

## Amalia Moretti Foggia Della Rovere *alias* Il dottor Amal *alias* Petronilla

Amalia Moretti Foggia (Mantova, 1872 – Milano, 1947) era la primogenita dei quattro figli di Carolina Rinoldi e Giovanni Battista Moretti Foggia (1844-1941). Il padre, farmacista ed esperto erborista, possedeva la spezieria “Santa Lucia”, in contrada del Tempio a Mantova, che era stata tramandata di generazione in generazione sin dagli inizi del Settecento, come risulta da un diario, *Memoriale di un ottuagenario ai suoi figli*, conservato presso la Biblioteca Teresiana, in cui Giovanni Battista ricorda la vita sua e della sua famiglia. A solo un anno di età, Amelia fu colpita da un’enterite violenta, tanto che i medici, chiamati a consulto, consigliarono *di far preparare la cassetina*; tuttavia il padre, fidando nella propria esperienza, le diede un cucchiaino di acqua di cedro spiritosa<sup>1</sup> e delle gocce di laudano<sup>2</sup>. La piccola si addormentò; il giorno dopo, vedendo il padre che mangiava del vitello tonnato, ne chiese lei stessa e, dopo essersi saziata, si riprese rapidamente. La felice combinazione di un preparato galenico e di un piatto allestito con cura, aveva contribuito a allontanare la malattia, quasi un segno premonitore del destino di Amalia, che da adulta coltiverà due grandi passioni: la medicina, coniugata all’erboristeria, e la gastronomia.

Presa la licenza liceale, malgrado il padre sperasse che la ragazza seguisse le orme familiari, decise di frequentare a Padova Scienze Naturali. Dall’intelligenza brillante e molto impegnata negli studi, fu notata dal suo professore di mineralogia Ruggero Panebianco, tanto da guadagnarsi una borsa di studio. A Padova frequentò anche assiduamente l’orto botanico della città, in particolare la ricca collezione di piante medicinali e rinsaldò l’amicizia con Roberto Ardigò<sup>3</sup>, vecchio amico di famiglia.

Seguendo le lezioni di anatomia, si innamorò di un assistente e maturò il desiderio di laurearsi in medicina; l’amore finì, non la sua determinazione di diventare medico. Conseguita la laurea in Scienze Naturali (1895), divenne membro della «Società dei naturalisti e matematici di Modena», nei cui Atti pubblicò un articolo in cui descrive la flora spontanea del bosco Fontana dei dintorni di Mantova<sup>4</sup>, elenco dettagliato delle piante vascolari presenti in questo tipico bosco planiziale, attualmente riserva naturale.

Trasferitasi a Bologna per frequentare medicina, seguì le lezioni di clinica medica di Augusto Murri<sup>5</sup>, che, apprezzando il suo impegno e le sue capacità, l’aiutò ad ottenere una borsa di studio di 1000 lire, con cui mantenersi agli studi. Si laureò nel 1898 con una tesi dal titolo *Le ovaie nelle peritoniti sperimentali*; suo relatore fu l’anatomopatologo Giovanni Martinotti (1857 - 1922). Amalia, con i resti della borsa di studio e una lettera di presentazione di Murri, si recò a specializzarsi in pediatria alla clinica Mayer di Firenze, dove cominciò anche ad esercitare; in un’intervista rilasciata al quotidiano «Il Piccolo di Roma» (19-12-1941) la dottoressa rievoca la sua prima visita domiciliare, che le fruttò un «braccialetto con attaccato un pezzo d’oro da 10 lire»<sup>6</sup>. A Firenze fece amicizia con Anna Kuliscioff<sup>7</sup>,

---

<sup>1</sup> Acqua di cedro spiritosa, utilizzata un tempo come sedativo; si ottiene dalla scorza di cedro fatta macerare in alcol.

<sup>2</sup> Riferito in Schira Roberta, De Vizzi Alessandra *Le voci di Petronilla*, Salani, Milano, 2010

<sup>3</sup> Roberto Ardigò (1828 - 1920) fu fra i più importanti rappresentanti del positivismo italiano. Il suo saggio, *Psicologia come scienza positiva* (1870) suscitò molte polemiche, tanto che fu messo all’indice dalla chiesa cattolica; vi si sostiene l’esistenza della sola realtà fenomenica e, sulla scia di Darwin, che la morale è un prodotto sociale. Nel 1881 il Ministro dell’Istruzione Guido Baccelli lo nominò professore di storia della filosofia presso l’Università di Padova, nomina da alcuni definita *glorificazione dell’ateismo*. Il suo pensiero contribuì alla base ideologica della "democrazia positivista".

<sup>4</sup> *Florula delle piante vascolari del Bosco Fontana dei dintorni di Mantova*, in «Atti della società dei naturalisti di Modena». S. III, V. XIV, A. XXIX

<sup>5</sup> Augusto Murri (1841-1932) fu un grande clinico; i suoi saggi presentano ancora oggi pagine di grande attualità. All’entrata dell’ex ospedale San Giacomo di Roma erano affisse le sue parole “Se potete guarire, guarite; se non potete guarire, calmate; se non potete calmare, consolate”. Uomo di grande rettitudine morale, convinto positivista, fu travolto dallo scandalo causato dall’omicidio del genero, di cui fu accusato il figlio.

<sup>6</sup> Si veda Dall’Ara Renzo, *Petronilla e le altre. Il mestolo dalla parte di lei*, Tre Lune, Mantova, 1998, p. 37

<sup>7</sup> La russa Anna Kuliscioff (1855 – Milano, 1925), fu un medico che lavorò a Milano; fu tra i principali fondatori del Partito Socialista Italiano, insieme al compagno Filippo Turati.

che in quel periodo si trovava nella città toscana per mantenere i contatti con i gruppi anarchici fiorentini e raccogliere fondi a favore dei perseguitati politici.

Nel 1899, conseguita la specializzazione, decise di trasferirsi a Milano, attirata dal moltiplicarsi di iniziative politiche, medico-sociali e culturali che vi si stavano realizzando.

Milano contava allora circa 318.000 abitanti, più della metà dei quali analfabeti; le classi più deboli non avevano accesso all'istruzione né alle cure mediche; le condizioni igieniche erano disastrose e la mortalità infantile nei primi cinque anni di vita altissima; così lo Stato, coadiuvato da molte istituzioni filantropiche, aveva cercato di migliorare la situazione con una serie di iniziative. In campo sanitario, si stava rafforzando una rete ospedaliera e assistenziale molto articolata, che aveva aggiunto, ai vecchi ospedali, l'Ospedale Chirurgico Fatebenefratelli (1860), il Manicomio provinciale in Mombello (1865), il Pio Istituto oftalmico (1874), il Pio Istituto per rachitici (1876), l'Ospedale dell'Ordine di Malta per fanciulli (1886), l'Ospedale dei contagiosi di Dergano (1896)<sup>8</sup>. Erano state organizzate anche diverse strutture di pronto soccorso gratuite, gestite da volontari e sovvenzionate da istituzioni; fra esse la Guardia medico-chirurgica notturna (1876), la Poliambulanza delle specialità medico-chirurgiche (1882) e la Guardia ostetrica (1887), che assistevano i bisognosi e cercavano di arginare le malattie infantili e la tubercolosi.

Nel 1893, grazie al lascito testamentario di Moisè Loria, mecenate israelita, era nata la «Società Umanitaria», un ente morale, progettato per aiutare i più bisognosi fornendo loro la possibilità di studiare e accedere al lavoro; numerose donne impegnate nel sociale davano il loro prezioso contributo, fra esse Alessandrina Ravizza<sup>9</sup>, Paolina Schiff<sup>10</sup>, Linda Malnati<sup>11</sup>, Ersilia Majno Bronzini<sup>12</sup>, Anna Maria Mozzoni<sup>13</sup>, Anna Kuliscioff. Nel 1899 fu fondata l'«Unione Femminile», nata col preciso scopo di promuovere l'istruzione e il miglioramento della donna, per difendere l'infanzia e la maternità, incoraggiare istituzioni di utilità sociale, e riunire in una sola sede le Associazioni Femminili.

In questo contesto si inserì Amalia, aiutata dalla Kuliscioff che le procurò una camera ammobiliata a poco prezzo e le fece conoscere l'ambiente socialista milanese, mentre la Bronzini le trovò un posto come medico fiscale per la «Società Operaia Femminile di Mutuo Soccorso»; poco dopo, nel 1902, venne assunta nell'ambulatorio della Poliambulanza di Porta Venezia, in cui lavorò tutta la vita, dedicandosi in particolare alla cura di donne e bambini; nello stesso anno si unì in matrimonio con il dottor Domenico Della Rovere.

Proprio nel 1902 il parlamento aveva approvato la legge Carcano, che regolava il lavoro delle donne e dei fanciulli; essa vietava alle donne i lavori sotterranei, proibiva l'impiego delle minorenni per lavori pericolosi e insalubri, limitava a dodici ore giornaliere l'orario massimo di lavoro, ridotto a 11 per i ragazzi e le ragazze con meno di 15 anni - che comunque dovevano avere più di 12 anni per essere assunti - introduceva il «congedo di maternità» di un mese dopo il parto, anche se in tale periodo alla donna non veniva corrisposta alcuna retribuzione, né le era garantita la conservazione del posto di lavoro. La legge era stata preceduta da interminabili polemiche a Milano e nel resto d'Italia; la Mozzoni,

---

<sup>8</sup> Cfr. AA.VV., *Milano scientifica 1875-1924*, Sironi, Milano, 2008

<sup>9</sup> Alessandrina Ravizza, nata Massini (1846 – 1915), attivista e filantropa italiana. È stata un'anticipatrice dei movimenti femministi.

<sup>10</sup> Paolina Schiff nacque nel 1841 da famiglia di origine tedesca. Assistente universitaria di Felice Cavallotti, divenne la prima donna docente di letteratura tedesca all'università di Pavia. Vicina agli ambienti radicali, repubblicani e poi socialisti, fu molto attiva nell'associazionismo, interessandosi particolarmente alla difesa del lavoro e della legislazione di fabbrica; patrocinò il primo sindacato di categoria, quello delle orlatrici.

<sup>11</sup> Linda Malnati (1855-1921), maestra elementare, si batté per il diritto al voto delle donne e insieme ad altre organizzò il movimento operaio femminile a Milano. Partecipò ai moti sociali del 1898, per cui venne sospesa dall'insegnamento. Riabilitata nel 1900, fece parte del Consiglio per l'amministrazione degli orfanotrofi cittadini. Collaborò a numerosi giornali e riviste con articoli a difesa dei diritti delle lavoratrici e soprattutto delle maestre elementari, Con Emilia Mariani, diresse la rivista «Vita Femminile». Fu direttrice anche della «Difesa delle Lavoratrici», rivista socialista che ospitò spesso suoi articoli sull'istruzione delle donne e sui problemi delle maestre elementari.

<sup>12</sup> Ersilia Bronzini in Majno (1859 –1933) è stata un'attivista italiana, emancipazionista, fondatrice dell'Asilo Mariuccia e dell'Unione femminile nazionale.

<sup>13</sup> Anna Maria Mozzoni (1837 –1920) scrisse numerosi saggi e articoli sulla condizione femminile, in cui solleva i problemi dell'emancipazione femminile e fondò la «Lega promotrice degli interessi femminili» (1881). Era convinta che il riconoscimento della capacità giuridica alle donne e di conseguenza il loro diritto di voto, fosse il punto di partenza per una loro reale emancipazione, per cui presentò mozioni in tal senso in Parlamento.

per esempio, pensava – come del resto Gina Lombroso – che, per ottenere una reale emancipazione, la donna avrebbe dovuto competere con l'uomo, mentre una legge che regolamentasse il suo lavoro in modo diverso, l'avrebbe risospinta fra le pareti domestiche, mentre Anna Kulisciuff e Ersilia Bronzini replicavano che questo non era successo in Inghilterra, in cui anzi le possibilità di impiego e i salari erano aumentati dopo la promulgazione di leggi a tutela delle donne. L'approvazione della legge non aveva sopito le polemiche e Moretti Foggia partecipò alle discussioni, mantenendosi però equidistante dai due contrapposti schieramenti. Amalia non amava le discussioni teoriche, preferendo agire nel sociale facendosi guidare dall'esperienza e dal buonsenso. Il lavoro alla Poliambulanza le fece conoscere un mondo in cui le donne e i fanciulli vivevano spesso miseramente in alloggi fatiscenti, fatti oggetto di vessazioni, abbruttiti dal lavoro, dalle preoccupazioni quotidiane, spesso dalle botte di capi famiglia dediti all'alcol; a molti seppe dare suggerimenti, in alcuni casi favorì riconciliazioni familiari, combinò matrimoni, fornì aiuti concreti, diede la sua assistenza ai parti.

La dottoressa si impegnò nella Società Umanitaria, insegnando igiene in corsi estivi; tenne conferenze presso l'Università Popolare e in altre associazioni laiche, impegnandosi a diffondere norme igieniche elementari e a fare opera di prevenzione.

Nella sua città di elezione, Amalia divenne medico personale e intima amica della poetessa Ada Negri (1870-1945), che nel 1931 sarebbe stata insignita del Premio Mussolini per la carriera e con lei intrecciò una fitta corrispondenza epistolare<sup>14</sup>.

Seguì la prima guerra mondiale e poi il fascismo e la Moretti Foggia continuò il suo lavoro presso la poliambulanza e nel suo ambulatorio privato; la sua vita scorreva tranquilla, fra il lavoro, i numerosi amici, alcuni viaggi con il marito e il fratello pittore Mario (1882 - 1954), quando, nel 1926, Ferdinando D'Amora, direttore del settimanale «La Domenica del Corriere» - supplemento illustrato del Corriere della Sera dal 1899 -, la invitò a tenere una rubrica di consigli medici. Amalia accettò, scegliendo come pseudonimo Dottor Amal.

Sullo stesso giornale avrebbe tenuto altre rubriche: «Tra i fornelli», in cui forniva ricette ai lettori e «La massaia scrupolosa», attraverso la quale impartiva consigli di economia domestica. Così, la voce rassicurante di Amalia tenne compagnia alle famiglie della piccola borghesia italiana per venti lunghi anni.

## Il dottor Amal

La Rubrica *La parola del medico*, tenuta da Amalia nel settimanale «La Domenica del Corriere» dal 1926 alla sua morte, ebbe un grande successo di pubblico, tanto che gli articoli furono raccolti in volumi e più volte ristampati a cura di varie case editrici, in particolare da Sonzogno dagli anni trenta; un'ultima edizione risale, per il gruppo editoriale Fabbri-Bompiani-Sonzogno-ETAS, al 1993<sup>15</sup>.

Gli articoli trattano *su malucci e malanni* e *su piante alimentari e medicinali*. Il dottor Amal stabilisce con i lettori un rapporto di amichevole complicità, fornendo informazioni chiare su una corretta igiene alimentare, un'appropriata cura e pulizia del corpo, aggiornandolo sulle nuove acquisizioni della medicina e spesso dando informazioni storiche sugli argomenti trattati.

Si rivolge alla «brava economista donnina di casa», dandole affabilmente del tu; la coccola, sdrammatizza, affrontando malucci – raffreddori, mal di gola, influenze, allergie o veri malanni – flebite, alta pressione, tumori, tetano, con «chiacchierate che hanno esclusivamente lo scopo di tranquillizzare l'eccessivamente allarmato; di mettere sull'avvisaglia l'eccessivamente incurante e di dare qualche consiglio pratico»<sup>16</sup>.

Parla anche agli «uomini della campagna» che porgono il «benedetto pane quotidiano» che la seguono nella sua rubrica, specialmente quando tratta di piante coltivate e delle malattie da cui sono affette.

---

<sup>14</sup> Rota Daniele, *Cara amica ti scrivo, firmato Ada Negri*, Cattaneo, Oggiono (Lc) 2002

<sup>15</sup> Moretti Foggia Amalia, ed. Sonzogno, 1940- 1943: *Parla il dottor Amal... su malucci e malanni* Sonzogno, (2 volumi); *Parla il dottor Amal... in primavera, in estate, in autunno e nell'inverno; Parla il dottor Amal... su piante medicinali* (3 volumi);

<sup>16</sup> In ... *su malucci e malanni*, vol. 1 introduzione

Amalia non trascura di parlare di banali problemi estetici, suggerendo rimedi casalinghi: come riacquistare il peso forma, curare le piccole irritazioni della pelle, eliminare i peli superflui, rendere meno abbondante la sudorazione, mitigare le rughe:

*Sono, le rughe, quelle deprecabili magagne, che - appena appaiono - si vorrebbero cancellare, o almeno trattenere nel loro veloce galoppare. Nell'illusione di trattenerle, le lussuose matrone di Roma usavano (quand'eran sole) impiasticciarsi la notte il viso con farina di piselli e latte scremato che tenevan aderente alla pelle con fasce di lino; [...] Usano infine, per i loro facciali massaggi, quelle che ai medicamenti semplici (qual è la lanolina) preferiscono i costosi e complicati, la famosa pomata antirughe della quale ecco la ricetta: Midollo di bue gr. 25, olio di mandorle dolci gr. 45, spermaceti (o grasso di balena) gr. 20, cera bianca gr. 2, acido salicilico gr. 0,20 ed essenza di limone (o di bergamotto) gocce 3017.*

O far ritrovare ai capelli i colori della giovinezza:

*Li vuoi neri? Fai allora macerare per dieci giorni nell'alcole tanti malli di noci fresche e bagnati poscia i capelli con quell'infuso dopo averli sgrassati con acqua e soda al 2%, oppure metti a macero per quattro o cinque giorni nell'alcole gr. 30 di polvere di benné, altrettanti di noce di galla e 20 foglie di noce, polverizzate; filtra, unisci gr. 6 di glicerina, gr. 100 d'acqua di rosa e tant'acqua bollente fino a raggiungere gr. 300. Ma attenta a usare le tinture! Attenta che la pelle sia ancora tutta fresca! Se così non fosse [...] meglio è, te l'assicuro, mostrar gagliardi i propri anni che sentirsi sussurrar dietro le spalle<sup>18</sup>.*

Parla dei problemi più seri, come i geloni che hanno tormentato la popolazione per lungo tempo:

*Sospiri? E mi mostri le tue mani che i geloni hanno deformate? [...] Oh mia povera fanciulla! Ma io vedo sulla pelle delle tue mani anche degli indelebili segni; vedo queste lievi cicatrici che mi dicono chiaro come gli scorsi anni [...] la pelle, troppo tesa dal gonfiore, si sia qui e qui spaccata, dando luogo a piaghe torpide e lunghe a cicatrizzare!" Il dottor Amal consiglia di prevenire il male, proteggendo le mani dal freddo con guanti di lana, di non avvicinarle alle braci ardenti dello scaldino, di massaggiarle con spirito canforato [...] lavale, 2-3 volte al dì, con acqua tiepida nella quale, per ogni litro, avrai disciolto un cucchiaino raso di carbonato sodico, spalmale poscia di glicerina[...]19*

Particolare attenzione è dedicata alla corretta alimentazione; avverte per esempio che la polenta è:

*Cibo assai sostanzioso, anche se la sua carenza in proteine lo fa piuttosto [...] poverello rispetto al pane, il suo nobile fratello, ma, a esser reso completo richiede la sola aggiunta di un po' di latte, o di burro, o di formaggio [...] a differenza del pane, che viene cotto e disseccato al forno, ogni fetta di polenta è imbevuta e rigonfia d'acqua per cui il suo abuso provoca una forte dilatazione dello stomaco; inoltre, i semi di frumentone, ricchi come sono di grassi, qualora siano conservati in ambienti inadatti e male areati, possono irrancidire [...] e diventare un ottimo terreno per certe muffe che, sviluppandosi, prodigiosamente, ne distruggerebbero al completo le preziose vitamne 20.*

Il dottor Amal affronta anche problemi gravi, come la tubercolosi, ancora così frequente in Italia, anche se già si poteva operare una diagnosi precoce attraverso la radiografia:

*Quanto spesso tossisce la povera figliola! Una tosse secca, rabbiosa, ma però da niente perché non accompagnata da dolori al costato, da espettorazione, da febbre [...] ma tu non inforcare i rosei occhiali dell'ottimismo; non tenerti pago della rassicurante diagnosi familiare, ma inforca i neri occhiali del pessimismo [...] ricorda che l'anemia è sempre stata il primo gradino della terribile scala che porta su, su, all'etisia ... da quando si sa scoprire, si può vedere, senza perder tempo, se la tosse persiste dovrai farla visitare e se il dottore consigliasse un esame radiografico, non rimanere pago di una radioscopia (che costa poco, ma esaurientemente sempre non dice) ma fa' fissare sulla lastra quanto si vede nell'intimo dei polmoni di tua figlia<sup>21</sup>.*

La cura, non esistendo antibiotici, era costituita da «smettere studio e lavoro, andar lontano dalla famiglia e possibilmente in un clima mite meglio in montagna fra gli 800-1200 metri fra il nereggiar di

<sup>17</sup> ivi, pg 104

<sup>18</sup> in *su malucci e malanni*, vol. 1 pg 115

<sup>19</sup> In *su malucci e malanni*, pg 129-131

<sup>20</sup> In ... *su piante alimentari e medicinali*, pg 165

<sup>21</sup> In ... *su malucci e malanni* vol. 1 pg 247-249

abeti e pini che vadano lievemente spandendo, nell'aria che ella respirerà, il mite profumo delle loro salubri essenze» e raccomanda buon nutrimento: latte, formaggio fresco, burro, pasta, carne di cavallo. Altro rimedio dichiarato efficace, se seguito con costanza per due o tre mesi, è il decotto d'aglio, ottenuto «facendo bollire per 5 minuti in ¼ di latte 5 spicchi d'aglio leggermente pesti»<sup>22</sup>.

Comuni erano le persone dedite al bere; particolarmente diffusa la grappa, presa a digiuno appena svegli per scaldarsi e «ristorar le forze», il vino, o i micidiali liquori fatti in casa con scorze di limone, noccioli di amarene, erbe aromatiche; il dottor Amal ammonisce chi ne abusa di mettere i bicchieri di troppo da parte e di sostituirli con decotto di china e genziana, o con aranciate e limonate.

L'Italia era un paese prevalentemente agricolo, molto legato a superstizioni popolari - se un adolescente bagnava ancora il letto, una soluzione molto praticata era quella di fargli mangiare un topo arrostito o biscotti di ortica - e nelle sue rubriche Amalia parla molto di erbe medicinali, per entrare in sintonia con un pubblico abituato a preparare decotti e tisane con erbe raccolte in campagna o coltivate negli orti; prende spunto dalle tradizioni popolari, spiegando i motivi dell'efficacia di una data erba, le modalità per un'efficace conservazione, sfata superstizioni e false credenze, spesso ripercorre la storia di determinate scoperte.

Riemerge un mondo di cui si è perduto il ricordo, quando alle donne era affidato il compito di preparare laboriosamente il desco quotidiano. Il consumo del riso, del frumento, della segale era obbligatoriamente preceduto da una lunga, accurata ricerca di sassolini, impurità, parassiti che a volte potevano risultare letali. Così, il dottor Amal si diffonde nella descrizione della segale, con cui è possibile fare un pane che, saltuariamente, può essere concesso anche ai diabetici, ma mette in guardia contro la segale cornuta, «fungo maledetto in cucina ma benedetto in farmacia!». Se è consumato, perché per errore è stata utilizzata segale contaminata, provoca ergotismo, per cui «se una alimentazione con segale malata viene prolungata per un certo tempo, le fibre muscolari lisce dei vasi sanguigni periferici vengono sottoposte a diuturne e energiche contrazioni»; si ha così la formazione di un coagulo che determina l'ostruzione del vaso, per cui gli arti possono andare incontro a cancrena. Dopo aver descritto gli effetti farmacologici del principio attivo posseduto dalla segale cornuta, mette in guardia velatamente quante - e in quel periodo il *fai da te* era una prassi largamente diffusa per evitare nascite indesiderate - lo vogliono utilizzare come abortivo:

*ben attente tutte voi, o donne, prima di ingoiare funghi di segale; né ascoltate, se vi è cara la vita, consiglio alcuno che non sia stato dato dal dottore [...] E esso può infatti riuscire benedetto nel prevenire un'inerzia, nel risvegliare certe contrazioni troppo fiacche, nel frenare un'emorragia, ma può anche riuscire per voi maledetto qualora, somministrata non nel giusto momento, venisse strozzata, prima di nascere l'attesa creatura [...] e se anche alcuna vi suggerisse [...] non datele retta, se vi è cara la vita.*<sup>23</sup>

Alle donne era affidata la cura dei malati di casa, per cui molte si improvvisavano speciali, recandosi a erborizzare; a loro si rivolge Amelia, insegnando come riconoscere, quando raccogliere, come conservare piante con virtù terapeutiche.

Leggendo i volumi sulle piante medicinali, si scopre che si può combattere l'alta pressione con l'aglio: «metti a macerare in 100 gr. di alcole a 95°, gr. 120 di aglio secco e pesto; filtra dopo 10 giorni; e prendi poscia ogni mattina, a digiuno, e in due dita d'acqua 25 gocce di quell'alcole [...] dopo due mesi di questa lenta ma assidua cura, ti assicuro l'esito ottenuto»<sup>24</sup>. I semi dell'ippocastano hanno proprietà antinfiammatorie; la corteccia di *Rhamnus purshiana* - non a caso definita corteccia santa - e della frangula - il rabarbaro dei contadini - hanno proprietà lassative; le radici di Bardana diuretiche. Le foglie e la radice del dente di leone hanno poi proprietà terapeutiche prodigiose: aiutano a risolvere disordini urinari; fungono da stimolante generale del corpo, agendo soprattutto sul fegato e sui reni; sono utilissime in caso di dispepsia; sono un blando lassativo; stimolano l'appetito e la digestione. Si apprende che «70 g di corteccia del melograno, fatta bollire con 750 g di acqua dà un infuso che, bevuto in tre volte e a distanza di un paio d'ore l'una dall'altra, seguita, dopo un paio d'ore da due once - non meno di due once - di olio di ricino, provoca la fuoriuscita della tenia, come insegna il "celebre Cofone,

<sup>22</sup> In ... *su piante alimentari e medicinali*, pg 12

<sup>23</sup> In ... *su piante alimentari e medicinali* pag. 289-290

<sup>24</sup> Ivi pg 7

della celebre scuola salernitana e come recentemente ha scoperto il Tanret, ricavando dal melograno il tannato di pelletierina»<sup>25</sup>.

Per la dottoressa, la frequentazione fin dalla prima infanzia dell'attrezzato laboratorio del padre speziale, e la laurea in Scienze Naturali, sono state fondamentali, perché, quando affronta il tema delle piante alimentari e medicinali, rivela una grande competenza e un bagaglio di conoscenze che è andato irrimediabilmente perduto con l'avvento delle industrie farmaceutiche.

## Petronilla

Circa due anni dopo che Amalia aveva iniziato la sua collaborazione alla Domenica del Corriere come dottor Amal, le fu chiesto di aprire una rubrica di cucina, "Tra i fornelli" in cui la dottoressa indossa la nuova veste di esperta dell'arte culinaria, avvalendosi anche dell'aiuto della cuoca di famiglia, che tanto aveva incantato con le sue ricette gli amici quando partecipavano alle cene di casa Della Rovere, come lo stesso direttore della Domenica del Corriere. Amalia scelse lo pseudonimo di Petronilla, probabilmente in omaggio alla bisbetica moglie di *Arcibaldo*, le cui avventure apparivano dal 1921 sul Corriere dei Piccoli.

La lettura delle ricette rievoca un mondo in cui procurare il vitto rappresentava il lavoro quotidiano più importante della donna e spesso era un vero e proprio problema, non solo per il proletariato urbano – la cui paga non poteva permettere il costo di un settimanale - ma anche per la piccola borghesia, a cui Amalia si rivolge. La rubrica ebbe da subito una larga popolarità e molte padrone di casa aspettavano con ansia l'uscita di nuove ricette, che poi ritagliavano e conservavano gelosamente, spesso incollandole su un quaderno. Sin dal primo mattino, servette e padrone di casa della piccola borghesia erano all'opera per mondare e lavare verdure, preparare sughi, cuocere carni e frattaglie con complicate e lunghe ricette che rendessero appetibili tagli scadenti e duri come suole da scarpe – la carne di vitello, del resto, veniva consumata raramente e proveniva generalmente da animali morti per incidente o di vecchiaia -.

Quando, dopo l'invasione dell'Etiopia, (18- 11- 1935), vi fu l'embargo economico, gli italiani furono chiamati a «bastare a se stessi» e la donna assunse un ruolo essenziale nell'economia domestica, perché con poco doveva sfamare la famiglia, possibilmente soddisfare il palato e - non ultimo - mostrarsi lieta e festosa per alleviare le pene altrui.

Le donne cui Amalia si rivolge, chiamandole *amicchette mie*, sono in particolare le casalinghe, angeli del focolare, regine della cucina, che ogni giorno, *gioiosamente*, sono impegnate a spignattare per la felicità del marito e dei figli, che godono nel *preparare una colazione od un pranzo veramente scicconi*:

*Le ricette che sono state raccolte sono per ciò, in grande maggioranza, ricette di minestre alla buona, di piatti familiari, di pietanze leste a fare, di dolci bocconcini che, pur essendo prelibati, non ci costringono a troppo vuotare il borsellino del marito; e se fra queste ricette, dirò così, plebee, spiccan di tratto in tratto ricette un po'... aristocratiche (cioè, ad ammannire, complicate; di costo piuttosto alto; ma di gusto, però, sempre... supersquisito!) gli è che qualche volta, anche nelle nostre borghesi famigliole, si vuole - e si deve - festeggiare (molto mangiando) il Natale, il Capodanno, la Pasqua, la ricorrenza del matrimonio, il compleanno d'un ragazzo, l'onomastico nostro e persino... (oh, come lo auguro a tutte quante, amicchette mie!) persino la promozione del marito a cavaliere o a capo-ufficio! (1937)26.*

Negli anni, Petronilla passò dalla cucina autarchica a quella del tempo di guerra, della tessera annonaria, per cui prima venne vietato l'uso del caffè, poi furono razionati zucchero, olio e burro, farina, pasta e riso, carni, legumi e formaggi e infine, nel settembre del 1941, anche il pane - per inciso, nel 1943 alcuni generi alimentari non potevano essere comprati dagli ebrei -.

Le famiglie che vivevano in città e non avevano la possibilità economica di ricorrere al mercato nero, se la cavavano male e la cucina di Petronilla divenne *la cucina del senza*, una cucina in cui si imparò a fare un sugo di carne senza carne, un panettone senza tuorli d'uovo, una minestra di verdure senza verdure ma con bucce di piselli, un brodo con sole interiora di pollo, una cioccolata in tazza senza cioccolata...

---

<sup>25</sup> *ivi* pg 197-198

<sup>26</sup> Da Vené Gianfranco *Mille lire al mese. Vita quotidiana nell'Italia fascista*, Mondadori, 1988, pg 117

Ecco un esempio della cucina di cucina del tempo di guerra:

### **Maionese senza uova**

*Lessate una patata. Pelatela, pestatela e ripestatela nel mortaio. Aggiungete un tuorlo d'uovo crudo, un pizzico di sale e con il pestello pestate e ripestate. Unite un cucchiaino (uno solo) di olio. e ancora pestate, pestate e ripestate. Lasciate sgocciolare tutto il succo di un bel limone succoso, e pestate, e pestate, e pestate sino a che avrete ottenuto una pastella spumosa, levigata e soda.*<sup>27</sup>

La Moretti Foggia restò accanto alle sue *amichette* nei momenti più tragici della loro vita, mostrando una reale partecipazione ai loro problemi :

Nel primo volume di *Malucci e malanni* (novembre 1941) chiude così la prefazione al volume:

*e mentre su tutto il mondo sempre più imperversa "la bufera infernal che mai non resta"*

E In *200 Suggestimenti per ... questi tempi* (1943) scrive:

*Ecco qua, alcuni suggerimenti proprio per voi. Per voi, figlie, mogli, mamme che, da una sorte non certo benigna, foste destinate a vivere in questi tempi di guerra spaventosa che sconvolge l'intero mondo e quindi ... di continue mancanze di quanto ci sembrava assolutamente indispensabile; di preoccupazioni le più gravi sul bilancio familiare che di giorno in giorno diventa sempre più costoso; sulla sorte di chi ci è lontano e si vorrebbe tanto vicino; di trepidazioni sul destino che ci attende e (purtroppo!) anche di dolori, di dolori atroci e che spaccano il cuore.*

Brunella Danesi

---

<sup>27</sup> Innumerevoli ricette di Petronilla si possono trovare in rete