichiarativa *ca* dal latino *quia* presente in molti testi volgari.

Per quanto riguarda il comparativo ed il superlativo, il dialetto tende a respingere le forme comparative *maggiore* e *minore*, di derivazione letteraria, sostituendo ad esse le forme corrispondenti a *più grande* e *più piccolo*. Sostituisce *meglio* o *più meglio*, *peggio* o *più peggio* a *migliore* e *peggiore*. Anche la forma *meno* ha scarsa fortuna in ambito dialettale, dove si trova frequentissima la forma *chiù poche*.

Il superlativo assoluto è ottenuto in genere non mediante il suffisso *-issimo*, ma mediante rafforzativi all'aggettivo di grado positivo.

Nei vari dialetti ciociari, quindi anche in quello anarese, si conserva l'abitudine degli antichi Romani di usare il pronome personale *tu* con chiunque, anche se la familiarità del *tu viene spesso attenuata da sostantivi esprimenti rispetto, come "principale", "dottò" e simili.*

L'avverbio di luogo *qua*, derivato dal latino *eccu-hoc*, diventa *acquà*, l'avverbio *lì* viene sostituito da *allà* e *alliche*.

All'avverbio di luogo *dappertutto* corrisponde *dappertutte*, mentre all'avverbio temporale *domani* corrisponde *addomane*.

L'avverbio temporale *adesso* è sostituito da *mò* (*dal latino modo = ora*).

Per quanto riguarda il periodo ipotetico, spesso troviamo il *condizionale* sia nella protasi che nell'apodosi: *bevaria se saria acqua; s'e le putaria fa, te la regalaria* (*Berrei se fosse acqua; se te lo potessi fare, te la regalerei*).

Non è raro anche trovare l'uso-derivato dal latino dell'imperfetto congiuntivo sia nell'apodosi che nella protasi del periodo ipotetico: *quante cose dicesse, se putesse parlà* (*quante cose racconterebbe se potesse parlare*); *si putisse venisse* (*verrei se potessi*), *si tu vulesse, i te la desse* (*se tu volessi, te la darei*); spesso però si usa anche, sia nella protasi che nell'apodosi, l'*imperfetto indicativo* (è questo un fenomeno di derivazione greca, dovuto alla presenza di monaci greco-ortodossi durante il Medio Evo): *se puteva, veneva* (*se avessi potuto, sarei venuto*); *beveva, se ce steva l'acqua* (*avrei bevuto, se ci fosse stata l'acqua*).



1890 - La casa dove oggi sono le suore in Piazza S. Nicola

NOTA SULLA TRASCRIZIONE FONETICA DEL DIALETTO

Il Dialetto è un codice linguistico utilizzato essenzialmente nella comunicazione orale nella prassi esistenziale quotidiana e quindi predilige la forma "non scritta", ciò per motivi diversi come l'origine, l'uso, la dislocazione geografica, il substrato/supestrato e l'usura dello stesso.

Risulterà chiaro che un dialetto di capoluogo/capitale (grande centro-v. napoletano, siciliano) originato da una lingua ben strutturata presenterà un repertorio strutturo-lessicale più ricco ed articolato rispetto ad un dialetto di centri minori (v. ciociaro), anche in rapporto alle esigenze di comunicazioni sostanzialmente diversificate che le due situazioni presentano; i substrati e superstrati hanno radici più profonde anche in rapporto all'uso egemonico, militare ed amministrativo a cui il dialetto è sottoposto. È noto, poi, che la posizione insulare e montuosa di un dialetto è più conservativa del patrimonio linguistico rispetto ad una dislocazione di fondo-valle o comunque di facile accesso.

Ma se questi pochi elementi ci indicano le maggiori o minori metamorfosi dei dialetti, ben più complessa è la problematica riguardante l'assenza di precisi codici o conversioni scritte per i diversi idiomi dialettali. Resta comunque la necessità, ed è questo che ci preme sottolineare, della precisione fonetica laddove si desidera documentare o registrare un'espressione dialettale.

La precisione fonetica, cioè il fissare come certe espressioni, parole, strutture vanno pronunciate, in assenza di una documentazione scritta, diventa di importanza basilare in primo luogo perché ne permette la conservazione, in secondo luogo perché, attraverso eventuali mutamenti, si possono ricostruire le cause storiche che li determinarono. Allora, tornando al problema centrale, come possiamo trascrivere su carta, in assenza di un codice specifico a ciascun dialetto, suoni che, nella migliore delle ipotesi, sembrerebbero registrabili solo su nastro magnetico?

I linguisti hanno fornito la risposta adeguata da anni: usare l'alfabeto dell'Associazione Fonetica Internazionale, il quale fornisce simboli precisi per la trascrizione precisa di ogni suono (articolazione) riproducibile dall'apparato fonatorio umano.

Da anni la trascrizione di documenti dialettali è stata condotta con approssimazione e personalismi, che hanno avuto l'unico effetto di disperdere un patrimonio culturale ingente, e, non volendo i coordinatori della presente ricerca commettere lo stesso errore, si rinvia il lettore ad una seconda fase in cui i documenti reperiti e registrati su nastro troveranno una loro trascrizione scientifica e di facile consultazione.

Trascrizione in carattere A.P.I. (Association Phonetique Internationale) della poesia di Pietro Picarazzi

[jantika na vsta alla matendza]

[faʃewənə na festa ʃə mesə də dzupjənə]

[ʃə ʃtrumentə kə sunewənə pə l'allegria]

[erənə ʃə ʃifalittə kə ʃə kutəkupjənə]

[mā la *ʃendza ʃtutjeva via via]

[pə *ʃə nə ʃtrumentə nwovə kə natrə tipə dārmunja]

[ekkwə kə castelfidarda kə *sə trov'alla markə]

[kə la ʃufaria parə kə ʃtannə dirimpettə]

[pawlə supranə pə ʃə ʃufərə ammenə j'urganettə]

[mo vidə kə reatsjənə prova la *dzentə all'invendzjənə də]

[aʃə printʃipjə dell'ottəʃentə]

[kist ʃtrumentə]

Prof. Giovanni Blasi

STORIE E COSTUMI ARNARESI

Iantich na vota alla mtènza faceun na fèsta gl mes d giugn.
Gl strument ch suneun p l'allegria èrn gl cifalitt ch gl cutcugn.
Ma la scienza stutieva via via
P fa n strument nuov ch n'atre tip d'armunia.
Éq ch castèlfidard ch s trov'all march
ch lla ciuciara par ch stann dirimpétt,
paul supran p gl ciuciar ammenda iurganett.
Mo vit che reazion prova la ggent all'invenzion d chist strument
agli principi dll'ottcent.

All'Arnara gl prim sunator s chiamava margioss.
chigl fu un fin de cruella,
fu gl cumpositor dlla tarantèlla.
Quant la ggènt gl sntì d sunà
intorn se riuni na fiera
p uté tutt chigl tast'affilarat ncim'alla tastiera.

All'Arnara la prima ballerina
s chiamava Catarina.
Tutt dicevn: «Che bbélla! A chi è figlia ssa mammoccia?»
«chess'è figlia d n suoc.»
«i ch s magna p'èss assesi bbélla?»
«I ma ch s magna?»
La mnèstra d faciur i d vrdura ch pianda gl patr plla campagna.
gl pullastr i gl cappon
s gl magna sempr gl patron.»

Gl patron èra un ch gl mustacc,
gleva sempr'a cuntrulla gl suoc.
s presntev'a cavagl
ch lla duppiett'a tracuogl.
N giorn glià truat'a bballà i c tess:
«chessa nergia ch spreca ch l zamp
v putria svì p laurà gl camp».

Allora Pasqual gl suoc dess'alla mogl Mncuccia:
«I so vist c'a fatt gl muss stuort,
n'c fa bballà manc'a ccogl gl'uort.»
«ma comm, chessa è na fèsta rinumata!
Sem ammitat gl giunott d chell'atra cuntrata!»
prché na vota c steva l'usanza
gl giunott n/n putevn fa cuncènza;
ma la femmna p scagnazz che parola
ieva alla funtan'a nchi ' l'arciola.
Mncuccia c'èra rmasta scucciata
prché chella èra na fèsta preferita,
prché a chell'occasion che giouna s marita.

Pasqual gl suoc èra un ch n/n faceva mai na tappa.
Dalla sera alla matina sembr ch la zappa.
Allora Catarina fec alla mamma:
«mo, quand rvè i patron
c parlam ch ll bbuon.»

Difatt n giorn s presènt'agl casal
ch gl carett p spartì l fav.
Pasqual s mess'a nghì la tummarozza,
gl patron s'assèt'ta nna bancozza.

Catarina i Mncuccia prepararn gl dscurz.
Èq ch Mncuccia va ucin'agl patron.
Ma gl patron finquand n'èra przuas
arricceva sèmr gl nas.
Mncuccia c dess: «sor patrò, i t'uleva chied nè favor.
Tu sai ca chist'ann i n/n poss;
m putarist aiutà a cumbrà iurganett'a Margioss?»

Gl patron cè ditt:
«Ma i n/n zacc ch tienn ncap chessa ggèent!
Ulet spèn gl baiocch inutilment!
Ma i u l so ditt,
quand facia ma festa sunat ch gl cifalitt.»
Allora Pasqual'a ditt:
«Chiss è n patron maldett,
Nuia c vnnam la crapa i c cumpram iurganett.
Accusì chigl giuvnttiegl
s puot mett gl costum bbiegl».

Gl costum na vota, iomm purteva gl cazzun nir affuslat
p farz uté l streng dll cioc allucidat.
A centa purteva na fasha roscha
ch c deva nov'abbrucch
i n piezz punnchènn fin'agli ginocch.
La cammicia bianga senza gl cullett ch l manic'affuciat,
n curpttin'azzur tutt'aricamat,
n fazzlett ch gl'annut'agl cuogl
ch faceva d riflèss agl cappiegl.

La femmna ch gl cap'aggiustat,
gl capigl acciuffat,
la spilla ch c règg la tuaglia,
nganna purteva l curaglia,
ch na camicetta bbianga tutt'a spizz,
gl bbust stritt mbiett p reggc l zzizz;
la vèsta longa, scampanata,
agl fiangh, èra ngrspata.
S mbusteva ch gl piett'i ch gl cur,
annanz n zinal ch gl fiur.
pccat ca la vèst dlla femmna n/n zaffosha
s ved sola la ponta dlla ciocia.

Èq ch Margioss s mess'a ssunà.
Agl camb s runi na morra d ggent.
vuol dir ca chell ch'èra ditt gl patron n'g nburteva nient.
Gl giunott ficn'a ggara
a scartuccià gl tutr mmies'all'ara.
Èq ch Catarina pró, ch'èra na ragazza ndlloggènt,
s mess'a dda lezion d bball'atra ggènt.

Chigl ch l'accompagneva a bballà' prima
Èra n puoch timid, Bndett;
mmec d'acchiaparl' alla man
l'acchiappev'agl fazzlett.
Ma Catarina cè ditt: «Bnde',
mmo s fai ncor'ass/si' p mi è pègg.
Quand sona iurganett c vo un ch m règg.»

I bndett cè ditt:
«Catari', ma i mo m pareva ch'èra pront
mmec n vid ca n/n g affront?»
«Oi Bnde', tu fa pian, tu guard'a mmi all moss,
sient la cadenza quant sona Margioss,
mitt l gnocchia mmies' a chell me
i iamm'a spass.

Oddia Catarì, chist' urganett' è cumplicat
i n/n c'èr' abbituat
gl cutucugn deva na bbott' ogni ttand,
gl cifalitt tneva sul quattr bucitt.
Ma mo p mmi so gguai,
iurganitt d tast n té 'ssai.

Catarì, ma parlénn ch rispétt,
dimm comm m tiencuta mett.''
"Bnde', mittm na man' alla cintura,
natra m la mitt ngim' alla spalla.
I tappogg mbiett na mammélla
i vid comm s'abballa mègl sa tarantélla.''

"Oi Catarì, ma tu si pazza
s m ved mamma chella m'attrippa d mazzat.
Quand' abball s'i m stregn essa dic ch'è pccat.''
"Ch ddí la perdona mamma tea!
Ch chigl bball' all'antica
s faceva troppa fatica.
Ma chist bball d iurganett é cchiu ggiust:
s fa men fatica i s c piglia gust.

Èra passata la ggiurnata
i vvenn la srata.
Mmies all'ara, sott la pianta de fica
n rsptarn cchiù l'usanz' antica
i tutt chigl mammuocc
ammischiarn gl tutr ch gl scartuocc.
succdì chell ch n'èra mai capitat:
la matina dopp tant femmn sérn maritat.

S tu guardiv' agl'uocchi Catarina
tnivta dî p fforza "Ammazza ch coc,
c fa sshi gl razz'a cchell cioc".
Cusì s rmanirn' a guard' agl'uocchi Catarina i Bndett,
ca fuss bbenditt chi a fatt iurganett.

Pietro Picarazzi

“IL DIALETTO NELLA POESIA...”

LA MAMMA ARNARESE

Te revede che la gruoglia,
gli cuncone, glie zinale
i' gli buste tradiziunale....

Sempre dritta, svelta i' pronta
nen te se cunosce niciune pensiero 'nfronta!
Serve che cosa? che ne minute tutte s'appronta!

Tante tiempe à passate,
ma 'i non me lo so scurdate
quande tata ieva suldate.....

Quande ive a fa la balia di qua e di là,
quase sempre pe' campa',
i gli core tieie steva sempre qua!

Se sule sentive 'ne suome d'urganette,
te spuntevene du lacrime, che t'arrivevene 'mpiette!!

I quande era festa, ive a la prima messa,
p'e doppe mette a fa la caglina allessa!!

Le fittuccine 'ncima a la spianatora,
i 'n buttiglione de vine, le truvive a tutte l'ora!

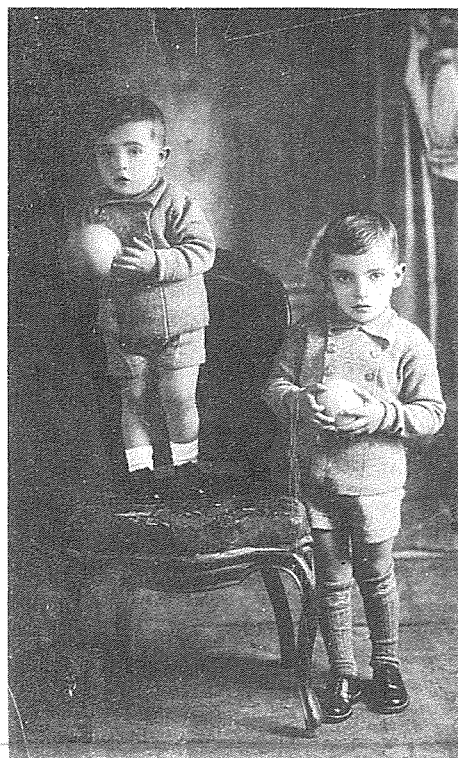
Glie lavore de gli campe
te strunchevene le zampe,

ma quando se scartuccieva
tu, ive la prima che 'ncima a l'ara ieva!

Mo' non puorte chiù glie zinale,
i glie cuncone à diventate artigianale!
nen t'assiette chiù denanze a gl'astrechiglie
a ricamà glie currede pe' le figlie!

La macchina scartoccia glie ciliane,
i miese a l'ara nen se sente chiù baccane.....

Ma ogni tante se sente che urganette.....
i allora chelle lacrime respuntane
i t'arrivane 'mpiette!!



BUON COMPLEANNO, MAMMA

Acciummata,
dentr na cucina stretta,
cu du ferr ritt 'n man,
campca ngima na sedia.

Sonna
gli tiemp luntan,
quann, ragazzetta,
comm gl 13 niput,
pur'essa
puteva fa cummedia,
senza pnsà a ann
i salut.

Gl'ucchial calat
alla punta dgl nas,
l labbra surrident,
la faccia srena,
è sicur ca sta rvivenn
d tutt gl'ann passat
gl chiu biegl mument,
ch p'essa sembrn racchius
dentr na sola scena.

D scatt cagna posa,
raddrizza la ciocca,
spalanca gl 'uocch,
n'ved niciun.
Forsa l'ha turbata
che cosa
chesta mamma vecchia:
'n pnsier, 'n ricord, na vision.

Senza manc rends cont,
rtorc gl cuogl,

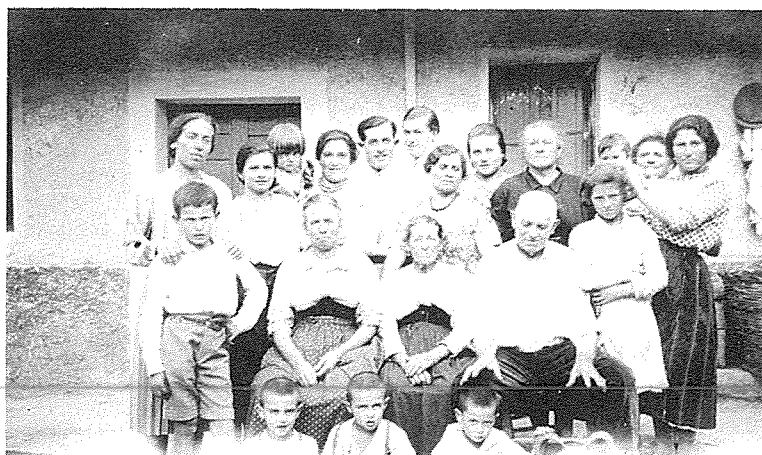
rcade ngl suon
chiù profund.
Fin a quann
'n iatt dispttus
c ntira la priglia,
c sfilà la maglia
cu na zampetta plosa.

Allor daver s rsbiglia,
s trufina gl'uocch,
sbadiglia,
appoggia l man all ginocchia,
i, mentr sott la sedia
c scrocchia,
s rmett 'n pied.

Eccque mo si ca m ved.
I c vad ncontr,
l'abbracc
p farc
gl'augurio d bon cupleann:
uoie è gl 21 ottobr
i mamma finisc 83 ann.

Essa s cummove.
Na lactima attraversa
chella faccia stanca.
Npiette gl cor m s move;
npozz chiù farn a men:
c dong na stretta
i c scrocc n bacio
a quella ciocca bianca.

Vincenzo Grimaldi



Gruppo di famiglia

IL RICORDO

Si partite che ive 'n uttre,
t'ave date ne fucile
i t'ave mannate a sparà a glie cunfine!

Quante lacrime so jettate,
quante notte so vegliate,
p'e pregà la Madre Pia
Sgranava glie Rusarie pure mieze la via!

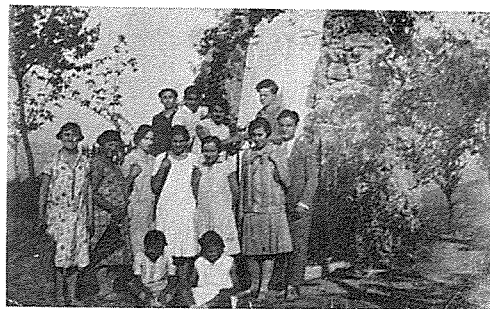
Ogne passe scunusciute
me sembrava glie teie
ch'ive revenute!...

Ma ne giornie, triste assai
ha bussate ne suldate...
Ive tu?...no! n'era figlieme,
era n'atre, tu ive muorte suldate!!

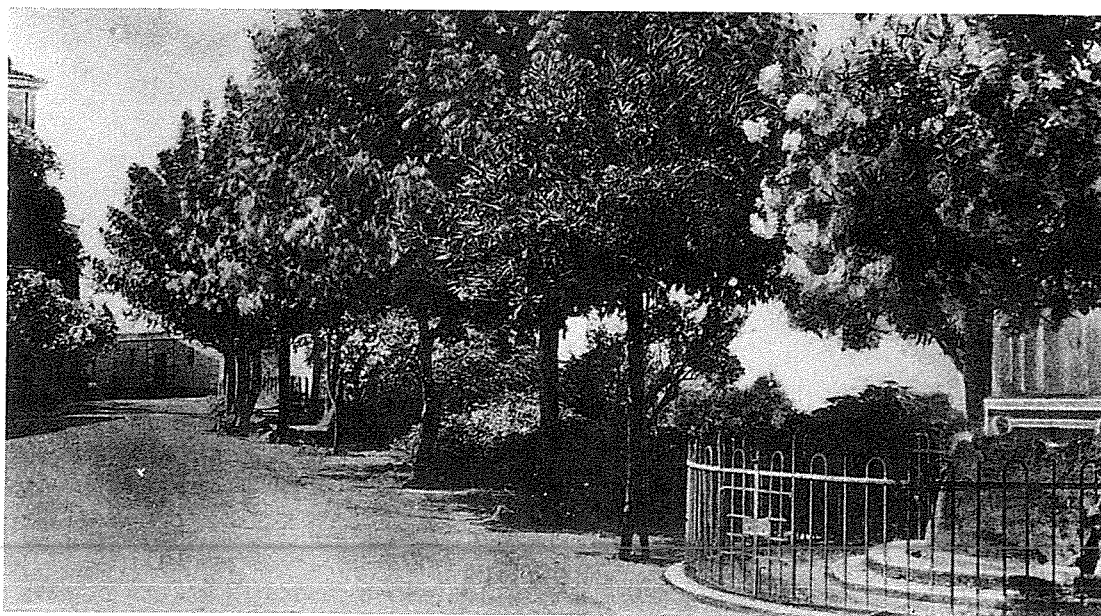
Mo all'Arnara t'ave fatte n' Munumente,
ma tu, figlie mieie, ne ce stai dentre,
t'ave misse a chissà quale Sacrarie
i mammeta nen sa manche
'ndo stai abbelate!

Glìe ricorde chiù bieglie cunservate
è ne bace dolce che, pe l'utema vota,
partenne me si date!

Aurora Guerrieri Celletti



1925 - Monumento ai Caduti



1950 - Monumento ai Caduti

NOTTURNO ARNARESE

Si dolce, si 'ncantata
duorme, i me pare 'na fata,
da la finestra de sta casa mea,
te vede bella, magica, segreta!

Chiude gl'uocchie i sente la campana,
no 'n te resbiglià sennò n vede chiù sta fata!
Forse sarà glie Castell ch'è 'ncantate
dorme tranquille, pe iss glie tiempe n'à passate!

Din don, n'atra vota sta campana!
me garde 'ntorne, me gire.....me sente strana,
vede la gente che passa, va de furia,
ma de la bellezza tea, Arnara, niciune se ne cura!

VOCI D'AUTUNNO

Si sentono
dolci rumori
per il Borgo,
rumori sordi,
rumori lenti....
un asino raglia
un torchio si lamenta....
sembran quasi presagire
l'arrivo veloce dell'inverno.
E tu, Arnara, allora riposi,
aspettando il risveglio della primavera,
ed i tuoi figli lontani!

Aurora Guerrieri Celletti



Vendemmia

FILASTROCCA

Filastrocca, filastrocca
il simbolo di Arnara è sempre la rocca
chi porta la legna chi porta la brocca
chi magna tropp ce fa male la ciocca
chi cerca marite fila la rocca
chi se mocceca le mane perché ne la tocca
chi vò la ricotte mogne la vacca
chi non ricorda quando ce tocca
alla bacchetta fa tutte le tacche
chi non sa fà, puoche ce tocca
chi la sera torna all'ovile
con il somaro e con il barile
chi mangia troppo non può dormire
chi se crepa per contare le lire
chi fa finta di non capire
a chi non importa di far soffrire
chi dà fiato alla bocca tanto per dire
chi la verità non vuol sentire
e non ricorda che deve morire!

Trucce, trucce, cavagliucce.

Cavagliucce de glie Papa,
Quante corna t'è la capra?

(si risponde ad es. tre...)

Se tu dicivi quattre,
stive a cavagliucce,
a cavagliucce cu glie Papa...
Quante corna t'è la capra?

(e si ricomincia...)

(Questa filastrocca serviva per tenere allegri i bambini)

Sega muneta,

le donne so' de seta,
gl'uommene so' de stoppa,
alla pupetta glie zucchere 'mmocca!

(Questa filastrocca la cantavano ai bimbi, facendoli ballare sulle ginocchia)

Sulluz, sulluz, va dentre aglie puz,

Dentre aglie puzze, dentre a la funtana,
dentre a glie cor de chi m'ama.

Se m'ama se glie t'è, se nen'mama me revè!

(Questa filastrocca serviva a far passare il singhiozzo)

NINNA NANNA

Dindolò, campana grossa
tutte le pecure vanne a la fossa,
ma se l'accorge glie lupacchione
i se le magna cu ne boccone!

FILASTROCCA

Bona gente, bona gente,
la canzon ne vale gniente,
l'ha cumposta gli'appetite.

Quande nua seme finite,
tocca a vuia fa' de chiu...

Le canzone so' belle,
ma so' meglio le ciammelle,
nocchie, fiche, i pere cotte...

Cose poche, cose molte,
tocca a vuia fa' de chiù...
(Filastrocca per far passare l'appetito)

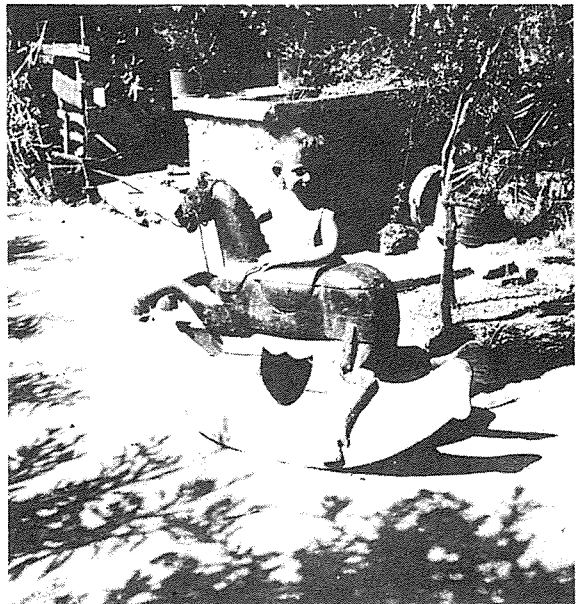
Addumane è festa,
ce magname la minestra.

La minestra era salata,
ce magname la 'nsalata!



ZI' SABELLA

Zi' Sabella steva a fà 'na frittella,
me n'ha date neccone a mi.
Oh! com'era bona,
me n'ha date n'atra,
me là messa
n'cima a glie bancone.
Glie bancone era cupe
i sottè ce steva glie lupe.
Glie lupe gli'ha misse a ne lettucce.
Glie lettucce era rutte,
gli'ha misse 'ncima aglie asene!!
Glie asene dentre a la stalla
suneva la chitarra
j glie sorge 'ncima glie titte,
ieva sunenne glie ciufalitte!!



CONTE

Salta cavaglie,
giucame a buttune,
ne giucame cente i une.

Cente i une 'na patacca,
giucame 'na vacca,
'na vacca i 'na zitella,
cumprame pure zi' Sabella.

Zi' Sabella cucineva
i la moneca abballeva,
abballeva tunna tunna
come la ciocca de Palumma.

MASTRE FRIPPE

(variazione sul tema: Zi' Sabella)

'Na sera ienne spasse
so 'ncuntrate 'na jatta nera,
ieva careca de sasicchie,
le purteva a mastre Frippe!

Mastre Frippe nen ce steva,
ma ce stevane du' sorelle
che stevane a fà 'na frittatella.

Me ne didere una a mi...
Uh, chè bona, ih chè bona!
Me ne diettere n'atra
che la so' messa sotto glie scantinate.

Glie scantinate era rutte
i sotto ce steva glie urse
che nen sapeva fa' glie liette.

Glie aglie pe' le scale
sceva sunenne le campane.

Glie surge pe' glie titte
jeva sunenne glie cifalitte.

Glie jatte 'n camicia
faceva le fusa a la micia!

CONTE

(filastrocche usate dai bambini
nei loro giuochi)

Fiocca, fiocca!
'cima alla Rocca,
tre quattrine
i 'na pagnotta.
Una a me, una a ti;
j natra dille tu
a chi!

Pirimpiripimpi,
ripampanella.
Chi sa tota la bella zitella?
Se l'à tota Ruzziglione,
tu si figlia a Marcacione.



1931 - Colonia Balilla

TRADIZIONI VARIE USANZE E COSTUMI

“PASQUA”

Per Pasqua, con le canne si facevano le “raganelle” che tutti i ragazzini suonavano il Venerdì Santo, quando le campane erano “legate”. Infatti, la mattina, essi passavano per i vicoli di Arnara dicendo: “Sona, sona, prima vota glie sadierie!”.

Dopo qualche ora, a mezzogiorno, passavano ancora per i vicoli e, facendo suonare nuovamente le raganelle, dicevano: “Sona, sona seconda vota glie sadierie!”.

Verso le diciannove, facevano suonare nuovamente le raganelle per la terza volta e tutti i paesani uscivano per partecipare alla Processione del Venerdì Santo.

Il Sabato Santo si “scioglievano” le campane e tutti i contadini legavano con “glie vinchie” le piante da frutta e facevano innesti perché così le piante avrebbero fruttificato meglio.

Spesso la sera del Venerdì Santo le ragazze ponevano, su di un davanzale la rocca a San Giuseppe e cantavano una canzone di buon auspicio:

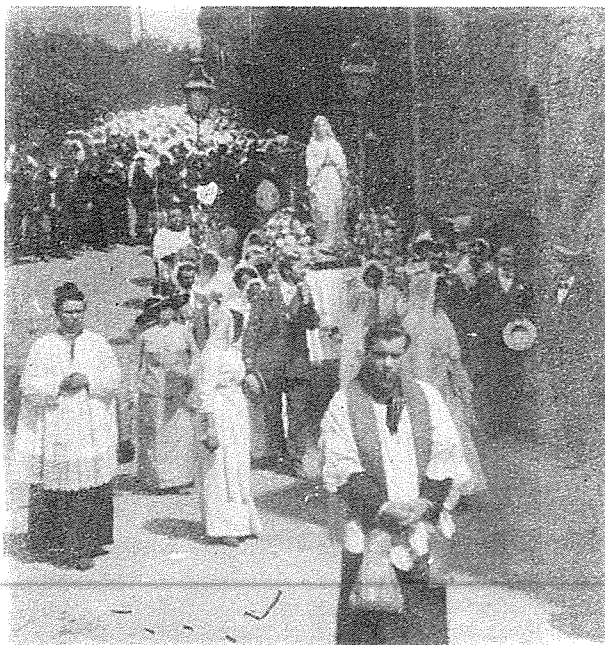
San Giuseppe à revenute
co' nuia, ma sta sdegnate
la Madonna cu gl'angele appresse
che gl'avevane accumpagnate

San Giuseppe vecchiareglie
porta le fueche sottè a glie manteglie
pe' rescallà glie Bambinieglie

La Madonna cu gl'angele appresse
glie ievane a cunsulà!!

Le usanze pasquali ad Arnara erano numerose: si facevano ciambelle, ciambelloni all'anice con l'uovo dentro, bambolette di ciambellone. (Queste bambolette erano il dono della madrina di battesimo o di cresima al proprio figlioccio).

Il pranzo pasquale aveva un primo piatto unico: “glie maccarune”.



Cristiana Roma

1920 - Processione in Via Piagge

Lgà (Legare)

Legare è una piccola cosa leggera e tenue come il ricordo di un sogno infantile, allorquando si credeva che legare una pianta, al suono delle campane annunzianti la resurrezione di Cristo, potesse costringerla a tramutare in frutta l'intera fioritura. (.....)

A Pasqua
quann son-n l campan
prchè risorg Crist,
curr a lgà tutt
l piant d frutt;
cusì tutt gl fiur
s leg-n agl ram
i gn fior
n frutt mt darà.

Din, don; din, don
Crisct è turnat
a purtà la pac
ncima a sta terra,
Curr, curr, curr
a lgà, ch gl spch,
l piant p fall fruttà.
Lega la mela, la pera,
la noc i la fica,
la pruna i l'ua
zizza vacca.
Curr, curr, curr,
lega tutt l piant
prima ch l campan
fnisqu-n d sunà.

Mies sudat i stanc
va dalla nonna a dì:
Nonna Nicò tutt
l sò lgat, pur
gl ar-v chiù gruoss
chigl dnanz all'ara.
chigl n'n porta frutt
dic la Nonna;
chigl è ulm
fa frunn sulament.
S tnaria taglia
st mmiern.

Chigl ulm pur
caccosa deva!
A primavera gli passr
la sera, giucavn
tra l frunn, a pazzià,
p dimostrà
d'ess cuntient.
vè gl stat,
la frutta n'n è tanta,
quanta s sprava.
Ippur aviv lgat!
Lgat aviv tutt l piant.
I c crdiv, comm c crdiv!
A chella forza d'amor
ch lega piant i uommn
a Crisct i agl Signor.

Quann l frunn, stann
p cadé, a una a una,
accitn chigl ulm.
Cad,n tunf, i mor.
Stritt, mies
all'utm frunn,
stann gl resct d n'anid
d passer.
Gl anid, stritt
tra gl ram,
par ch gl ulm
n'n gl vò lassà,
pur s mor.

Quant campan son-n
i quant hann sunat!
Quant cor, Crisct
Ha lgat, i a ditt d legà!
Quant sangu-e d martr
crisctian, spis,
p lgà gl fiur

d gl albr, d la fed
i l'umanità!
Gl uommn so piant,
ch puonn dà frutt,
quann, i comm uonn.
S n'n gl dann,
o gl dann guast,
taglia,
che c stan affà?

Quant campan son-n,
son-n ancora i sempr
p lgà la gente,
tutta la gente.

Lgamc pur nuia
lgamc ca è ora,
Crisct n'n vè chiù
n'atra vota!
Mo, tocca a nuia;
a fa comm iss fec,
a lgà chiù stritt,
chiù stritt ch putem,
se ulem campà.

Son-n l campan
son-n lentament
p lgà la gente
tutta la gente.

Luigi Incitti

da "Assagg de puisia ciuciara"
(1980 - La Tipografica - Fr)

LA CONCA

La *conca* è un oggetto tipicamente ciociaro e serviva per il trasporto dell'acqua. È di rame, solitamente battuto, ricoperto internamente di stagno, per non far rovinare l'acqua a contatto con il rame. La *conca* ha una forma particolare: è formata da due tronchi di cono che, intersecandosi, formano il cosiddetto *collo*. Questi due tronchi di cono sono raccordati da due manici che consentono una agevole presa.

La *conca* è sempre stata portata dalle donne ciociare sulla testa; la sua particolare forma consentiva di issarla sulla testa senza alcun aiuto e con pochissima fatica. La *conca* contiene, in media, circa 30 litri di acqua. Il restringimento del *collo* ha la funzione di non far cadere l'acqua durante il trasporto.

Sopra la testa, le donne ciociare ponevano la "*cruoglia*" (*della stoffa arrotolata*) che serviva a mantenere ferma la conca che ha la base leggermente curva. Grazie a questa abitudine a portare la conca sulle testa, le donne ciociare hanno acquisito quel loro incedere fiero ed eretto che le ha rese famose in tutto il mondo antico. Nella tradizione ciociara la conca ha avuto una grandissima importanza e, fino a qualche anno fa, era considerata parte del corredo della sposa, essendo un oggetto indispensabile all'interno della casa.

Questo oggetto veniva finemente lavorato dal "*Calderario*" che con estro e maestria, le rendeva belle da vedere, martellandole con arabeschi e fiori.

Oggi la *conca* è in quasi tutte le case di Arnara, non più come oggetto essenziale per portare l'acqua dalla "funtana glie Carmine" a casa, bensì come oggetto artistico a ricordo di tempi lontani, ma ancora vivi nell'area della Ciociaria.



Conca, arciola, surieglicie i cutrella

LE "CIOCE"

Le *ciocce* sono le tipiche calzature dei contadini o pastori di questa zona, che da esse prende il nome *ciociaria* o *cioceria*.

Dai rilievi della colonna Traiana a Roma, si apprende che le *ciocce* vengono direttamente dal costume di Roma antica: si tratta di una suola con la punta rialzata, mantenuta aderente al piede da cinghie di cuoio "*abbodate*" (*girate*) anche tredici volte intorno alla gamba; le cinghie girano sopra fasce o un gambale di tela bianca.

LA RACCOLTA “DE GLIE TUTERE”

Nei tempi passati, per i miei nonni e per tutti i contadini, il mese di Agosto rappresentava un periodo di festa.

Infatti a questo mese era legata la raccolta “*de glie tutere*” che si effettuava nei campi.

Le persone, che dovevano fare questa operazione, si alzavano presto “*la mattina*” e si recavano nei campi. Lavoravano sodo, spinti dal desiderio di terminare presto il lavoro.

Un altro momento molto interessante era l’ora “*de le magnà*”, naturalmente sul luogo del lavoro, in modo da non perdere neppure un minuto, che per quel lavoro era molto prezioso.

Una volta terminata la raccolta, “*glie sacche chine de tutere si caricavano*” “*cima a glie carette*” che venivano trainati da “*le uacche e da glie asene*” e si portavano “*all’ara*”.

Dopo questa fase “*se cumenza a scartuccià*” e questo era il momento più importante di tutta la giornata, perché si poteva chiacchierare con i compagni di lavoro.

Infine ci si riuniva un’altra volta e per i ragazzi questa era l’occasione buona “*pe fa ’n bal- le*” con una ragazza, e “*pe gli chiù vecchie*” invece era il momento giusto per raccontare le esperienze avute in passato. Chi amava la musica o il canto, ne approfittava per dare sfogo alla sua passione.

Quando ormai la notte era “*calata*” e la festa finita, ognuno, con un dispiacere “*dentre a glie core*” se ne tornava a casa, sperando però di poter partecipare il prossimo anno ad una nuova raccolta “*de glie tutere*”.

Fabio Cecconi



1890 - Famiglia sull’aia

CANTI E BALLI POPOLARI DI ARNARA

I canti popolari della Ciociaria hanno in comune il substrato gregoriano della melodia e l'estrema sfrondatezza di questo.

L'influenza gregoriana si spiega facilmente col dominio secolare della Chiesa di Roma, cui fu quasi ininterrottamente sottoposta la Ciociaria fino al 1870. Il canto gregoriano, radicatosi profondamente in queste zone fin dalle origini, non fu mai soppiantato da altre correnti musicali; talché si può dire che il gregoriano e la musica sacra in genere siano state l'unica musica conosciuta fino a poco tempo fa dai Ciociari e quindi la sola fonte della loro ispirazione musicale. Non vi sono altri canti popolari in cui l'impronta del gregoriano è mantenuta così chiara.

“La Ciociaria non fu zona commerciale, visse di quel che le dava la terra, in scontrosa solitudine...”

Guerre, rapine, semina e raccolti: questo il ciclo della sua storia, vigilata sempre dalla chiesa. Ancora oggi il Ciociaro sente e capisce la vita attraverso la terra ed i frutti della terra.

È un popolo appena uscito dall'analfabetismo: popolo incolto, ma filosofo, ignorante e poeta”. L'organetto è lo strumento che usualmente accompagna i canti ciociari.

La danza ciociara tipica, il Saltarello, è sempre accompagnata dall'organetto; generalmente si pensa che sia una danza vivacemente saltata, ma non è così. I danzatori, a coppie od a gruppi, si tengono uniti con le braccia, i corpi un poco curvi in avanti e le teste che quasi si sfiorano al centro, anch'esse leggermente chinate verso terra. Questa posizione fa sì che i corpi seguano senza scomporsi i movimenti delle gambe, mentre i piedi, con le cioce, tipiche calzature ciociare, scivolano sul terreno silenziosamente dando l'impressione che non se ne distaccino mai. Si balla su un tempo allegro-moderato e ritmato.

Lo spettacolo che ne risulta è pieno di eleganza, di dignità, di armonia di stile.

È soprattutto ammirevole il modo con cui i ballerini cambiano direzione quando sono giunti all'angolo della sala o dell'aia.

Il suonatore di organetto spesso con il ritmo eccita la danza, rendendola più viva e sensuale.

Nella Ciociaria meridionale, come ad Arnara, il saltarello si chiama “*Ballarella*”.



1900 - Gruppo di suonatori ciociari

ESEMPI DI MUSICA TRADIZIONALE AD ARNARA

I brani musicali qui trascritti appartengono al repertorio tradizionale e popolare di Arnara.

La musica di tradizione popolare si riferisce ad una particolare concezione della cultura la cui trasmissione avviene attraverso l'oralità non avendo la scrittura come essenziale mezzo di trasmissione. La nostra trasmissione eurocolta basata sulla trasmissione culturale scritta ci ha fatto ritenere che "popolare" sia sinonimo di facile, semplice, ingenuo e quindi culturalmente inferiore. La cultura popolare costituisce invece un'autentica e autonoma cultura che affonda le sue radici nel mondo agricolo e pastorale, contrassegnato da proprie credenze, pratiche e rituali. Questi costituiscono una risposta articolata e organica alle aspirazioni e alle necessità dell'esistenza non meno valida di altre costruite con più "raffinati" strumenti.

Una prova, seppur parziale e settoriale, della varietà e ricchezza della tradizione popolare è data dagli esempi musicali qui trascritti, che per le situazioni che presentano, si possono accomunare tranquillamente alla tradizione musicale della Ciociaria (la musica tradizionale ciociara è analizzata da S. Facci in un'intervista su "Ciociaria 1927-1987" edito dall'Amministrazione Provinciale a cui noi ci riferiamo). La musica vocale dei contadini ciociari contempla diversi "modi di cantare", le cui denominazioni in genere traggono origine da località della provincia (alla "cepranese", alla "verolana" ecc.), dai lavori agricoli a cui erano prevalentemente associate (alla mietitura, ecc.) o da caratteristiche dell'esecuzione musicale.

I due brani vocali — "Il canto del castellaccio" e "Quanne la ciociara se marita" riflettono alcune caratteristiche stilistiche tipiche di questa regione: la serie di suoni ribattuti all'inizio della melodia, un profilo melodico prima lineare e poi discendente, le finali lunghe.

Il primo canto — "Il canto del castellaccio" — è omofonico, cioè tutti i cantanti intonano la stessa melodia; il secondo invece è responsoriale, cioè al cantante solista si alterna l'intero coro, entrambi seguono un ritmo sostenuto.

Questi brani sono accompagnati in genere dall'organetto diatonico, che ha sostituito ormai da tempo la zampogna, un tempo il più diffuso strumento della musica contadina.

Il timbro vocale è caratterizzato da due elementi. Il primo è la presenza di abbellimenti (acciaccature, portamenti, ecc.) per cui il passaggio da nota a nota non è quasi mai netto, come avviene nella musica colta. Il secondo è il modo di emissione della voce: non si usa mai il registro acuto (i canti sono infatti nel registro cosiddetto di parlato); sia negli uomini che nelle donne c'è la tendenza a cantare ai limiti della tessitura di questo registro, con conseguente tensione della gola e quindi sensazione di "sforzato".

Le occasioni in cui questi canti contadini vengono eseguiti sono in genere le feste, le fiere, ecc. Un'altra occasione ormai legata al passato, erano i lavori agricoli, ciò spiega la presenza di testi che riguardano la mietitura, la vendemmia ecc. Oltre ai canti di lavoro troviamo anche canti infantili, religiosi e d'amore, come quelli da noi qui riportati.

"Il canto del castellaccio", che deriva il nome probabilmente dalla presenza ad Arnara di un vecchio castello, celebra in realtà una tipica situazione della comunità contadina (infatti il canto è diffuso in varie versioni in tutta la Ciociaria) che si svolge presso la fontana del paese, importante luogo d'incontro dove i giovani realizzano i primi approcci amorosi.

L'altro canto ("Quanne la ciociara") è invece un noto stronello ironico e allusivo sulle illusioni e disillusioni derivanti dal matrimonio. Oltre ad accompagnare i canti, l'organetto si è imposto anche con un suo repertorio che comprende principalmente "ballarelle" utilizzate solitamente, come fa capire la denominazione, per accompagnare la danza dei contadini.

La "Tarantella arnese" è una tipica "ballarella" di carattere allegro e virtuosistico. Le armonie praticate sono semplici (sottodominante, dominante e tonica). Essa segue, come la grande maggioranza della musica strumentale di tradizione orale, un procedimento caleidoscopico ovvero mediante il rimenscolamento di limitati elementi melodici e ritmici si ottengono sempre nuove figurazioni musicali (come con i vetri del caleidoscopio).

Queste brevi e incomplete note critiche e musicali danno appena l'idea della originalità e ricchezza della musica di tradizione orale di Arnara e più in generale della Ciociaria, un patrimonio culturale e storico immenso da preservare e valorizzare.

Raffaele Miglietta

IL CANTO DEL CASTELLACCIO

A l'acqua, a l'acqua a la funtana nova oila',
chi nen sa fa gl'amore se gl'mpara, oila'
La conca gira i glie surieghe abballa
nechete ne, ne, ne... nechete ne, ne, ne.
La conca gira, i glie surieghe abballa
nechete ne, ne, ne, nechete, ne, ne, na
Chi n'sa appiccia' glie mucchele se'mpara, oila'
chi n'sa appiccia' glie mucchele se'mpara, oila'
Toglie glie fospere dentre a la scatoletta
nechete ne, ne, ne...nechete ne, ne, na...
I tutte gl'anne a laura' la vigna, oila'
i tutte gl'anne a laura' la vigna, oila'
i mo ch'è fatta l'ua chi magna, magna
nechete ne, ne, ne... nechete, ne,ne,na
glie liette glie ficiame de crespigna, oila'
glie liette glie ficiame de crespigna, oila'
glie cuscinielle de fronne de canna
nechete ne, ne, ne...nechete ne, ne, na

ME PIZZICA, ME MOZZICA.....

Me pizzica, me mozzica,
mannaggia le pizzicà
So pizziche d'amore
bella nen fanne male...

Me so sunnate mamma,
me so sunnate ma'
me so sunnate Peppe
ca me se spuseva...

Me pizzica, me mozzica,
mannaggia le pizzicà
So pizziche d'amore
bella nen fanne male...



1986 - Gruppo Folk Scuola Media

BALLARELLA

$\text{♩} = 126 \text{ ca.}$

Handwritten musical score for 'BALLARELLA'. The score is written on five staves in treble clef with a key signature of two sharps (F# and C#). The tempo is marked as approximately 126 beats per minute. The lyrics are: RE MI LA RE MI LA. The music features a mix of eighth and sixteenth notes, with some triplet markings. The piece concludes with a double bar line and the initials '(E.C.)'.

RE MI LA RE MI LA

IL CANTO DEL CASTELLACCIO

$\text{♩} = 112 \text{ ca.}$

Handwritten musical score for 'IL CANTO DEL CASTELLACCIO'. The score is written on five staves in treble clef with a key signature of one sharp (F#) and a 2/4 time signature. The tempo is marked as approximately 112 beats per minute. The lyrics are: A L'A-CQUA L'A-CQUA LA FUN-TA-NA NO-VOI LA' OI-LA' CHI NEN SA FA GLA-MO-RE SE GLIE 'MMA-ROI-LA' OI-LA LA CON-CA GI-RA I GLIE SU-RIE-GLA-BBA-LLA NE-CHE-TE NE NE NE NE-CHE-TE NE NE NA LA CON-CA GI-RA I GLIE SU-RIE-GLA-BBA-LLA NE-CHE-TE NE NE NE NE-CHE-TE NE NE NA CHI. The music includes various rhythmic patterns, including triplets and accents, and ends with a double bar line and the initials '(E.C.)'.

A L'A-CQUA L'A-CQUA LA FUN-TA-NA NO-VOI LA' OI-LA' CHI
 NEN SA FA GLA-MO-RE SE GLIE 'MMA-ROI-LA' OI-LA
 LA CON-CA GI-RA I GLIE SU-RIE-GLA-BBA-LLA NE-CHE-TE
 NE NE NE NE-CHE-TE NE NE NA LA CON-CA GI-RA I
 GLIE SU-RIE-GLA-BBA-LLA NE-CHE-TE NE NE NE NE-CHE-TE NE NE NA CHI

QUANNE LA CIUCIARA SE MARITA

$\text{♩} = 116 \text{ ca}$

VOCE SOLISTA

I QVA-NNE LA CIU- CIA- RA SE MA-RI I- TA A CHI CE DA' GLIE

1 CORO

1 SOLO

SPA- C'A CHI LA CIO- CIA A CHI CE DA' GLIE SPA- C'A CHI LA CIO- CIA A

CHI CE DA' GLIE SPA- CE SE S'IM-PI- I- CCA A CHI CE DA' LA

1 CORO

TUTTI

CIO- CIA CE S'A- RRI- CCA A CHI CE DA' LA CIO- CIA CE S'A- RRI- CCA CA- TA

RI- NA CA- TA- RI- NA A- RRE- DA- MME- LA RO- BBA ME- A CA DU- KA- ME- TE DO- NNE- LA

TE- A A - RE DA- MME GLIE FA- ZZU- LE- TTO- NE CHE TA- GGE POR- TA- TE DA FRU- SE- LO- NE A- RRE-

DA- MME- RI- CCHI- NE CU- RA- GLIE CHE TA- GGE POR- TA- TE DA STRA- NGU- LA- GA- GLIE MA- RIA

RO- SA MA- RIA RO- SA SETA- CCHIA- PPE- TE DI- CUE NA CO- SA SE

TU ME DI- CE DE SI TE- ME FA- CCE VE- DE TA- NTA- CCO- SI SE

1 SOLO

TU DI- CE DE NO TE GLIE FA- CCE- VE DE MA NENTE GLIE DO I QVA- NNE (ETC.)

FELICE E MARIOLA

Ohi cumpare nen t'assura'
Ohi cumpare nen t'assura'
Ohi cumpare nen t'assura'
ca passe guai
ohi cumpa'
Felice e Mariola
ohi Raffae'
arredacce la parpagnola...
E tu portala a zappa'
e tu portala a zappa'
e tu portala a zappa'
la Filomena
ohi cumpa'
E se ce fa male glie so',
e se ce fa male glie so',
e se ce fa male glie so',
facce l'umbrella,
ohi cumpa'
E l'umbrella ce la fa
e l'umbrella ce la fa
e l'umbrella ce la fa
la faccia gialla
ohi cumpa'
Ohi cumpa
Ohi cumpare nen te nsura'
ohi cumpare nen te nsura'
ohi cumpare nen te nsurà
ca passe guai,
ohi cumpa'.

MARIA NICOLA

Te si fatta glie riccele n' fronta
chi te gl'alliscia, chi te gl'apponta...
pour'a ti Maria Nico'

Maria Nicola mea
chi te l'ha fatte fa...
ive na bella petecona
te putive marità

Te si misse gl'anelle a glie dite
vatt'a retrova chi t'è marite...
pour'a ti Maria Nico'

Maria Nicola mea
chi te l'ha fatte fa...
ive na bella petecona
te putive marità

Te si massa la vesta roscia
quande cammine nen te se cunosce
pour'a ti Maria Nico'

Maria Nicola mea
chi te l'ha fatte fa
ive na bella petecona
te putive marità

Te si fatta la permanente
cu glie solde de glie tenente
pour'a ti Maria Nico'

Maria Nicola mea
chi te l'ha fatte fa
ive na bella petecona
te putive marità



1927 - Gruppo Folk

QUANNE LA CIUCIARA SE MARITA

I quanne la ciuciara se marita
a chi ce dà glie space a chi la ciocia!

A chi ce dà glie space ce s'impicca
a chi ce dà la ciocia ce s'arricca!!

Catarina, Catarina
aredamme la robba mea
ca dumane te donghe la tea
I redamme ricchine e curaglie
che t'agge purtate da strangulagaglie.
I redamme glie fazzulettone
che t'agge purtate da Fruselone!

I quanne la Ciuciara è maritata
glie space è rutte i la ciocia è sfasciata!
I quanne la Ciuciara va a la mola
se la 'nfarina tutta la vesta nova

Maria Rosa, Maria Rosa
se t'acchiappe te dicue 'na cosa,
se tu me dice de si
te ne facce vedè tante accusì.
Se tu me dice de no,
te glie facce vedè, ma nen te glie dò!

I quanne la Ciociara va a Caserta
La ficere muntà 'n bicicletta,
la ficere muntà 'n bicicletta
i ce se ruppe pure la scatuletta!!!

Maria Rosa, Maria Rosa
se t'acchiappe te dicue 'na cosa,
se tu me dice de si
te ne facce vedè tante accusì,
se tu me dice de no
te glie facce vedè, ma nen te glie dò!!!



La ballarella

IL FOLK AD ARNARA

GRUPPO FOLKLORISTICO SCUOLA MEDIA

Il Gruppo Folk della Scuola Media di Arnara è nato nell'anno scolastico 1982/83 su iniziativa delle insegnanti Aurora Guerrieri Celletti e Rosina Costa Mizzoni, aiutate dal direttore del gruppo "Arnara Folk", sig. Antonio Picarazzi.

Il Gruppo, nell'anno scolastico 1983/84 ha partecipato alla "Rassegna di Musica, Canti e Balli Popolari" a Barletta, organizzata dalla Scuola Media "E. Fieramosca", vincendo il primo premio nazionale.

Nel 1985 è stato ospite in diverse scuole della provincia ed ha partecipato a bellissime manifestazioni, quali: Incontro Scuola Esercito, Raduno Nazionale dei Boys Scout, ecc.

Nel 1986 è stato a Grado e poi a Barletta per la Manifestazione pro UNICEF, sempre organizzata dalla Scuola Media "E. Fieramosca" di Barletta.

A maggio dello stesso anno, si è esibito a Minturno, presso la Scuola Media della cittadina, in occasione del premio "Noi ed Edoardo". Successivamente è stato ad Alatri, su invito della Scuola Media "Dante Alighieri".

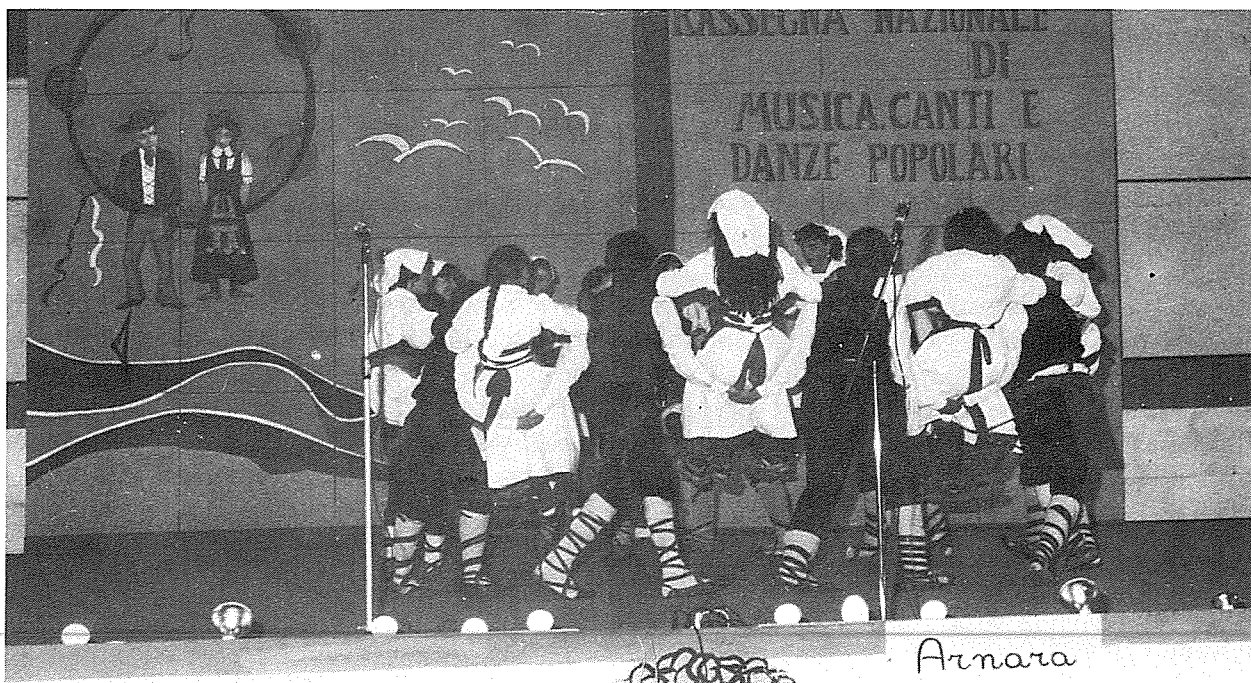
Nell'anno scolastico 1986/87 il gruppo si è esibito in occasione del Giro Ciclistico Internazionale ed ancora ad Alatri per la Manifestazione Pro UNICEF, II edizione, organizzata dalla Scuola Media "Dante Alighieri".

Nell'anno scolastico 1987/88 il Gruppo ha partecipato alla 8ª Rassegna nazionale pro UNICEF a Paternò (Sicilia): facevano parte del Gruppo trenta alunni delle varie classi della scuola media. La giuria ha decretato il successo del gruppo assegnandogli il Premio Nazionale ex-aequo ed invitandolo alla manifestazione finale in San Marco dei Cavoti (Benevento).

Il 29 maggio 1988 ha partecipato alla terza Rassegna Provinciale di Musica, canti e balli popolari, organizzata dalla Scuola Media "Dante Alighieri" di Alatri, sotto il patrocinio del Comune di Alatri e la collaborazione del Comitato italiano per l'UNICEF.

Il gruppo ha un repertorio abbastanza nutrito e che comprende, fra le altre cose:

- 1) Il canto del Castellaccio
- 2) Poesie antiche e moderne su Arnara ed in dialetto locale
- 3) Ballarella Arnarese con spizzichino.



1983 - Barletta manifestazione Pro-UNICEF

RECUPERO DEI GIOCHI TRADIZIONALI

Con l'evolversi della nostra società anche il concetto di gioco è mutato. Fino a qualche decennio fa, giocando si acquisivano agilità e destrezza nei movimenti, senso di equilibrio e di orientamento. Oggi molti requisiti per raggiungere questo scopo sono venuti a mancare. Primo fra tutti lo spazio. Le strade sono più transitate, le piazze sono destinate alle auto in sosta, i prati ed i boschi, quando non sono recintati, sono sempre più lontani, i giardini privati sono incalpestabili, quelli pubblici non esistono. Anche le moderne abitazioni non permettono giochi che comportino rumorosità e movimento. Qualche decennio fa si vedevano ragazzini giocare nei vicoli di Arnara fino a tarda sera, oggi invece i giochi si sono dovuti adattare, si sono trasformati in passatempi statici, dove i giocattoli sono macchine sempre più sofisticate e costose e dove i ragazzi agiscono da soli in una lotta che contrappone l'uomo al robot. Le nuove generazioni hanno risentito della mancanza del movimento nel gioco.

La scuola, che prima aveva solo il compito di regolare e disciplinare i movimenti con l'educazione fisica, ora esercita i ragazzi anche nei movimenti basilari, perché non lo fanno più autonomamente. Da qui la necessità di riscoprire quelle attività ludiche che nel passato hanno svolto, anche se inconsapevolmente, un ruolo educativo perché permettono:

- a) presa di coscienza del corpo con gli oggetti;
- b) organizzazione e controllo dello schema corporeo;
- c) rapporto del proprio corpo con gli oggetti;
- d) rapporto del proprio corpo con gli altri;
- e) rapporto del proprio corpo con gli altri attraverso gli oggetti;
- f) percezione del tempo e dello spazio in cui il corpo si muove;
- g) percezione del proprio corpo in condizioni di equilibrio statico e dinamico;
- h) capacità coordinative generali.

Giochi per presa di coscienza del corpo globalmente e segmentariamente e per organizzazione e controllo dello schema corporeo

Con una mano - Batti mano - Lo zigo zago - Un violino - Un bacino - Tocco terra - Tocco cuore - Angioletto, del Signore.

Il gioco diventa sempre più difficile e complesso in quanto tutti i movimenti vanno eseguiti stando successivamente, senza muoversi, senza ridere, con un piede, con una mano ecc... fino ad esaurimento dei comandi della filastrocca.

IL GIOCO: A NOCCIOLI O SASSOLINI

Il gioco inizia con quattro noccioli sulla mano sinistra ed uno sulla destra.

I fase: mentre la destra lancia il nocciolo in aria, la sinistra appoggia i noccioli per terra, poi le mani unite, con il palmo rivolto in alto, afferrano il nocciolo lanciato in aria, prima che tocchi terra. Di nuovo la destra lancia il nocciolo afferrato, velocemente ne raccoglie uno da terra e, insieme con la sinistra, va a recuperare quello lanciato. Dei due noccioli, che vengono a trovarsi sulle mani, uno viene poggiato in terra, l'altro viene lanciato in aria per essere afferrato dalle due mani, dopo che la destra ne ha raccolto un altro da terra.

Questa fase dura fino a quando i quattro noccioli non sono stati raccolti e messi da parte.

II fase: il gioco continua come sopra, con la sola differenza che vengono raccolti da terra due noccioli alla volta. Se sono distanti, possono essere riuniti durante il recupero del nocciolo lanciato in aria.

III fase: come sopra, solo che una volta vengono raccolti tre noccioli e una volta uno.

IV fase: i noccioli vengono raccolti tutti in una volta.

V fase: i cinque noccioli si trovano sulle palme delle mani unite:

- a) vengono lanciati ed afferrati con il dorso della mano destra ed il palmo della sinistra;
- b) vengono lanciati e di nuovo afferrati con il palmo delle due mani;
- c) vengono lanciati ed afferrati con il palmo della mano destra e con il dorso della sinistra.

GIOCHI CHE EVIDENZIANO IL RAPPORTO DEL PROPRIO CORPO CON GLI ALTRI

I gioco: Commare? È cotto il pane?

I bimbi si tengono per mano, il capofila (la comare) tiene la mano libera appoggiata al muro; il conduttore (l'ultimo della fila) chiede:

domanda: "Cummarè è cotto il pane?"
risposta: "Mezzo cotto e mezzo bruciato"
domanda: "Chi l'ha bruciato?"
risposta: "L'ha bruciato Tizio (cioè il primo nome del bambino accanto alla commare)"

A questo punto, cantando la seguente filastrocca:

"Povero Pierino
incatenato da cento catene
soffrirai le pene
le pene da morir."

I bambini, passando sotto il braccio che tiene legato il bambino alla Commare, lo incatenano. Lo stesso si ripete per il secondo, il terzo, il quarto bambino e così via finché tutti sono incatenati. A questo punto la Commare si scioglie dalla catena, i bimbi scappano da tutte le parti rincorsi da lei. Chi viene catturato prende il suo posto.

LIPPA

Occorrono: un bastone di legno dello spessore di tre centimetri e lungo circa trenta; un secondo bastone fatto a fuso dello stesso spessore e lungo quindici-venti centimetri, chiamato "*frombola*". Uno dei ragazzi impugna il bastone più lungo ed appoggia la frombola su un gradino o su un sasso, mentre altri ragazzi, chiamati ricevitori, si schierano alla distanza di venti-trenta metri. Poiché la frombola sporge dal gradino almeno della metà, viene colpita dal bastone più lungo librandosi nell'aria e girando su se stessa. Se uno degli altri giocatori riesce a prenderla al volo, subentra al battitore. Se invece nessuno degli altri giocatori riesce a prenderla, uno di loro, a caso o a conta, raccoglie la frombola e deve cercare lanciandola, di farla entrare nella superficie del quadrato, tracciato vicino alla base dalla quale la frombola è stata battuta.

Perde il battitore che non riesce a respingere col bastone la frombola proiettata verso il quadrato tracciato in terra, e da lui difeso. Se invece riesce a difenderla e la schizza fuori dal quadrato, il battitore, colpendo la punta della frombola, cerca di mandarla il più lontano possibile, questo in tre riprese. Dal punto in cui è giunta la frombola, allontanata dal battitore, il secondo giocatore tenta nuovamente di inserire la frombola nello spazio delimitato dallo stesso quadrato. Il gioco dura fino a quando la frombola non entra o tocca una linea che delimita il quadrato.

Obiettivi specifici: sviluppo della coordinazione oculo-manuale; controllo delle traiettorie e delle distanze; valutazione della velocità e della direzione; sviluppo della percezione spazio-temporale.

GIOCHI POPOLARI

A PALLINE

Si può giocare fino ad un massimo di 10 ragazzi, ognuno fornito di una pallina. Il gioco inizia così: tutti i ragazzi devono avvicinarsi ad una piccola buca scavata a terra, con la propria pallina. Il primo che arriva in buca può poi colpire le palline degli altri ed impossessarsene.

Le palline vengono tenute tra il pollice e l'indice, il ragazzo che colpisce deve assumere la posizione a gambe piegate, con la mano sinistra appoggiata a terra con le dita, la destra, che afferra la pallina, deve poggiare sul polso della mano sinistra.

Tutti i bambini, che sono arrivati in buca, possono colpire le palline degli altri, il bambino che perde la pallina, perché colpita dal compagno, viene eliminato.

Il gioco finisce quando rimane un solo bambino.

Obiettivi: Abilità fine oculo-manuale, controllo spazio-tempo.

RUBA BANDIERA

Due squadre numerate, con un massimo di 5 elementi per parte; il campo di gioco è formato da due righe equidistanti da una linea centrale.

Il conduttore, che è il ragazzo posto al centro, tiene in mano un fazzoletto (la bandiera) e chiama a suo piacimento un numero, ad es. n. 1. I n. 1 delle due squadre corrono veloci verso la bandiera e devono riuscire a prenderla e riportarla nel loro campo senza farsi toccare dal nemico n. 1. Si guadagna così un punto, vince chi arriva primo a 10.

Obiettivo: Forza esplosiva e destrezza.

STRUMMOLO

Tanti ragazzi forniti di uno *strummolo* di legno intaccato ai lati in modo da potergli avvolgere intorno una zagaglia. Dopo aver fatto la conta il primo lancia il suo strummolo che inizia a girare, il secondo, cerca di colpirlo, il terzo cerca di colpire lo strummolo del secondo e così via. Non c'è vincitore; È bravo chi riesce a "zicchiare" lo strummolo del compagno. I più bravi, poi, dopo aver lanciato lo strummolo, lo prendono sulle mani e continuano a farlo girare sul palmo delle loro mani.

Obiettivi: Abilità oculo-manuali, calcolo delle distanze.

SOTTO RIGA O SOTTO MURO

Il gruppo di ragazzi lancia soldi o tappi di bottiglia, o bottoni, da una distanza X e cerca di avvicinarsi il più possibile ad una riga predisposta in precedenza in terra. Vince chi riesce ad andare più vicino alla riga, prendendo così tutti i soldi dei compagni. Per giocare si può usare anche il muro, vince in questo caso chi riesce ad avvicinarsi di più al muro.

Obiettivi: Controllo delle spinte, abilità oculo-manuali.

A BOTTONI

Il gruppo è composto da un numero illimitato di persone, ognuna è fornita di vari bottoni, il primo inizia battendo il suo bottone addosso al muro; il secondo cerca di avvicinarsi al bottone del compagno per rubarglielo e così via tutti gli altri. La distanza giusta per rubare il bottone del compagno è la distanza che c'è tra pollice ed indice aperti. Il compagno che perde il bottone può ricominciare con un altro bottone. Il bottone può essere sostituito da un tappo di bottiglia o da una moneta.

Obiettivi: Controllo delle spinte, abilità oculo-manuali.

CAVALLETTA A CITTA'

Si può giocare con dieci persone circa. Il ragazzo a cui è andata la conta, fa il cavallo ad assume la posizione di busto flesso, mani alle caviglie.

Tutti gli altri devono superarlo, uno alla volta, ed ognuno deve pronunciare il nome di una città che inizia con la A, al primo giro. Nel secondo giro devono pronunciare una città con la B, ecc. Il ragazzo che non ricorda la città, va a fare il cavallo.
Obiettivi: Agilità, memoria, controllo del corpo in volo.

LA CAMPANA

Gioco tradizionale. Si disegna un rettangolo a terra, diviso in tanti piccoli rettangoli. Si gioca con un massimo di cinque persone o anche da soli.

Il gioco è lungo e complesso e sicuramente anche voi lo giocavate; vi dico solo che è composto da varie fasi e si gioca con una piattella la quale viene portata lungo questi rettangoli: sul palmo della mano, sul dorso, sulle spalle, sulla testa, ecc. Si procede anche alla cieca cercando di non calpestare le righe disegnate a terra.

Obiettivi: Il gioco sviluppa il senso dell'orientamento. La memorizzazione, il controllo dei vari segmenti del corpo.

Prof. Saulo Lombardi



1923 - Alunni della Scuola Elementare

ARTIGIANATO

LAVORAZIONE DEI CANESTRI

Il *canestro* fin dai tempi più antichi, era un "utensile" presente in tutte le famiglie, specialmente in quelle rurali. A seconda del materiale usato, cioè del tipo di midollo usato (grezzo o sbucciato), il canestro assumeva nomi diversi secondo gli usi a cui era destinato.

Il nome *canistre* deriva dal latino "Canistrum" (recipiente di giunchi intrecciati per frutta, pane, fiori). Per trasportare pannocchie, patate, peperoni, mele si usavano i "cistrune", grossi cesti neri, lavorati con del midollino non sbucciato. Spesso venivano appesi al somaro, attraverso il basto, uno da una parte ed uno dall'altra.

Poi c'erano "glie canistre" bianchi (o i "San Domenico") che servivano per portare da mangiare ai lavoratori nei campi, per posare il bucato stirato o i dolci di Pasqua (ciambelle, pigne, pizze battute) o infine per portare il "recunsule" (il pranzo) alle famiglie in lutto. Questi canestri bianchi erano lavorati con il midollino sbucciato e canne tagliate. "Glie manicute" serviva per raccogliere la frutta sull'albero, per portare le uova al mercato, ecc.: ci si trasportava facilmente tutto perché era piccolo e maneggevole ed aveva una "buona presa".

Le "rate" erano lavorate con "glie vinghie" non sbucciati: avevano forma ovoidale e bordi molto bassi; servivano per essiccare la frutta (fichi e prugne) o si mettevano al forno con i pomodori per farli essiccare e poi farne la conserva. "Glie canistre pe' la culata" serviva esclusivamente per fare il bucato con la cenere, per i panni bianchi; era un grosso cesto, alto circa mt. 1,20 e con il diametro di 90/100 cm. Prima si lavava il bucato, in fontana, con il sapone fatto in casa e poi lo si disponeva dentro questo canestro. Si faceva bollire, in una caldaia, l'acqua, ci si versava la cenere, si girava bene e si lasciava bollire il tutto ancora per 10 minuti, infine l'acqua bollente si versava sui panni e si lasciava "colare" per circa un giorno. Il giorno dopo si tornava in fontana, si sciacquavano i panni, si disponevano sulla "scifa" e si portavano ad asciugare nell'orto di casa al sole; il bucato così fatto risultava bianchissimo e profumato.



Lavorazione de: "glie canistre"

LA CAMERACANNA

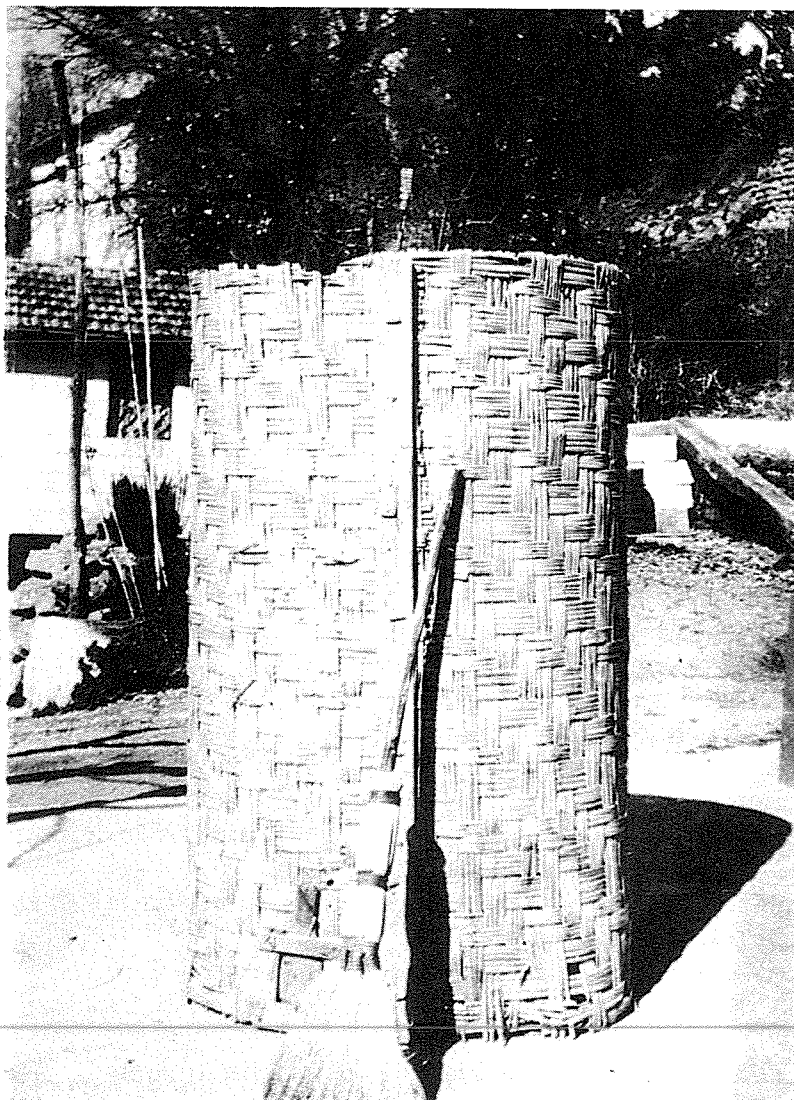
Anticamente non vi erano dei veri e propri "silos" per conservare i cereali, soprattutto grano e mais, ma in ogni casa, nel granaio, si potevano osservare tre o più "cameracanne" che servivano a contenere e conservare il raccolto di un anno.

Le "cameracanne" avevano una forma cilindrica, presentavano una piccola apertura con uno sportellino alla base, la quale permetteva di prelevare una parte dei cereali senza fatica. Il loro nome deriva dal materiale di costruzione: le canne. Le canne venivano tagliate in quattro parti in senso verticale e poi venivano intrecciate con un'armatura a saia o a spina, caratterizzata da linee diagonali, che salivano da sinistra a destra, oppure da destra a sinistra. Orizzontalmente la trama era formata da sei pezzi di canna, mentre l'ordito era formato da quattro pezzi di canna.

Le dimensioni erano solitamente di due metri di diametro per due e mezzo di altezza; quindi la stuoia era di solito di cinque metri quadrati.

I lembi della stuoia venivano uniti con due stecche di legno, una interna ed una esterna, inchiodate insieme, che la tenevano ben salda e sostenevano il cilindro.

Con il legno veniva costruita anche la apertura alla base del cilindro, la quale consentiva di prelevare i cereali senza aver bisogno della scala per arrivare alla sommità.



La "Cameracanna"

LA LAVORAZIONE DELLE FIBRE TESSILI NATURALI NEL TERRITORIO DI ARNARA

Anticamente vi era in Arnara un' apprezzabile produzione di lino che serviva solo alle necessità della famiglia e non come oggetto di scambio.

Il lino si seminava, come il grano, nel mese di novembre e veniva raccolto nel mese di giugno. Appena maturo, le piante venivano estirpate con le mani e si formavano dei piccoli mazzetti o covoni. Dopo aver liberato la pianta della parte superiore, contenente i semi, i fusti venivano fatti macerare nella "parata" per dieci, quindici giorni.

La "parata" veniva creata deviando il letto del fosso con dei sassi in modo che si formasse un piccolo stagno dove venivano posti i "covoni". Gli stessi coperti con acqua e tenuti fermi con pietre, erano lasciati macerare fino ad assumere un colore scuro.

A questo punto si toglievano dall'acqua e, con l'aiuto dell'asino, si portavano sulle aie delle case, dove si stendevano al sole e si lasciavano asciugare.

Una volta asciutti, si battevano i "covoni" con un legno chiamato "macinera", dopo di che si passavano alla "ramella" o "ramola" e si cominciava a separare il lino dalla stoppa.

La seconda cernita si otteneva con un attrezzo chiamato "rasere" o "rasettone", che serviva a separare il lino dalla stoppa o meglio da fibre meno fini e più legnose, chiamate "capirchie". Con questo filo si faceva un tessuto molto grezzo, chiamato "tela de copirchie" che serviva a confezionare "parannanze", "mantile" per il pane che lievitava e tovaglie da cucina e manicotti da lavoro per i contadini. Veniva usato soprattutto, però, per fare le "gruoglie", che erano necessarie per sorreggere sulla testa le "conche", "l'arciola" o le "scife".

Il lino separato dal "capirchio" era molto scuro e bisognava sbiancarlo per mezzo di ripetuti bucati con la cenere. Una volta sbiancato, veniva lavorato con il telaio; con il tessuto ottenuto si formava "glie ruotele" da cui si tagliava la pezza occorrente per cucire lenzuola, coperte, tovaglie e tappeti.

Allo stesso modo veniva lavorata la *canapa*; il tessuto era meno pregiato e serviva esclusivamente per confezionare calzoni da lavoro o grembiuli, sacchi per la farina e corredo da cucina.

LA LAVORAZIONE DELLA LANA

Le pecore fanno parte essenziale della fauna e del paesaggio laziale. Ad Arnara vi erano, e vi sono ancora, apprezzabili greggi.

Un tempo veniva prodotta lana che serviva sia per tessere che per imbottire cuscini, coperte e materassi, per le case più agiate.

I contadini portavano, nel mese di Maggio, le pecore al fiume e le lavavano, ossia facevano loro saltare il fosso; dopo venivano tosate e si raccoglievano i fiocchi di lana.

Per lavorare i fiocchi e trasformarli in filato, le donne usavano un arnese di legno chiamato "la rocca", è simile alla frusta per battere i dolci.

La lana veniva presa dalla rocca poca per volta, agganciata ad un piccolo uncino di ferro montato sopra un bastone lungo circa trenta centimetri; alla base di esso c'era una piccola ruota di legno a forma ellissoidale. Questo arnese era il "fuso", che aveva la funzione di formare il filo, mentre era fatto girare con un movimento del pollice e dell'indice.

Contemporaneamente questo filo si avvolgeva intorno al bastoncino di legno e, al di sopra della piccola ruota si formava il gomitollo.

La rocca era in tutte le famiglie, anche in quelle più povere, dove spesso era l'unica fonte di guadagno per la famiglia, infatti molte donne filavano "per i signori" ricevendone un compenso.

Fino a qualche anno fa, molte donne anziane erano solite ripetere: "...se la donna nè fila e nè tesse, la muneta chi ce la dà?..."

EDILIZIA RURALE NEL TERRITORIO
Da un'unità didattica svolta nella classe II A
della Scuola Media Arnara - a.s. 1986/87

Nel nostro territorio non esiste un patrimonio edilizio-rurale e l'abbandono delle campagne da parte dei nostri paesani, ha determinato un degrado di quelle abitazioni rurali ancora presenti.

Queste costruzioni, spesso di scarso valore architettonico, rappresentano l'unica vera testimonianza della reale identità della nostra popolazione agricola.

Ad Arnara le case sono distanti le une dalle altre e questo è dovuto sia alla frammentazione della proprietà fondiaria, sia alla carenza di spirito associativo della nostra popolazione agricola.

Le abitazioni presentano le espressioni e le tipologie di semplici elementi architettonici, sono costruzioni che risalgono per lo più al 1600. Esse, realizzate in muratura (mattoni di argilla, malta e paglia) evidenziano una parte più antica, che spesso viene modificata per esigenze di famiglia e di vita. È molto difficile quindi stabilire la data esatta di costruzione originaria. Le trasformazioni più comuni riguardano gli ampliamenti degli spazi abitativi, la creazione di scale esterne ed interne, ballatoi, ingrandimento di porte e finestre, ecc....

In tutte le costruzioni, però, resta la tipologia della casa rurale-ciociara: pian terreno adibito a stalla, a dispensa, a cantina, gli altri piani invece a locali per uso della famiglia: cucina, pranzo, letto, ecc...

In Arnara, come in tutta la Ciociaria, si riscontrano diversi tipi di costruzioni: le case contadine, le case a villa o a palazzo ed il casale-castello.

Nel primo caso, nella casa contadina, si nota spesso un "astrechiglie", ossia un ballatoio al termine di una scala esterna, adibito ad atrio del piano superiore. Esso fungeva da ripostiglio per gli attrezzi agricoli e per la legna. Nella parte sottostante queste case sono a pianta rettangolare, a due piani ed in muratura. Normalmente sono presenti tre locali al piano terreno e due stanze da letto più una cucina al piano superiore. Il piano di sotto era isolato dal primo piano con travi di legno e solai in canna legate una vicino all'altra (cannucciate).

Le case a villa o a palazzo sono databili intorno al 1700/1800. Il tipo a "Palazzo è un edificio singolo, massiccio ed è la residenza del "contadino-padrone": restano ben conservati ad Arnara il palazzo Salvatori ed il palazzo Calamita. I solai sono in legno ed i muri in pietra ed in malta. Queste costruzioni presentano un arco principale di entrata padronale. Sono da notare le finiture degli archi e delle finestre che rivelano l'agiatezza non accessibile al popolino. Gli architravi delle finestre in tufo o pietra scalpellata, i piccoli fregi sulle arcate e le testine di terracotta che sovrastavano gli archi (delle quali oggi restano solo le forme perchè esse ex-voto di epoca romana, come la porta di Palazzo Tamburini, sono state presumibilmente trafugate o rotte all'inizio del secolo) rappresentano un tentativo di abbellire la facciata scura e severa dell'edificio.

L'ultima guerra ed in particolare il bombardamento del 22 gennaio 1944, ore 14,30, ha distrutto gran parte del patrimonio architettonico di Arnara: le bombe cadute copiose su piazza San Nicola e piazza Castello e via Archivio, hanno distrutto in parte il centro storico; ora restano diversi ruderi, copiosamente ricoperti di erbacce, mentre sono sorte imponenti nuove costruzioni sulle fondamenta di vecchi palazzi, quasi a dispetto dello scempio compiuto dalle bombe.

Esempi di "casale-castello" ve ne sono diversi, si trovano soprattutto nell'immediata periferia; anche qui la pianta è sempre rettangolare: nel piano-terra si trovano la cantina, la stalla e la dispensa, nel primo piano le stanze per la famiglia e nell'ultimo piano le stanze per la servitù ed il granaio.

RELAZIONE

(Indagine sugli impianti domestici esistenti in 20 case campione)

Con l'insegnante di Educazione Tecnica abbiamo studiato un argomento e che ha coinvolto sia tutti noi che le nostre famiglie.

La ricerca riguarda "LA CASA" la storia dell'abitazione o i materiali da costruzione, e l'indagine sugli impianti domestici esistenti.

Sin dai tempi più remoti l'uomo ha sentito come indispensabile l'esigenza di un luogo d'incontro e di rifugio che potesse difenderlo dalla natura avversa e dagli animali selvaggi.

Con il passare dei secoli, però, l'uomo si è saputo organizzare per rendere più comoda la sua casa e quindi ora le abitazioni sono molto sicure ed, oltre ad essere funzionali, sono anche caratterizzate da vari elementi decorativi. Oggi, quindi, i due elementi più importanti che caratterizzano meglio la casa, sono: la funzionalità e l'estetica.

A questo proposito abbiamo ritenuto opportuno organizzare un'inchiesta (allegato A) contenente i punti di seguito elencati: 1) Nelle nostre case è presente l'impianto idrico? 2) È presente il riscaldamento? 3) È presente l'impianto elettrico? 4) È presente l'impianto per lo smaltimento dei rifiuti liquidi?

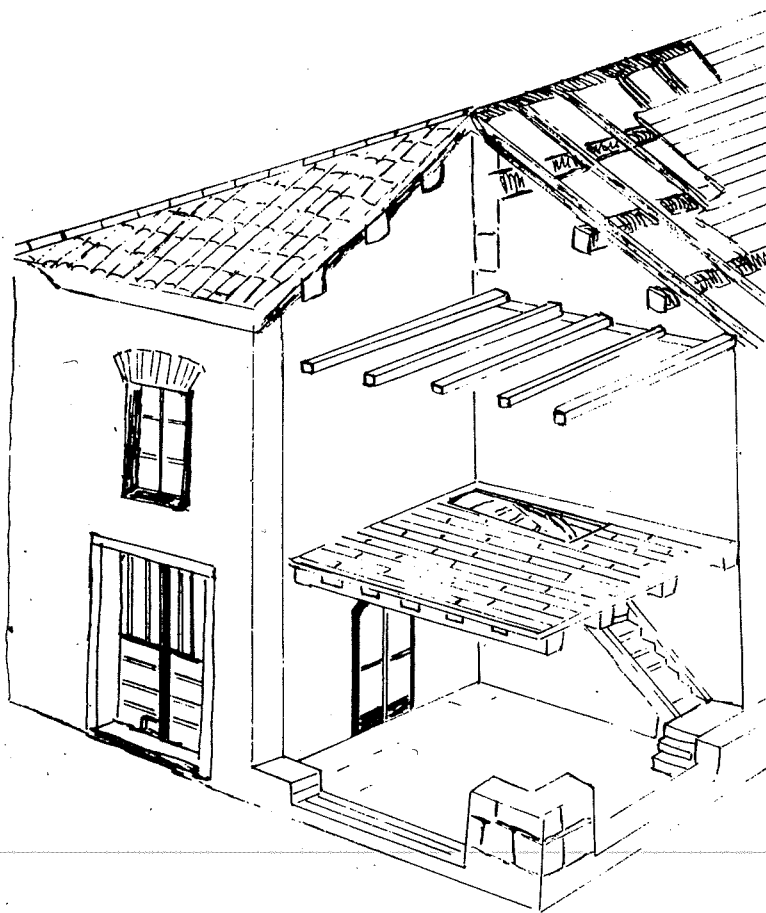
Ad ogni alunno componente della classe è stato consegnato un foglio per effettuare un sondaggio sulla superficie abitativa pro-capite e vedere quante persone mediamente vivono nella stessa casa.

Attraverso le risposte raccolte, abbiamo ricavato molti dati importanti, quali:

- a) In media i componenti della famiglia abitanti nella stessa casa sono 5/6 persone;
- b) Tutti hanno la comodità dell'acqua corrente in casa, cioè l'impianto idrico.
- c) Tutte le case sono fornite di impianto elettrico.
- d) Solo il 42% delle famiglie ha l'impianto di riscaldamento centralizzato.
- e) Infine, 6 alunni su 10 hanno case dotate di più di un servizio.

Dai risultati dell'indagine è emerso che la maggior parte del reddito familiare viene investito negli immobili e che il 95% della popolazione possiede una casa di proprietà e la abita.

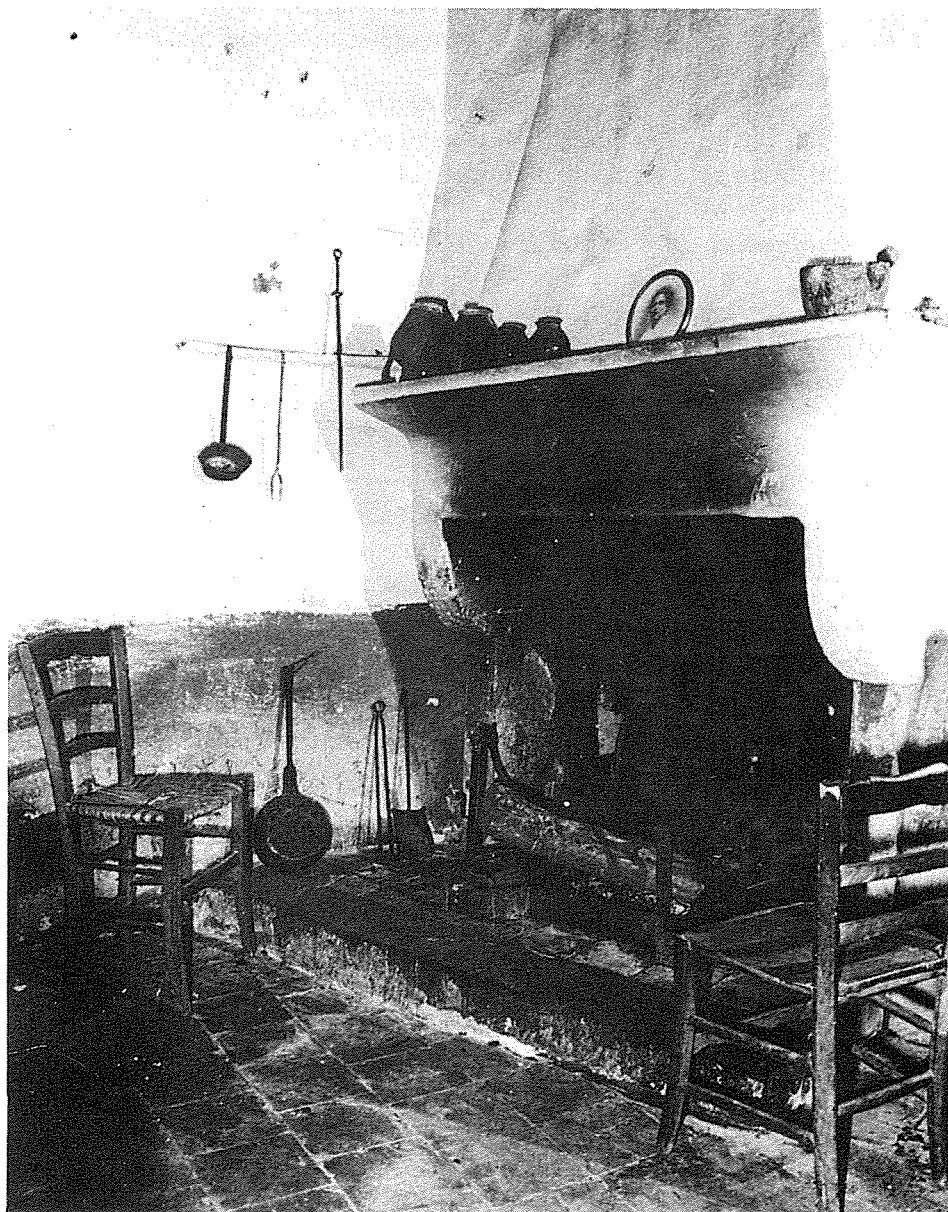
Giampiero Silvestri.
Anno 1987 classe II A



Disegno - Esempio di casa rurale: tecnica costruttiva

ARNARA A TAVOLA

(Le ricette sono state raccolte dagli alunni nell'a.s. 1985/86)



PREMESSA

La cucina casareccia arnese è molto genuina e semplice e utilizza tutto ciò che è prodotto localmente, soprattutto in casa.

Non si può parlare di gastronomia, ma solo di cucina che manipola gli alimenti genuini, tipici della produzione agricola della campagna.

Nel tempo, ha saputo offrire una varietà di gusti e prelibatezze, che racchiudono la bontà ed il sapore dei prodotti della natura esistenti sul territorio. Le ricette sono per lo più locali, anche se in alcune, da zone a zone, compaiono delle piccole varianti. Non sono ricette costose, ma accettabili a tutti i livelli ed incontrano i favori dei buongustai moderni che tornano sempre più ad apprezzare, o meglio a riesumare, le vecchie fritelle, paste e fagioli, sagne, ecc...

IL NOSTRO VINO

Arnara è una zona ricca di vitigni per la produzione di vino, sia rosso che bianco. Il contadino arnese non lo commercializza come "vino tipico", ma lo vende sfuso ed il prodotto si trova in molte trattorie ciociare o sorane o romane, con il nome comune di "vino della casa".

Tutto ciò comunque è legato ad una vecchia tradizione del popolo arnese: quella di produrre vino per poi venderlo ai grossisti od alle cantine sociali, che ora sono presenti nei paesi limitrofi.

La buona posizione geografica di Arnara fa sì che l'esposizione, la ventilazione e l'umidità presente sulle sue colline offrano dei vini da tavola con sfumature di profumi e sapori caratteristici dei buoni vini ciociari. Sono vini semplici e genuini che nulla hanno da invidiare agli altri prodotti dei paesi vicini.

I vigneti sono numerosi in questa zona; i vitigni più coltivati sono quelli del Sangiovese, Trebbiano, Malvasia, Maturano, Pampanaro e Moscato.

Oggi parecchi viticoltori stanno sostituendo i vecchi vitigni con nuovi vigneti, quindi i sapori antichi del buon vino di Arnara si stanno perdendo, come si è persa la tradizione della Vendemmia...

Dico tradizione perchè fino ad una trentina di anni fa c'erano le donne che sotto le viti raccoglievano i chicchi d'uva, che gli uomini, cogliendo i grappoli, lasciavano cadere...

Le donne di casa portavano, di buon mattino, alle ore sette la "colazione a glie....vugliennature" a base di peperoni fritti, baccalà fritto e pane rosso e bianco, il tutto dentro un canestro, in grosse "piattozze" (piatti), ognuno con la propria forchetta prendeva nel piatto il cibo. Il pranzo veniva servito nello stesso modo. Per la cena si tornava in paese e dopo aver sistemato "l'uva" nel tino e gli asini nelle stalle, ci si sedeva a tavola e...la giornata era finita.

BRUSCHETTA

Proveniente dall'Asia Minore ed arrivata in Italia, o meglio nel Lazio, nell'VIII secolo a. C. attraverso le correnti migratorie fenice, all'epoca di Numa Pompilio, o, secondo Plinio, sotto il regno di Tarquinio Prisco, il nome Bruschetta ci fa pensare, secondo alcuni scrittori, al "clustrum" o "clustulum", cioè a focacce ben oleate che venivano offerte al popolo romano in occasione di solennità civili o religiose.

Essendo stata, anticamente, Arnara una cava romana, dobbiamo pensare che la bruschetta forse sia stata importata dalla Roma imperiale in Ciociaria. (La Provincia di Frosinone è al secondo posto tra le zone del Lazio produttrice di olio: 72 mila quintali annui;).

Occorrente: 6 fette di pane casareccio, uno spicchio di aglio, olio, sale, e peperoncino.

Arrustate le pane a la brace, struffinatece gl'aglie, panugnetele cu l'uoglie, le sale i glie peperuncine.

(Fate abbrustolire il pane sulla brace, senza farlo bruciare; quindi strofinare le fette di pane con l'aglio e condire con olio, peperoncino e sale. Si mangia ben calda.)

PRIMI PIATTI

1 — MINISTRA DE PANE (Ministra di pane)

Bieta; acqua; faciure n'umide; cicoria; 'nsalata; cipolla; sellere. Pane bianche o rusce; uoglie i peperuncine.

Se mittene tutte le verdure a coce 'nsieme; quande so cotte, se mittene tutte dentre 'na pignata 'ndo prima ce s'era tagliate le pane. Se fa repusà pe 'na mez'ora i doppe s'amministra.

Occorrente: bieta, acqua, fagioli, pomodoro, cicoria, insalata, cipolla e sedano; pane bianco o rosso.

Si mettono a cuocere tutte le verdure insieme. A parte si soffrigge la cipolla ed il peperoncino in abbondante olio casereccio. Questo soffritto si unisce alle verdure. Intanto in una insalatiera si dispone il pane tagliato a fettine sottili, si versa poi sul pane la minestra di verdure, si lascia riposare per 30 minuti e poi si porta in tavola

2 — MINESTRA DE PANE (Minestra di pane, fagioli e broccoletti)

Prima se cuocene glie faciure i se cuocene a parte glie bruculette. Mitte le pane dentre 'na spasa. 'ntante 'ncima glie fuoche fai repassà glie faciure cu glie bruculette. Quande te parene 'nsapurite bene glie jette 'ncima le pane. Occorrente: broccoletti, fagioli, poco sugo, e peperoncino. Pane tagliato a fettine sottili. Prima si cuociono i fagioli e si fanno insaporire nel sugo; a parte si lessano i broccoletti che poi, appena cotti, vengono uniti ai fagioli. Dopo di che si versa il tutto sulle fettine di pane poste in precedenza in una terrina bassa e larga.

3 — LE FITTUCCINE (Le fettuccine)

Le fettuccine s'impastane cu l'ova e la farina. Se lavora tant, doppe se fa 'na sfoglia c' glie sole sdelanature i quand s'è assutta l'arruotele i la taglie a fettuccine strett o larg. Occorrente: 5 uova, 1/2 Kg di farina. Si impastano le uova con la farina. Si lavorano per bene e quando la pasta risulta ben omogenea, con il mattarello si tira una sfoglia. Si lascia asciugare e poi si tagliano le fettuccine nel formato desiderato.

4 — GLIE MACCARUNE (I maccheroni)

Se fanne comm le fettuccine sole ca vierne tagliate a capelline, fine fine. Si usa lo stesso procedimento delle fettuccine, ma la sfoglia viene tagliata sottilissima a mo' di capellini

5 — SUGHE PE' LE FITTUCCINE (Sugo per le fettuccine)

Se fa soffrigge la cipolla cu n' cone de battute, ce mitte tant sellere e fai coce cu glie pumpdore piane, piane, 'ncima a glie carbone. Occorrente: lardo o pancetta, cipolla, sedano, pomodoro, olio e sale. Si fa un soffritto di cipolla e grasso di maiale, si unisce al soffritto il sedano ed un po' di peperoncino, poi si mette la salsa di pomodoro e si fa cuocere a fuoco lento, possibilmente su della brace.

6 — SAGNE E FACIUORE (Sagne e fagioli)

Farina, acqua, faciure, sale, sughe i coteca de puorche. Se 'mpasta la farina c' l'acqua, s'ammassa ben. Doppe, appena pronta se stenne c' glie sdelanature i doppe se taglia a la maniera de le sagne, i se cuocene a la cuttrella. Quand revierne n' cima ce se mette glie sughe, la coteca cu glie faciur i le cace. Occorrente: farina, acqua, fagioli, sale, cotiche di maiale.

Si impasta la farina con l'acqua, lavorandola bene. Dopo si stende con il mattarello e si taglia a lasagne strette e lunghe. Si lessano in abbondante acqua salata. Appena cotte, si scolano e si condiscono con il sugo, le cotiche ed i fagioli. A piacere si può condire con parmigiano e pecorino.

7 — GLIE GNOCHE (Gli gnocchi)

Petata, farina i sale fin; sughe de puorche i cace.

Se fanne ugli le patate, se pelane i se squagliane. Quand sò fredd s'ammassene c' la farina. S'ammassene fin a che sò fin, doppe se taglia a tucchette, s'incavene che glie dite. Quand l'acqua uoglie se cuocene.

Doppe ce se mett glie sughe de puorche i le cace pecurine.

Occorrente: patate, farina, sale, sugo di maiale, formaggio di tipo pecorino.

Si lessano le patate, si sbucciano e si passano nello schiacciapatate. Quando sono fredde si impastano con la farina. Si taglia l'impasto e si formano dei rotolini che vengono poi tagliati a tocchetti ed incavati con le dita. Si lessano in acqua bollente e si condiscono con il sugo di maiale ed il pecorino.

8 — LA PULENTA (La polenta)

Se toglie la farina roscia i se mette dentre 'na cazzarola cu l'acqua tiepida i le sale. Si jetta la farina puoche pe vota i se gira sempre fin che se vede densa.

Se fa coce pe n'ora girenne sempre cu glie sdelanature. Se fa freddà 'n cone, se cundisce cu glie sughe de puorche, ce se mette le cace i se magna n'cima a la spianatora.

Occorrente: Si prende della buona farina di mais; si prepara una pentola ben fonda e vi si mette dell'acqua tiepida salata. Piano piano si fa scendere la farina finché si addensa il composto. Si fa quindi bollire per un'ora rimestando sempre affinché non attacchi. Appena pronta si lascia riposare un po', quindi si mette sulla spianatoia, si condisce con il sugo ed il formaggio ed i familiari mangiano tutti insieme...nello stesso piatto!!!

9 — PASTA E BRUCHELE (Pasta e broccoli)

Se fanne calà glie bruochele cu gl'aglie, peperuncine i l'uoglie. Se cuocene glie cannulicchie i se cundiscune cu glie bruochele. Ce se può mette ne cone de sughe.

Occorrente: broccoli, aglio, olio, peperoncino, sale e ditalini.

Si fanno soffriggere i broccoli nell'olio con dell'aglio e peperoncino.

Si lessano a parte dei ditalini di media grandezza e si condiscono con il soffritto di broccoli. Volendo, si può aggiungere del sugo.

10 — PAN CUOTTE (Pane cotto)

Se mette na padella 'ncima glie fueche i dentre se ce mette l'acqua, glie pumpedore, le sale, l'uoglie i le pane. Se fa uoglie i doppe che sà ritirata l'acqua è pronte.

Occorrente: pane, pomodoro, sale, olio, acqua.

Si mette una padella sul fuoco e dentro ci si mette l'acqua, i pomodori, il sale, l'olio ed il pane e si fa bollire. Dopo che l'acqua si è ritirata, è pronto da mangiare.

11 — MACCARUNE CIUCIARE (Maccaroni ciociari)

Se fa glie sughe cu le battute (larde i cipolla); se fa sfrigge i ce se mette gli pumpdore i le sale. Se fa uogli pe' tre, quattre ore. Quande è dolce, è pronte; allore s'allessa la pasta i se cundisce cu ste sughe i tante pecurine.

Occorrente: 200 gr di lardo, 2 cipolle, pomodoro, bucatini e pecorino.

Si prepara un sugo: con del lardo e della cipolla ben tritata si fa soffritto, dopo si unisce la salsa di pomodoro e si fa bollire piano piano per tre o quattro ore. Quando il sugo è ben consumato e risulta dolce, si lessa la pasta (del tipo bucatini), si condisce con il sugo ed abbondante pecorino).

12 — STRACCIATELLA

Dentre 'na spassetta mettetece l'ova, le parmigiane, la farina, le sale, l'erbetta, la noce moscata i la farina.

Sbattete bene l'ova i quande glie brode è calle, mettetece dentre tutte i ficiate bulli ne 'cone. Non è nè un primo piatto nè una pietanza vera e propria; si usa servirla nei pranzi di nozze e si inserisce nella nostra cucina fra l'antipasto e "glie maccarune".

I pranzi importanti, senza la stracciatella, non si facevano.

Occorrente: 4 uova, due cucchiari di farina, un cucchiaino di prezzemolo, noce moscata, parmigiano grattugiato (3 cucchiari), sale, facoltativa qualche goccia di limone.

Battete le uova in una terrina con gli altri ingredienti e unite il tutto al brodo caldo. Fate bollire per cinque minuti.

SECONDI PIATTI E CONTORNI

1 — LE PIZZE FRITTE

Se toglie ne puoche de farina, s'ammassa che ne puoche de sale i d'acqua.

Quande s'è ammassata la pasta se taglia e cu gli sdelanatura se stenne tonna, grossa come 'na pagnuttella de pane. Se mette dentre 'na padella chiena d'uoglie che sta 'ncima glie fueche i se fanne frigge. Se magnene cu la cicoria repassata.

Occorrente: 1/2 kg. di farina, 2 bicchieri d'acqua, sale e olio per friggere.

(Si prende un po' di farina, s'impasta con un po' di sale ed acqua. Quando l'impasto risulta ben lavorato, si stende con lo stenderello a forma circolare del diametro di circa 30 cm. Si friggono quindi in una padella con tanto olio e si mangiano con la cicoria saltata in padella).

2 — LE CREPELLE

S'ammassa l'acqua i la farina i glie lievete. Se fa recresce i quande ha recresciuta ce mitte l'uva i la faj recresce 'n'atre cone.

Doppe la tuoglie che glie cucchiare i le frigge a l'uoglie bullente. Ce può mette le zucchere 'ncima.

Occorrente: farina, uva sultanina, sale, lievito, acqua.

(Si prepara il livito con un po' di farina, acqua e sale. Quando è ben cresciuto, si aggiunge dell'altra farina con l'acqua occorrente per ammassare e per ultimo l'uva sultanina.

Si fa ricrescere di nuovo, poi si prende la pasta con il cucchiaino e si versa nell'olio bollente. Volendo, si possono spolverizzare di zucchero).

3 — LA BARZOFFIA

Se tagliane quattre petata, quattre puparuole 'n puoche de pumpdore i se mette a coce che l'uoglie i le sale.

Occorrente: 4 patate, 4 peperoni, 3 o 4 pomodori, sale ed olio.

(Si tagliano quattro patate, quattro peperoni, un po' di pomodoro fresco e si fa cuocere il tutto unendo un po' di sale e di olio).

— LE PETATA A LA VRONZA (Patate sotto cenere)

Se mittene le petata sotto la cegnera, ce se manna glie fuoche 'ncima i se cuocene. Quande sò cotte se sbuccene i se magnene che 'n cone de sale.

Occorrente: patate e sale.

(Si mettono le patate sotto la cenere, si ricopre il tutto con cenere abbondante e delle brace. Quando sono cotte, si puliscono, si pelano e si mangiano con un po' di sale).

5 — ZUPPA DI CIPOLLA I BACCALA' (Zuppa di cipolla e baccalà)

Tante cipolle, baccalà, conserva, uoglie i sale.

Se tagliene fine le cipolle, se fanne frigge a l'uoglie i doppe se mette glie baccalà, la cunserva, le sale se serve i se fa coce.

Occorrente: tante cipolle, 1 kg. baccalà già ammollato, polpa di pomodoro ed olio.

(Si tagliano finemente le cipolle e si fanno soffriggere nell'olio. Si aggiunge il baccalà e la polpa di pomodoro. Si fa cuocere a fuoco lento).

6 — PANE RUSCE (Pane rosso)

S'ammassa la farina roscia che l'acqua i la fai coce 'n cone; quande la pasta s'ha fredda da ce mitte glie lievite, l'ammasse i la fai recresce dentre 'na spasa. Pe cocela ce mitte sotto la pagnutella le frunne de bruocle.

(Impasti la farina rossa (mais) con l'acqua e si cuoce un po'; poi si fa freddare, s'unisce il lievito ed il sale, l'impasti bene in un recipiente di coccio. Quando è cresciuto l'impasto, si fanno delle pagnottelle e s'adagiano su foglie di cavolfiore).

7 — GLIE CARCIOFE FRITTE DURATE (Carciofi fritti dorati)

Taglie glie carciofe a fettine, ce fai caccià l'acqua 'mara che le sale. Quande s'ave sculate glie passe a la farina, gli affunne all'ova sbattute i glie cuoce a l'uoglie bollente.

Occorrente: 5 carciofi, 2 uova, farina, sale ed olio per frittura

(Tagliate i carciofi a fettine, salarli e lasciarli sgocciolare affinché venga fuori l'acqua amara. Quando sono scolati si infarinano, si passano nell'uovo sbattuto e si friggono in olio bollente).

8 — LA CUCOCCIA (La zucca)

Quande la cucoccia è tosta la taglie fina fina, a fittuccine i ce mitte sale i uoglie i la cuoce a la padella.

Occorrente: 1 kg. di zucca, sale ed olio per la cottura (circa 1/2 bicchiere).

(Prendere una zucca gialla, tagliarla fina fina, tipo fettuccine. Aggiungere il sale e l'olio e farla cuocere in padella.

9 — GLIE BACCALA' A LA BRACE (Baccalà alla griglia)

Mitte glie baccalà a molle pe due giornè , doppe gli fai sculà i gli mitte che tutta la pelle 'ncima a la brace.

Occorrente: 1 kg. di baccalà ammollato, aglio, prezzemolo, peperoncino ed olio.

Quande è cuotte ce lieve la pelle, ce mitte aglie, uoglie, peperoncine i erbetta: è pronte pe magnà.

(Si fa ammollare il baccalà per due giorni in acqua fredda, dopo di che, si scola e si mette sulla brace con tutta la pelle. Quando è cotto si monda bene e si condisce con olio, prezzemolo, aglio, e peperoncino).

10 — LE CIME (I cavolfiori)

Allisse le cime a l'acqua bullente cu le sale.

Quande so' cotte, se repassene a la padella cu l'uoglie, 'n puoche de pifarella i so' pronte.

Occorrente: 2 cavolfiori, 1/4 d'olio, aglio, peperoncino e sale.

(Si lessano i cavolfiori in acqua bollente salata.

Quando sono cotti si scolano e si fanno saltare in una padella con olio, aglio e peperoncino).

11 — GLIE ZAPPITTE (Agnello in umido)

Se taglia a pezzettine glie zappitte i se fa suffrigge cu la cipolla, glie sellere i l'agle. Quande s'ha rusulite ce se mette ne bieglie bicchiere de vine i se fa ritirà.

Doppe de che ce se mette glie pumpedore i glie basiliche i ne puoche de peperuncine i se fa bullì piane, piane, fine a che n'è cuotte.

Occorrente: (per 6 persone) 2 kg. di agnello, 1/2 di pomodori, 1 bicchiere di vino, 1/2 bicchiere d'olio, sale, peperoncino e basilico.

(Questo piatto, tipicamente arnese, si usa soprattutto nelle cene delle fiere paesane; è carne di agnello tenero o di capretto un po' adulto.

Si fanno, con la carne, dei bocconcini tipo spezzatino e si fanno soffriggere con gli odori (cipolla, sedano, aglio) e quando sono coloriti, si spruzzano con un bel bicchiere di vino. Appena evaporato il vino, si copre con il pomodoro e si finisce di condire con sale, peperoncino e basilico. Si lascia cuocere lentamente e si serve molto caldo).

12 — LA PECURA (La pecora)

S'allessa la pecura a l'acqua bullente, se scola i se repassa che glie peperuncine i glie pumpedore. E ne ve scurdate glie sellare i mieze bicchiere de vine bianche!

Occorrente: 3 kg. di pecora, odori, vino bianco 1/2 bicchiere, sale, peperoncino, 1 kg. di pomodori.

(La pecora è un piatto tipicamente ciociaro: è un piatto delle fiere dei contadini, di chi festeggia un lieto evento o di una allegra comitiva paesana. La pecora deve essere lessata in acqua bollente, l'acqua si cambia per ben due volte, ma deve essere sempre ben calda, altrimenti la pecora diventa dura. Appena lessata, si ripassa in un sugo di pomodoro, ricco di sedano, aglio, cipolla e peperoncino. Per togliere l'odore di selvatico alla pecora, unite al sugo mezzo bicchiere di vino e fate cuocere lentamente).

13 — A PECURA A LA BRACE (La pecora alla griglia)

La sera prima cundite la pecora che uoglie, vine, rosmarine, aglie, pifarella i sale. La matina giratela bene i mettetela a coce a la brace. Se tea magnà calla sennò è tosta! Occorrente: 2 kg. di pecora, odori, vino bianco e sale. (Si fa insaporire la sera prima con olio, sale, aglio, rosmarino, peperoncino e vino bianco. La si lascia così tutta la notte e il giorno dopo si gira bene e si cuoce sulla griglia. Si deve mangiare ben calda, altrimenti si indurisce).

14 — LA COPPA (La coppa)

Se toglie la ciocca de puorche i se pulisce, se mette a l'acqua fresca a spurgà. Doppo se mette dentre a la cuttrella i se fa voglie. La carne appena cotta se taglia a pezzettine i se cundisce cu le sale, pepe, i peperuncine, i buccia de pertecaglie. Doppe la carne se ficca dentre ne sacchette de tela i se fa bulli n'atra vota. Se mette sotto pressa p'ne giornie, doppe se mette a sculà appiccata. Occorrente: testa di maiale con le orecchie, lingua ed ossa senza grasso, pepe, sale, peperoncino, buccia d'arancia, tutto secondo i gusti. (Preparazione: far bollire la testa completa, divisa in tre parti. Fatta raffreddare, si disossa e la carne si fa ribollire nell'acqua rimasta nella pentola finché la carne non scuoce. Togliere un po' d'acqua lasciandone una certa quantità nella pentola. Macinare bene la carne, anche con le mani, poi condirla con sale, pepe, peperoncino, buccia di arancia. Mettere la carne ben condita in un sacchetto di cotone. Far ribollire l'acqua della cottura e mettere dentro il sacchetto con la carne e comprimere bene per fargli prendere una forma. Lasciare la carne nel sacchetto che viene appeso per far scolare l'acqua. Il giorno dopo la carne si toglie dal sacchetto ed ecco pronta "la Coppa").

15 — IL SANGUINACCIO

Appena accise glie purche, se toglie le sangue i se mette dentre 'n zicchie, girenne sempre. Ce se mette la cannella, le sale, le pepe, glie biscotte o le pane, glie cacao, l'uva passa i le zucchere. Se mette tutte 'ncima le fuochie i se fa scallà. Se po' remette a bulli dentre le utella o dentre glie barattele. Appena pronte te glie può magna! Occorrente: sangue di maiale, cannella, sale, noce moscata, uva passa, pepe, zucchero e cacao. (Raccogliere il sangue del maiale appena ucciso e metterlo in un recipiente, mescolandolo per non farlo addensare. Quando si è intiepidito, si aggiunge la cannella, un po' di sale, il pepe, la noce moscata, il pane, il cacao, l'uva sultanina e lo zucchero; si fa riscaldare mescolando bene. Si prendono le budella del maiale, quelle grandi perchè quelle piccole vengono usate per le salsicce. Si lavano bene con la farina rossa e l'aceto, si girano nel verso contrario e si risciacquano bene. Poi si riempiono le budella con l'impasto, legandole ad una certa distanza. Mettere tutto in una grande pentola e far bollire a fuoco lento per evitare di farle rompere perchè sono molto delicate. Tirare fuori con la "schiumarola", quando sono cotte e posarle dentro la "scifa" lasciando spazio tra l'uno e l'altro salsicciotto. Si può mangiare anche subito. Con l'acqua della bollitura si può cuocere dell'ottima polenta: "la polenta nera").

16 — CIPOLLE A GLIE FURNE (cipolle al forno)

Cipolle, olio, sale, pepe, pane grattato, pomodoro.

Capate le cipolle, lavatele, tagliatele a metà i lasciatele 'ne puoche dentre l'acqua fresca.

Assugatele, mettetece l'uoglie, le sale i le pepe, le pane grattate cu glie pumpedore a piezze e mettateglie a coce a glie furne 'ndo è state cacciate le pane.

Occorrente: cipolle, sale, pepe, olio, pane gratugiato e pomodoro.

(Sbucciate le cipolle, lavatele, dividetele a metà in senso orizzontale e tenetele un po' nell'acqua fredda. Sgocciolatele, asciugatele bene e conditele con olio, pepe, sale, pane grattugiato e pomodori a pezzi. Ponetele in forno per circa un'ora a calore moderato).

17 — FAVE COTTE (Fave al guanciale)

La fava è un simbolo della cucina arnese; la coltivazione delle fave è antichissima, come è antica la ricetta della "minestra con le fave", ciò è dovuto al fatto che nella zona, le fave hanno sempre trovato e trovano tutt'ora il loro "humus" ideale. Dentre la pila mettetece l'uoglie, la cipolla tagliata i glie guanciale. Quande ha refritte, mittece le fave, le sale i le pepe. Falle 'nsaporì e doppe, ogni tante, allonga l'acqua calla fine a che nen se cuocene.

Occorrente: 800 gr di fave fresche sgranate, una cipolla fresca, guanciale tagliato a pezzetti, 1/2 bicchiere di olio, sale e pepe.

(In un tegame con l'olio, fate imbiondire la cipolla ed il guanciale tagliato piccolissimo. Unite poi le fave con il sale ed il pepe. Appena insaporite, aggiungete, poco per volta, dell'acqua calda finchè non saranno cotte).

18 — PUPARUOLE ARRUOSTITE (Peperoni arrostiti)

Arruostate glie puparuole 'ncima le brace, pelateglie i tagliateglie fine, levenne bene tutti glie seme. Mettece l'uoglie, le prezzemule, gl'aglie i le sale.

Occorrente: peperoni, olio, sale, prezzemolo ed olio.

(Arrostiti i peperoni sulla griglia, pelateli, tagliateli a listarelle, togliendo bene tutti i semi e conditeli bene con olio, sale, prezzemolo ed aglio).

19 — CICORIA REPASSATA (Cicoria in padella)

Pulisciate la cicoria, lavatela bene i mettitela a coce cu le sale i tant'acqua. Quande è cotta, mettatela dentre l'acqua fresca e doppe sculate, la repassate a la padella cu l'uoglie, le sale i glie peperuncine.

Occorrente: 2 kg. di cicoria selvatica, 3 spicchi d'aglio, olio, sale e peperoncino.

(Pulite la cicoria eliminando tutto ciò che è duro o ingiallito. Lavatela bene e lessatela in abbondante acqua salata. Appena cotta mettetela nell'acqua fredda e dopo averla sgocciolata bene passatela in padella con olio, sale, aglio e peperoncino).

20 — ABBACCHIO BRODETTATO

Mettate dentre la padella cu l'uoglie, la cipolla i le presutte tagliate o battute. Appena s'a culurite mettatece gl'abbacchie cu le sale, le pepe, la noce moscata i le vine. Doppe ficiate calà piane piane la farina i girate bene tutte.

Cuprate gl'abbacchie cu l'acqua calla, mettatece glie cupierchie i ficiateglie coce piane piane. Quande s'a cuotte, mettatece n'cima l'erbetta i gl'aglie tagliate fine fine.

Levate da n'cima glie fueche i mettatece glie rosse d'ova cu glie limone i le parmigiane.

Girate bene i purtate a tavola.

Occorrente: 2 kg. di abbacchio spezzato, 100 gr di prosciutto, un pezzo di cipolla, mezzo bicchiere di olio, 2 bicchieri di vino bianco secco, 1 cucchiaio di farina, 2 spicchi di aglio, 4 tuorli d'uovo, due cucchiai di parmiggiano, 1 limone, noce moscata, prezzemolo e sale.

(Fate rosolare in una padella, la cipolla ed il prosciutto tagliati bene. Aggiungete l'abbacchio e condite con sale, pepe e noce moscata; unite il vino e poi, a pioggia, lasciate cadere la farina facendo attenzione a mescolare bene. Coprite l'abbacchio con dell'acqua calda, coprite la padella e lasciate cuocere a fuoco moderato. Appena cotto, ma quando ancora la salsa è abbastanza densa, spargete sull'abbacchio il prezzemolo e l'aglio tritato. Togliete dal fuoco e versateci sopra a filo i tuorli d'uovo (a cui precedentemente va aggiunto il limone) ed il parmiggiano. Girate bene e servite caldo).

21 — SPEZZATO DI POLLO AL POMODORO

Mettate l'uoglie a la padella i ficiatele frigge cu gl'aglie. Quande s'a culurite, levateglie. Mettate glie polle tagliate a pezze dentre la padella cu 'ne puoche de presutte o de pancetta a pezzettine. Mettatece le sale i glie peperuncine, i ficiatele abbrustuli; doppe mettatece le vine bianche i ficiatele ritirà. Alla fine se mette pumpedore i erbetta. Se n'è cuotte mettatece l'atra acqua. Occorrente: Un pollo, 1/2 bicchiere d'olio, 1 spicchio d'aglio, un po' di pancetta o ritagli di prosciutto crudo, un bicchiere di vino bianco secco, 1 kg. di pomodoro, prezzemolo, sale e peperoncino.

(In una padella con l'olio lasciate soffriggere l'aglio schiacciato e poi, appena colorito, toglietelo. Aggiungete il pollo tagliato a pezzi ed i ritagli di prosciutto o la pancetta. Condite con sale e peperoncino e fate rosolare bene il pollo, versate quindi il vino bianco e fatelo evaporare. Mettete quindi il pomodoro ed il prezzemolo e fate cuocere ancora fino a quando il pomodoro non si è addensato. Se il pollo non fosse ancora ben cotto, unite dell'acqua tiepida, coprite ed ultimate la cottura su un fuoco allegro).

22 — CARNE IN UMIDO CON PATATE

Menuzzate la carne i mettatela a la padella cu l'uoglie, le sale i glie sellare. Appena colorita mettatece glie pumpedore. Doppe munnate le patate, tagliatele grosse i ficiatele coce dentre n'atra pila cuperte cu l'acqua, l'uoglie, le sale, le pepe, l'erbetta e n'cone de sughe de pumpedore de la carne. Appena so cotte, mettatele dentre la pila cu la carne già cotta i ficiatele 'nsapurì pe' cinque minute.

Occorrente: 700 gr. di carne magra, 2 cipolle, 1 bottiglia di pomodoro fatto in casa, olio, sale, sedano ed 1 kg. circa di patate.

(Tagliate a tocchetti la carne e fatela insaporire nel tegame con l'olio e le cipolle. Appena colorita, versate il pomodoro, il sedano ed il sale. A parte pulite le patate e tagliatele a pezzi grossi, mettetele in un tegame, coprite con acqua fresca, olio, sale, pepe, prezzemolo ed un po' di pomodoro prelevato dal lessò umido. Fate cuocere a fuoco moderato e, a cottura ultimata, unitele al lessò lasciando insaporire sul fuoco, ancora per cinque minuti).

«IL PESCE»

Una volta a settimana, ad Arnara arrivava il pescivendolo ed allora il banditore, Bodò, passava per le vie del paese suonando una trombetta e dicendo: "È arrivate glie pesciaruole: sarde i alice fresche a du' solde!" Allora le donne uscivano di corsa dalle case e si recavano alla "Porta Balle" per far provvista di pesce.

24 — ALICI CON IL PANGRATTATO

Pulisciate l'alice e levatece ciocca e spine, lavatele i mettetele dentre 'na padella cu l'uoglie. Menuzzate gl'aglie, le prezzemule i mettetece 'ncima le pane rattate cu l'uoglie, le sale i le pepe. mettetele a glie furne.

Se vulete, 'ncima a le pane rattate ce putete mette glie pumpedore, l'acite i le basileche.

Occorrente: 1 kg. di alici, 3 spicchi di aglio, olio, prezzemolo, pangrattato, sale e pepe.

(Pulite bene le alici, togliete la testa e la lisca, lavatele, disponetele in una teglia con l'olio. Tritate aglio, prezzemolo e uniteli al pangrattato con olio, sale e pepe. Copritele con questo composto ed infornatele per un quarto d'ora o al massimo venti minuti.

Una variante alla ricetta è quella di unire al pangrattato, del pomodoro, un po' di aceto ed il basilico).

24 — SARDE MARINATE

Pulisciate bene le sarde, levatece ciocca e spine, 'nfarinatele i friggiatele dentre l'uoglie, 'Ntante ficiate voglie du' bicchieri d'acite cu gl'aglie a piezze, peperuncine i cresemarina. Mettete le sarde dentre ne barattule, i mettatece 'ncima la salsa. Lassatele accusi pe' dodici ore, doppe so pronte pe' magnà.

Occorrente: 1 Kg. di sarde, aceto, olio, rosmarino, aglio, peperoncino, sale e farina.

(Pulite bene le sarde, mondatele, infarinatele e friggetele in abbondante olio. In un tegamino fate bollire due bicchieri d'aceto con pezzi di aglio, peperoncino e foglie di rosmarino. Coprite con questa salsa le sarde).

25 — ALICI AL POMODORO (Alici a la padella)

Pulisciate l'alice, lavatele i levatece ciocca i spine. Mettatele dentre ne tegame cu l'acqua fresca, l'uoglie, gl'aglie a piezze, glie pumpedore, glie prezzemule, sale i peperuncine. Ficiatele cocce piane, piane.

Occorrente: 1 kg. di alici, 1/2 bicchiere di olio, 3 spicchi di aglio, 4 pomodori grossi e maturi, prezzemolo, sale e peperoncino).

(Pulite le alici, lavatele e privatele della testa e della lisca. Disponetele in un tegame, coprite con acqua fredda, olio, aglio tagliato a fettine, i pezzetti di pomodoro, il prezzemolo, il sale ed un po' di peperoncino. Fatele cuocere a fuoco moderato).

26 — ALICI FRITTE

Pulisciate l'alice, lavatele, levatece ciocca i spine, 'nfarinatele i passatele a gl'uove. Friggiatele i purtatele a tavula calle, calle cu glie limone vicine.

Occorrente: 1 kg. di alici, 2 uova, farina, sale, ed olio.

(Pulire le alici, lavarle, privarle della testa e della lisca, passarle aperte nella farina e poi nell'uovo, friggerle quindi in abbondante olio. Servire calde con il limone).

DOLCI

LE MURZELLETTTE (I mostaccioli)

Se mette farina, must cuott, l miel, glie pinol i le nocchie tritate; s'ammassene, se tagliene a murzellette i se mittene a glie furn.

Occorrente: 1/2 Kg. di farina, 1 bicchiere di mosto cotto, 150 gr. di miele, pinoli, nocchie gr. 200 (Si prende della farina, del mosto cotto, del miele, pinoli, e nocchie non molto tritate finemente. S'impastano gli ingredienti e si tagliano a forma di rombi, dopo di che si infornano - 220° C.)

MELE A LA VRONZA (Mele cotte sotto la cenere)

Se 'ncartene le mele co' la carta argentata i se mettene a cocce sotto la cegnere.

Occorrente: mele ben mature, carta argentata.

(Si incartano le mele con la carta argentata e si mettono a cuocere sotto la cenere)

PIGNE

S'ammassa la farina i glie anise, i lievite, le zucchiere i l'ova, doppe se fanne recresce; quando so pronte, se tagliene comme pigne i ce se mette n'uovo crude 'nmies. Doppe ce se passa 'n ross d'uove i se mitte a glie furne.

Occorrente: 2 kg. di farina, 50 gr. d'anice, 20 gr. di lievito, 400 gr. di zucchero, 8 uova.

Si impasta la farina con tutti gli ingredienti e si lascia lievitare.

Quando sono pronte si forma una treccia con la pasta, ci si pone nel mezzo un uovo e si inforna a 200° C.

CRUSTATA (crostata)

Mettate la farina 'ncima a la spianatora, mettatece le zucchiere, glie rosse i 'na chiara sbattuta bene, glie limome grattate, le strutte squagliate, ne 'cone de sale i le vine.

Ammassate tutte i doppe lassate la paste a repusà pe n'ora.

Doppe allargatela a glie tieste, mettatece 'ncima la marmellata i ficiate cu l'altra pasta che ha rimasta glie borde i le strisce pe' mettece 'ncima. Infurnate doppe le pane.

Occorrente: (500 gr. di farina, 300 gr. di strutto, 300 gr. di zucchero, 3 uova (2 rossi ed uno intero), sale, limone grattugiato, 1/2 bicchiere di vino bianco, un po' di cannella).

(Mescolate la farina con lo zucchero, le uova, il vino, lo strutto, il limone grattugiato ed un po' di sale.

Impastate il tutto facendo bene attenzione che la pasta resti morbida. Fate una palla e lasciate riposare un po' avvolta in un panno.

Dopo circa un'ora, mettete un po' dell'impasto in una teglia con un po' di farina sotto, con una spatola ponete la marmellata sull'impasto e poi, con la pasta rimanente, formate i bordi intorno alla crostata ed il reticolato sopra la marmellata. Sbattete ora un'altro uovo e spennellatelo sulla crostata, prima di metterla al forno da cui si è tolto il pane, cioè a calore moderato).

PIZZA DI RICOTTA

La pasta è la stessa della crustata, cagna bi le 'ncima.

Tenateta lavurà la ricotta cu la furchetta mettennece 'nzieme le zucchere, glie candite, glie limone grattate, ne puoche de liquore, la cannella. Se vulete ce putete mette glie candite o la cicculata a pezzettine. Se coce come la crustata cu la marmellata.

Occorrente: 1/2 kg, di ricotta, 200 g di zucchero, limone grattugiato, 2 rossi di uovo, 1 albume, 40 gr di canditi, 1 cucchiaino di cannella in polvere, 2 bicchierini di liquore (rhum e amaretto) (Lavorate e mescolate i tuorli d'uovo con la ricotta, unitevi poi lo zucchero, i canditi, il limone grattugiato, il liquore, la cannella e lasciate da parte.

Preparate la pasta frolla come per la crostata. Mettete la pasta in una teglia e poneteci su l'impasto di ricotta, cuocete a forno moderato, dopo aver spennellato bene la crostata con l'uovo. Tolta dal forno, fatela raffreddare e spolveratevi su dello zucchero a velo. È un dolce di Pasqua).

PIGNE DE PASQUA O PIZZE RICRESCIUTE

La sera mettate glie lievite cu 'n uove, la farina i ne puoche de latte. Quande ha rescresciute 'mpastate tutte 'nzieme scallenne bene le strutte; mettate a recresce dentre 'na pila grossa, perché la pasta diventa glie doppie. Quande 'ncima fa le bolle è pronta, allora rammassatela cu le mane 'ncima a la spianatora i mettetela dentre glie tieste. Tieneta recresce ancora, appena cresciute panugnatele cu glie uove i nfurnatele, recriscune ancora dentre glie furn.

Occorrente: 12 uova, 300 gr. di strutto, 600 gr. di zucchero, farina quanto basta, limone grattugiato 1, latte 1/4, canditi, lievito di birra gr. 60.

È un dolce molto complesso e richiede massima attenzione e buona esperienza! Bisogna fare una parte lievitata mettendo un po' di farina, il lievito di birra, un uovo ed un po' di latte. Appena il lievito è pronto impastate tutti gli ingredienti, facendo scaldare bene lo strutto ed il latte, l'impasto deve risultare molto morbido e deve essere ben lavorato. Mettete l'impasto in un recipiente molto grande, copritelo bene e lasciatelo lievitare, occorrono dalle 12 alle 20 ore. Quando l'impasto è pronto, prendete delle piccole pagnottine, lavoratele ancora con le mani sul tavolo di legno appena infarinato e mettetelo dentro le teglie dove dovrà nuovamente lievitare. Quando l'impasto risulterà ben gonfio, delicatamente ungete le "pizze" con l'uovo battuto ed infornatele a fuoco moderato, occorre circa 1 ora di cottura. È il dolce di Pasqua.

PIZZA BATTUTA

(Pan di Spagna)

Sbattate bene glie rosse d'ova i le zucchero. Muntate a neve glie bianche i mischiateglie a glie rosse mettetece la farina, glie limone rattate i seguitate a sbatte sempre sennò s'arraccalene. 'Nfurnatele doppe che sete levate le pane.

Occorrente: uova 8, zucchero 240 gr., farina gr. 200, limone. Un po' d'olio per ungere.

Mettete in una terrina i rossi d'uovo e lo zucchero e battete bene finché il composto risulterà soffice e rigonfio. Montate a neve i bianchi d'uovo, uniteli delicatamente all'altro composto e poi a pioggia versate la farina. Aromatizzate con un po' di limone grattato. Mettete il tutto nella teglia ed infornate a calore moderato.

ANESINE

(Anicini)

Se lavorene come la pizza battuta sole ca tenateta fa 'ncima a glie tieste tante pastarelle. So glie dolce de le spose i delle comunioni perciò ne lè ficiate culurì sennò so brutte!!!

Occorrente: 4 uova, 4 cucchiaini di zucchero, 4 cucchiaini di farina, un po' di semi d'anice e limone grattato.

Battete i rossi d'uovo con lo zucchero, unite gli albumi al composto montati a neve, fate cadere in un sol colpo la farina e girate bene in modo che il composto resti ben gonfio, unite i semi d'anice ed il limone. Sulla placca da forno dateci la forma di grosse nocchie, infornate a 180° C ma non fateli colorire troppo, sono i dolci della sposa!!!

PIZZA DE MELA (Torta di mele)

Tagliuzzate la sera prima le mele e le condisciatele cu glie liquore i quattre cucchiare de zucchero. La matina ammassate farina, burre, zucchero i uove. Togliate da la spasa de le mela né puoche de liquore, scuagliatece glie lievite i ammassate tutte 'nziema. Ficiate du sfoglie, 'miese mettate le mele i cuciate la pizza a glie furne, 'ncima panugate cu' ne uove.

Occorrente: 150 gr. di burro, 250 gr. di zucchero 1 uovo, 400 gr. di farina, 1 cucchiaino di lievito bertolini, 4/5 mele deliziose, marsala, un po' di sale.

Tagliare a fettine le mele e lasciarle riposare per 12 ore condite con quattro cucchiari di zucchero e di marsala. Trascorso questo tempo, preparate l'impasto con la farina, il burro, lo zucchero (250 gr.) e l'uovo. Prendete dalla salsa delle mele una tazzina di liquore e fateci sciogliere il lievito. Lavorate bene l'impasto e tirate due sfoglie sottili, con una foderate lo stampo, poneteci sopra le mele e ricoprite con l'altra sfoglia. Ungete con dell'uovo battuto ed infornate a 180°C.



1940 - I Canestri "San Domenico" - Donne arnarese portano il pranzo sui campi

BIBLIOGRAFIA

PELLEGRINI G.B. 1977 "Carta dei dialetti d'Italia", Pacini — Pisa

ROHLFS G. 1949 "Grammatica storica della lingua italiana e dei suoi dialetti" Einaudi — Torino

ROHLFS G. 1972 "Studi e ricerche su lingua e dialetti d'Italia", Sansoni — Firenze

SABATINI F. "Minoranze e culture regionali nella storiografia linguistica italiana"

WEINRECH V. 1953 "Lingue in contatto", Boringhieri — Torino (1974)

GRASSI C. "Parole e strumenti del mondo contadino" in 'Storie d'Italia', VI Einaudi — Torino

FILIPPELLI R. "L'italiano com'è", il Tripode — Torino (1983)

ANNUARIO CIOCIARO 1987

GUIDA TURISTICA D'ITALIA — Touring Club Italiano 1987



1916 - Soltato alla 1^a Guerra Mondiale

INDICE

Introduzione	Pag.	3
Premessa didattica	»	4
Notizie geografiche	»	5
Etimologia del nome di Arnara ed origini di Arnara	»	6
Arnara dal XII al XV secolo. La rocca	»	10
Ricerca storica nell'origine della lingua italiana e del dialetto ciociaro arnarese	»	12
Nota sulla trascrizione fonetica del dialetto	»	15
Il dialetto nella poesia	»	19
Tradizioni varie usanze e costumi	»	26
Canti e balli popolari di Arnara	»	30
Il Folk ad Arnara	»	37
Recupero dei giochi tradizionali	»	38
Artigianato	»	42
Edilizia rurale nel territorio	»	45
Arnara a tavola	»	47

Tip. Cav. Mario Bianchini & Figli s.a.s.
Via Fosse Ardeatine, 57 - Frosinone
Fotocomposto e Stampato presso lo stabilimento
di Ceccano - S.S. Monti Lepini, 130

