Il macco di fave

Autore: Staff Siciliafan

Data: 22 Dicembre 2015

01Il macco di fave è un piatto tipico siciliano **della provincia di Agrigento**. Nato presso il comune di Raffadali, è oggi conosciuto in tutta Italia in quanto prodotto agroalimentare tradizionale (P.A.T).

È una crema di fave **ricavata dalla cottura prolungata** di fave secche e sgusciate, e di una verdura, solitamente bietole. Può essere consumato come un antipasto, ma in Sicilia viene inteso come primo piatto, servito caldo con un filo d'olio extravergine d'oliva.
Questo piatto povero era già conosciuto al tempo dei Romani, forse perché la coltivazione della fava **arrivò in Italia già 5.000 anni fa** tramite gli spostamenti dei mercanti e commercianti tra Anatolia e Grecia. Caratteristico della prima civiltà contadina, il 'maccu di favi' è in realtà particolarmente nutriente, in quanto le fave sono una pianta leguminosa, dunque il frutto contiene proteine e fibre ed è abbondante in sali minerali; inoltre, essendo **composto per l'84% d'acqua**, riempie l'intestino depurando i reni.

Ogni anno a Ramacca, in provincia di Catania, **si cucina invece ‘a pasta co' maccu’**, in occasione della rappresentazione più liturgica e tradizionale della Festa di San Giuseppe. Nelle case vengono allestiti altari con pietanze e cibi, in ringraziamento del Santo. Solitamente, su queste vere e proprie tavole imbandite, fanno capolino frittate e dolci della tradizione, tra cui anche il tipico pane di Ramacca.

La sera del 18 marzo è dunque tradizione **visitare gli altari delle famiglie**, ai quali parteciperanno innanzitutto ‘i tri pirsuni’, tre persone scelte tra i nuclei più poveri della città, a rappresentare la Santa Famiglia di Nazareth. Una volta terminato di assaggiare tutte le pietanze, ‘i tre pirsuni’ avranno in **dono la metà di ciò che è disposto** in tavola, per poterlo gustare nella propria dimora, nei giorni successivi alla festa. Ma la parte più suggestiva si ha il giorno 19, quando in centro città viene allestita ‘la tavolata’, un grande altare costituito dalle offerte e dai contributi dei cittadini, a cui riparteciperanno anche ‘i tri pirsuni’. In questa occasione viene condivisa, con tutta la cittadinanza, ‘a pasta co’ maccu’, una pasta **a base di lenticchie e purea di fave**.

Nei luoghi più freddi, le fave vengono coltivate in primavera, e siccome è un legume che teme il congelamento, in alcune parti d’Italia, come in Sicilia, può essere tranquillamente **coltivato in autunno** o in inverno. Ormai è tipico cucinare le fave, previa sgusciatura e cottura, con la pasta, corta di grano duro o lunga all’uovo; a volte le fave vengono anche usate come ingrediente secondario di lasagnette vegetariane, ma al Sud è ancora viva **la tradizione della purea**, a volte preparata insieme ad altri legumi o verdure verdi, o della minestra.

Una curiosità: con il termine siciliano ‘maccu’ si vuole indicare una persona **dall’atteggiamento superbo** e altezzoso.

Autore | Enrica Bartalotta

Riferimento articolo: https://www.siciliafan.it/macco-fave/

Generato il 18/11/2026