



Valencia e la Paella

Descrizione

Paella: il sole che cuoce nella padella

Nelle campagne che circondano l'Albufera, il cuore liquido di Valencia, grande laguna costiera separata dal mare da una sottile striscia di dune e pinete, quando il vento si mescola al profumo delle risaie, la terra racconta la storia di un piatto nato non nelle cucine dei palazzi, ma nei campi, tra mani callose e fuochi improvvisati. Fu l'Albufera che i contadini valenciani cercarono un cibo che fosse insieme nutrimento e compagnia.

La paella valenciana nacque così: come un gesto semplice, unendo ciò che la terra offriva. Era il XVI secolo e, nelle risaie dell'Albufera, il riso cresceva come un dono d'acqua e di sole. I contadini, durante le lunghe giornate nei campi, accendevano un fuoco con la legna d'arancio, che brucia con un profumo dolce e resinoso. Sulla fiamma posavano una padella larga e bassa: la paella. Dentro vi mettevano pollo e coniglio, allevati nelle case rurali; fagiolini verdi e garrofón, il grande fagiolo bianco valenciano; pomodoro; paprika; sale; olio d'oliva; lumache, raccolte dopo la pioggia; acqua e zafferano, che tingeva tutto d'oro. Era un piatto povero, ma ricco di terra. Un piatto che non si cucinava per uno, ma per molti.

Preparare una paella è come dirigere un'orchestra. Prima si scaldano l'olio e la carne, che deve dorarsi lentamente, fino a profumare l'aria di campagna. Poi si aggiungono le verdure, che sfrigolano come un saluto. Il pomodoro si scioglie, la paprika colora, l'acqua si versa e, infine, arriva il momento del riso che cade nella padella come pioggia leggera, si dispone in un velo uniforme, e da quel momento non va più toccato. È il fuoco a parlare, a decidere, a trasformare. Il brodo si ritira, il riso si gonfia, il fondo si caramellizza e quando il calore crea il socarrat, la crosticina dorata e croccante che profuma di tostato e di festa, allora la paella è pronta.

La paella valenciana non è un piatto di mare, né un miscuglio di ingredienti: è un racconto di terra, un equilibrio perfetto tra semplicità e profondità. Per secoli rimase un segreto delle campagne valenciane. Poi arrivarono i viaggiatori romantici, che la descrissero nei loro diari; le ferrovie, che portarono Valencia nel cuore della Spagna; il turismo del Novecento, che la trasformò in un simbolo nazionale e l'emigrazione, che la fece conoscere in America Latina e nel mondo. Così nacque

le varianti: la paella de marisco, la mixta, la negra, la vegetariana. Tutte buone, tutte diverse. Ma la paella valenciana rimane la madre, la radice, la voce originaria.

La paella valenciana Ã un piatto che non si cucina per sÃ© stessi. Ã un invito, un cerchio, una padella attorno alla quale ci si siede per condividere. Ã il sapore della terra valenciana, del suo sole, della sua acqua, dei suoi campi. Ã un rito che unisce, un fuoco che raduna, un gesto che dice: â??Siediti. Mangia con noi. Questa Ã la nostra storia.â?•

Approfondimenti

[Valencia](#)

[JardÃ del TÃ¹ria](#)

[Il Santo Calice: il Graal](#)

[Lâ??Orxata](#)

[La Paella valenciana](#)

[Il Tribunal de las aguas](#)

[La CittÃ delle arti e delle scienze](#)

L'agone 2024

Riccardo Agresti