



Guido Margiotta

Valtellina e Valchiavenna riscoperta di una cucina

BISSONI EDITORE - SONDRIO

GUIDO MARGIOTTA

VALTELLINA E VALCHIAVENNA

RISCOPERTA DI UNA CUCINA

Con piccole correzioni e note di aggiornamento,
opera del digitalizzatore (2014)

BISSONI EDITORE – SONDRIO - 1978

In ricordo dell'autore

La scomparsa del colonnello Guido Margiotta Già Comandante della Guardia di Finanza di Sondrio, attivo nella vita sociale, ricercatore e scrittore Nella sua casa di Montagna Piano è silenziosamente scomparso, a 74 anni e in linea con il suo carattere posato, nei comportamenti, nei rapporti, perfino nel linguaggio, il colonnello Guido Margiotta, proprio in un momento per lui particolare.

Già Comandante della Guardia di Finanza di Sondrio, lo scorso 19 dicembre presso l'Università agli Studi Tor Vergata, in Roma, aveva conseguito il diploma di laurea di primo livello in "Scienze della sicurezza economico finanziario" con la votazione di 104/110, in riconoscimento degli esami a suo tempo sostenuti presso l'Accademia della Guardia di Finanza. In sostanza un diploma assimilabile alla "laurea breve" che a breve però sarebbe stata seguita dalla laurea specialistica nella stessa materia per la quale aveva già presentato la tesi.

Al suo attivo anche il volume "I lineamenti della riforma tributaria" e altre pubblicazioni tecniche.

"Due tappe significative. Non basta. Con grande passione e l'abituale impegno stava attivamente collaborando per il cinquantesimo del Lions Sondrio Host, del quale era divenuto, dopo la scomparsa del prof. Marcassoli, addetto stampa.

Uomo del Sud (Avellino), giovane ufficiale venuto al nord, aveva incontrato la s.ra Paola rimanendo conquistato da lei e dalla Valtellina, tanto che, salito nella scala gerarchica, tornava a Sondrio a guidare la Guardia di Finanza - inaugurandone anche la nuova sede in Via Valeriana, dopo avere attivamente operato per una nuova realizzazione e traslocare così dalla fatiscente sede di P.le Toccalli . Non facile il ruolo in una provincia come la nostra, caratterizzata dagli "scambi commerciali atipici

propri delle zone di confine" (definizione del prof. Quadrio Curzio), ma seppe abbinare dovere di servizio e buon senso operativo.

Grande spazio diede, con una prestigiosa firma, il Giorno ad una sua particolare indagine. Quale fosse emergeva a metà articolo: l'indagine, la prima in assoluto, fra le ricette valtellinesi. Editore Bissoni e illustratrice la pittrice Vittoria Quadrio Personeni il col. Margiotta aveva dato alle stampe "Valtellina e Valchiavenna: riscoperta di una cucina" con un seguito nel 2003 "Pizzoccheri, taragna e taroz", presentato da Paolo Marchi al Lions Sondrio Host.

Era stato fra i promotori e a lungo delegato dell'Accademia della Cucina. Attivissimo nel Lions lo aveva presieduto nell'anno sociale 1988/89 con una serie di services, restando comunque negli anni successivi in prima linea particolarmente per l'attività di servizio a favore della comunità.

Realizzava e collezionava presepi. Come ha detto l'arciprete di Sondrio ora è entrato anche lui in un Presepio, non nella imitazione ma nella realtà. Tanta tristezza per questo ulteriore vuoto, condividendo quella della famiglia. a.f.

(Da La Gazzetta di Sondrio, 1° marzo 2006)

PRESENTAZIONE

Ad aprire questo libro, come mi è capitato in anteprima, mi pareva di riscoprire un antico tesoro, nascosto e dimenticato in grandi caverne alpine; mi aggiravo tra le pagine come nella grotta di Aladino, affascinato da tante meraviglie. Certo, della cucina valtellinese avevo sentito parlare, avevo fatto esperienze avvincenti, ma sempre limitate a un breve repertorio. Non sapevo che avesse tanta varietà e vivacità di piatti, credo che nessuno fino ad oggi avesse pensato di farne una raccolta completa, curiosa, entusiasmante, rigorosa, come questa. Son saltate fuori centinaia di ricette, mi pare; ma questo non è ancora niente: tutte son viste nel contesto del modo di vivere, dei costumi, delle vicende secolari, del favoloso ambiente naturale.

Guido Margiotta non è uomo di pentole, ma è uomo di cultura, di gusto: queste incredibili, numerosissime, quasi dimenticate ricette, è andato a cercarle, a catalogarle, dovunque qualcuno custodisse ancora la tradizione, l'arte. E ognuna l'ha studiata, l'ha messa a fuoco, nelle sue origini, nelle sue ragioni legate ad una evoluzione che strettamente deriva dalle necessità dell'esigenza, da quello che la terra alpina può dare e che l'uomo può allevare in una regione straordinariamente bella, solitaria, diversa. Così, anche il libro ha preso una sua struttura particolare; una serie di temi, sviluppati all'inizio, introducono ai modi e ai perché di questa cucina che reca tracce delle più antiche conquiste umane davanti a un fuoco. Basti pensare a tutta la storia della piota, che è il retaggio, unico in Italia e forse in tutto l'Occidente, delle ere in cui l'uomo primitivo cuoceva soltanto sulle pietre roventi.

Poi segue il ricettario vero e proprio, ma anche diviso in modo diverso dai soliti libri culinari, perché segue i settori naturali di questa tavola valtellinese, legata soprattutto ai formaggi, agli allevamenti ovisi, alla caccia, alla polenta, ai funghi, a pochi al-

tri vegetali. Ed ogni ricetta è estesa con rara semplicità e comunicativa, secondo le indicazioni dei vari artefici, - volta per volta scrupolosamente citati -; secondo anche le varianti suggerite dalla storia, dalla evoluzione generale della società montana. Eppure, - come mi ha confidato Margiotta -, tutto è nato quasi per caso. Fu un gruppo di signore che, un giorno, qualche anno fa, prese l'iniziativa di questa raccolta, di questa codificazione della cucina valtellinese. Ma le singole occupazioni, i diversi impegni familiari, i trasferimenti di sede, portarono il gruppo a disfarsi. Rimase solo, ma andò avanti, convinto, Guido Margiotta; che non è valtellinese, è figlio da un lato della Magna Grecia, dall'altra della opima terra padana. È andato avanti, credo si sia guadagnato qualche titolo di merito, da quest'altra sua terra adottiva.

Tornando all'indice, ecco le prime pagine di carattere storico in senso stretto, ma assai piacevoli, che sono in parte opera di Tarcisio Salice, ed è un vero godimento la parte che rievoca il menu offerto ai convitati il 19 giugno 1571 per festeggiare l'arciprete di Sondrio, come è addirittura poetica la ricostruzione del pranzo domenicale a Livigno. Alla piota, la lastra di pietra usata per tutta una speciale cucina, è dedicato, come dicevo, un capitolo speciale, che ci riporta alla notte dei tempi; mentre non potrei non apprezzare con animo amico sia il capitolo dedicato ai vini, sia il capitolo dedicato alla lavorazione del latte.

Sono tutti testi zeppi di curiosità, di aperture su modi di vivere, che sono anche modi di ragionare, di partecipare alla vita. Pensate che ancora oggi il siero del latte si chiama serum: la parola latina sopravvissuta, senza corruzione. Poi i discorsi delle castagne, che per secoli e secoli sono state la prima certezza di sostentamento umano; e dei funghi, una ricchezza che si raccoglie, ho letto, perfino sotto le prime nevi. Ecco, tutte queste esplorazioni, ricche di aneddoti, di esempi pratici, ti fanno capire meglio, ti introducono con spirito adatto al ricettario che riguarda minestre, poi carni, selvaggina e pesci d'acqua dolce, poi carni e ortaggi alla piota, e poi ancora polente e pasticci di patate, ancora insalate, bevande e preparazioni varie, infine i dolci. Vedete, anche questa suddivisione aiuta a capire, a perce-

pire un quadro. Qui le scoperte sono ancora tante, posso solo limitarmi a qualche esempio.

Non sapevo, appunto, che i veri pizzoccheri diano una leggera ebbrezza attribuita dai valtellinesi ai semi di papaverina contenuti nella fraina, cioè la farina nera. Ma voi, se non siete valtellinesi, avevate mai sentito parlare dei chiscìò, frittelle con farina nera, formaggio, birra, grappa, da non confondere con i celebrati sciat? Ecco una serie di tagliolini e tagliatelle, anche dei suggestivi ravioli di trota, e gnocchi di farina di castagne; una ricetta, questa, ricavata dal giornalino di una scuola elementare. Figuratevi lo scrupolo della ricerca condotta da Margioita. Tra le carni, resto con la voglia di provare gli oss de ciun (le ossa della schiena del maiale) in salamoia; oppure il borsai, che è un involucro di pelle di pecora, in cui si insaccano carne e grasso dello stesso animale, da cuocere a lessò, e che mi ricorda improvvisamente analoghe preparazioni nella cucina scozzese del montone; oppure anche i fagiani al carpione, la zuppa di trote.

Non è vero che si tratta di una cucina molto più ricca di quanto un ignaro poteva mai immaginare? E dobbiamo ancora affrontare la serie delle carni e degli ortaggi sulla piota, compreso uno stupendo « pollo alla roccia », tutte le polente e i pasticci di patate, alcuni con nomi di favola, come il malisc, che si fa con patate, fagioli, strutto. Né son da meno i capitoli ultimi su insalate e dolci. Vorrei ricordare, prima di chiudere, che il bel volume è completato da un glossario, che poi diventa a sua volta una piccola miniera di curiosità e di notizie. Ed è arricchito anche da una serie di guazzi, elegantissimi, in cui la pittrice Vittoria Personeni Quadrio rivive l'antica cucina valtellinese nei suoi ambienti, attrezzature, personaggi.¹

Vincenzo Buonassisi

¹ Le illustrazioni sono state omesse in questa versione digitalizzata.

Perché presento al pubblico questa raccolta di ricette valtellinesi

Sui sentieri del contrabbando, circa vent'anni orsono, quando i boschi della Valtellina profumavano più di tabacco che di caffè, ebbi modo di assaggiare alcuni cibi e bevande con un sapore del tutto nuovo per me, come il pan di segale, la polenta taragna, il bitto, il burro di malga, la panna fresca, le trote salmonate, il latte di pascolo e i generosi vini rossi. Poi gustai anche i pizzoccheri nelle loro varie sfumature di preparazione e così gli altri piatti tipici della valle.

Ma la mia era solo curiosità più che altro dovuta al piacere della tavola genuina che ancora conservo, non certo competenza specifica nell'arte del cucinare che altri, ben più esperti e qualificati, possono vantare.

La cucina di montagna - cioè - mi interessò come fatto di cultura, come conoscenza della gente della valle, rude, di poche parole, ma schietta e generosa.

Così, oltre al grande desiderio di vedermi sempre attorniato dalle magnifiche cime orobiche e retiche, ho voluto saperne di più sui piatti genuini, sostanziosi e sobri, creati col poco che può offrire una terra di montagna, fatti di grano saraceno, burro e formaggi di malga.

Con il mio successivo peregrinare per l'Italia credo di aver apprezzato spesso la cucina montanara valtellinese, proprio perché ho potuto confrontarla con quella opulenta emiliana e quelle più ricche e fantasiose del Piemonte, della Liguria e della Toscana.

Non intendo - però - proporre un paragone che non è né possibile né pensabile, perché quelle sono tra le migliori del nostro paese. Voglio solo cogliere, raffrontandole, l'essenzialità di quella valtellinese.

Essenziale sì, ma non poverissima come tanti hanno sostenuto

in questo mio svviare intorno alla gastronomia locale. È vero peraltro che essa è generalmente incentrata sui pochi piatti più conosciuti, ma è altrettanto vero che presenta una simpatica e curiosa varietà di ricette che sono cadute in disuso o che rivivono solamente nelle tradizioni di taluni centri della valle.

Ma povera o essenziale e comunque non sofisticata, è certamente una cucina felicemente ritrovata che merita di essere conosciuta, non fosse altro perché essa rende umana la condizione dei nostri tempi, non più adatti all'armonica riunione della gente attorno alla tavola imbandita; e ciò non tanto per consumare la banalità delle vivande, quanto per condirle con un pizzico di amore, di bontà, di bellezza, di semplicità e di fantasia.

Non si meravigli, il lettore, di queste mie affermazioni improntate ad apparente ingenuità, ma il mio desiderio è quello di far sorridere anche chi ne avesse perduta l'abitudine e di suscitare la critica non benevola di chi notasse l'inesattezza o Terrore di talune cose scritte o le ritenesse non propriamente di tradizione valtellinese.

Nell'evidenziare che molti firmatari delle ricette sono valtellini di nascita, mi dichiaro ben lieto di accogliere ogni suggerimento o correzione per migliorare od arricchire la raccolta che, mi auguro, possa incontrare principalmente il favore dei valtellini.

Al cortese lettore desidero precisare che questo mio lavoro non ha nessuna pretesa di perfezione, né tantomeno d'essere un trattato di arte culinaria o una guida pratica alla cucina locale. Ho inteso semplicemente, con esso, mettere assieme una raccolta, per quanto possibile fedele, di ricette valtelinesi autentiche, completate con alcune notazioni storico-aneddotiche che le riguardano. Mi sono prefisso, cioè, come unico scopo, quello di recuperare all'incessante evolversi del costume la tradizione viva e genuina della quasi perduta cucina montanara, ravvivandone il ricordo ai meno giovani e presentandola ai giovani nei suoi tratti salienti perché ne possano cogliere la schiettezza, la semplicità e la significativa capacità di adattarsi ad utilizzare tutto ciò che la natura le potesse offrire.

Il mio lavoro proprio in ciò ha richiesto un certo impegno, cioè nella ricerca paziente da articoli di stampa e da testi locali,

dalla viva voce di esperti e meno esperti, da buongustai, da massaie e da anziane signore che hanno avuto la bontà di esaudire le mie pressanti richieste di trascrivermi in appunti o dettarmi qualche loro conoscenza o ricordo, arrivando persino... a mettere mano in collezioni di ricette private.

Voglio qui ringraziare - pertanto - con tutta sincerità coloro che mi hanno consentito di realizzare questo sopito mio desiderio, esploso solo per puro caso in competizione con la signora Giovanna Hopps-Feola, che mi aveva più volte pungolato sull'argomento.

Nel ribadire il mio intendimento, invito il lettore a cimentarsi nelle prove delle ricette, anche in quelle desuete, sempreché sia in grado di reperire in loco gli ingredienti adatti, per meglio rinverdire, nella pratica, la tradizione.

* * *

Di valida guida mi è stato « Andar per crotti » di Emilio Gianni de Valpo (Epicuro), edito dall'Associazione dei valtellinesi in Milano nel 1952. In esso ho trovato la certezza di molti termini, la verifica di talune ricette e comunque tutta la toponomastica culinaria della Valtellina.

A differenza dell'«Andar per crotti», il mio non è un itinerario gastronomico-paesaggistico, ma, come dicevo dianzi, solo un tentativo di risvegliare in molti l'amore per la buona tavola locale.

Un grazie particolare va alla signora Vittoria Personeni Quadrio che con i suoi "guazzi" dà un tocco di vero pregio alla mia raccolta.

Tutti gli altri miei validissimi collaboratori li cito in ogni scritto da essi ispiratomi o fornitomi.

Di talune curiosità storico-letterarie intorno alla gastronomia e alle genti valtelinesi

Per meglio intendere le origini della cucina valtelinese mi sembrano significative talune notazioni storico-letterarie che ho raccolto nella biblioteca Pio Rajna di Villa Quadrio e per cortese concessione di Tarcisio Salice, attento e meticoloso osservatore dei fatti antichi di Valtellina e Valchiavenna.



Ritengo che questi pezzi, anche se visti a ritroso a mo' di zibaldone, ci offrano la motivazione storica e naturale circa l'uso di certi ingredienti e di certe usanze.

D'altra parte è evidente che l'isolamento della valle e le difficoltà degli scambi mercantili hanno sempre giocato un ruolo determinante per tutta l'economia locale e, conseguentemente, per la cucina, costretta a vivere col poco che un'agricoltura avara offriva solo a prezzo di grosse fatiche.

Ma sentiamo, per primo, Enrico Besta ne « Le valli dell'Adda e della Mera, 1955 » (vol. I, pag. 38) sul profilo che egli traccia dei valtelinesi, ancora oggi attuale:

« Comunque se pure il primo sfondo della psicologia valtelinesa risale ad un più antico strato etnico che non ci è stato possibile di qualificare con proprio nome, accanto ad esso fu potentissimo il suggello della civiltà ligure. Ai liguri le popolazioni valtelinesi si avvicinano per il loro carattere rude, realistico, noncurante di pompe e di frasi, tenace, così da rasentare l'ostinazione, tradizionalista e insieme ardito, industrie, laborioso. In diuturna lotta con le forze della natura, hanno saputo trar profitto di tutte, anche le minime risorse che la terra poteva dare. Dalle difficoltà venne la spinta ai rimedi ».

E poi ancora sulla valle (pagina 203):

« Amena la descrive il poeta (secondo la tradizione, il comense Brumamondo ²) ed atta alla cultura, ricca d'alberi e di viti generose, ricca di castagne, di frutta, di latticini. Ma insieme attribuiva alla abbondanza di papaveri un effetto saporifero che, fa nascere in noi il sospetto di una recondita ironia ».

E il poeta, nel suo « De bello cumano », infatti, dice:

*« Siede fra l'Alpi un'ubertosa valle
Che dicono Tellina; ma in vista lieta,
Ombreggiata di noci e di castani,
Ricca di biade, di vigne, di prati,
Popolata di greggi; ma di sonno
Apportator v'allignano abbondanti
I papaveri... ».*

E Tullio Bagiotti, nella « Storia economica della Valtellina e Valchiavenna », completa un quadro che già conosciamo quando, a pagina 295, così scrive:

« Le colture... erano sempre le stesse poche che nemmeno conoscevano il pur monotono volgere delle rotazioni. Spesso allivellate in perpetuità, non rispondevano nemmeno alle proporzioni familiari: tanto a granoturco e farina da polenta (e pizzoccheri), tanto a segale da pane, tanto a frumento, tanto a miglio e orzo per minestra. La melica, oggi umiliata alle scope da cucina e al mangime animale, aveva il posto del mais nella polenta e altre forme di cibi.

E poi le castagne e altri frutti silvestri come l'avellano. E i noci annosi, nei coltivi, che dileguavano il raccolto nel giro meridiano della loro ombra. Ma davano olio per i torchi, frequenti sino al secolo scorso, come quelli del vino. Perché l'olio degli ulivi del lago non arrivava quassù. E l'olio ci voleva, perché il “secondo piatto”, la gamella dove aveva appena fumato la minestra nostrana - oh lussuria! - alcuno saporiva col cacio, era insalata e pane ».

² Poeta del tutto sconosciuto, a ragione, e che solo il Besta cita!

La gastronomia valligiana alla luce della storia di Tarcisio Salice

In un articolo, apparso alla fine dello scorso anno su « Il Giornale di Chiavenna », scrivevo:

« *Bresàola, violin* - noti anche ai bormiesi sotto il nome di *slinzeghe* -, polenta *taragna* e *in fiùù, pizòcher de Tèj* e *sciatt*, gnocchi di patate e i non meno gustosi gnocchi di castagne o di zucche, *panon* natalizio, salumi di casa. Bitto e formaggio vecchio de caséra, accompagnati da un buon bicchiere di vino tipico valtellinese, costituiscono oggi i prodotti gastronomici più ricercati della provincia di Sondrio.

Si dirà che il panorama è piuttosto ristretto; ma in passato, date le difficoltà di commercio - geografiche e politiche - con la pianura padana, lo fu ancora di più, specie per la Valchiavenna. La gastronomia valligiana si trovò sempre legata alla necessità di adattare la propria cucina alle risorse agricole, offerte dalla zona montana; ma queste, prima che fossero introdotti il mais o granturco, il formentone o grano saraceno e, infine, nel secolo scorso, la patata, erano veramente modeste sia per qualità che per quantità.

Nei documenti d'archivio anteriori al Settecento non si parla d'altro che di vino, di castagne e marroni, verdi o pesti, di noci, di segale o spelta, di miglio e panico, di orzo o, più precisamente, di scandella o domèga, e di fagioli.

È ben vero che in un atto di locazione del 1488 compare anche un "pane giallo di frumento di circa dodici once", che si può forse considerare come il prototipo di quel *pan de mej o mein* che in qualche luogo si usa ancora; vero è pure che tra le spese fatte nel medesimo periodo per il capitolo di S. Lorenzo in Chiavenna, il canonico Antonio Lupi mette a registro anche l'acquisto di "fave tritate, ceci e carloni", intendendo forse designare con quest'ultimo nome una varietà di sorgo. Ma tali prodotti - compreso il frumento - provenivano dalla pianura padana

o dal porto di Genova. Dalla medesima zona stava affluendo in valle in misura sempre crescente il riso, diretto verso i paesi d'Oltralpe; ma pare che i chiavennaschi lo conoscessero quasi soltanto per le frequenti liti, cui il suo trasporto dava origine tra i vetturali di Mese e i grossi commercianti di Chiavenna, oppure tra i cavallari di Val S. Giacomo e quelli di Spluga.

Dopo il Mille, sotto lo stimolo dello sviluppo demografico, si era tentato di estendere nei dintorni di Chiavenna la coltivazione dei cereali a danno delle selve di castagno; ma l'esperimento non deve essere risultato proficuo, perché ben presto quei campi vennero trasformati in vigneti. La ragione sembra evidente: il castagno, gattane... permettendo, dà raccolti più abbondanti e il suo frutto si accorda meglio sia con le caratteristiche geofisiche e climatiche del territorio, sia con il latte e il vino.

A proposito della Val S. Giacomo, un anonimo geografo del Seicento scriveva: "Questa valle è povera di grano et senza vino, quasi tutta sassosa; ha castagne sin'a quattro miglia lontano da Chiavenna, sì che vivono di grassine ³".

Riferendosi in particolare a Madesimo e Isola, annotava: "Il territorio (del primo paese) è senza campi, ma vivono solo di latticini et carne... Abbonda (quello del secondo) di feno et legna; ma si stima un occhio alquanto di domèga per l'anno che matura".

Soltanto il piano di Mese, Gordona e Samolaco era giudicato "assai fertile di grano, fieno et castagne"; ma esso era "malsano", perché "l'aria era cattiva" e il vino "puoco et picciolo", ossia di bassa gradazione. Tuttavia non si immagini che al tempo della mietitura quel piano apparisse tutto biondeggiante di spighe di frumento.

La sussistenza, lasciata in eredità da un tal Bartolomeo del Cornino di Gordona nel 1455 ai suoi due figli ancora in età pupillare, assommava in tutto a quattro staia di segale e miglio - due per sorte -, quattro staia di panico "gossuto, debole", una mucca da latte, tre carri circa di fieno e tre brente di vino. E si

³ Il termine è utilizzato in molti significati che variano nel tempo e nei luoghi; impossibile capire che cosa si intenda in questo caso. Talvolta è usato per indicare cibi consistenti (carni, latticini), talvolta cibi meno quotati (insaccati, animali da cortile, frattaglie).

era soltanto al 29 dicembre. Evidentemente questa roba doveva bastare per il fabbisogno invernale e primaverile; a quello estivo avrebbero poi provveduto le piante da frutta e l'orto, che in effetti soleva fornire buoni minestroni e "macchi" non disprezzabili.

Vino, castagne, orzo, segale, frumento e ortaggi continuarono ad essere i prodotti principali dell'agricoltura valchiavennasca anche dopo la diffusione della patata per merito, si dice, di Alessandro Volta. Infatti la statistica ufficiale dei prodotti del suolo, eseguita nel 1847, dà per il distretto di Chiavenna ettolitri 6.517 di vino, 1.512 di castagne, 1.456 di "pomi di terra" - che son poi le patate -, ettolitri 817 di orzo (o domèga), 494 di segale, 278 di frumento, 266 di legumi e ortaggi. Dieci anni più tardi, mentre la produzione di vino calava, per colpa della crittogama, a ettolitri 1.075, quella di segale saliva a 1.150, quella di patate a 1.576 e quella di castagne a ettolitri 1.820.

Tali essendo le risorse, è ovvio che i benemeriti cultori dell'arte culinaria valligiana abbiano preferito rivolgere le loro attenzioni anzitutto ai prodotti della pastorizia: i latticini e le carni. Già nel Duecento i « caricatori d'alpe » solevano pagare l'affitto delle cascine al comune di Chiavenna in burro, formaggio e mascarpa ⁴. Da parte sua ancora il canonico Lupi attesta che sullo scorcio del Quattrocento erano in commercio a Chiavenna per lo meno tre tipi di formaggio: quello vecchio, d'alpe, quello fresco e il cacio pecorino.

Per conto suo, quando qualche suo chierico veniva ordinato sacerdote, preferiva offrirgli come regalo di "prima messa" un formaggio vecchio.

Più difficile da risolvere si presentò ai *nos bon vèc* il problema della conservazione delle carni. Quando, nel 1264, il vicario del podestà di Como, Accursio Cutica, fu incaricato dai Torriani di snidare da Teglio i ghibellini milanesi e comaschi, e i comuni di Chiavenna e di Piuro ricevettero l'ordine di assicurare all'esercito una provvigione di carne suina, costoro per trasportarla in Valtellina dovettero far fare in fretta e furia cinquanta lavaggi. Segno evidente che il sistema d'imbudellare le carni, regolate con sale e spezie, per farne salami, salsicce e cotechini

⁴ Ricotta

non era ancora conosciuto. È possibile che si sia appreso prima l'arte di preparare la bresàola e i *violini*. Infatti pare proprio che nel Quattrocento queste ottime specialità, che solleticarono anche la musa di Giovanni Bertacchi, fossero già in uso a Chiavenna. Tant'è vero che a tal Giovanni, vivente nel 1456, era stato affibbiato il nomignolo di "Carnesalata". La certezza d'un simile fatto, tanto importante per la storia gastronomica di Chiavenna, ci vien fornita ancora una volta dal nostro buon canonico Lupi, il quale in un libro mastro del 1498 annota d'aver acquistato in più riprese, per conto del capitolo di S. Lorenzo e dell'ex prevosto del Paterino Lorenzo Buttintrocchi, una manza, un bue e altri 85 kg. di carne con le corrispettive libbre di sale necessarie per prepararla. Quanto al vino, la natura stessa provvede ai chiavennaschi il mezzo di conservarlo: i crotti. Già nel Quattrocento ne possedeva uno in "Predezana" anche l'arciprete.

In proposito l'anonimo geografo secentesco, citato, rileva: "Li vini di questo Paese sono per il più mediocri, ma si conservano in cantine, fatte dalla natura nelle grotte della montagna vicina, con tanta freschezza, per il freddo spirante da spiracoli sotterranei, che nel maggior caldo paiono li vini agghiacciati; et li nobili hanno, appresso simil grotte, stanze commode, dove con l'amici vivono allegramente godendo tal fresco, qual supplice alla debolezza del vino". Aggiunge, però, non senza malizia che molti preferivano servirsi "del vino guidato da Valtellina".

Una cucina, dunque, a base di prodotti caseari, salumi, bresàole, violini, castagne, *pan de mej* e vino, quella dei chiavennaschi d'altri tempi. Ma non è detto che non possa essere gustata anche dai moderni buongustai, amanti di prodotti genuini.

Qui avevo deposto la penna, vuoi perché la mia ricerca aveva dovuto restringersi alla Valchiavenna, vuoi per mancanza di tempo e di spazio.

La riprendo oggi, dopo aver scorto le più che cento ricette di cucina, che Guido Margiotta è riuscito a scovare fin negli angoli più sperduti del territorio provinciale; esse mi hanno dato la misura di quanto fossero sommarie le mie cognizioni in fatto di gusti e d'ingegno inventivo dei gastronomi, miei convalliani.

Colmerò anzitutto alcune lacune. Discorrendo dei prodotti caseari, trascurai di dare giusto rilievo al formaggio grasso d'alpe,

ossia alla *formaggia* per eccellenza, ed alla relativa mascarpa. Eppure in atti notarili di fine Quattrocento esso appare già nettamente distinto da quello soltanto stagionato e salato. Dirò anzi che al tempo dei tempi l'unico vero "*caseus alpinus*" dovette essere quello grasso.

Che lo si sapesse manipolare anche in Valchiavenna - sulle alpi di Bodengo e di Codera, per esempio - è attestato da due affittanze del 1508 e 1624. Ma i casari, che nella lavorazione di esso raggiunsero il più alto grado di tecnica, furono quelli degli alpeggi valtelinesi, situati sul versante orobico, nelle alte convalli del Bitto e del Tartano o in Valmadre. Pare infatti siano stati loro a introdurre in Valtellina dai monti della Bergamasca la furbizia di dare al formaggio grasso d'alpe quel nobile color giallo, che poi divenne la caratteristica di qualche specialità. Ce lo rivela una "cronichetta" del Settecento, scoperta circa un secolo fa nel convento di Pescarenico presso Lecco. Tra le varie avvertenze, che i compilatori del manoscritto suggeriscono ai frati addetti alla questua, c'è anche questa: « Sarà bene che il R.P. Guardiano procuri un poco di *zafrano*, per dar al Cercatore, quando va ne' sodetti luoghi - i monti dell'alta Valsassina, attigui alla Valtellina, - perché alcuni bergamini lo desiderano, per dar il giallo alla *formaggia* ».

Di solito il formaggio grasso d'alpe veniva prodotto per essere esportato o per esser offerto in dono a qualche personaggio, particolarmente importante, di passaggio per la valle. Alla fine del Cinquecento l'esportazione di esso verso le città della Sere-nissima, attraverso il passo di S. Marco, era già così fiorente da far temere a qualche magistrato grigione che potesse vincere la concorrenza col formaggio engadinese.

È noto che la specialità più famosa del formaggio grasso d'alpe è il bitto. A proposito del quale, Stefano Jacini, trattando nel 1858 delle possibilità commerciali della provincia di Sondrio, scriveva testualmente: « Gli eccellenti formaggi del Bitto... bastano a mostrare che cosa la Valtellina sarebbe in grado di offrire ». Essi, però, venivano sottratti quasi interamente al consumo locale.

Circa le "carni salate" aggiungerò che la documentazione relativa risale, anche per la Valtellina, ad epoca remota. Per esem-

plificare, citerò soltanto alcuni atti: di una fornitura di “carni” da trasportare lontano a dorso di mulo è memoria in un precetto feudale del giugno 1284 interessante Poschiavo; invece, di “carni salate” si parla più specificatamente in un lodo divisionale di beni, emanato nel febbraio del 1439 a Berbenno di Valtellina, e in uno statuto del 1467 riguardante le provviste per i castelli. Sia nella valle dell’Adda che in quella del Mera alla fine del Cinquecento era ancora « grandissima copia » di « bestiame da beccaria »; ce lo assicura il capitano veneto Da Lezze. E ben possiamo credere che i gastronomi valligiani l’abbiano saputo utilizzare a dovere. A meno che fosse anch’esso per la maggior parte esportato. Che ce ne fosse in abbondanza, lo si deduce anche dai prezzi: un vitello di tre pesi e sei libbre venne valutato a Berbenno nel 1577 L. 3 e soldi 19, un capretto una lira.

Tra i prodotti, elencati nell’articolo surriferito, non compaiono quelli della caccia e della pesca: dimenticanza imperdonabile, quando si pensi che la Valtellina e la Valchiavenna furono ab immemorabili ricchissime di peschiere e di selvaggina. A proposito di quest’ultima un cronista scriveva nei primi anni del secolo scorso: « Nel territorio valtellinese vi sono: francolini, galli di montagna, coturnici, roncacci, starne, e ne’ tempi di passato beccacce, quaglie, daini, lepri, volpi, ed anche orsi, lupi ecc. ». Ma pare, che tutto o la maggior parte di questo ben di Dio fosse riservata ai signori!

In Valtellina non mancava neppure il frumento. Non solo, ma da Colico a Tirano, almeno, fu sempre possibile far succedere alle colture della segale e del frumento quelle del grano saraceno, della patata, delle rape, che costituivano un secondo raccolto nella stessa estate; oppure gli erbai da foraggio, quali il trifoglio. Gli ortaggi, invece, di solito, venivano coltivati soltanto per uso familiare. In molti paesi poi se ne conoscevano pochissime varietà. Parlare di zucchini, di carote, di cavolfiori ancora quarant’anni fa era come discorrere di Carneade: o erano sconosciuti affatto, o non piacevano o non si conosceva il modo di cucinarli. L’orto serviva soprattutto per la cicoria, le insalate, le coste o *menegolsc*, la salvia, il basilico, la menta e “l’erba de S. Pe-

dru”⁵. Oppure per qualche spalliera di uva *ostana*.⁶

⁵ È il *Tanacetum balsamita*, noto anche come menta romana, erba amara, erba buona, erba della madonna, erba di san Pietro, erba di santa Maria, fritola o menta greca.

⁶ Uva bianca detta agostana o agostina, nota in Svizzera.

Il menù dell'arciprete

Grazie alla ricerca appassionata di Tarcisio Salice ho potuto ricostruire, o quanto meno immaginare, il pranzo che l'arciprete di Sondrio, Gian Giacomo Pusterla, offrì ai suoi invitati il 19 giugno 1571, proprio nel giorno dei santi Gervaso e Protaso, patroni di Sondrio, per festeggiare la sua elezione ad arciprete avvenuta il 14 aprile 1569.

È bene precisare che tale nomina era stata salutata dai contemporanei e specialmente dai concittadini sondriesi dell'arciprete come una vittoria del clero indigeno su quello forestiero. Il desiderio di tutti di solennizzare la vittoria con un pranzo degno dell'avvenimento non poté, però, essere subito esaudito perché gli anni 1569 e 1570 furono di grande carestia per cui si rese necessario rimandare il banchetto fino al martedì 19 giugno 1571. Ad esso parteciparono quindici preti ed un numero imprecisato di parenti ed amici.

Ed ecco la lista della spesa che il festeggiato ha tramandato in latino notarile del tempo, in un quadernetto manoscritto dell'archivio parrocchiale di Sondrio, denominato « Liber, Sive Codicillus Memorialium ». Sotto la voce « Nota expensarum factarum dieta die » si legge:

« In primis in pollastris 14, L. 5, soldi 8 - Item columbis 15, L. 4, soldi 10 - Item in vitulo uno integro, L. 7, soldi 5 - Item in quarto alterius vituli, L. 1, soldi 15 - Item in pane frumenti, L. 6, soldi 10 - Item in quartariis duobus sichalis et quartario uno frumenti, quae emi pro faciendo pane frumentate pro familia, L. 13 - Item in caseo uno Agnedine, L. 6, soldi 12 - Item in Zaccaro onzarum 27, L. 3, soldi 2, denar. 6 - Item in lignis, L. 2 - Item in lipris 2 buttiri, L. -, soldi 16, Item in lipra 1 lardi, L. -, soldi 15 - Item in trocta 1 integra ad rationem soldorum 15 pro lipra, et erat liprarum octo, I. 7, soldi 4

Item in pharmacis, L. 1, soldi 10.

Ommissis caponibus tribus, gallina una, salsitijs, carnibus salsis,

et vino ac aliis quae erant in domo ».

Tradotta in italiano, la « nota delle spese fatte in quel giorno » dice così:

« Anzitutto per n. 14 pollastri L. 5 e soldi 8. - Parimenti, per n. 15 colombi L. 4 e soldi 10. - Similmente, per un vitello intero L. 7 e soldi 5. - Parimenti, per un quarto di un altro vitello L. 1 e soldi 15. - Ancora, per pane di frumento L. 6 e soldi 10. - Similmente per due quartari di segale (pari a litri 36 circa) e un quartaro di frumento (pari a litri 18 circa), che comprai per fare del pane “frumentato” per la servitù di famiglia, L. 13. - Parimenti, per una forma di formaggio d’Engadina L. 6 e soldi 12. - Ancora, per once 27 di zucchero (pari ad ettogrammi 7 circa) L. 3, soldi 2 e denari 6. - Similmente, per legna da ardere L. 2. - Parimenti per 2 libbre di burro (pari a circa 1 kg. e mezzo), soldi 16. - Similmente, per 1 libbra di lardo (pari a kg. 0,798), soldi 15. - Ancora, per una trota intera, al prezzo di soldi 15 la libbra, la trota pesava otto libbre (pari a kg. 6,400), L. 7 e soldi 4. - Similmente, per spezie L. 1 e soldi 10. - Ometto i tre capponi, la gallina, le salsicce, le carni salate, il vino e le altre cibarie, che già tenevo in casa ».

Tento di costruire alla meglio il menù dell’arciprete come segue:

- antipasto di carni salate (ovvero bresàola e slinzega) e ⁴ salsicce;
- brodo di capponi e gallina;
- pollastri e colombi alla piota;
- vitello arrosto al forno di campagna;
- trota lessata alla salvia;
- formaggio d’Engadina;
- vino robusto di Valtellina;
- pane di segale;
- focaccia zuccherata tipo curnat di Grosio o gordonese;
- bevanda calda zuccherata.



Non pago e comunque non soddisfatto della mia ricostruzione, ho sottoposto la nota della spesa a Renato Sozzani il quale ha inteso così interpretarla:

« Il menù come noi lo intendiamo oggi, cioè il classico cartoncino, comparve sulle tavole solo nell'ottocento, spesso corredato da nomi di persone, artisti, gastronomi, letterati, cuochi di fama internazionale o da avvenimenti storici.

Nel cinquecento e nel seicento - però - era consuetudine presentare i conti della spesa sostenuta per l'acquisto delle vivande occorrenti all'allestimento del banchetto oppure il piano di lavoro indicante l'ordine cronologico in cui venivano presentati a tavola i vari piatti. D'altra parte era impossibile sistemare sulle tavole grossi cartoni che comprendessero tutte le portate del banchetto che, solitamente, era di tale ampiezza e ricchezza da far rimanere sbalorditi.

Ora, tornando al menù dell'arciprete Pusterla, si può pure pensare che, a causa dei precedenti anni di carestia, il pranzo fosse stato predisposto con estrema semplicità cos' come lo tratteggia Guido Margiotta.

Se invece il prelado, poniamo, avesse viaggiato presso corti di duchi e di ricchi signori e, soprattutto, come la storia d'epoca ci dice, fosse stato uno dei tanti religiosi buongustai, con un pizzico di fantasia il pranzo potrebbe essere stato questo:

Prima vivanda

- carni salate;
- fette di salame fritte nello zucchero;
- colombi 16 ripieni con le verze e le salsicce;
- capponi 8 disossati e arrostiti al miele;
- fegatelli dei capponi e dei pollastri su frittelle di frumento;
- testina di vitello coi pinoli, il vin santo e le erbe dell'orto;
- garretti di vitello freddi con la loro gelatina ai ribes.

Seconda vivanda

- *broda* con fette di pan di segale e profumo di sedano, fatte con le galline e i restanti capponi;
- trota gigante cotta nelle erbe e servita con l'insalata di montagna;
- frittelle di frumento cotte nel lardo con il formaggio d'Engadina (antenati degli *sciatti*);
- filoncelli e cervella in agro.

Terza vivanda

- parti avanti del vitello, tagliate a tocchetti e cotte nel *lavec* di

Valmalenco con le spezie;

- salsicce e pollastri rosolati alla brace di legna con salsa di uva passita;
- cosce di vitello allo spiedo di legna di cembro e tortelli di mele;
- fegato e coratella con le cipollette e le spezie cotte nella pasta di frumento in forme del pane;
- formaggio d'Engadina con le pere guaste d'inverno (a quel tempo, una ghiottoneria);
- lattuga dell'orto; e, per finire:
- ciliege del frutteto;
- acqua zuccherata e pomi allo sciroppo.

Per la frutta e la verdura di cui non vi è cenno nella nota della spesa ed incluse da Renato Sozzani nel suo simpaticissimo *piano di lavoro*, è lecito pensare che l'arciprete le abbia prelevate dal suo frutteto e dal suo orto, dimenticandone l'annotazione sul proprio quadernetto manoscritto.

Il pranzo domenicale a Livigno

Croce e delizia della Valtellina, Livigno è un borgo singolare ed affascinante d'alta quota.

Paese povero per natura, per tradizione e... per legge, oggi, riscattato dall'isolamento e - si può ben dire - dalla povertà, è as-surto alla fama del turismo internazionale, guadagnandosi pure l'appellativo di Tangeri d'Italia per la finzione giuridica che lo pone al di fuori del territorio doganale dello Stato. L'esplosione di Livigno è senz'altro frutto dell'ultimo convulso progresso politico-economico perché, effettivamente, le sue risorse, sino a non molti anni addietro, erano limitate alla produzione foraggera (con un solo sfalcio annuo) e all'allevamento dei bovini.

In questo suggestivo ambiente, dove le tradizioni e i costumi di un tempo convivono con il progresso turistico-estivo e sportivo-invernale, la culinaria presenta piatti moderni di sapore non italiano assieme a vecchie specialità. Ciò mi ha creato un iniziale disagio nella scelta delle ricette da inserire nella mia raccolta, che io ho risolto nell'optare subito per le vivande di certa origine montanara e comunque autenticamente livignasche.

Apprendo così, tra l'altro, che una delle tradizioni ancor oggi più vive è quella del pranzo domenicale, che le famiglie locali conservano nelle loro abitudini alimentari, orchestrate con rituale puntualità dalla padrona di casa.

Questa, alle nove del mattino, attacca al camino il *bronz* contenente almeno dieci litri d'acqua; primo atto, vi cala talune ossa tenute ad essiccare per sette od otto mesi nel solaio, all'aria sferzante e secca di montagna.

Appena nell'acqua, esse emanano un iniziale e repellente odore che diventa man mano più accettabile, quasi gradevole e, infine, addirittura appetibile. Fatto sta che questo diffuso olezzo accompagna le operazioni mattutine della famiglia. Gli uomini, i ragazzi e il patriarca, messisi a punto nell'abito e nella persona, sono pronti ad uscir di casa e portarsi in chiesa per la messa cantata.

La *regiura*, intanto, avendo già assolto di buon'ora il proprio ob-

bligo religioso, prosegue con impegno nel suo lavoro in cucina. Versa così nel *bronz* i *borsai* che ha appena finito di cucire con ago e cotone forte incolore. Sono i *borsai*, per chi non lo sapesse, specie di borsellini del peso di 300-400 grammi, fatti con pezzi di pelle di pecora nel cui interno viene ricucito un impasto di carne e grasso dello stesso animale. Il piatto però non fa parte del pranzo del giorno perché esso viene preventivamente cucinato alla domenica per le settimane avvenire. Infatti, solo parzialmente cotti e subito rimossi dal brodo, i *borsai* vengono annegati in grasso animale sciolto, contenuto in vasi di terracotta (*brentel*), dove si conservano per mesi.

Il brodo bollente, ora grasso e succulento, riceve i *potol* che la *regiura* ha preparato mentre vi cuocevano i *borsat*. I *potol* sono polpette fatte con farine bianca e gialla, il lardo o la pancetta, le uova, i ciccioli e, volendo, qualche castagna secca già cotta e un po' d'uva passita, il tutto impastato con latte e brodo.

Assieme ai *potol* la padrona di casa cala pure le cotenne della pancetta che, in parte, sono consumate in giornata e, le rimanenti, nel corso della settimana. Ella non ricorre alla sacca di tela per tenere integre le polpette nel brodo bollente perché, qui sta la sua bravura, è riuscita a legare a giusta consistenza l'impasto con le uova, le farine e qualche suo esclusivo tocco segreto.

Il più è fatto. Restano da cuocere solo le patate, peraltro già pronte nel panierino vicino all'altro *bronz* con l'acqua calda. La *regiura*, dopo averle ben lavate, le mette in acqua senza sbucciarle. Quasi subito si sente un odore di campo che si confonde con quello dei *potol* e dei peli bruciati; sì, perché prima di riempire i *borsat* con l'impasto, i peli della pelle di pecora sono stati bruciati sul fuoco vivo.

A mezzogiorno, mentre si imbandisce la tavola gli uomini sono in piazza per il commento ai fatti del giorno e delle novità del paese.

Poi, il rientro al tepore della casa in un rinnovato miscuglio di sensazioni indefinibili.

Intorno al desco, la famiglia livignasca consuma le vivande e l'insalata di campo, condite di... tanta semplicità.

I ragazzi, soddisfatta la loro spontanea avidità, si allontanano mangiucchiando qualche cioccolata svizzera, mentre gli adulti,

come si conviene ai buoni montanari, chiudono il pranzo con la *puzza di vacca*, cioè con il formaggio vecchio d'alpe dai colori tenui e dal sapore esaltato da un buon bicchiere di vino rosso di valle.

Una mela di Baruffimi addolcisce la bocca e, per i soli uomini, il gusto finale di una ricca fumata di nuovo tabacco, tolto quello stantìo, il *bagol*, dal fornello della pipa.

Il rito, a questo punto, rende persino superflua la degustazione del caffè, dei tonici e dei liquori che pure la novella Tangeri offre ai commensali nelle più svariate qualità estere.

La piota

Cos'è la piota? È una roccia di beola (griastra), serpentino (verdognolo) o ardesia che, opportunamente sagomata in forma di lastra rettangolare, viene usata sul fuoco per la cottura delle vivande. Nel chiavennasco è detta anche “beola paiosa” perché è ricavata da un tipo di roccia grigia nelle cave di Villa di Chiavenna e di Premontogno, in Val Bregaglia.

Nella Valmalenco si usa l'ardesia così come, nella forma e nello spessore, viene prodotta nelle cave di Costi per la copertura dei tetti. Essendo, questa, una roccia friabile è più facile alla rottura allorquando viene a contatto con il fuoco, ma altrettanto efficace nel condurre e mantenere il calore ⁷.

A proposito dello spessore e della conduzione del calore lungo l'intera superficie, sostengono Claudia ed Alfredo Persenico, che la piota deve essere spessa almeno 4 o 5 centimetri circa e *morbida*; perciò va adoperata preferibilmente quella di roccia serpentino con striature di amianto.

Infatti è proprio l'amianto che distribuisce uniformemente e costantemente il calore.

Ma serpentino, beola o ardesia, la piota usata nel crotto di Giovanni Premerlani a Chiavenna è perfetta, oramai *matura* come afferma Cesare Via, un vero cultore e profondo conoscitore della lastra e del suo uso. Egli prescrive che quando la piota è nuova, quando cioè la si adoperava per la prima volta, va preparata con lardo o altro grasso di maiale oppure, in mancanza, con grasso di manzo.

Come va condotto il trattamento iniziale? Semplice. La lastra va cosparsa con il grasso e quindi riscaldata adagio, adagio per un paio d'ore affinché possa assorbire l'unto ed “ammorbidirsi”.

Essa diventa *matura*, come spiega ancora Cesare Via, dopo che è

⁷ Né va dimenticata la pietra ollare della Valmalenco, più pregiata delle altre. Porosa, mantiene a lungo il calore. Non va mai raffreddata o lavata con acqua, ma lasciata che perda il calore da sola. Con la ollare si fanno artigianalmente piccole piote tonde da usare in casa sul gas e che non producono fumo.

stata più volte *sacrificata* al fuoco.

Solo il suo prolungato uso potrà assicurarne la resistenza al fuoco e l'elasticità. Dopo averne accertata la *maturazione*, va impalcata, cioè racchiusa in una armatura rettangolare di ferro che ne contorna i lati e prosegue con i quattro piedi, sì da poterla appoggiare sul camino del crotto o della malga o, se si preferisce, nel giardino della villa. La si può anche trasportare in macchina per le passeggiate domenicali, sia in montagna che al mare.

Infine, dice Cesare Via con fare accorato, la piota, sia quando viene iniziata al sacrificio, sia dopo la *maturazione*, non va mai lavata con acqua, vino o aceto, ma semplicemente scaldata sulla brace e ripulita con uno strofinaccio, o meglio, con della comune carta da pane.⁸

Ma quante accortezze, si dirà. Forse solo chi ha già avuto la fortunata occasione di sperimentare o comunque di assaggiare i cibi alla piota, sa che questa offre l'incomparabile vantaggio di poter servire a tavola piatti con un sapore diverso, quasi nuovo per la gente d'oggi, dimentica com'è di quello degli anni addietro.

I cibi cotti sulla pietra conservano intatti i sapori naturali degli ingredienti e i loro valori nutritivi e proteici, lasciando sulla piastra il grasso superfluo ed esaltando l'impiego delle spezie e delle erbe aromatiche.

La cottura sulla piota - infatti - non necessita di condimenti (olio, burro, strutto...)⁹ se non per una quantità minima in quelle ricette che li prescrivono.

Il suo uso, infine, comporta assoluta assenza di fumo e di odori non graditi (quelli buoni fanno pregustare il cibo durante la cottura) e il non trascurabile vantaggio igienico-sanitario di non mettere i cibi a diretto contatto con la fiamma.

⁸ Quanto esposto è riferito ad una piota "casalinga"; la piota di un crotto importante è un lastrone che supera il quintale di peso, che richiede molte ore per arrivare in temperatura e che altrettanto lentamente la disperde.

⁹

Cibi alla piota

Come si diceva, la piota ci fa ritrovare sapori genuini altrimenti dimenticati. Questo tipo di cottura rudimentale non è necessariamente realizzabile nella bella stagione o all'aperto ma anche d'autunno e d'inverno nel camino del crotto o della casa di montagna e, perché no, di città.

Naturalmente, sulla piota, oltre ai cibi che verranno appresso indicati, si possono cuocere le bistecche, la polenta, il fegato, il filetto di manzo, le salsicce, le melanzane, i pomodori ed alcuni tipi di frutta, come le banane e le mele.

Infine, il pesce cotto sulla pietra ha un gusto unico che è differente da quello ottenuto con altri tipi di cottura (forno, padella, griglia...) per cui, potendo disporre della piota al mare, è un'esperienza nuova che riscuote un sicuro successo tra gli amici.

È bene precisare che, essendo le preparazioni alla roccia estremamente semplici, è richiesto l'uso di ingredienti qualitativamente ottimi e, come si diceva, pochissimo condimento in quanto, laddove è necessario, si sfrutta quello proprio dei cibi. Va pure aggiunta l'abilità e l'esperienza di chi è addetto alla cottura, alla scelta dei combustibili e dell'attrezzatura nonché all'osservanza dei tempi di cottura che non sono sempre tassativi.

Il combustibile da adoperare richiede qualche parola. Si usa naturalmente la legna. È preferibile il faggio, la vite o la quercia. Sono da evitare il castagno perché fa fumo, e il pino e l'altro legname resinoso perché altererebbe il gusto delle vivande. Prima di iniziare la cottura dei cibi è bene che si sia formata nel fornello la brace. Poi il fuoco va man mano ravvivato evitando le fiamme prolungate e regolando il calore a seconda del cibo o dei cibi che si stanno cuocendo. Va pure tenuto presente che per le carni rosse il fuoco deve essere vivo, così pure per i grossi pesci mentre deve essere moderato per le altre vivande. È bene, infine,

aromatizzare il fuoco gettando sulle braci taluni aromi che si hanno sempre a portata di mano, come il lauro, il rosmarino o la bacca di ginepro. Questo però a cottura quasi ultimata.

Un'ultima notazione: generalmente i cibi non si salano durante la cottura ma solo in tavola. Ciò proprio per meglio gustare i loro sapori originali.

Profilo dei vini di Valtellina

Notizie e dati di Gim Pini e Luigi Anghileri

La rinomanza dei vini di Valtellina ha sempre valicato - nel tempo - i confini della provincia così come la storia dei torchi pure risale lontana. Stretti con viti di legno, i torchi valtelinesi non ebbero la ventura di una vite con madre vite di acciaio. Solo ai cerchi delle botti, e non era poco, è arrivata la lavorazione del metallo. ¹⁰

Il vino è sempre stato la voce più consistente del commercio locale anche se la produzione non ha mai raggiunto alti livelli.

L'ostinato valligiano ha duramente lavorato « le petrose zone pregiate » affrontando ogni sorta di difficoltà per ricavare sulle costiere i numerosi terrazzi di vigneti.

Si racconta malignamente, a proposito del commercio del vino, che i contadini, al momento della vendita del loro prodotto, fossero soliti invitare gli acquirenti *nell'involt* di casa, dove facevano loro assaggiare abbondanti porzioni di formaggio locale stagionato. Solo dopo tale interessata cortesia gli porgevano il boccale con il vino da degustare. Ciò perché, come è noto, il vino bevuto dopo aver mangiato il formaggio non presenta difetti, risultando, anzi, esaltato nelle sue caratteristiche organolettiche.

L'ambiente viticolo si estende lungo una fascia di quaranta chilometri da Ardenno a Tirano, passando da Sondrio, Montagna, Tresivio, Ponte, Chiuro e Teglio e comprendendo alcune zone di Villa di Tirano e Albosaggia sulle pendici orobiche. La zona a denominazione di origine controllata (Doc) è inclusa in una superficie di 2.200 ettari di terreno con 2.250 aziende inserite nell'albo per il « Valtellina » e circa 1.250 per il « Valtellina superiore ».

Quest'ultimo vino trae la sua origine da talune località ben circoscritte e conosciute quali - appunto - Sassella, Grumello, Inferno

¹⁰ Tullio Baggiotti, « Storia economica della Valtellina e Valchiavenna », 1958

e Valgella.



Valtellina

Prodotto in tutta la fascia viticola collinare e pedemontana della valle, il « Valtellina » è un vino rosso che si ottiene unendo almeno il 70% di uva della vite chiavennasca ¹¹ con uva di pinot nero, merlot, rossola, pignola valtelinese e brugnola, - con una resa di uva consentita per ogni ettaro di 120 quintali-.

All'esame organolettico si presenta di colore rosso e rubino vivace, di profumo sottile e persistente che tende alla fragola e alla viola e di sapore asciutto, netto e pieno; tannico inizialmente, si affina con l'invecchiamento. Ha una acidità totale minima del 5 per mille e una alcolicità minima di 10° e, media al consumo, tra gli 11° e gli 11,50°.

Per disposizione di legge il « Valtellina » deve essere sottoposto ad invecchiamento per almeno un anno prima di essere commercializzato.

Poi si mantiene bene anche in bottiglia, migliorando fra i due e i quattro anni d'età.

Vino fine e di razza trova ottimo abbinamento con i salumi, le minestre asciutte, i pizzoccheri, il pollame e le carni bianche.

Valtellina superiore

Viene prodotto in quattro zone ben delimitate nei contorni geografici: Sassella, Inferno, Grumello e Valgella.

A differenza del « Valtellina » il « superiore » si ottiene con predominanza di uve del vitigno nebbiolo, in loco chiavennasca, con l'aggiunta, fino ad un massimo del 5%, di pignola, rossola e brugnola; ha una resa massima di uva consentita per ogni ettaro di 100 quintali, ma in molti anni la resa risulta minore e viene stabilita, appena prima della vendemmia, in base alle stime dell'ispettorato agrario. Ha diritto alla sua qualificazione se invecchiato per almeno due anni di cui almeno uno in botti di legno.

All'esame organolettico, il vino assume, con l'invecchiamento,

¹¹ Vale a dire nebbiolo.

un colore arancione brillante; ha un profumo completo e distinto, quasi resinato, che rammenta la nocciola, molto persistente. Il sapore è asciutto, leggermente tannico, austero, vellutato, armonico e caratteristico, proprio dei grandi vini.

Dopo quattro anni di invecchiamento, il « Valtellina superiore » può fregiarsi della dizione « riserva ».

A tavola trova accostamento coi grandi arrostiti, con la cacciagione e i formaggi forti. Va stappato due ore prima della sua mescita e servito alla temperatura di 20°.

Se invecchiato a lungo, per ossigenarlo, va decantato in una caraffa di vetro. Sprigiona, in tal caso, un profumo intenso e favoloso.

Sassella

La zona tipica del Sassella è la fascia collinare del comune di Sondrio, a destra della strada nazionale scendendo da est a ovest, con epicentro nella località « Madonna della Sassella ». È certamente il più conosciuto dei vini « Valtellina superiore » e deriva, come gli altri tre confratelli, dal vitigno nebbiolo o uva chiavennasca con minima aggiunta di altre uve.

Vino limpido brillante e di colore rubino tendente al granata; di profumo sottile, intenso e persistente, caratteristico. Di sapore secco, austero, armonico, gradevole e leggermente tannico, ben si sposa con la selvaggina di pelo, la cacciagione, il pollame e le carni rosse.

Grumello

Da ovest verso est, oltre Sondrio, vi è lo spuntone del Grumello, sullo sfondo delle alpi Retiche. È la fascia collinare che si estende tra il capoluogo e il torrente Davaglione, sulla destra dell'Adda.

Il Grumello è un vino brillante che si presenta di colore rubino vivace tendente al granata. Il suo profumo è sottile, persistente ed intenso con lieve fondo di fragole. Con l'invecchiamento si affina e diventa sempre più gradevole.

Di sapore secco, austero, armonico e caldo-vellutato, si accompagna agli arrostiti e ai formaggi di pasta dura e ben si adatta alle carni sia bianche che rosse.

È maestro nell'armonizzare le specialità della cucina locale.

Inferno

Dal torrente Davaglione a Tresivio si estende il dosso dell'Inferno, comprendendo, sempre sulla destra dell'Adda, la solatia zona di Poggiridenti.

L'Inferno è un vino limpidissimo dal colore rosso rubino con tendenza al granata.

Ha un profumo persistente che diviene più sottile ed intenso con l'invecchiamento. Di sapore asciutto, leggermente tannico, austero, armonico e con fondo nocciola, è indicato nell'accompagnare gli arrosti di carni bianche e rosse, il miglior pollame, la cacciagione e la selvaggina. Ottimo con la polenta taragna e i formaggi locali.

Valgella

La zona Valgella va da Chiuro a Tresenda e comprende parte dei colli di Teglio con esposizione a mezzogiorno.

Le caratteristiche di questo vino non si discostano da quelle degli altri « Valtellina superiore ».

Il colore è rosso-rubino tendente al granata; è brillante, di profumo, intenso, sottile e caratteristico. Di sapore secco ed armonico, si adatta bene alla carne di pollame, al coniglio e al vitello. Si accosta felicemente alle minestre asciutte, ai pizzoccheri, agli arrosti e agli umidi.

Sforzato (Sfursat)

Questo vino viene prodotto lasciando appassire le uve su dei graticci per almeno due mesi, tanto che si vinifica in gennaio. L'appassimento produce per naturale disidratazione una concentrazione del tenore zuccherino tale che lo *Sfursat* nasce con una gradazione alcolica intorno ai 15 gradi e, per disciplinare, non può avere poi in bottiglia meno di 14,5 gradi alcolici.

Il sapore è asciutto, alcolico, vellutato con sentori di passito, austero e armonico. Vino aristocratico e di gran pregio, trova felice connubio con gli arrosti e la selvaggina nobile.

Fracia

Viene prodotto nei vigneti della parte sud ovest del Valgella; è quindi un « Valtellina superiore ».

È un vino di colore rosso rubino vivace, con tendenza al granata, di profumo persistente al nocciola e di sapore armonico « che ben si armonizza al tono caldo delle salse che accompagnano gli arrostiti, i bolliti, le trotelle, i legumi e le uova ».

Altri vini

Tra i rossi pregiati vanno pure ricordati il Maroggia di Castione, S. Pietro e il Villa di Villa di Tirano.

Non vi sono vini bianchi valtellinesi ad origine controllata in quanto i vitigni di uva bianca sono quasi inesistenti in valle.

La lavorazione del latte

Notizie e dati di Piero Baggini

Alla fine del mese di maggio i contadini valtellinesi portano le mucche negli alpeggi, loro assegnati dai comuni proprietari dei pascoli.

Oggi tale pratica pastorizia è meno diffusa di un tempo. Solo sino a vent'anni addietro ogni alpeggio ospitava da 60-70 fino a 200 capi di bestiame, comprese le mucche da latte, i vitelli, le manzette e i torelli, mentre le attuali mandrie generalmente non superano le cinquanta unità.

Sono addetti al bestiame quattro pastori, compreso il capo, cui è affidata la conduzione dell'alpeggio. In ogni rilievo montuoso, gli alpeggi sono due. Il primo, l'alpeggio propriamente detto, è posto ad una quota tra i 1600 e i 1900 metri; il secondo, il *maggengo* (dall'epoca del trasferimento), tra i 1100 e i 1300 metri di altitudine.

Oltre al pascolo, l'alpeggio comprende una serie di baite destinate al ricovero dei pastori, degli attrezzi da lavoro e al deposito dei prodotti.

In questo ambiente che Vittoria Personeni Quadrio¹², con mano felice, rende visivamente nei suoi *guazzi*, si producono i formaggi ottenuti dalla manipolazione del latte all'aria sterile d'alta quota.

Il latte fornito dalle due mungiture giornaliere, raccolto in larghi e bassi recipienti di rame stagnato (*stagnai*), viene riposto nel *casel del lace*, direttamente sull'acqua che scorre sul pavimento sterrato di questo baitello, per ottenere il massimo affioramento di panna e la costante refrigerazione dello stesso latte.

I momenti della lavorazione si susseguono, immobili nel tempo da sempre, come un rito. Il prodotto si lavora o, come si dice in gergo *se cagia*, una volta ogni due giorni. Il primo atto consiste

¹² Come ricordato, le illustrazioni del testo originale sono state omesse.

nel togliere la panna con la *spanarola* dai diversi *stagnai*. Così raccolta, essa viene posta nella *penagia*, la zangola a stantuffo, o nel *penagg*, la zangola a rotazione, dove viene lavorata, per ottenere il burro, da uno dei pastori che sappia imprimere un ritmo preciso e costante allo stantuffo o alla ruota. Materialmente preso con le mani dalla zangola, il burro, sempre manualmente, viene lavorato nell'acqua corrente e battuto spesso con la *paleta*, un legno con impugnatura, liscio da una parte e con disegni a rilievo dall'altra (stelle alpine, mucche o semplici quadratini). Poi, con la stessa *paleta* si prepara un pane di burro unico e compatto, a forma quadrata, detto *mota*.



Intanto nella cascina, che è un po' la baita "comando" dell'alpeggio, si riscalda il latte in una grande pentola di rame della capienza variabile da 50 a 10 litri, la cosiddetta *caldera*, per dare inizio alla preparazione del formaggio.

A questa delicata fase deve necessariamente assistere il casaro perché sta proprio nelle sue capacità ed abilità la buona riuscita dell'operazione. Egli, infatti, deve scegliere il preciso momento per gettare nel latte, alla giusta temperatura, il caglio (*cacc*). L'esperienza è appunto... nella sensibilità del suo gomito che egli immerge nel latte per saggiarne la temperatura. Presa l'importante decisione, si introduce il caglio e, subito dopo, la *caldera* viene spostata dal fuoco in altro punto della cascina. In pochi minuti il latte si rapprende dando luogo alla *cagiada*.

Poi, agendo nella *caldera* con un attrezzo a forma di albero di natale e ricavato da una cima di pino (*tarai*), si passa allo sbriciolamento della *cagiada*. Fatto ciò, si raccoglie con un panno poroso, una specie di robusta garza, la cagliata rotta finemente (*feta*) lasciandola così priva del siero e ponendola subito sopra una forma tonda di legno con scannellature sul bordo (*spresur* o *spersur*).

Per dare la forma a questo formaggio appena fatto, detto *feta* perché se ne offre subito una fetta, si usa la *fasera*, una fascia di legno circolare, restringibile a seconda della grandezza desiderata.

In tale stato il formaggio deve riposare un paio di giorni. Infine, tolta la *fasera*, la forma (o le forme) si ripone sui tavoli di legno salandola e rigirandola quotidianamente per almeno dieci giorni. Il siero rimasto (*serum*) si rimette sul fuoco con una seconda gettata di caglio. Rimosso caldo dal fornello, vi affiora in superficie una schiuma gradevole (*fiurit*) mentre sotto si è già formata la ricotta, la *mascherpa* o *mascarpa*.

Anche il latte avanzato dalla lavorazione del burro, per meglio intendersi, quello rimasto nella zangola *penagia* (*latt peri*), si riutilizza unitamente al siero del formaggio ottenendo una ricotta più grassa.

Alcune volte i pastori, più per gusto proprio che per convenienza, ripetono l'operazione con il liquido oramai sfruttato in tutte le sue componenti organiche, producendo una terza ricotta che si presenta insapore e gommosa detta *gali*.

Infine, un'ultima notazione. Talvolta, in periodi di eccessivo caldo, può accadere che il latte acquisti una certa acidità. In tal caso si ottiene un formaggio poco apprezzato e la cagliata è chiamata dai pastori *spess*.

La lavorazione, così descritta nelle sue linee essenziali, vuole essere un semplice richiamo a questa antichissima pratica montanara. Essa è riferita alla media valle e in particolare, ad Arigna, per cui può differire da quelle tradizionali dell'alta e bassa valle e delle altre valli laterali.

Anche la denominazione dei prodotti e degli attrezzi non sempre trova rispondenza nelle origini dialettali delle singole località.

Le castagne

Nella sua « Dissertazione intorno alla Valtellina » l'abate Francesco Saverio Quadrio, nel capitolo terzo intitolato «Accennami le qualità, e la natura di detta valle», dice: «Quando i marroni e le castagne vanno bene, seguita il citato Kypseler, questo diminuisce considerevolmente la carestia del grano: perché tal sorta di frutta è il nutrimento ordinario dei contadini. Ma è qui da osservare, che non è oggi più il tempo, che gli uomini vivean di ghiande: e ben son rari que' contadini di detta provincia che sien paghi di tal nutrimento». E poi ancora: « Nel vero le costiere non occupate da viti vengon coperte da selve di noci, e da' castagneti, a cui succedono praterie, e boschi, che per lo più si distendono verso le cime de' monti... ».

Come si può notare da questa osservazioni dell'abate, suggeritegli dal "forestiero" Gottlieb Kypseler, le castagne hanno sempre costituito, con le noci, nel passato, un prodotto di largo consumo tra i valligiani che le usavano in vari modi, sino a contendere per secoli il primo posto al pane.

Tarcisio Salice, riprendendo i fatti dalla cartella in pergamena « Quinterneti » nell'archivio capitolare laurenziano di Chiavenna, fa conoscere che nell'anno 1265 il vescovo di Como, Raimondo della Torre, col suo seguito in Valchiavenna per una visita, stabilì la sua residenza a Colloredo presso Gordona e qui i chiavennaschi, che ne erano vassalli, si fecero premura di fargli pervenire subito due montoni, una certa quantità di marroni e due brente di vino.

Farina e castagne furono pure portate urgentemente nel castello di Chiavenna, quando nel 1323 fu necessario farlo presidiare per evitare sorprese da parte di un esercito tedesco, diretto a Milano. Ancora alla fine del Quattrocento le castagne erano un alimento così comune nella valle, che il canonico Antonio Lupi, a corto di moneta, soleva pagare con castagne peste le quindicinali prestazioni del suo barbiere.



Specialisti nel loro trattamento erano - e lo sono ancora in parte - gli abitanti della sponda orobica, da Delebio a Tirano, dove i castagneti si estendono dal fondovalle sino ai novecento-mille metri di altitudine.

Oggi la loro utilizzazione nella cucina locale non è molto diffusa. Vi è però un ritorno significativo alla libera ricerca, specie da parte dei turisti domenicali, di questi genuini e gustosi frutti. La tradizione comunque viene mantenuta da qualche vecchio residente nella Val Arigna dove, specie le castagne secche, vengono ancora preparate come una leccornia nelle grandi occasioni come a Natale o all'Epifania.

Al primo raccolto venivano e vengono, come d'altronde in qualsiasi altro luogo, lessate o bruciate (i *braschee*).

Ma quelle secche, liberate dalla prima buccia e dalla camicia, rimanevano uno dei cibi base per tutto l'anno ¹³.

Normalmente le castagne cotte lesse venivano consumate con latte fresco oppure con patate, pure lessate, e spaccate solo a metà.

Ma vediamo taluni modi particolari di prepararle esposti da Piero Baggini.

Belegot. Sono castagne secche non liberate dalla buccia che, immerse in acqua fredda leggermente salata, vanno così cotte per circa 45 minuti-un'ora e poi sgocciolate ad ebollizione appena accennata.

Si mangiano frutti di gradevolissimo sapore, più raffinato rispetto alle castagne fresche poiché nel processo di essiccazione, perdendo l'acqua, conservano intatti i sapori naturali.

Il termine dialettale *belegot*, può significare, così tradotto all'impronta, belle e cotte, cioè già cotte.

Bescocc (o *biscocc*). Per preparare tale dolce rustico, chiamiamolo così, si segue lo stesso trattamento dei *belegot*. Una volta - pe-

¹³ Le castagne venivano seccate nell'apposito seccatoio in muratura in cui al di sopra del focolare sul pavimento vi era un pavimento di listelli separati l'uno dall'altro per far passare fumo e calore e su cui venivano poste le castagne verdi in uno strato di circa 50 cm. Non si hanno notizie precise sulla produzione di farina di castagne, che pur compare in alcune ricette. Costa strane perché la produzione di farina costituisce la miglior utilizzazione alimentare della castagna.

rò - lessate e raffreddate, le castagne si passano al forno di campagna a calore moderato per circa mezzora.

Sfornate, venivano generalmente infilate su lunghi spaghi ed appese al soffitto. Erano il dono ai bambini nelle grandi occasioni. Si conservano per lunghissimo tempo.

La parola dialettale *bescocc* (o *biscocc*), etimologicamente, significa, come peraltro dice lo stesso modo di preparazione, cotte due volte (*bis* - due; *cocc* = cotte).

Büscel. Una volta al mese nelle famiglie si confezionavano i *brazadei*, il pane di segale a forma tonda con il buco nel mezzo. Per consuetudine, quale premio destinato ai piccoli della casa, a taluni pani veniva data una diversa forma piuttosto allungata, in ciascuno di essi si mettevano tre o quattro castagne secche sbucciate.

I funghi

« Sottoprodotto non trascurabile dei boschi, i funghi di Valtellina sono sinonimo di eccellenza... Il loro “certificato di origine” non è tuttavia diventato famoso sul mercato della frutta e verdura, cioè dei funghi freschi, ma dei conservati, secchi e in scatola. Il largo consenso è stato creato loro da Morbegno, centro dell’industria conserviera della valle »¹⁴.

Largamente conosciuti ed apprezzati dai turisti, per i valtelinesi i *func* erano (e lo sono ancora in parte) solo i porcini; le altre qualità commestibili vengono denominate diversamente, mentre tutte le restanti erano (e sono) classificate come *func matt*.

Solo da qualche decennio, per l’accrescersi degli amatori e per i ripetuti collaudi, taluni tipi di funghi commestibili sono entrati a far parte del “carniere” dei ricercatori locali. Infatti, oggi si raccolgono, in quantità maggiore rispetto al passato, le orecchine (*Cantharellus cibarius*), le manine (*Calvarie*), i chiodini (*Armillariella mellea*) e i bedulin (*Boletinus rупus o scaber*).

Il fungo principe, però, resta il porcino (*Boletus edulis*) ricercatissimo per la sua indiscussa bontà.

Raccolti nei boschi delle sponde orobiche e retiche « senza rispettare il vincolo di proprietà, i *func* venivano « incettati per il mercato milanese e per le industrie alimentari ».

Oggi, norme regionali protettive vietano la raccolta giornaliera di funghi in quantità superiore ai tre chilogrammi e perciò - spesso - vengono impiegati per l’uso familiare immediato o essiccati. Inoltre, col diffondersi dei congelatori, l’esperienza ha insegnato che, usando gli opportuni accorgimenti, è possibile conservarli freschi e saporiti per tutto l’inverno.¹⁵

A primavera, con lo spuntare dell’erba, molti appassionati si avventurano nei prati di castagno più solivi alla ricerca dei primi

¹⁴ Tullio Bagiotti, Storia economica della Valtellina e Valchiavenna, 1958.

¹⁵ Il che significa che i funghi valtelinesi in commercio sono di produzione estera (Est europeo, Cina)!

porcini, i *fioroni*. Lungo il corso dell'Adda, nelle boschine di ontani, da Morbegno fino a Colico, si "pescano" le spugnole.

Con l'inoltrarsi della stagione la "caccia" - oramai praticata da turbe di ricercatori - viene estesa nei luoghi più lontani ed impervi sino a diventare una vera esercitazione di alpinismo. In autunno non cessa la "febbre" poiché, ad avvisaglia dei primi freddi, compaiono i porcini scuri. Così, mentre le pinete e le brughiere si popolano di gente di ogni età, capita che taluni magnifici esemplari vengano raccolti sotto... la neve.

E, per finire, ecco taluni piatti con i funghi: risotto ai funghi, pasta al sugo di funghi (con o senza carne), spezzatino con funghi e polenta, pollo ai funghi, coniglio al forno o in umido con i funghi, funghi trifolati con polenta, funghi impanati e fritti, patate e funghi al forno e cappelle di porcini alla piota.

La bresaola

Un tal Giovanni - vivente nel 1456 - soprannominato il “Carne-salata”, è il primo segno concreto che la bresaola fosse già conosciuta a quell’epoca in Valchiavenna. Lo ricorda Tarcisio Salice il quale ci soccorre altresì con la consueta citazione del canonico Lupi che, scrupoloso contabile, annota nel suo libro mastro del 1498 di aver acquistato una manza, un bue ed altra carne nonché le necessarie libbre di sale per preparare - verosimilmente - la... “carne salata”.¹⁶

« All’inizio la lavorazione era piuttosto rudimentale: spolpate le cosce dei manzi e dopo averle imbevute di sale e spezie, i pezzi di carne appesi al soffitto delle baite stavano lì ad essiccare per sessanta giorni ».

È così che nasce nella Valchiavenna questo salume, poi prodotto anche negli altri centri della Valtellina, la cui qualità insuperata si deve alle condizioni ambientali uniche nelle quali si svolge la sua delicata preparazione e la sua perfetta maturazione.

Oggi, naturalmente, la produzione avviene lavorando la carne di manzo, salata con l’aggiunta di aromi speciali, in veri e propri stabilimenti, ma il principio rimane sempre il medesimo, quello cioè di sfruttare la ventilazione naturale, regolandola attraverso quegli strumenti molto semplici che sono le finestre.

Gli specialisti della bresaola hanno una particolare sensibilità nel trattare questo originale insaccato, fino a seguirne costantemente gli sbalzi di umore.

Infatti la carne « va massaggiata, inguainata con fili e corpetti elastici perché prenda la forma giusta, portata avanti e indietro, all’aperto o al chiuso a seconda se il clima tira al secco o all’umido. Va seguita con gli occhi sempre al termometro,

¹⁶ La carne salata è una preparazione antichissima nota ai popoli europei ed asiatici che si perde nella notte dei tempi; quindi poco importa che venga citata nel 1400!

sull'igrometro, sul barometro. Gli operai », in Valtellina, sono meglio di un metereologo.

La migliore bresaola viene fatta con il filetto e il controfiletto od anche la coscia giovane e, per taluni buongustai, va anche leggermente affumicata. Giunge a completa maturazione quando ha perso dal 50 al 60 per cento del peso iniziale, dopo circa un anno. Il prodotto, al consumo, presenta una carne muscolosa, rossa, concentrata, con pochissime striature di grasso. È nutriente, di facile digestione, energetica e gradita ai convalescenti, ai bambini e ai vecchi.

La bresaola, con lo stesso nome, ma con diversi sistemi, viene prodotta anche fuori dalla Valchiavenna. e dalla Valtellina, ma, ovviamente, nella pianura lombarda o altrove non può fruire dell'aria pura, secca e sferzante, che è elemento insostituibile di questo prodotto esclusivo.

Quella di produzione non locale, infatti, « è una roba... dura, coriacea, fibrosa, scura », che nulla ha a che vedere con la vera bresaola.



Giovanni Bertacchi, irriducibile estimatore della bresaola, non vi aveva rinunciato neanche di fronte ad un preciso divieto medico. Nella primavera del 1911, infatti, precisa Tarcisio Salice, il poeta si era dovuto ritirare presso la colonia benefica di S. Benedetto in Crevenna di Erba per curarsi da una grave forma di esaurimento nervoso. I medici, allora come più tardi, gli prescrissero una dieta vegetariana con esclusione assoluta di salumi. Ma il Bertacchi trasformò, poeticamente, la bresaola in... un vegetale per cui si ritenne sempre autorizzato a consumarla.

Ed ecco i versi che, in tal senso, indirizzò alla sua amica Teresita Friedmann Colturi, accompagnandoli con un suo dono alla detta signora:

*« Venga dunque alla sua tavola questa piccola brisaola:
sciolta in fette vaporose darà petali di rose,
se pur essa non somiglia alla bietola vermiglia.
Questo è il mezzo naturale di ridurla in vegetale,
che l'assaggi senza affanni pur l'erbivoro Giovanni
... Bertacchi salumiere sibi et amicis
2 marzo 1915.*

Il crotto

« Andare a crotto è proprio una tradizione ed una abitudine dei chiavennaschi: qualunque occasione, qualunque stagione sono buone per fare una “crottata” ».

Così esordisce Epicuro, ovvero Emilio Giani de Valpo, nel suo « Andar per erotti » (1952). E continua:

« I crotti, delizia degli enofili e terrore degli astemi, si trovano numerosi a Chiavenna ed in altre località della valle.

Sono cavità naturali formatesi in epoca preistorica, per uno sfasciamento della montagna, che rovesciò l'un sopra l'altro fin giù nella valle una enorme quantità di massi, lasciando fra questi dei vani più o meno estesi, comunicanti con l'aria esterna. Attraverso questi vani l'aria circolando e sboccando per certi spiragli detti *sorel* in cavità un po' più spaziose, crea una corrente di temperatura costante rispetto all'esterno: tiepida d'inverno e freschissima d'estate. Di questi termostati naturali, sagacemente l'alpigiano ha tratto profitto per la conservazione della birra, del vino, del formaggio, delle bresaole, dei violini, dei bastardei, ecc. Nella stagione estiva sono così freschi che, standovi dentro, quasi si patisce una sensazione di freddo, ed al primo cominciare, il vino quasi non si può bere per la sua soverchia freschezza. Per prevenire tale inconveniente i chiavennaschi hanno fabbricato sul davanti del crotto l'anticrotto che serve assai bene d'estate, mentre per la stagione invernale hanno costruito, al di sopra del crotto, forniti di ampi camini, casette rustiche con locali accoglienti per le riunioni tra amici.

Va notato peraltro che le caratteristiche salienti della grotta, il tepore d'inverno e la frescura d'estate, possono tradire chi vi sostasse per lungo tempo; infatti, una permanenza prolungata accumula freddo nel corpo pur avvertendosi una sensazione di tepore o di freschezza a seconda della stagione.

Del resto ciò ha una spiegazione fisica che Carlo Tedoldi, chiavennasco, ci offre succintamente.

La temperatura nel crotto si mantiene costante, dai 12 ai 15 gradi, durante tutto l'arco dell'anno. La sensazione che si avverte

entrando, il fresco o il tepore, dipende esclusivamente dal variare della temperatura esterna, a seconda delle stagioni. Dato che l'escursione massima fisiologicamente sopportabile è di 9 gradi, è chiaro che se la variazione di temperatura tra l'interno e l'esterno è superiore a tale limite, la lunga permanenza nel crotto diventa dannosa al corpo umano.

Non è così, pur con raffronto non pertinente, per i salumi, i formaggi e i vini che, anzi, trovano nel crotto le condizioni ottimali per la loro « prolungata sosta ».

RICETTARIO

- Minestre ed altri piatti
- carni, selvaggina e pesci d'acqua dolce
- carni ed ortaggi alla piota
- polente e pasticci di patate
- insalate, bevande e preparazioni varie
- dolci

Minestre ed altri piatti

Pizzoccheri (Per 4 persone)

- *Farina nera di grano saraceno gr. 350*
- *farina bianca gr. 100*
- *verza bianca riccia (d'inverno) o coste (d'estate) gr. 500*
- *burro d'alpe gr. 400 - formaggio giovane di casera gr. 400*
- *aglio 4 spicchi*
- *formaggio parmigiano ¹⁷ grattugiato g. 100*
- *sale.*

Si mescolano le farine, la bianca e la nera, impastandole con acqua e lavorandole per non meno di un quarto d'ora, finché l'impasto non risulti come velluto al tocco. Indi si tira la sfoglia di uno spessore appena inferiore al mezzo centimetro e, da questa, si tagliano delle liste lunghe circa 7 cm. Sovrapponendole, si ricavano, per il senso trasversale, delle tagliatelle larghe poco più di mezzo centimetro¹⁸.

In una pentola con acqua abbondante (già portata a bollore), si versano le verze rotte con le mani a grossi pezzi (oppure le coste tagliate della lunghezza di circa 5 cm.). Dopo cinque minuti si sala l'acqua e si versano i pizzoccheri che debbono cuocere, con l'acqua in piena ebollizione, dai 7 ai 10 minuti. Prima di scolare, si assaggiano i « bacchettoni » per accertarsi che siano morbidi ma non troppo cotti; così la verdura che deve essere a giusta consistenza. Poi, con una schiumarola si preleva dalla pentola una parte di pizzoccheri e verdura, che si dispone in una terrina allungata e si cosparge di grana grattugiato e fettine sottili di formaggio di casera. Indi, ancora uno strato di pasta e formaggio e

¹⁷ Questa è la denominazione burocratica; in cucina si chiama parmigiano e basta.

¹⁸ Nella descrizione vi è qualche cosa che non quadra; si otterrebbero delle tagliatelle di mezzo centimetro di spessore e di larghezza e quindi a sezione quadrata! Direi che un cm di larghezza e 2 mm di spessore siano misure congrue.

così via. Infine si fa fondere il burro al color nocciola, vi si rosolano gli spicchi d'aglio schiacciati fino a prendete un po' di colore e poi si versa solo il burro sulla terrina. Si servono in piatti molto caldi, in ambiente caldo.¹⁹

(*Maria Lia Ronzio - Tegliò*)

Questa è la ricetta dei pizzoccheri di Tegliò che la signora Maria cucina ancor oggi come tanti anni fa. Nella versione originale, naturalmente, non era previsto l'impiego del formaggio parmigiano ma solo di quelli tipici della valle, come lo *scimüd*, il *magnuca* e il bitto, né, per l'impasto si usava, come taluni fanno oggi, il latte e l'uovo ma unicamente l'acqua, la farina nera e il sale. I vecchi tellini gustavano la loro specialità accompagnandola con i *ramolaz*, ravanelli neri o bianchi molto forti.

Altre varianti²⁰ che sono intervenute man mano che il piatto ha assunto notorietà sono:

- per coloro che non gradissero la fraina il dosaggio delle farine può essere mutato aumentando quella bianca;
- in alternativa alla bietola lessata, vanno pure usati gli spinaci;
- taluni impiegano in luogo dei formaggi valtelinesi solo il parmigiano ;
- nella versione svizzera di Poschiavo si usano una o due carote, circa 100 grammi di fagiolini, una rapa e un uovo con l'avvertenza che la qualità della verdura può variare secondo la stagione e che essa non deve essere troppo cotta.

Infine, un consiglio che si riconduce alla preparazione più genuina ed antica dei pizzoccheri.

È indispensabile che l'impasto sia fatto a mano, va cioè escluso qualsiasi intervento di mezzi meccanici o di moderne macchine. Anche il taglio dei pizzoccheri va praticato con il solo coltello. Sembra strano, ma questo impasto di elementi della natura sente beneficamente il calore della mano dell'uomo (anche per la lieve fermentazione che questa gli impone) e soffre, perdendo il proprio gusto, se viene maltrattato tra i freddi ingranaggi di una macchina. Questa constatazione viene spontanea se si è avuto

¹⁹ Questo modo di condire si presta anche per gli gnocchi di patate.

²⁰ Dimentichiamole! Sono pure invenzioni che stravolgono inutilmente la ricetta originaria.

occasione di mangiare i pizzoccheri preparati industrialmente che, anche se ben cucinati, certo non hanno la bontà e il gusto di quelli fatti in casa.

* * *

È credenza locale che la dolce ebrezza che si avverte dopo aver mangiato i pizzoccheri sia da attribuire ai semi di papaverina contenuti nella fraina. Perciò, nel tiranese, a chi si appisola dopo il pranzo, gli si dice: tu fai i pizzoccheri (*te fe pizocher*).²¹

Pizzoccheri di Tirano

Farina nera di grano saraceno gr. 350 - farina bianca gr. 100 - patate gr. 250 - carote una o due - fagiolini gr. 100 - verze due o tre foglie - burro gr. 200 - formaggio di casera gr. 200 - aglio due spicchi - sale. (Per 4 persone)

Con le farine, il sale e un po' d'acqua si prepari una pasta più morbida di quella della versione originale dei pizzoccheri. Pronta, la si faccia riposare per qualche minuto.

A parte, si cuociano in acqua salata le patate sbucciate e tagliate a pezzi grossi e i fagiolini.

Allorquando le due verdure sono quasi cotte, a più riprese, si prenda un po' di pasta su di un mestolo piatto e, servendosi, con la mano destra, di un coltello o di una forchetta, si stacchino i pizzoccheri uno per volta facendoli cadere direttamente nella pentola avendo l'accortezza di formarli a mo' di piccoli sigari, inizialmente lunghi tre centimetri e abbastanza spessi e poi, man mano, sempre più corti (fino ad un centimetro) e meno spessi (in modo che gli ultimi versati raggiungano la cottura dei primi).

Indi aggiungere le carote tagliate a spicchi e far cuocere per quindici minuti.

Cinque minuti prima di scolare, unire anche le verze. Scolato il tutto, si versi in una terrina imburata e si condisca a strati con burro fuso e formaggio di casera tagliato a fettine. Servire caldi.

D'inverno la verza cuoce prima e, quindi, bastano 5 minuti. D'estate si aggiunge contemporaneamente ai pizzoccheri. Una raffinatezza: a Tirano si sceglie la verza dopo che ha subito il ge-

²¹ Sia chiaro che sulle Alpi non cresce alcun papavero e che i semi del Rosolaccio non contengono papaverina.

lo invernale perché in tal caso è più croccante.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Sciatt

Farina di grano saraceno gr. 300 - farina bianca gr. 200 - formaggio di casera gr. 300 - bicarbonato di sodio mezzo cucchiaino oppure un pizzico di lievitante per gnocchi - sale - olio (o strutto). (Per 4 persone)

Si mescolino bene le farine con il sale aggiungendo acqua fino ad ottenere un impasto morbido ma non troppo. Indi unirvi il formaggio di casera tagliato a dadetti e rimestare fino a che la pasta diventa filante, lasciandola poi riposare per circa due ore. Al momento di friggere si aggiunga all'impasto il bicarbonato (o lievito). In luogo del bicarbonato o del lievito si può usare, nell'impasto, un bicchiere di birra.

Quindi, quando l'olio (od anche lo strutto) in padella è bollente, con un cucchiaio si raccolga un po' d'impasto avendo cura di comprendervi qualche dadino di formaggio e, aiutandosi con il dito indice, lasciarlo cadere nella padella. E così via una frittella per volta.

Si lascino dorare gli *sciatt* e si servano caldi.

(Arrigo Corvi - Aprica)

Sciatt di bitto

Farina di grano saraceno gr. 300 - farina bianca gr. 150 - formaggio bitto gr. 150 - acquavite 1 bicchiere - olio - sale.

(Per 4 persone)

Si prepari l'impasto con l'acquavite e un quarto di litro di acqua tiepida. Si sali e si lavori bene la pasta sino a farne una palla.

La si lasci riposare coperta da un telo per mezzora.

Quindi, con il mattarello, si stenda la pasta sulla spianatoia sino ad ottenere una sfoglia abbastanza sottile che va tagliata a grossi quadrati.

Si appoggino su ciascuno di questi alcuni dadini di formaggio bitto.

Si richiudano a mo' di ravioli e si calino in una padella con olio

abbondante e ben caldo ²².

(dalla rivista «Madre» - agosto 1975)

Chiscioi

Farina di grano saraceno gr. 200 - farina bianca gr. 250 - formaggio di casera semigrasso gr. 250 - bicarbonato un pizzico (o altro lievitante) - grappa 1 bicchierino - birra mezza tazza - olio - sale. (Per 4 persone)

In una zuppiera preparare, con le farine, un po' d'acqua, la birra e la grappa, l'impasto a mo' di besciamella ma un po' densa, unendovi pure la grappa.

Rimestare e lasciare riposare almeno un'ora l'impasto.

Poi in una padella con olio bollente versare la pasta a cucchiaiate in modo da formare delle frittelline di circa 12 cm. Mentre queste soffriggono adagiate su di un lato, sull'altro, ancora morbido, posare qualche fettina di formaggio semigrasso affettato sottile. Indi girare una per una le frittelle sì da renderle croccanti. Servirle calde. I vecchi contadini accompagnavano i *chiscioi* con i *ramolaz* neri.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Chisciòi di Baruffini ²³

Farina di grano saraceno gr. 250 - farina bianca gr. 250 - patate gr. 300 - burro gr. 200 - formaggio di casera semigrasso gr. 200 - formaggio parmigiano grattugiato gr. 100 (facoltativo) - sale. (Per 4 persone)

Si prepari l'impasto come per i pizzoccheri con l'unica variante che le due farine, la bianca e la nera, vanno dosate in ugual misura.

Si prenda un pezzettino di pasta nelle mani e lo si schiacci a mo' di frittella del diametro di 3-4 centimetri. E così via uno per volta.

Intanto si faccia bollire acqua salata abbondante con le patate sbucciate e tagliate a spicchi grossi. Allorquando quest'ultime

²² Non pare una ricetta tradizionale, ma una variante semplificata

²³ È una frazione del comune di Tirano

sono giunte a metà cottura, versare nella pentola i *chisciòdi* facendoli cuocere per circa venti minuti. Quindi, scolarli ben bene ed adagarli in una terrina già imburrata. Condire a strati con burro fresco tagliato a fettine e formaggio di casera semigrasso pure tagliato a fettine.

Aggiungere, se si desidera, il parmigiano grattugiato e servire ben caldi.

(*Maria Del Simone e Sergio De Gasperi - Tirano*)

Taiadin mugni alla grusina

Farina bianca 00 gr. 500 - farina di grano saraceno gr. 200 - grappa 1 bicchiere - birra nella quantità necessaria - uova 6 intere - uova 3 rossi - panna 1 bicchierino - rosmarino 1 rametto - salvia 1 rametto - aglio 1 spicchio - funghi gallinacci gr. 200 - burro gr. 300 - patate 2 - formaggio di casera magro grattugiato gr. 100 - sale - pepe. (Per 6 persone)

Si setaccino a fontana le due farine sul ripiano del tavolo, facendo nel cumulo un buco al centro.

Vi si mettano le uova intere sgusciate, la grappa e la birra nella quantità necessaria per ottenere un impasto consistente che va lavorato bene e a lungo.

Si tiri, quindi, una sfoglia non troppo sottile che va arrotolata come si fa per le comuni tagliatelle e poi tagliata a strisce larghe circa un dito. Si aprano i *taiadin* e li si distendano su di un canovaccio pulito per farli asciugare.

Si faccia rosolare nel burro lo spicchio d'aglio tritato e vi si aggiungano i gallinacci nettati, lavati, asciugati e tagliati a listarelle; indi, si lascino cuocere condendoli con sale e pepe. In una terrina si sbattano i rossi d'uovo e la panna mettendo momentaneamente in disparte la crema.

Si metta sul fuoco una grossa pentola d'acqua salata e, quando questa bolle, vi si versino le patate sbucciate e tagliate a dadini piccoli e, dopo cinque minuti, le tagliatelle che debbono cuocere per altri quindici minuti circa.

A parte, durante la cottura della pasta, si aggiunga la crema di uova e panna alla salsa di funghi, condendo con un pizzico di pepe e tenendo il tutto bene in caldo.

Si faccia fondere il burro con rosmarino e salvia in una padellina.

Si versino i *taiadin*, scolati, in una terrina riscaldata condendoli a strati con il burro fuso. Indi si versi pure la salsa di funghi e panna rimescolando e cospargendo con il formaggio di casera grattugiato.

(*Gim Pini - Grosio*)

Taiadin di Villa

Farina bianca gr. 300 - farina di castagne gr. 150 - rosso d'uovo 1 - formaggio molle di casera gr. 250 - burro gr. 200 - mezza cipolla - 1 spicchio d'aglio - 1 rametto di salvia - sale.

Con le farine, il tuorlo d'uovo, e con quantità bastevole di acqua e sale si prepari l'impasto e si facciano le tagliatelle. Queste vengano cotte in acqua bollente salata per circa mezzora.

Scolale, si aggiunga il formaggio molle di casera tagliato a pezzettini e - subito dopo - il burro fuso che sarà stato fatto rosolare con la cipolla, l'aglio e la salvia.

Si servano i *taiadin* caldi.

Questo piatto può essere preparato anche variando le proporzioni della due farine, metà bianca e metà di castagne e aggiungendo, durante la cottura delle tagliatelle, patate, verze o coste.

Il suo modo di confezionamento è simile ai pizzoccheri ed è per tal motivo che esso è pure conosciuto con il nome di pizzoccheri di Villa di Chiavenna.

(*Peppino Cerfoglio - Villa di Chiavenna*)

Tagliatelle ai funghi porcini

Farina bianca gr. 300 - uova 3 - funghi porcini freschi gr. 150 (se secchi gr. 25) - burro gr. 50 - pomidori pelati gr. 300 - aglio 1 spicchio - prezzemolo tritato - formaggio parmigiano grattugiato gr. 80 - sale. (Per 4 persone)

Si metta, a fontana, la farina sul tavolo, rompendovi le uova nel mezzo. Si sali e si sbattano le uova con la forchetta. Indi si lavori la pasta bene sino a giusta consistenza, tirando poi la sfoglia molto sottile sul piano di lavoro infarinato.

Con la sfoglia arrotolata si facciano le tagliatelle che, sparse, vanno lasciate asciugare per almeno un'ora.

Per preparare il sugo si facciano soffriggere i funghi tagliati a

fettine con il burro, l'aglio e il prezzemolo. (Se si usano i funghi secchi, prima si saranno tenuti a bagno in acqua tiepida qualche ora).

Si aggiungano poi i pomidori pelati passati al setaccio, facendo cuocere per mezzora circa.

Intanto si saranno fatte cuocere anche le tagliatelle in acqua salata a bollire.

Infine si versi il sugo sulla pasta, cospargendo con il formaggio parmigiano grattugiato.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Tagliatelle al sugo di camoscio

Per la preparazione delle tagliatelle: Con tre etti di farina bianca, quattro uova, una spruzzata d'olio d'oliva e acqua si impasti a lungo sino ad ottenere una pasta soda e liscia, in quantità sufficiente per quattro persone. Indi, la si passi nella macchina munita dell'apposito stampo cubico che forma le tagliatelle a mo' di spaghettoni dello spessore di circa 3 mm. Si stendano man mano su di un tagliere o sulla tavola per farle asciugare.

Per la preparazione del sugo di camoscio: Si utilizzi la carne del salmì di camoscio (cucinata come è detto nell'apposita ricetta), passandola più volte nel tritacarne ed aggiungendovi vino rosso, brodo e burro nonché brasato di manzo macinato (che serve per togliere il sapore forte del selvatico).

Questo sugo, di cui non vengono fornite le dosi, viene normalmente preparato a volontà e conservato nelle *ole*, recipienti di terracotta, coperto con il grasso sciolto dello stesso camoscio od anche di altro animale.

In molta acqua, salata e portata a bollire, si facciano cuocere le tagliatelle che, scolate ben bene, si condiscano, riposte in una zuppiera, con il sugo di camoscio (ben riscaldato se si usa quello conservato) e si cospargano con formaggio parmigiano grattugiato.

(Oscar Redaelli - Chiuro)

Ravioli di trota

Sfoglia: Si prepari la sfoglia calcolando 100 grammi di farina per ogni uovo, un pizzico di sale e, in proporzione, un cucchiaino di

olio per ogni 500 grammi di farina.

Ripieno: Dalle trote si ricavano i filetti che vanno messi a cuocere in un tegame con olio d'oliva, sale, pepe, prezzemolo tritato, succo di limone. Appena il pesce sarà cotto, lo si bagna con mezzo bicchiere di vino secco; poi, si passi il tutto al setaccio.

Con la sfoglia e il ripieno si facciano i ravioli che - si ricorda - vanno preparati solo poco prima di cucinarli.

Salsa: Si soffrigga in un tegame poco aglio stemperato ed una acciuga spinata e anch'essa stemperata.

Appena l'olio e l'aglio sono dorati, si unisca una manciata di prezzemolo tritato, pomodori freschi o pelati, timo, maggiorana, origano, sale e pepe.

Prima di servire, vi si aggiunga un cucchiaino di crema di latte.

In acqua a bollire si calino i ravioli appena preparati e si facciano cuocere pochi minuti.

Scolati, si condiscano con burro e la salsa ancora calda.

(*Vera Cenini - Morbegno*)

Lasagne alla San Fortunato

Lasagne gr. 250 - pomodori freschi o pelati gr. 400 - aglio 1 spicchio - cipolla mezza - funghi porcini freschi gr. 300 (o secchi gr. 40) - formaggio parmigiano grattugiato gr. 100 - farina 1 cucchiaino - olio - sale - pepe - vino bianco mezzo bicchiere - sugo d'arrosto mezzo litro.

In una pentola di terracotta si faccia soffriggere l'olio al quale si aggiunga subito l'aglio schiacciato e la cipolla tritata.

Vi si unisca poi un cucchiaino di farina e il pomodoro. Si lasci sul fuoco per un massimo di 12-14 minuti.

A parte, si prepari il sugo di funghi facendo il soffritto con la cipolla, l'olio, un pizzico di farina, il sugo d'arrosto e i porcini affettati nonché una spruzzata di vino.

Si lasci cuocere il tutto per un quarto d'ora. (Se si usano i funghi secchi, farli rinvenire in acqua tiepida).

Preparati i due sughi, in acqua bollente far cuocere le lasagne, scolarle e bagnarle con acqua fredda.

In quattro piccole terrine imburrate si metta un po' dei due sughi, uno zoccolo di lasagne, un po' di formaggio grattugiato, poi ancora i due sughi e lasagne e così via.

Quindi infornare le terrine per 5-10 minuti e servire.

(Fortunato Mevio - Bormio)

Gnocchetti della nonna

Farina bianca 2 pugni - latte 1 litro - uovo 1 - sale.

(Per 4 persone)

Con la farina, un bicchiere di latte, l'uovo e il sale si prepari un impasto che, per almeno dieci minuti, va rimescolato con una forchetta, fino ad ottenere tanti grumi.

Se necessario, si aggiunga dell'acqua.

Si versi l'impasto, che si presenta come pane sbriciolato, in una pentola di latte bollente, lasciando cuocere per 2 o 3 minuti.

(Rita e Dante Galli - Livigno)

Pipi di frumento

Farina bianca gr. 500 - patate gr. 200 - formaggio di casera semigrasso gr. 200 - burro gr. 150 - aglio 1 spicchio - salvia 1 rametto - pepe - sale - parmigiano gr. 100 (grattugiato). (Per 4 persone)

Impastare la farina bianca con l'acqua e il sale come per il pane. Con le mani si facciano degli gnocchetti a forma di piccoli fusi.

In una pentola si mettano a bollire in acqua le patate sbucciate e tagliate a spicchi.

A metà cottura si aggiungano gli gnocchetti. Cuocerli, scolarli ed adagiarli in un tegame precedentemente imburrato, avendo cura di mettere tra uno strato e l'altro il formaggio di casera tagliato a fettine, quello grattugiato e il pepe. Intanto si faccia soffriggere il burro con l'aglio. A color nocciola, versarlo sui *pipi* e servirli caldi.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Gnocchi di zucca

Zucca kg. 1 - farina bianca kg. 2 - uovo 1 - parmigiano gr. 30 - noce moscata - sale - sugo di pomodoro.

(Per 4 persone)

Lessare in acqua la zucca tagliata a pezzi ma non sbucciata. Dopo la cottura, impastarla, sgocciolata e sbucciata, con la farina

bianca, una manciata di parmigiano, un po' di noce moscata, l'uovo e il sale.

In una pentola con l'acqua in ebollizione, si versi la pasta - così preparata - a cucchiariate.

Si scolino gli gnocchi man mano che vengono a galla, prelevandoli con la schiumarola e ponendoli in una teglia.

Si condiscano, a strati, con il sugo di pomodoro e il formaggio parmigiano .

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Gnocchi al cucchiaio (Pizzoccheri di Chiavenna)

Farina bianca gr. 800 - semola gr. 200 - burro gr. 200 - sale.

(Per 4 persone)

Un'ora prima della cottura si prepari l'impasto con la farina bianca, la semola, l'acqua e il sale.

Indi, in una pentola con l'acqua in ebollizione, si versi la pasta a cucchiariate oppure, tenendo con la mano sinistra porzioni di pasta su di un tagliere, con la destra, usando un coltello di legno, si taglino i pizzoccheri (o gnocchi) uno per uno, versandoli subito, direttamente, nella pentola. Se si segue questo modo è bene avere l'accortezza di immergere di tanto in tanto il coltello nell'acqua bollente.

A cottura, si scolino gli gnocchi in una zuppiera e li si condiscano con tanto burro, quasi bruno, tenuto pronto e caldo.

(Mario Diclemente - Chiavenna)

Gnocc de farina de castegni

Farina di castagne gr. 300 - farina bianca gr. 50 - uova 1 - burro gr. 150 - formaggio di casera gr. 200 - brodo di gallina 1 litro - sale. (Per 4 persone).

È un piatto tipico della Valchiavenna.

A parte, si prepari un buon brodo di gallina vecchia sgrassato. Mescolando le farine, l'uovo, un po' d'acqua e il sale si faccia l'impasto che, dopo averlo ben lavorato, deve risultare sodo e liscio.

Quindi, si versi la pasta a cucchiariate nel brodo bollente piuttosto scarso.

Dopo venti minuti di cottura si serva il tutto, mescolandovi il burro *fresch* e il formaggio di casera, possibilmente il *magnucca*, tagliato a fettine.

(dal giornalino « Tuttoscuola » delle classi terze elementari di Sondrio, Albosaggia e Moia)

Gnocchi di sangue

Sangue liquido di maiale o di manzo - pane grattugiato gr. 300 - burro gr. 150 - aglio 1 spicchio - formaggio di casera gr. 250 - pepe - sale. (Per 4 persone)

In un recipiente si prepari una pappetta semiliquida, salata, con il sangue e il pane grattugiato, mescolando bene.

Si lasci cadere l'impasto a goccioloni, aiutandosi con il dito indice, in una pentola di acqua bollente. Si faccia cuocere per pochi minuti.

A parte, intanto, si fa rosolare l'aglio nel burro, che deve essere molto cotto, quasi nero.

Appena gli gnocchi vengono a galla, scolarli e condirli in una terrina, a strati sovrapposti, con il burro fuso, il formaggio di casera tagliato a fettine e abbondante pepe.

Se si desidera, cospargere pure con il formaggio grana grattugiato.

Servirli bollenti.

È un piatto tradizionale di Tirano. Nel passato, in luogo del formaggio di casera, si usava la *mascherpa*, una ricotta salata e secca che i pastori portavano a valle alla chiusura dei maggenghi, dopo averla essiccata all'aria d'alta quota.

Giovanni Bonazzi - Sondrio)

Canederli

Cacciatori gr. 200 - brodo di carne o di pollo 1 litro - uova 2 - farina gr. 150 - pane raffermo gr. 150 pancetta gr. 50 - uva passito mezzo cucchiaio - latte 5 cucchiaini - sale - pepe - acqua 3 cucchiaini. (Per 4 persone)

In una terrina si mettano la farina, le uova, l'acqua, il latte, il pepe, il sale e si prepari, stemperando bene, una pasta del tipo becciamella.

Aggiungervi la pancetta tagliata a dadini, i cacciatori spelati e ri-

dotti a pezzettini, l'uvetta fatta rinvenire in acqua tiepida e, infine, il pane raffermo tagliato a quadrettini. Rimestare l'impasto così ottenuto.

In un ottimo brodo già bollente si versino, con un cucchiaino, piccole quantità d'impasto, avendo l'accortezza di immergere spesso il cucchiaino nel brodo per agevolare il distacco delle polpettine dallo stesso.

Quindi lasciar cuocere 10-12 minuti e servire i canederli caldissimi.

È un piatto di origine tirolese divenuto tipico nel bormiese. Il vero canederlo si forma però a palla grande come un mandarini e con meno farina possibile, anche niente

I canederli si possono anche preparare formandoli a mo' di polpettine con le mani oppure servendosi del *saccapoc* (un imbuto di tela fitta) nel quale si mette l'impasto che, premuto, si fa fuoriuscire a forma di sottile salsiccia. Questa man mano si taglia con un coltello a pezzettini che si lasciano cadere direttamente nel brodo.

(Fortunato Mevio – Bormio)

Potol

Farina bianca kg. 2 - farina gialla gr. 500 - uova 3 - ciccioli ("rustei" o "cicc" o "gerittola", ossia quei pezzetti di carne che si ottengono dopo aver sciolto il grasso di maiale) 1 kg. - lardo tritato gr. 500 - sale - latte - brodo abbondante.

(Per 6 persone)

In una zuppiera si mettano le farine, le uova, un po' di brodo, il latte e il sale e si prepari, stemperando bene, una pasta del tipo besciamella.

Vi si aggiungano - poi - i ciccioli e il lardo tritato, rimestando l'impasto ottenuto, che deve avere una certa consistenza sì da poter formare, con le mani, polpettine rotonde.

In un buon brodo (preparato precedentemente con piedini di maiale e carne grassa), caldo ma non in ebollizione, si immergano delicatamente le polpette facendole cuocere per circa mezzora, fino a che rimangano compatte.

Si accompagnino assieme alla carne e ai piedini lessati, che sono serviti per la preparazione del brodo.

Se si desidera avere una variante agro-dolce del *potol*, si aggiunga all'impasto mezzo cucchiaino di uvetta passita fatta rinvenire in acqua tiepida e sette od otto castagne secche già cotte.

(Rita e Dante Galli - Livigno)

Pasta con patate al burro fuso

Pasta (del tipo ditali) gr. 300 - patate 2 - burro gr. 100 - formaggio grattugiato gr. 70 - salvia 1 rametto - sale.

(Per 4 persone)

In una pentola con acqua bollente si facciano cuocere per cinque minuti le patate sbucciate e tagliate a dadini.

Poi si cali la pasta che si porta a cottura assieme alle patate. Indi, scolate, si versino la pasta e le patate in una zuppiera e vi si cosparga il formaggio e il burro che sarà stato fatto fondere, in un pentolino, con la salvia.

Si serva in piatti caldi.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Minestra di riso di rape

Si pelano delle rape tagliandole poi a fette sottili. Si fanno colorire nel burro unitamente a prezzemolo tritato, sale e pepe; indi si gettano nell'acqua bollente con foglie di cavolo tagliate a listarelle.

Appena l'acqua riprende bollore, si unisce il riso cuocendolo a fuoco vivo e scoperto. Cotto, si condisce la minestra con parmigiano grattugiato ed estratto di carne.

(dalla raccolta di Eugenio Samaden - Sondrio)

Pasta al tovagliolo

Farina bianca gr. 500 - patate gr. 500 - spinaci gr. 500 - mortadella di Bologna affettata gr. 300 - formaggio del tipo Fontina affettato gr. 300 - parmigiano grattugiato gr. 100 - burro gr. 100 - aglio 1 spicchio - salvia 1 rametto - avanzi di carne e salumi (facoltativi) - sale. (Per 10 persone)

Lessare le patate, sbucciarle ben calde e passarle al setaccio, Im-

pastarle accuratamente con la farina, sì da ottenere una sfoglia che va tirata molto sottile. Su di essa si adagino le fette di mortadella e di fontina e - poi - gli spinaci così preparati: lessati in acqua salata e ben scolati, si passino al setaccio e vi si incorpori un dado da brodo stemperato per dare al tutto un grado di sapore in più.

Indi, se si vuole, si aggiunga pure qualche avanzo di cucina (carni o salumi) che risulterà quanto mai indicato. Ben tritato, l'avanzo si spalmi anch'esso sulla sfoglia dopo gli spinaci. Arrotolata compatta su se stessa (la sfoglia), la si avvolga in un tovagliolo bianco. Si leghi il rotolo con lo spago incolore, quasi fosse un salame, calandolo poi in una pentola con acqua salata in ebollizione; si faccia cuocere per circa un'ora. Scolato, il « saliccione » venga cautamente liberato dal tovagliolo e, mentre è ancora caldo, lo si affetti in rotoletti di almeno un centimetro di spessore.

Si dispongano le « ruote » su di un vassoio di portata, si cospargano di parmigiano e di burro, precedentemente fuso in un padellino assieme ad uno spicchio d'aglio e qualche foglia di salvia.

Si serva la pasta al tovagliolo calda.

Questa ricetta è una creazione “valtellinese” di fra' Sperandio, ortolano ed enologo dei Cappuccini di Colda. Egli ha inteso proporre un piatto alternativo ai pizzoccheri, più leggero e egualmente vario negli ingredienti.

I frati del convento lo consumano in particolari ricorrenze festive o lo preparano per servirlo agli ospiti nel loro accogliente refettorio francescano.

(Frate Sperandio Meretti da Vertova, del convento Cappuccini di Colda, frz. Sondrio)

Pasta maridada

Pasta di tre tipi diversi gr. 300 - burro gr. 100 - formaggio grattugiato gr. 80 - salvia - sale. (Per 4 persone)

In una pentola d'acqua salata a bollore, si facciano cuocere assieme le tre paste.

A cottura, si condisca la pasta scolata con il burro fatto fondere

con la salvia, a parte, in un pentolino, e si cosparga con il formaggio grattugiato.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Mal maridada o minestra di pizzoccherini

Riso gr. 100 - pasta rotta gr. 100 - pasta per pizzoccheri gr. 100 - latte - burro gr. 100 - formaggio di casera gr. 100 - sale.

(Per 4 persone)

In una pentola con il latte bollente e salato si versino assieme il riso e la pasta rotta (*mal maridada*) o, se si vuole, solo riso o solo pasta.

Dieci minuti prima della cottura, aggiungervi pasta per pizzoccheri tagliata in formato piccolissimo.

Far cuocere ancora qualche minuto, mescolando e condire con il burro e il formaggio di casera.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna - dal ricettario della nonna)

Farinarsa o pappa de' munt

Latte 7 litro - farina gialla 2 manciate - sale.

(Per 4 persone)

Far bollire il latte, possibilmente fresco di giornata.

Si sala e si porta ad ebollizione; quindi si versano - a pioggia - le due manciate di farina gialla e si lascia cuocere per venti minuti circa.

Si serve come minestra.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Broda

Farina nera 3-4 manciate - strutto di maiale gr. 50 - cipolla mezza - latte quanto basta - acqua in egual misura - formaggio semigrasso valtellinese gr. 200 - sale. (Per 4 persone)

In un laveggio (*lavecc*) oppure in una pentola di terracotta si faccia un soffritto con un cucchiaio di strutto e mezza cipolla tritata. Quindi vi si tosti la farina nera; si aggiunga poi latte fresco ed acqua in parti eguali in modo da ottenere una pappa tenera, né troppo liquida né troppo solida.

Far cuocere per mezzora e servire ancora caldo, condendo con formaggio locale tagliato a fettine.

È simile alla *pappa dè munt*, con le varianti della farina nera (invece che gialla) e l'aggiunta del formaggio locale.

(Rita Mottini-Rossi - Ponte Valtellina)

Formentin

Farina bianca 1 tazza normale da latte - latte 1 litro – magnuca magra gr. 150 - sale. (Per 4 persone)

Si inumidisca la farina bianca con un po' di latte. In una pentola si porti a bollire il rimanente latte, salandolo. Quindi si versi la farina nel liquido bollente sbattendo con una frusta. Far cuocere per venti minuti e servire affettandovi sopra la *magnuca magra*.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna - dal ricettario della nonna)

Melonz

Farina gialla - latte - burro - sale.

Bagnare con poco latte la farina gialla salata, sì da renderla umida. Indi, in una pentola, si tosti il composto con molto burro mescolando continuamente fino a color oro. In ultimo si aggiunga una noce di burro e si serva in scodella con latte caldo. È un vecchio, classico piatto dei contadini del Pian di Spagna e della Val S. Giacomo.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna - ricetta della nonna)

Castagne al latte

Castagne secche già sbucciate gr. 400 - latte 1 litro - zucchero.

(Per 4 persone)

Si mettano le castagne nel latte, con l'aggiunta di un pizzico di zucchero.

Si faccia cuocere il tutto lentamente per un'ora.

Si serva sui piatti o nelle scodelle.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Minestra di dumega

Orzo selvatico gr. 200 - porri gr. 200 - cipolle rosse gr. 100 - ca-

rote gr. 200 - fagioli borlotti sgusciati gr. 200 - patate gr. 200 - verza gr. 100 - gambo di sedano 1 - rametto di salvia 1 - lardo gr. 100 (oppure pancetta gr. 150).

L'orzo selvatico ²⁴ deve essere messo a bagno il giorno prima, in acqua abbondante.

Al momento della cottura, si sostituisca l'acqua tenendola a fuoco moderato. Al primo bollore l'acqua venga nuovamente sostituita. Questo accorgimento è indispensabile perché solo in tal modo i chicchi di orzo non si spapolano.

Si rimetta il tutto a fuoco moderato e si aggiungano le verdure, ossia: patate, sedano, carote, verza, porri, fagioli borlotti e il rametto di erba salvia.

A parte si prepari il soffritto di lardo o pancetta, con abbondante intervento di cipolla; quando è ben rosolato, si aggiunga il tutto alla minestra.

Si prosegua la cottura per circa tre ore, a fuoco lento.

(dal libro fuori commercio di Eugenio Pedrotti - Ponte Valtellina)

Urgiada o dumega

Orzo periato 1 pacchetto - cotenne di maiale o altre parti non utilizzate della bestia, in quantità disponibile e necessaria - burro gr. 50 - aglio 2 spicchi - formaggio parmigiano grattugiato gr. 150. (Per 4 persone)

In una pentola il cui fondo è stato spalmato di aglio, si mettano, in acqua sufficiente per la minestra, il burro e le cotenne (o altre parti del maiale) già portate vicine alla cottura e tagliate a piccoli pezzi. Si sali e si porti a bollore. Insaporire ancora con aglio tritato e si lasci bollire piano per pochi minuti. Quindi, versare a pioggia l'orzo (precedentemente ammollato in acqua per 12 ore), lasciandolo cuocere per quarantacinque minuti.

Servire cospargendo con formaggio grattugiato.

L'*urgjada, dumega o orzada* è la minestra che, in passato, confezionavano i contadini *bene* che potevano permettersi di macellare il maiale. Tutte le parti del suino che non erano utilizzate per

²⁴ *Hordeum murinum*, molto diffuso. ma i semi non sono certo facili da raccogliere e pulire.

la preparazione dei salumi (orecchie, muso, coda, ossa e, in parte, le cotenne) venivano messe in una grossa pentola e fatte bollire per l'intera giornata con l'aggiunta di orzo depilato.

Essendo notevole la quantità degli "scarti", la minestra era così abbondante che era necessario consumarla anche nei giorni seguenti. Al primo pasto, nel giorno stesso dell'abbattimento del maiale, venivano invitati in casa gli amici e i vicini. Poi, quotidianamente, per venti e più giorni, la minestra rimasta, circa la metà di quella consumata, veniva riposta in mastelli; da questi, dopo una rimescolata (raffreddandosi, i grassi affioravano), se ne prendeva quel tanto che serviva e si faceva nuovamente bollire.

A parte la monotonia del cibo, è certo però che la minestra era sempre più saporita ogni qualvolta la si riscaldava.

(Giovanni Bonazzi e Piero Baggini - Sondrio)

Panigada

Miglio depilato gr. 400 - lardo gr. 100 - sale - acqua.

(Per 4 persone)

Si faccia cuocere in una pentola d'acqua bollente il miglio per circa un'ora.

Scolato, lo si condisca con il lardo tagliato a cubetti.

Il nome deriva da panico, miglio. È una semplice minestra che i contadini valtelinesi ancora confezionavano negli anni trenta.

(Piero Baggini - Sondrio)

Zuppa di cipolle

Cipolle gr. 400 - carne grassa o cotenne di maiale, in quantità necessaria - burro gr. 70 - sale - brodo di carne - formaggio parmigiano grattugiato. (Per 4 persone)

Si taglino a fette le cipolle e le si facciano rosolare nel burro (possibilmente in un laveggio) con qualche listello di carne grassa o cotenne di maiale.

Portato il tutto a cottura, si aggiunga brodo di carne fino ad ottenere la giusta densità della minestra.

Servire la zuppa sui piatti e cospargerla di formaggio grattugiato. Volendo, il piatto così pronto (ben cosperso di formaggio), si può passare al forno caldo per pochi minuti.

(Giovanni Bonazzi - Sondrio)

Supa de can

Pane raffermo gr. 550 - uova 4 - burro gr. 100 - cipolla mezza - sale - brodo mezzo litro - formaggio parmigiano grattugiato gr. 100. (Per 4 persone)

Si metta il pane vecchio spezzettato in una scodella con le uova intere e il formaggio grattugiato.

Ad esso si aggiunga il brodo bollente (in mancanza, acqua) e si sali, sicché le uova si cuociano.

Intanto si soffrigga il burro con la cipolla affettata. A color nocciola si versi il condimento sul pane inzuppato.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Pancot e pantrito

Pane raffermo gr. 400 - burro gr. 50 - dado 1 - olio d'oliva 6 cucchiaini - sale. (Per 4 persone)

In una pentola d'acqua si versino - a freddo - le tozzette di pane duro, il burro e un dado, salando.

Si porti il tutto a cottura e si facciano le porzioni condendo sui piatti con olio crudo meridionale.

Per il pantrito si usino le tozzette di pane grattugiate. Volendo, si può aggiungere sul piatto pronto un uovo crudo o fritto.

(Giovanni Bonazzi - Sondrio)

Zuppa di magro

Imburrare una teglia disponendovi a strati fette di pane e di formaggio d'alpe.

Si condisca con una sferzata di burro, salvia, aglio e sale.

Si passi al forno per venti minuti, fino a che si forma una crosta dorata in superficie.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Riso maserèt

Riso gr. 350 - patate 2 o 3 - burro gr. 80 (o strutto gr. 30) - rametto di salvia 2 - dado 1 - formaggio parmigiano grattugiato gr. 150 - sale. (Per 4 persone)

Si faccia bollire un litro e mezzo d'acqua salata con l'aggiunta del dado (o dello strutto). A bollore raggiunto, calare le patate sbucciate e tagliate a quadrati e poi - subito dopo - il riso, avendo cura di non mescolare. Quindi, si copra la pentola sino a cottura ultimata (20-25 minuti).

A parte, si prepari il burro fuso con la salvia e lo si versi nella stessa pentola di cottura, rimescolando con una cucchiara di legno e cospargendo con abbondante formaggio parmigiano grattugiato.

Servire caldo sul piatto.

(Antonietta Corvi – Aprica)

Speck

Si cuoce nel latte bollente il riso, facendo una minestra densa che poi si condisce con burro fresco e formaggio dei monti. È un tipico piatto natalizio di Bormio.

(dal giornalino « Tuttoscuola » delle classi terze elementari di Sondrio, Albosaggia e Moia)

Riso alla valtellinese

Riso gr. 300 - fagioli sgranati freschi gr. 200 - una verza non molto grossa - burro gr. 70 - parmigiano grattugiato gr. 50 - qualche foglia di salvia - sale - pepe. (Per 4 persone)

Si facciano lessare i fagioli in acqua leggermente salata. A cottura ultimata, si conservino nel loro liquido.

Si pulisca e si sfogli la verza scartando le foglie e le parti più dure. Dopo averla tagliata a listarelle, la si scotti in poca acqua bollente, per due o tre minuti. Sgocciolata, la si rimetta a cuocere con il riso in acqua abbondante e poco salata. Quando il riso sarà quasi cotto, si aggiungano i fagioli senza il loro liquido e si completi la cottura.

Si scoli il tutto e si condisca con il burro fuso insaporito con la salvia, cospargendo con parmigiano grattugiato e pepe.

Si rimescoli e si serva subito a tavola.

(dalla rivista «Madre» - agosto 1975)

Risotto al sasso rosso

Riso Carnaroli gr. 400 - burro fresco gr. 150 - cipolla piccola 1 - panna fresca 1/4- formaggio parmigiano gr. 30 - vino sasso rosso (in mancanza, altro valtellina) 3/4 di litro - formaggio valtellinese a dadolini gr. 50 - sale.

Si facciano soffriggere in un recipiente adatto il burro e la cipolla; versare il riso, mescolare a fuoco vivo aggiungendo gradatamente metà del vino. Si cuocia come un normale risotto, tenendolo sempre piuttosto asciutto.

A cottura quasi ultimata, si tolga il risotto dal fuoco e vi si aggiunga il rimanente vino, i due formaggi e la panna. Lasciar riposare per 2 o 3 minuti e servire con un pizzico di pepe.

Il vino sasso rosso è una riserva di grumello, prodotto nella omonima vigna.

Per gli amanti della salsiccia valtellinese, è consigliabile una variante: nel soffritto si aggiunga una salsiccia tritata.

(Ricetta personale di Renato Sozzani - Sondrio)

Carni, selvaggina e pesci d'acqua dolce

Costine al lavecc

Costine di maiale 1 kg. e mezzo - timo - basilico - pepe - sale - aglio 2 spicchi (facoltativo) - vino rosso o bianco secco 1 litro.

(Per 6 persone)

In un *lavecc* di media grandezza si mettano le costine tagliate a metà. Nel disporle, si abbia cura di porre la loro parte grassa a diretto contatto con il fondo della pentola. Si passi al fuoco e si lasci cuocere (quasi abbrustolire), girando spesso le costine. Dopo cinque-dieci minuti si aggiungano gli aromi (timo, basilico, pepe e aglio) miscelati e poi - subito - il vino, che va versato man mano in modiche quantità sì da tenere sempre umide le costine. (Aver presente che il vino non deve essere freddo).

Si faccia cuocere ancora per un'ora e mezza - un'ora e tre quarti. Quindici minuti prima che termini la cottura, si sali.

Si porti il *lavecc* in tavola e si servano le costine calde, direttamente sui piatti.

(Cesare Via - Chiavenna)

Carré di maiale alla paesana

Si scelga un pezzo di quadrato di maiale che, picchiettato con aglio, si condisce con sale, spezie e profumi.

Ricoperto d'olio, lo si lasci in luogo fresco per circa 24 ore. Messo in una teglia di rame, va salato e pepato nonché cosperso con l'olio in cui ha macerato.

Lo si lasci dorare al fuoco bagnandolo man mano con vino bianco.

Dopo circa 40 minuti, ben dorato, servirlo passando a parte, con un colino, il fondo di cottura leggermente sgrassato.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Oss de ciun in salamoia

Durante la macellazione del maiale si mettano da parte le ossa della schiena non completamente spolpate.

Indi le si mettano in un recipiente adatto con sale, foglie di alloro e un po' di ginepro lasciandovele per una settimana. Poi si facciano asciugare i singoli pezzi in un ambiente fresco ed areato.

Infine cuocere le ossa senza sale e servirle con patate lesse e cetrioli grossi da immergere in sale a scaglie.

(Carlo Tedoldi - Chiaveima)

Oss de ciun

Si facciano bollire in pochissima acqua le ossa del maiale appena macellato e non del tutto spolpate.

Scolate, si condiscano con il sale dopo averle disposte su di un piatto di portata.

Si mangiano con le mani accompagnandovi patate lessate e cetrioli freschi.

(Giovanni Bonazzi – Sondrio)

Salsicce alla carta

4 salsicce di puro maiale. (Per 4 persone)

Si avvolgano, una per una, le salsicce in un foglietto di carta gialla da macellaio, inumidita, e le si mettano sotto la cenere bollente.

Lasciarle cuocere venti minuti circa.

(Maria Del Simone - Tirano)

Salsicce del montanaro

Salsicce piccole e fresche 8 per gr. 500 - confezione di panna 1 - piccolo gambo di sedano 1 - cipollina 1 - foglia di salvia 1 - chiodo di garofano 1 - cognac 5 cucchiaini. (Per 4 persone)

Sforacchiare le salsicce immergendole per tre minuti in acqua bollente, poi si scolino.

Intanto si prepari un mazzolino con il sedano, la salvia, il lauro e la cipollina (nella quale si sarà conficcato il chiodo di garofano) e lo si leghi con un filo incolore.

In una casseruola si facciano rosolare, senza unire alcun grasso

ed a fuoco moderato, le salsicce spruzzate con il cognac. Quando quest'ultimo sarà evaporato, si aggiunga un mezzo bicchiere d'acqua e il mazzolino d'aromi.

Quindi, si faccia cuocere il tutto a fuoco moderato per circa quindici minuti rigirando di tanto in tanto.

Cinque minuti prima di togliere le salsicce dal fuoco, si scoli il grasso e si unisca la panna; si tolga pure il mazzolino delle erbe aromatiche.

Servire caldo con l'atingolo, preferibilmente su di un risotto.

(Carlo Tedoldi - Chiaverwal)

Salsicce valtellinesi alla brace

4 salsicce di maiale. (Per 4 persone)

Tagliare a metà le salsicce nel senso della lunghezza ed inciderle trasversalmente dalla parte della pelle praticandovi quattro tagli ad eguale distanza.

Adagiarle sulla brace dal lato della carne viva. Poi girarle, bagnandole con una frasca di salvia intinta nell'aceto.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Cotechino freddo

Cotechino 1 - carote - gambe di sedano - cipolla 1 - prezzemolo - aceto - limone mezzo - olio d'oliva - sale - pepe.

(Per 6 persone)

Si faccia cuocere in acqua un cotechino casalingo di baita, il giorno seguente lo si tagli a fettine sottili disponendole poi in bell'ordine su di un piatto di portata.

Quindi si condisca con olio, poco sale, pepe, succo di limone e qualche goccia di aceto.

A parte si preparino le carote, la cipolla e le gambe di sedano, pulite, lavate e tagliate in fettine sottili.

Fatte cuocere in acqua salata e scolate, le verdure si dispongano uniformemente sull'intera superficie del cotechino affettato. Si cosparga il tutto di prezzemolo tritato e si lasci macerare qualche ora prima di servire.

Il cotechino che dovesse eventualmente avanzare può essere riutilizzato passandolo in padella. Si ottiene un piatto gustosissimo che però non può essere ulteriormente cotto.

(Gim Pini - Grosio)

Rustisciada (Ciccioli)

Tra le specialità che i contadini ricavano dall'uccisione del maiale nella stagione a cavallo tra l'autunno e l'inverno, vi sono i *rustei* o *cicc*, ossia quei pezzi di grasso cui rimane attaccato un po' di carne.

Essi vengono messi a cuocere in una grossa pentola per ottenerne lo strutto.

Proprio durante la cottura vengono a galla, sul grasso oramai sciolto, i pezzetti di carne. Questi, scolati con una schiumarola, si mettano a soffriggere in una padella con una cipolla precedentemente dorata. Tolti dalla padella e riposti su di un piatto, si versino sui *rustei* delle uova al tegame.

Si contorni il tutto con polenta appena sformata sulla *basta*.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Borsai

Per la preparazione, necessitano: un pezzo di pelle di pecora, delle dimensioni di cm. 30 x 15, con il sottopelle di grasso - ritagli piccoli di carne di pecora per grammi 300 - sale - pepe.

Con i ritagli della carne, salati e pepati, si prepari il ripieno. Indilo si metta nel pezzo di pelle, prima stirato e poi ripiegato a mo' di borsa rettangolare, cucendone i bordi con ago e cotone incoloro forte.

Sul fuoco vivo si brucino i peli della pelle, raschiandola altresì con un coltello affilato.

Infine, in una pentola con acqua a bollire, leggermente salata, si faccia cuocere come il lessò, la sacca ripiena, per circa due ore e mezzo.

La dose è riferita ad un solo *borsai* che ha un peso variabile dai 300 ai 400 grammi.

Il procedimento descritto, naturalmente è valido per più *borsai*.

Questo antico piatto livignasco ancora oggi viene preparato - alla domenica - dalle famiglie indigene.

Le sacche, complete di sottopelle, carne e grasso, cucite e solo parzialmente cotte, venivano annegate nel grasso di pecora sciolto e conservate per mesi in vasi di terracotta smaltata (*brentel*).

(Rita e Dante Calli - Livigno)

Capretto in guazzetto

Un quarto posteriore di capretto tagliato a pezzetti - olio - burro - farina bianca - prezzemolo - aglio - cipolla - pepe - sale - brodo - vino bianco. (Per 6 persone)

Si faccia tostare una cipolla di grandezza media, affettata finemente, con burro e olio.

Indi, nel soffritto, si mettano a rosolare i pezzetti, infarinati, della carne di capretto.

Salare e pepare, spruzzando di vino bianco.

Vi si aggiunga - poi - una manciata di prezzemolo tritato ed uno spicchio di aglio.

Si copra la carne con un buon brodo precedentemente preparato e si lasci cuocere lentamente per circa un'ora e mezza, fino a che il brodo si evapora tanto da lasciare un sugo denso. Si serva con purea di patate o polenta.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Muscoli di vitello alla casalinga

Si prendano dei giretti di vitello e, disossati, li si predispongano in un tegame di rame con pancetta, burro, rosmarino, salvia e buccia di limone.

Il tutto, lasciato rosolare, va bagnato con vino bianco. Coprire poi con acqua fredda e passare al forno.

Mezzora prima del termine della cottura si aggiungano patate novelle.

Tranciare e servire.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Trippla alla valtellinese

Trippla 1 kg. - fagioli borlotti - foglie di coste 4 o 5 - lardo e pancetta 100 gr. - formaggio grana grattugiato gr. 100 - brodo di manzo - sale. (Per 4 persone)

Si lavi e si rilavi abbondantemente la trippa e la si tagli a larghe strisce.

Si prepari a parte, per tempo, un buon brodo di carne di manzo non troppo grasso.

Con la pancetta e una pestata di lardo si fa il soffritto; quando questo ha preso colore si aggiunge la trippa, mescolandola e regolandola con il sale.

Cuocere per 15 minuti, girando di tanto in tanto.

Si aggiungano poi i fagioli borlotti e subito si copra il tutto con il brodo di manzo caldo.

Si faccia cuocere, coperto e piano, per circa due ore.

Si serva sui piatti cospargendo di grana grattugiato.

(Pietro Muffatti - Sondrio)

Costine con patate

Costine kg. 1 - burro gr. 60 - patate gr. 500 - salsa di pomodoro 2 cucchiari - brodo - olio - sedano - cipolla - carota - sale - pepe.
(Per 4 persone)

Tagliare le costine separandole l'una dall'altra, formando cioè tanti pezzi quante sono le ossa. Farle dorare in burro e olio e unirvi - poi - il sedano, la cipolla e la carota tritate, lasciando insaporire. Salare, pepare ed aggiungere la salsa di pomodoro diluita in un paio di mestoli di brodo; coprire con il coperchio e far cuocere per un'ora e mezza circa. Unire le patate sbucciate e tagliate a grossi pezzi e terminare la cottura aggiungendo, se necessario, altro brodo.

(dalla raccolta di Eugenio Samaden - Sondrio)

Costata di manzo alla valtellinese

4 costate di manzo disossate - funghi porcini freschi gr. 300 - burro gr. 100 - cipolline gr. 500 - otto pomodori pelati - poco brodo - sale - pepe. (Per 4 persone)

Si salino, si pepino e si sovrappongano le fette di carne mettendo fra l'una e l'altra i pomodori tagliati a pezzi e i funghi porcini ridotti a listarelle sottili.

Si leghi strettamente il tutto con uno spago incolore.

Si metta quindi la carne in una casseruola, vi si aggiunga il burro e si faccia cuocere al forno per un'ora e mezza circa, bagnando di tanto in tanto con un po' di brodo.

Dopo 3 ore dall'inizio della cottura si aggiungano le cipolline

sbucciate e si continui a cuocere per altri 40 minuti circa.

(dalla rivista «Madre» - agosto 1975)

Pollo alle erbe di monte

Pulito un pollo del peso di circa 1300-1400 grammi, lo si faccia rosolare in burro e olio. Vi si uniscano i suoi fegatini, una cipolla, sedano, carote, alcune bacche di ginepro, timo e maggiorana di monte, sale, pepe e alloro.

Lo si bagni - poi - con mezzo bicchierino di cognac e mezzo bicchiere di vino rosso valtellina invecchiato.

Al termine della cottura, si passino al setaccio gli ingredienti e il sugo, che va legato con un cucchiaino di farina ed un cucchiaino di crema di latte.

Si tagli il pollo in ottavi.

Infine, lo si serva su crostoni di pane ben caldi, passati nel burro e bagnati con il sugo che deve essere cremoso ed abbondante.

(Vera Cenini - Morbegno)

Coscia di cervo alla panna

Fesa di cervo kg. 1,500 - cipolla 1 - prezzemolo 1 manciata - pepe 2 cucchiaini - aceto di puro vino 1 bicchiere - panna di latte mezzo litro - sale. (Per 6 persone)

Si tagli la coscia di cervo in bocconcini, a forma di piccoli cubi. A freddo, in una pentola, si metta la carne così tagliata, unendovi una manciata di prezzemolo e una grossa cipolla finemente tritata, spargendovi abbondante pepe e spruzzandovi un bicchiere colmo di buon aceto di vino. Si passi la pentola al fuoco e si lasci rosolare per dieci minuti, aggiungendo brodo e sale.

Si cuocia per un'ora, un'ora e mezza, a seconda dell'età del cervo, fino a cottura quasi completa.

Si unisca un quarto di litro di panna dieci minuti prima di toglierlo dal fuoco.

(Oscar Redaelli - Chiuro)

Costolette di capriolo allo Stelvio

Si tagliano da un pezzo di quadrato di capriolo le costolette e poi

si mettano a marinare per 24 ore in vino bianco con raggiunta di tutti i profumi: il timo, il ginepro, la maggiorana, le carote, il sedano, lo scalogno, il lauro, il rosmarino, la salvia, ecc.

Tolte dalla marinata, asciugarle infarinandole e indi farle rosolare nel burro fresco. Bagnare con marsala ed aggiungere una pe-stata di lardo.

Infine coprire il tutto con il sugo della marinata passata per un colino e portare a cottura.

Si servano con riso pilaf.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Salmi di camoscio

Carne di camoscio kg. 2 - vino rosso litri 2 - cipolla 1 e mezza - basilico 1 piantina - timo 1 rametto - fegato, polmone e cuore del camoscio - burro gr. 150 - spezie miscelate 1 cucchiaino - noce moscata mezza - brodo già pronto. (Per 6 persone)

Per preparare questo particolare salmi si può usare qualsiasi parte del camoscio, con l'unica accortezza di togliere dalla carne tutto il grasso.

Poi si proceda così: si metta la carne, tagliata a pezzetti, in fusione nel vino che deve essere - possibilmente - piuttosto alcolico e scuro. Si triti grosso una cipolla con una manciata di foglie e di basilico e un rametto di timo. Si spappolino il fegato, il polmone e il cuore del camoscio.

Il tutto, la carne, il tritato e le frattaglie, rimescolato nel vino, si lasci in fusione in apposito recipiente coperto per quattro o cinque giorni.

Per cucinare la carne così pronta, in una pentola, si faccia prima il soffritto con il burro (o margarina) e la cipolla. Rosolato molto bene, vi si aggiunga lentamente il vino dell'infuso, unendovi pure un cucchiaino di spezie miscelate e mezza noce moscata. Indi, si lasci cuocere, da un'ora ad un'ora e mezza, a seconda dell'età del camoscio.

Se il salmi si asciuga troppo, vi si versi man mano del brodo già pronto, fino a che l'intingolo non diventa più spesso.

Si serva con la polenta, magari quella mista nera e gialla, oppure con il pan tostato o, meglio, con i *crustun de segal a la cuntadina*.

(Oscar Redaelli - Chiuro)

Cosciotto di camoscio in salmi

Un cosciotto di camoscio da kg. 4 - pancetta tesa gr. 100 - cacao amaro in polvere gr. 30 - carote gr. 250 - cipolle gr. 250 - sedano gr. 250 - spicchi d'aglio 2 - bacche di ginepro 2 - chiodi di garofano 4 - foglie di lauro 2 - cannella 1 pezzetto - grani di pepe nero 10 - panna 2 decilitri - vino Sassella o Inferno 1 litro e mezzo - grappa mezzo decilitro - olio - sale.

(Per 10-12 persone)

Disossata la coscia di camoscio e legatala con uno spago, la si metta a marinare con tutte le verdure (a pezzi) e le spezie per ventiquattro ore, in un luogo fresco.

A marinatura avvenuta, si sgoccioli la carne e le verdure. Si facciano rosolare queste ultime con la pancetta tagliata a dadini in cinque cucchiariate d'olio per circa 15 minuti. Indi, si unisca il cosciotto e lo si faccia rosolare per mezzora circa. Si irrori il tutto con il vino della marinatura, si sali e si lasci cuocere a fuoco moderato per tre ore circa.

Quando la carne sarà cotta, la si tolga dalla casseruola.

Si faccia cuocere ancora il fondo di cottura finché il liquido sarà totalmente evaporato. Quindi, si passi il tutto al setaccio. Si rimetta al fuoco la salsa ottenuta aggiungendo il cacao in polvere disciolto nella panna liquida¹.

Appena la salsa comincia a bollire si unisca la grappa e si tolga subito dal fuoco la casseruola.

Si affetti, la coscia, irrorandola con la salsa. Si accompagni il cosciotto con polenta.

Il cacao si può non impiegare, e ciò è più aderente alla cucina locale, oppure si può aggiungere nella marinatura. In questa si possono mettere anche 100 grammi di fegatino di camoscio o, in mancanza, di agnello.

(dalla rivista «Madre» - agosto 1975)

Fagiano al carpione

Fagiani di peso medio 2 - carote grosse 6 - cipolle 6 - limoni 3 - foglie di salvia 2 - rametto di rosmarino 1 - rametto di lauro 1 - mazzetto di prezzemolo 1 - mazzetto di timo 1 - mazzetto di basi-

lico 1 - pepe in grani 2 cucchiaini - aceto bianco forte 3 tazzine da caffè - olio 6 tazzine da caffè - sale.

Pulire con moltissima cura i fagiani togliendo le piume e tagliando le zampe e le punte delle ali. Quindi passarli sulla fiamma senza però lavarli con l'acqua. Salare internamente ogni capo mettendovi: una rotella di limone, 1 rotella di cipolla, 4 o 5 rotelle di carote, 1 foglia di lauro e 3 grammi di pepe. Si mettano poi i fagiani in una pentola smaltata aggiungendovi il mazzo di erbe odorose, le cipolle, le carote, il limone (tutto a fette), il pepe rimasto, le 6 tazzine d'olio e le 2 d'aceto. Si passi la pentola al fuoco vivo affinché bolla rapidamente. Raggiunto il bollore, si abbassi la fiamma e si lasci bollire lentamente per tre o quattro ore.

Al termine della cottura, si lasci raffreddare la pentola per 36 ore. Infine si passi il tutto in un vaso di vetro con la stessa salsa che, se scarseggia, può essere integrata con l'aggiunta di un po' d'olio sino a copertura.

I fagiani sono buoni dopo qualche settimana (dopo 20 giorni e non di più).

Si rammenti: non vanno lavati!

La ricetta è stata ripresa da un diario - fine ottocento - dei cacciatori della Valchiavenna. Pare che fosse il piatto preferito, al termine della stagione venatoria, dei notai, dei medici e dei farmacisti locali.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Uccelletti con polenta

Uccellame di passo in Valtellina: allodole, tordi, viscarde, fringuelli, frisoni, fanelli, pispole e cardellini.

Spennati gli uccelletti, passarli attraverso la fiamma per strinare le penne rimaste; dare un colpo di forbice alle zampette, togliere le interiora e poi di fianco a ciascun uccello porre una fettina di pancetta ed una foglia di salvia, cercando di tenerli aderenti con uno stecchino. Metterli quindi in una padella con la pancia in giù, salarli, e con abbondante burro farli rosolare. A metà cottura aggiungere qualche bacca di ginepro, salvia e rosmarino e, se necessita, un mezzo bicchiere d'acqua, voltarli, ed a fuoco lento lasciare che prendano nel loro sugo un bel colore.

Prima di levarli dal fuoco mettere un bel pezzo di burro, e quando questo è ben schiumoso, versare gli uccelli e sugo sopra la polenta pronta in un piatto fondo;

(Epicuro, « Andar per crotti » - 1952)

Zuppa di trote del Masino

(Piatto d'oro 1970)

Trote di torrente: 2 etti circa a persona - burro - olio - cipolle - carote - sedano - timo e maggiorana di monte - origano - pepe - sale - pomodori - fette di pane dorate al burro - salvia - alloro - vino bianco secco - farina - crema di latte - prezzemolo.

Dalle trote si ricavano i filetti che, infarinati, vanno dorati al burro e salvia. Con i resti del pesce si prepara il brodo unendovi una carota, un gambo di sedano, una cipolla e due foglioline di alloro.

A parte si soffriggano due carote, due cipolle e due gambi di sedano; poi, si unisca al soffritto il brodo passato allo staccio, una cucchiaia di pomodori freschi o pelati, un pizzico di origano, mezzo bicchiere di vino bianco secco, un pizzico di pepe, sale e una bella manciata di foglioline di timo e maggiorana di monte.

Si lasci cuocere il brodo per almeno un'ora, legandolo con mezzo cucchiaino di farina precedentemente sciolta in un paio di cucchiari di crema di latte.

Quando il brodo è pronto, lo si versi sui filetti di trote (già dorati al burro), tenendo il tutto in lenta ebollizione per dieci minuti.

Al momento di servire si preparino i crostoni di pane passati al burro. Pronti, vi si versi sopra la delicatissima zuppa, dopo avervi cosperso un battuto di prezzemolo.

(Vera Cenini - Morbegno)

Trotelle in carpione

Si cuociano le trotelle di torrente, ben fresche, in burro e salvia disponendole in un tegame di porcellana piuttosto fondo.

A parte, si prepari così la salsa: in un tegame si metta a soffriggere abbondante olio con due copiose manciate di prezzemolo tritato finissimo, uno spicchio d'aglio stemperato con il coltello, timo, origano, buccia di limone e una carota precedentemente

cotta e pure stemperata, pepe e sale.

Si bagni il tutto con abbondante e puro aceto di vino; si versi, infine, la salsa bollente sulle trote che, volendo, possono essere servite il giorno successivo.

Questa carpionatura è delicata e nulla toglie alle caratteristiche proprie delle trote.

(*Vera Cenini - Morbegno*)

Trotelle ai funghi porcini

Trotelle di torrente 4 da due etti cadauna - funghi porcini freschi (o surgelati) gr. 400 - burro gr. 100 - olio 2 cucchiari - vino bianco - pepe - timo - aglio - prezzemolo - sale.

(Per 4 persone)

Spaccare le trotelle e togliere accuratamente le lisce. Pulite, si mettano a macerare nel vino bianco per un'ora con sale, pepe e timo.

Poi, in una padella si facciano cuocere i pesci con burro di montagna, aggiungendo, alla fine, il vino bianco rimasto.

A parte si cuociano per cinque minuti i funghi porcini affettati, con prezzemolo, olio e profumo d'aglio.

Quando sarà ultimata la cottura delle trotelle, queste si coprano con i funghi e si servano con un po' di burro fuso versato sopra.

(*Renato Sozzani - Sondrio*)

Polpa di cavallo alla piota

Fette di polpa di cavallo o di puledro - dado - pepe - sale - timo - maggiorana - olio.

Si prepari, in una zuppiera, un infuso di acqua, dado sciolto nella stessa, nonché pepe, sale, timo e maggiorana, il tutto ridotto in poltiglia con il pestello. La si amalgami con un goccio d'olio.

Per cuocere la carne si può procedere in due distinti modi.

Primo modo. In un piatto fondo ovale si tenga pronto l'infuso. In questo si passino le fette di polpa e poi, subito dopo, sulla piota calda per un tempo breve di cottura (solo una buona scottata).

Secondo modo. Si mettano le fette di polpa sulla piota calda, senza passarle nell'infuso, per un tempo di cottura a piacimento del commensale. Un minuto prima di toglierle dalla pietra, si versi

L'infuso sopra e sotto le fette, servendole subito.

È un modo di cucinare la carne tradizionalmente chiavennasco. L'infuso, naturalmente, può essere impiegato anche con altri tipi di carne e con il primo modo, specialmente con le costine di maiale.

La *miscela*, come è denominato l'infuso nel gergo locale, può variare nella sua composizione con l'aggiunta di altri aromi che si armonizzano con quelli già contenuti, come l'aglio, la noce moscata, la cannella, ecc.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Bracioline di lombo di maiale

Bracioline di lombo di maiale di un etto e mezzo ciascuna - un rametto di rismarino - foglioline di salvia - prezzemolo - aglio - foglioline di basilico - olio - sale - pepe.

Il prezzemolo, la salvia, il basilico, l'aglio e il rosmarino vanno tritati e poi uniti a mezzo bicchiere di olio e, il tutto, ben mescolato.

Si appiattiscano un po' le fette di carne e le si dispongano su di un piatto cospargendole con la salsetta testé preparata. Quindi lasciarle marinare per circa un'ora rigirandole più volte. A piota ben calda, mettere le bracioline sulla lastra e cuocerle per circa dieci minuti avendo cura di girarle con continuità. Infine, salarle e peparle dopo la cottura, sul piatto, e servirle a tavola ancora calde.

(Maurizio Dell'Ava - Chiavenna)

Costine di maiale

Costine di maiale - sale - pepe.

Disporre le costine sulla piota calda ma non troppo sì da ottenere una cottura lenta. Quindi, con molta cura, girarle continuamente per un'ora e un quarto sino a che saranno divenute ben dorate e croccanti

Servirle ancora calde su di un piatto di portata salando e pepando al momento.

Durante la cottura, se si vuole, possono essere innaffiate con poco vino rosso.

(Cesare Via - Chiavenna)

Rognone e cuore

Fettine di rognone e cuore - sale - una spruzzatina di vino.

Passare le fettine alla piota calda e girarle di tanto in tanto per dieci minuti, un quarto d'ora.

Durante la cottura spruzzarle con un po' di vino di qualità. Salare su di un piatto di portata e servire subito.

(Maurizio Dell'Ava - Chiavenna)

Pollo alla piota

Pollo aperto ed appiattito - olio - limone - sale - pepe.

Si metta il pollo in un po' d'olio, cui si è aggiunto il succo di mezzo limone, sale e pepe. Si volti il pollo ogni tanto lasciandolo nell'infuso per circa un'ora. Lo si passi poi alla piota moderatamente calda e lo si faccia cuocere per circa mezzora voltandolo di tanto in tanto. È giunto a cottura giusta quando sarà ben rosolato esternamente e ben morbido dentro. Disponendo di una seconda piota già riscaldata, il pollo si può far cuocere schiacciato tra le due lastre.

Tranciare e servire.

(Maurizio Dell'Ava - Chiavenna)

Rost beef alla piota

Un pezzo di almeno due chili di costata o lombata di bue disossata, ben frollato - rosmarino - basilico - prezzemolo - sale - vino bianco.

Steccare il pezzo di carne con aglio e cospargerlo con rosmarino, basilico e prezzemolo. Quindi passarlo alla piota ben calda girandolo di tanto in tanto.

Durante la cottura, quando la carne è già rosolata, salare e spruzzare con poche gocce di vino bianco secco. Far andare un'ora circa per ottenere una cottura al sangue, per un'ora e un quarto per una cottura completa. Per accertarsene, bucare la carne con una forchetta: se esce sugo rossiccio, la cottura è al sangue, se il sugo è rosato, la cottura è completa.

Con una preparazione ben curata ed eseguita si otterrà un cibo di

raro gusto e delicatezza con l'ulteriore vantaggio, dovuto alla piota, della conservazione di tutti i valori nutritivi.

(*Cesare Via - Chiavenna*)

Cipolline piatte

Cipolline piatte di media grandezza.

Si pelino le cipolline. Le si dispongano sulla piota calda. Rigirarle di frequente fino a completa cottura, cioè fin quando risultano morbide e dorate.

Servirle calde su di un piatto di portata.

(*Maurizio Dell'Ava - Chiavenna*)

Patate di montagna

Patate grandi e lunghe

Lavare ed asciugare le patate senza sbucciarle. Tagliarle a fette in senso orizzontale dello spessore di mezzo centimetro. Passare le fette alla piota calda mentre vi cuociono le costine o altra carne e rigirarle frequentissimamente per un minimo di mezzora.

Non devono fare crosta ma essere morbide e dorate. Man mano serve spazio sulla piota, le si mettono a lato tenendole al caldo.

Si servono da sole calde perché sostituiscono degnamente la bistecca oppure, se si vuole, assieme alle costine.

Se vengono cotte da sole è bene aggiungere poco olio o poco grasso.

(*Cesare Via - Chiavenna*)

Peperoni alla piota

Peperoni - olio - aglio.

Si puliscano i peperoni dopo averli svuotati dai semi. Si taglino in quattro parti e si passino alla piota calda per pochi minuti, voltandoli spesso.

Si tenga presente che i peperoni sono buoni piuttosto cotti, anche se un po' bruciacchiati.

Dopo la cottura si affettino i quarti in strisce più piccole e si condisca con olio e aglio a pezzetti, rigirando bene prima di servire come contorno.

(*Maurizio Dell'Ava - Chiavenna*)

Cappelle di funghi porcini

Cappelle di funghi porcini - olio - prezzemolo - aglio - sale.

Si unzano le cappelle con poco olio e le si dispongano sulla piastra calda. Si cuociano per 10-15 minuti avendo cura di girarle spesso.

Si servano sul piatto dalla parte concava, salando e cospargendo di prezzemolo e aglio tritati.

(Cesare Via - Chiavenna)

Polente e pasticci di patate

Polenta taragna

Farina di grano saraceno (fraina) gr. 350 - farina gialla gr. 250 - burro gr. 700 - formaggio valtellinese semigrasso gr. 600 - panino rafferma grattugiato 1 - sale - acqua litri 3.

(Per 4 persone)

Si metta l'acqua opportunamente salata nel paiolo e, a freddo, si aggiungano 250 grammi di burro. Ad ebollizione avvenuta, si versi, a pioggia, la farina gialla e poi quella nera mescolando continuamente e cercando di amalgamare bene l'impasto sì da renderlo giustamente consistente.

Durante la cottura si unisca un pezzetto per volta il rimanente burro e, quasi alla fine, due manciate di pane grattugiato.

Due minuti prima di capovolgere sulla *basla* vi si aggiunga il formaggio valtellinese, in parte semigrasso e in parte vecchio, possibilmente il Talamona, tagliato a fettine un po' grosse e si dia un'ultima girata con il *tarèl* (bastone da polenta), e si sformi prima che il formaggio si sia sciolto.

La taragna come i pizzoccheri viene preparata in più versioni. Quella qui riportata non è l'originale che, ovviamente, viene confezionata con sola farina nera, tanto burro e tanto formaggio di casera, il più genuino possibile.

Dire taragna significa riferirsi a Sondrio e dintorni così come i pizzoccheri vuol dire Teglio. Anche questo piatto è oramai riportato nei migliori testi di cucina. Il nuovissimo « Cucchiario d'argento » nell'edizione 1972 ne dà una gustosa interpretazione a pagina 261.

La polenta taragna è pure entrata a far parte della leggenda popolare valtellinese. In tempi passati, infatti, la frase « *Carlin, prepara la taragna!* » veniva rivolta nel gergo locale dall'innamorato al padre della futura sposa per chiedere formalmente la mano. Tanto è vero che nel giorno delle nozze, in casa

della sposa, si appendeva il paiolo grande al camino sin dalle prime ore del mattino e tutti i parenti vi si alternavano per mescolare la conditissima polenta, che doveva essere il piatto principe della giornata e l'augurio di abbondanza per gli sposi.²⁵

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Polenta taragna Valchiavenna

Farina bianca (1/3) gr. 300 - farina gialla (1/3) gr. 300 - farina nera (1/3) gr. 300 - burro gr. 600 - formaggio bitto gr. 300 - formaggio magnuca gr. 300 - sale - acqua - formaggio parmigiano grattugiato gr. 200. (Per 6 persone)

In un paiolo di rame con acqua salata, quando questa bolle, si versino, a pioggia, le farine rimescolando bene sino a cottura (1 ora).

Versare sulla polenta i formaggi bitto e *magnuca* tagliati a dadi nonché quello grattugiato. Indi rimestare ancora per quindici minuti e poi rovesciare la taragna su di un asse di legno e servirla.

(Mario Diclemente - Chiavenna)

Polenta in fiur

Farina nera 700 gr. - formaggio valtellinese giovane e magro 400 gr. - panna 1 litro - sale. (Per 4 persone)

Si metta a bollire la panna nel paiolo. All'ebollizione si aggiunga, a pioggia, la farina nera di grano saraceno e si rimescoli bene facendo attenzione ad amalgamare la farina sì da rendere l'impasto giustamente consistente.

Qualche minuto prima che la cottura si completi (40 minuti), si aggiunga il formaggio tagliato a fette un po' grosse. Infine, ancora due rimestate e poi si sformi sulla *basla* prima che il formaggio si sia sciolto.

(Piero Baggini - Sondrio)

²⁵ Molte e fantastiche son le ipotesi sull'etimologia della parola "taragna": da tarel, da tarare, ecc. L'ipotesi che più corrisponde alle logiche linguistiche e popolari è che il nome derivi dall'aspetto terroso e dalla consistenza un po' sabbiosa della polenta di grano saraceno. È opportuno ricordare che la farina usata è quella del seme integro, non perlato.

Crupa

Patate gr. 400 - farina di fraina gr. 600 - farina gialla gr. 100 - panna 1 litro - formaggio valtellinese magro gr. 400 - sale.

(Per 4 persone)

Lessare le patate. Cotte, sbucciarle e passarle a purea. Far bollire, a parte, nel paiolo, la panna.

Ad ebollizione, aggiungere le patate, e versare a pioggia la farina nera ed una manciata di quella gialla sino a giusta consistenza.

Mescolare per circa mezzora. A cottura ultimata, unire il formaggio giovane tagliato a cubetti. Indi mescolare nuovamente per poco più di cinque minuti.

Infine, rovesciare sulla tappiera (la *basla*) come le altre polente.

La *crupa* e la *pulenta in fiur* traggono la loro origine dalla tradizione dei maggenghi. Infatti, quando i pastori, per l'eccessivo freddo, non riuscivano a produrre il burro nella zangola, per utilizzare la panna, preparavano la *crupa*, altrimenti - non disponendo delle patate - la *pulenta in fiur*. Altra usanza era quella di cucinare uno dei due tipi di polenta nel giorno in cui abbandonavano il maggengo (*muda*) come ringraziamento alla natura.

(Piero Baggini - Sondrio)

Polentino nero

Farina nera gr. 600 - patate n. 3 - burro gr. 100 - formaggio di casera gr. 200 - sale. (Per 4 persone)

Si mettano in acqua bollente le tre patate già cotte prima e schiacciate.

Si aggiunga, a pioggia, la farina nera, mescolando bene il composto. Indi, si unisca il burro un poco alla volta e si faccia cuocere per un'ora.

Allorquando il polentino è pronto, nel dare un'ultima rimestata, si versi il formaggio locale tagliato a pezzettini e si serva caldo.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Polenta nera alla brace

Polenta nera cotta 300-350 gr. - formaggio di casera 150 gr.

(Per 4 persone)

Con la polenta nera già cotta formare delle grosse palle, ripiene,

nel mezzo, di formaggio di casera tagliato a dadini. Posare le pal-
le sulla brace viva rigirandole spesso per venti minuti circa.
Servirle calde allorquando esternamente appaiono dorate e croc-
canti.

(Maria Del Simone - Tirano)

Polenta gratinata con funghi

Si imburri una teglia da forno; poi, si faccia uno strato di fette di polenta, uno di funghi già trifolati, uno di formaggio grasso di alpeggio affettato, besciamella, parmigiano grattugiato e qualche cucchiata di ragù di carne. Sull'ultimo strato si mettano solo funghi e parmigiano con qualche fiocchetto di burro.

Si passi la teglia al forno per circa mezzora.

(Vera Cenini - Morbegno)

Polenta di Fraciscio²⁶

Farina gialla gr. 500 - patate di Fraciscio gr. 500 - acqua - sale.
(Per 4 persone)

In un paiolo si facciano lessare, in acqua sufficiente per la polenta, le patate sbucciate ed affettate.

A cottura completata, si sali e si versi, a pioggia, la farina gialla, rimestando bene la polenta, che deve cuocere almeno quaranta minuti.

Questa polenta veniva e viene fatta a Fraciscio con le patate locali per sopperire alla mancanza di farina gialla. Serve da contorno per tutte le pietanze.

Le patate si affettano per diminuire il tempo di cottura.

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Taroz

(1ª versione)

Patate gr. 400 - fagiolini (o, in mancanza, fagioli) gr. 300 - formaggio di casera semigrasso gr. 200 - burro gr. 150-1 cipolla - sale - pepe. (Per 4 persone)

In una pentola far bollire in acqua le patate sbucciate con i fagio-

²⁶ Frazione di Campodolcino a circa 1200 m di altitudine, il che spiega la bontà delle patate-

lini. Lasciar cuocere bene e, quindi, scolarli.

Schiacciare il tutto con un cucchiaino di legno in modo da ricavarne quasi una purea. Salare e pepare. Poi si disponga l'impasto in una terrina precedentemente imburata, avendo l'avvertenza di mettere tra uno strato e l'altro il formaggio di casera già tagliato a fettine.

Intanto si faccia soffriggere nel burro una cipolla affettata. Lasciar dorare e poi versare sui *taroz*.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Taroz

(2^a versione)

Patate gr. 900 - fagiolini (freschi od anche conservati) gr. 500 - formaggio di casera gr. 200 - burro (od anche olio) gr. 70 - pancetta gr. 50 - cipolla 1 - sale - pepe. (Per 4 persone)

In una pentola con acqua bollente si facciano cuocere le patate sbucciate e i fagiolini.

A parte, in altra pentola, si soffrigga la cipolla tritata con il burro (o l'olio) e la pancetta pestata.

Si scolino le patate e i fagiolini aggiungendoli al soffritto, salando e pepando.

Mentre si lascia cuocere il tutto per 10 minuti, si spezzino le patate e i fagiolini con un cucchiaino di legno.

Infine, si versi nel composto così ottenuto il formaggio di casera tagliato a pezzettini lasciando la pentola sul fuoco ancora un minuto. Si servano i *taroz* caldi.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Taroz

(3^a versione)

Polenta fredda gr. 500 - patate lessate gr. 500 - guatte lessate gr. 500 - besciamella mezzo litro - parmigiano - burro - sale.

(Per 4 persone)

Amalgamare bene la polenta (tagliata a piccoli pezzi), le patate e le guatte con due terzi di besciamella e una manciata di parmigiano grattugiato. Versare il composto in una pirofila piuttosto ampia precedentemente ben unta di burro. Con un cucchiaino di

legno spianare il tutto come se fosse una torta e versarvi sopra la rimanente besciamella.

Passare la pirofila al forno (180°) per circa 30 minuti: il tempo che i *taroz* si riscaldino molto bene e che si formi sulla superficie una crosticina dorata. Servire nello stesso recipiente di cottura.

(dalla raccolta di Eugenio Samaden - Sondrio)

Maseràt

Patate gr. 700 - verzine ricce verdi 2 - pancetta gr. 50 - cucchiaini d'olio 2 (oppure, strutto di maiale gr. 60 o lardo pestato gr. 70) - dado 1 - basilico seccato - mezza cipolla - sale.

(Per 4 persone)

Si faccia rosolare la cipolla in una pestata di pancetta e poco olio (oppure - come nel piatto antico - in strutto di maiale o in una pestata di lardo).

A parte si scottino le verze, tagliate in quadrati malsagomati, in acqua bollente per dieci minuti..

Quindi si versino le verze nel soffritto e si faccia rosolare ancora sino a che l'acqua della verdura si asciugua. Vi si aggiungano poi le patate pelate e tagliate a disco.

Si copra il tutto con acqua, si sali e si unisca una pizzicata di basilico secco sfarinato e il dado.

Si lasci cuocere per un'ora e mezza sì da far amalgamare le verze con le patate. Durante la cottura rimestare delicatamente con una cucchiaia di legno per evitare che il composto si attacchi alla pentola e, se necessario, si aggiunga via via acqua bollente.

A cottura ultimata servire subito.

Il *maseràt* è un piatto tradizionalmente aprichese che ancora viene confezionato dai locali con molta cura a ricordo del gusto antico. Originariamente veniva condito con strutto o lardo e lo si accompagnava, strano a pensarci oggi, con la polenta gialla.

Se si vuole promuovere il piatto da contorno a secondo piatto, si preparino 300-350 grammi di costine di maiale tagliate a piccoli pezzi e le si uniscano inizialmente al soffritto. Oppure, dieci minuti prima che si giunga a cottura, si calino quattro salsicce fresche. Come contorno il *maseràt* si accompagna allo zampone e al cotechino lessi.

Solitamente il composto è semisolido sì da poterlo mangiare con

la forchetta. Volendo, però, lo si può preparare semiliquido, quasi brodoso, sì da dover usare il cucchiaino.

(Antonietta Corvi - Aprica)

Paìsa de la vulp

(Pastone della volpe)

Patate gr. 500 - castagne gr. 300 - burro gr. 100 - sale - aglio 1 spicchio. (Per 4 persone)

Far bollire in acqua poco salata le patate sbucciate e, a parte, le castagne pure sbucciate; togliere alle castagne la camicia.

Una volta lessate, scolare sia le patate che le castagne che, mescolate in una padella grande, vanno schiacciate con una spatola di legno sì da rendere l'impasto quasi una purea. Salare, quindi, sempre nella padella, condire con burro già rosolato a parte, assieme ad uno spicchio d'aglio tagliato a fettine.

Far soffriggere per dieci minuti circa e servire caldo.

(Maria Del Simone - Tirano)

Maüsc

Patate gr. 400 - fagioli gr. 300 - strutto di maiale gr. 100 - sale.

Far bollire separatamente in due pentole d'acqua salata le patate e i fagioli. A parte, (n una padella, si faccia soffriggere lo strutto. Quindi, le patate, scolate e pelate, assieme ai fagioli già cotti, si versino nella padella con il soffritto e si schiacci l'impasto con un mestolo di legno sì da renderlo quasi una purea.

Si faccia saltare nella padella ancora per qualche minuto.

Piatto tipico di Teglio, oggi in disuso.

(Mariannina Valli - di anni 90 - Teglio)

Insalata, bevande e preparazioni varie

Bresaola allo Stelvio

Affettare una bresaola il più sottile possibile disponendo le fette su di un piatto di portata.

Quindi cospargerle con gli odori di timo, origano, maggiorana, olio e pepe nonché succo di limone.

Lasciar macerare per qualche minuto e poi lavorare il tutto, girando e rigirando, affinché si amalgami.

In Valchiavenna la bresaola non si mangia condita. Si preferisce quella naturale, molto assiccata e poco affumicata.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Bresaola dell'Adda

Bresaola a: ettata: 3 fettine a persona - gorgonzola gr. 50 - burro gr. 50 - prezzemolo tritato. (Per 4 persone)

Si prepari un impasto con il burro e il gorgonzola e lo si spalmi sulle fettine di bresaola.

Indi, arrotolarle a mo' di cannoncini, mettendovi alle estremità un po' di prezzemolo tritato. Sistemare i piccoli cannuoli con eleganza sul piatto di portata.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Insalata di radicchio

Radicchio gr. 400 - prosciutto gr. 100 - uova sode 2 - capperi 2 cucchiari - noci 1 dozzina - sale - pepe - aceto - olio.

Si pulisca e si lavi bene il radicchio, spezzettandolo nella insalatiera ed aggiungendovi il prosciutto tagliato a dadini. Liberare le noci dal guscio e tritarle grossolanamente.

Le uova rassodate vengano tagliate a dadini.

In una scodella si mettano le uova, le noci e i capperi bagnando con un po' d'olio e due cucchiari d'aceto; indi una presa di sale e una spolverata di pepe.

Si mescoli bene e si versi nell'insalatiera con il radicchio. Si ri-

mescoli bene il tutto,

(Carlo Tedoldi - Chiavenna)

Insalata di denti di cane alla pancetta

Foglie di denti di cane gr. 250 - pancetta gr. 60 - aceto - sale.

(Per 4 persone)

Si faccia sciogliere e soffriggere, sul fuoco, la pancetta con poco aceto.

Si ripongano le fogliette di denti di cane nell'insalatiera, dopo averle lavate con cura e ben asciugate.

Si sali; indi, si condisca l'insalata con la pancetta sciolta, rimescolando bene e ripetutamente.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Salsa peverada ²⁷

Pane raffermo grattugiato e formaggio vecchio grattugiato in parti uguali - pepe - prezzemolo tritato - sale - brodo - olio d'oliva.

All'impasto fatto con gli altri ingredienti indicati si aggiunga brodo caldo e si lasci bollire in una pentola per circa un'ora, molto lentamente.

Rimestare con frequenza.

Indi si versi del buon olio d'oliva rimestando ancora.

Si accompagna ottimamente con il bollito.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Funghi sotto sale

Si puliscano i funghi freschi tagliandoli poi a pezzi. Si immergano nell'acqua bollente fino a che cominciano a galleggiare. Scolati, vengano lasciati raffreddare su di un tovagliolo per una notte.

Allorquando i funghi sono asciutti, si mettano in un vaso a tenuta ermetica procedendo così: uno strato di tre centimetri di funghi ed uno strato di mezzo centimetro di sale, alternativamente, fino al completo riempimento del vaso avendo l'accortezza di termi-

²⁷ Non è una salsa valtellinese ma veronese.

nare con lo strato di sale. Chiudere e conservare in luogo buio e fresco.

Per la loro utilizzazione, si tolgano i funghi nella quantità che serve e si ricopra con il sale la parte restante nel vaso.

Si lavino i funghi ripetutamente sotto acqua corrente fino a totale scomparsa del sale.

Sono così pronti da cucinare.

(Alfonso Magni - Aprica)

Vino di mirtilli

Puliti e lavati, si versino i mirtilli in un vaso a tenuta ermetica aggiungendovi una quantità di zucchero pari alla metà del peso dei frutti.

Si chiuda il vaso e lo si esponga al sole per trenta giorni, senza mai aprirlo.

Durante tale periodo i mirtilli fermenteranno: nella parte superiore del vaso si formerà il vino mentre in quella inferiore si depositeranno i frutti fermentati.

Si versi il vino in bottiglia filtrandolo con un colino.

Una ulteriore quantità di vino si potrà ottenere spremendo i mirtilli e filtrandoli con rete sottile.

(Alfonso Magni - Aprica)

Pan tostato

Si taglino delle fette sottili di pane e le si facciano rosolare adagio adagio nel burro valtellinese dolce, fresco di montagna. Poi, tiepide, si immergano nel vino buono di valle.

(Piero Muffatti - Sondrio)

Lughenia da passola o salame di rape di Livigno

(Salame di rape di Livigno)

Per preparare questa specialità esclusivamente livignasca è necessario disporre delle piccole rape che si coltivano solo sul posto (*passola*), già essiccate.

Esse vanno cotte in acqua bollente per circa un'ora e mezza. Poi vanno frammiste a lardo di maiale (che deve essere in quantità pari ad un quarto delle rape) e, il tutto, va macinato con

l'aggiunta graduale di spicchi d'aglio.

Si impasta ancora con sale e pepe e, infine, si insacca nelle bu-della.

I salami si fanno stagionare all'aria, appesi alle travi dei solai.

(Rita e Dante Galli - Livigno)

Rosümada

Si sbatte il bianco dell'uovo. A neve, si aggiunge il rosso e lo zucchero. Si lavora sino a scioglimento dello zucchero e, poi, vi si mescola vino di valle (in alternativa, il latte).

I valligiani servono la *rosümada* fresca di cantina al ritorno dal lavoro nei campi.

(Rita Mottini-Rossi - Ponte Valtellina)

Cadolca o cadulca

In un *ciapel* contenente buon vino della valle si aggiunga latte appena munto o, meglio, se munto direttamente nel recipiente. Il latte schiumoso, amalgamandosi con il vino, forma una bevanda che i vecchi contadini amavano sorbire, al tepore della stalla, nelle ore serali della mungitura.

(Rita Mottini-Rossi - Ponte Valtellina)

Coktail di grappe

Si mescolino, in uguali proporzioni, quattro diverse grappe val-tellinesi di cui tre di vinaccia ed una di ginepro.

Si ottiene un delizioso digestivo.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Mele secche

Mele nella quantità desiderata.

Si sbuccino i frutti e li si affettino in senso orizzontale, sì da ot-tenere delle fette tonde dallo spessore di mezzo centimetro, dalle quali si tolga il pezzetto di torsolo rimasto.

Sparses su tavolate, si mettano le fette al sole sino a farle seccare. Per la loro conservazione, si infilino le stesse in una cordicella e - poi - si appendano in solaio o nella dispensa.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Marmellata di more

Grammi 400 di zucchero per un chilo di more - una scorza di limone.

Si puliscano accuratamente le more, che devono essere sane e ben mature.

Poi si lavino molto bene nell'acqua fresca.

Indi, in una pentola si cuociano per un quarto d'ora assieme alla scorza di limone.

Si aggiunga lo zucchero proseguendo la cottura per un'ora e mezza circa.

Infine, si lasci riposare e raffreddare la marmellata e, poi, la si metta in barattoli di vetro chiusi ermeticamente.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Marmellata di fragole

Grammi 700 di zucchero per un chilo di fragole - vino - acqua.

In vino ed acqua sufficienti si lavino bene le fragole di bosco. Scolato il liquido (che non va utilizzato), si mettano i frutti in una pentola facendoli cuocere per circa mezzora.

Indi, si aggiunga lo zucchero e si prosegua la cottura per un'ora, un'ora e mezza.

Si lasci riposare la marmellata fino a che diventa fredda. Infine, la si metta in vasi di vetro chiusi ermeticamente.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Marmellata di mirtilli

Grammi 800 di zucchero per un chilo di mirtilli - una scorza di limone.

In una pentola, per mezzora, si facciano cuocere i mirtilli assieme alla scorza di limone.

Si aggiunga lo zucchero proseguendo la cottura per un'ora circa, mescolando di tanto in tanto.

Si lasci riposare la marmellata fino a che diventa fredda. Infine, la si metta in vasi di vetro chiudendo ermeticamente.

(Vanda Franchelli - Sondrio)

Marmellata di sambuco

Grammi 800 di zucchero per un chilo di sambuco.

Si segua lo stesso procedimento della marmellata di mirtilli.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Marmellata di lamponi

Grammi 800 di zucchero per un chilo di lamponi.

Si puliscano accuratamente i frutti, lavandoli poi, molto bene, nell'acqua fresca.

In una pentola si cuociano i lamponi per un quarto d'ora. Indi si aggiunga lo zucchero proseguendo la cottura per un'ora e mezza. Si faccia riposare e raffreddare la marmellata, mettendola, con i frutti rimasti possibilmente integri, in barattoli di vetro chiusi ermeticamente.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Marmellata di more di gelso

Grammi 600 di zucchero per un chilo di more di gelso.

Si segua lo stesso procedimento della marmellata di lamponi.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Mirtilli sotto grappa

Grammi 300 di zucchero per un chilo di mirtilli - grappa in quantità necessaria.

Lo zucchero e i mirtilli, messi in vasi di vetro aperti, si lascino al sole per una settimana.

Indi, si aggiunga la grappa sino a copertura del contenuto e si chiudano ermeticamente i vasi.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Susine sotto grappa

Grammi 500 di zucchero per un chilo di susine - grappa in quantità necessaria.

Si segua lo stesso procedimento dei mirtilli sotto grappa.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Ciliege agrodolce

Per ogni chilogrammo di ciliege: aceto di vino 5/4 - zucchero gr. 500 - chiodi di garofano 3 - foglie di alloro 1 - cannella un pezzo.

Lavare ed asciugare le ciliege. Tagliare i piccioli ad un centimetro di lunghezza.

Si mettano, poi, i frutti in un vaso di vetro, o meglio di terracotta, premendoli affinché diminuiscano di volume.

Indi, si faccia bollire in una casseruola smaltata l'aceto, lo zucchero e gli aromi. Lasciato raffreddare, si versi lo sciroppo di aceto sulle ciliege. Si copra il vaso con un foglio di carta oleata e lo si chiuda ermeticamente con il suo coperchio. Così preparate, le ciliege in agrodolce saranno pronte da consumare entro due mesi. Dureranno più a lungo se si avrà l'accortezza di toglierle dal vaso, di volta in volta, nella quantità desiderata, con una pinza di legno pulitissima (questo per evitare le fermentazioni).

Sono ottime accompagnate alle carni di maiale e alla selvaggina.

(Antonia Frizzi Triulzi - Sondrio)

Liquore di ginepro

Bacche mature di ginepro gr. 600 - alcol puro a 95 gradi litri 4 - acqua litri 6,500 - zucchero kg. 2 - semi di anice gr. 20 - semi di calamono gr. 20 - cannella gr. 8. (Dosi per 10 litri)

Lasciare tutto in fusione per 15 giorni, con l'accortezza di muoverlo ogni giorno una volta. Infine passare l'infuso al filtro. Si otterrà un cordiale, uno stomatico e un buon diuretico.

(Frate Sperandio Merelli da Vertova, del convento Cappuccini di Colda - Sondrio)

Dolci

Panon alla moda vegia

Farina di segale gr. 200 - farina bianca gr. 30 - lievito naturale - noci nr. 10 - fichi secchi nr. 5 - castagne secche nr. 10 - burro gr. 20 - zucchero gr. 50 - sale. (Per 4 persone)

Impastare con mano gentile la farina di segale, la poca bianca e il lievito con l'acqua, sino a giusta consistenza.

A parte, ammorbidite in acqua, si tritino le noci, i fichi e le castagne, dopo averle cosparse con lo zucchero.

Si unisca questo composto alla pasta precedentemente preparata e si lavori il tutto fino a che l'impasto risulti sodo e come seta al tocco.

Dare la forma di pagnotta e passare al forno di campagna (in mancanza, al forno elettrico o a gas di casa) per circa un'ora.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Torta di mele

Mele 3 kg. - uova 5 - zucchero gr. 500 - burro gr. 400 - farina bianca gr. 400 - marsala - lievito una bustina.

Dopo averle pulite, si affettino le mele del tipo *golden* e le si mettano a macerare in un bagno di marsala e zucchero. Battere i cinque tuorli delle uova con 400 gr. di zucchero, unirvi il burro sciolto e l'egual peso di farina, mescolando bene. Si montino a neve gli albumi aggiungendovi il lievito e incorporarli delicatamente all'impasto.

Imburrare uno stampo, versandovi uno strato di pasta, tutte le mele sgocciolate dal marsala, coprire con la pasta rimasta e cuocere per un'ora in forno a 200° circa.

Oss de mòrt

Mandorle gr. 200 - zucchero semolato gr. 180 - farina bianca 00 gr. 150 - burro - cannella - marsala secco - 5 chiodi di garofano.

Si scottino le mandorle in acqua bollente, poi pelarle, pesarne gr.

50 e tagliare queste per il lungo, in sottili fettine; si pestino le altre in un mortaio, unendo a poco a poco, durante l'operazione, gr. 150 di zucchero.

Quando le mandorle saranno ridotte in polvere versarle sulla spianatoia. Si pestino nel mortaio, con il rimanente zucchero, i chiodi di garofano e unirli alle mandorle aggiungendo anche un pizzico di cannella. Si imburri la placca del forno. Mescolare alle mandorle in polvere la farina bianca ed impastare unendo tanto marsala quanto ne occorre per avere una pasta piuttosto soda.

Lavorarla per qualche minuto, dividerla a pezzetti, arrotolarli sotto le mani formando dei cilindretti lunghi circa 7 centimetri: accomodarli sulla placca e premerli un poco, appiattendoli, poi infilare in essi i filetti di mandorle.

Si ponga la placca in forno già caldo (200°) lasciandovela per circa mezzora; quando gli *òss de mòrt* saranno cotti lasciarli raffreddare.

Per conservarli a lungo riporli in una scatola di latta o in un vaso di vetro, entrambi a chiusura ermetica.

(dalla rivista «Madre» - agosto 1975)

Panadel

Farina bianca 3 cucchiaini - uova 5 - latte 1 bicchiere - burro gr. 30 - mela 1 - zucchero gr. 20 - sale. (Per 4 persone)

Si impastino bene le uova (sgusciate e sbattute) con la farina, il latte, lo zucchero, la mela tritata e il sale.

Si metta l'impasto ottenuto - dopo averlo sagomato - in una padella di ferro unta con il burro (od anche con l'olio) e si faccia cuocere da entrambe le parti per 10-15 minuti.

(Vanda Franchetti - Sondrio)

Torta di fioretto

Farina bianca kg. 1 - lievito di birra gr. 40 - zucchero gr. 200 - burro gr. 400 - rossi d'uovo nr. 10 - sale gr. 10 (dosi riferite ad 1 kg. di farina). Per completare il dolce: zucchero, fioretto e burro fuso a volontà.

1ª fase: si impastino 200 grammi di farina con i 40 grammi di lievito di birra. Quando l'impasto è pronto lo si lasci riposare

dando, nel contempo, inizio alla fase che segue.

2^a fase: si impasti la rimanente farina (gr. 800) con lo zucchero (gr. 200), il burro (gr. 400), i tuorli d'uovo (nr. 10) e il sale (gr. 10).

L'impasto, ben lavorato, deve risultare *morbido*. Ottenuto ciò, si aggiunga la pasta lievitata, in precedenza preparata, e si continui ad impastare sino a quando il composto non risulti *liscio*. Si stenda poi l'impasto su di una teglia, si faccia un piccolo bordo e si lasci il tutto a lievitare a 20° per almeno mezzora. Quando la pasta sarà lievitata, si cosparga la torta con zucchero a volontà, si aggiunga il *fioretto* e si metta al forno a circa 220° per venti minuti.

Allorquando la torta è quasi cotta, si fonda in un pentolino del burro (anche questo a volontà) e lo si versi sulla stessa appena sarà stata tolta dal forno.

Il fioretto è il fiore secco del finocchio o aneto selvatico che cresce in alta montagna. Ora è sotto tutela e viene coltivata in Abruzzo a caro prezzo.

(Antonio Folini - Chiavenna)

Coppetta o cupeta

Miele gr. 300 - zucchero gr. 100 - noci tritate gr. 300 - fogli di ostia 2.

In una terrina si faccia amalgamare - a fuoco lento - per 20 minuti circa, il miele con lo zucchero. Girare continuamente con un mestolo piatto di legno sino ad ottenere un impasto piuttosto denso.

Si tolga la terrina dal fuoco e vi si versino le noci tritate, rimescolando il tutto. Quindi - sulla spianatoia o su di una lastra di marmo - si stenda la pasta su di un foglio di ostia e, col mattarello, si faccia una sfoglia dello spessore di circa 4 millimetri.

Si ricopra con un altro foglio di ostia e si ritagli nelle forme desiderate (rettangoli, cerchi o altre forme geometriche o disegni di fantasia).

(Franco Spreafico - Morbegno)

Biscotti di Prosto

Farina con crusca 1 kg. - zucchero gr. 500 - burro gr. 600 - latte 1/5 - acqua: quanto basta per l'impasto.

Si prepari l'impasto su di un tavolo di marmo sino a renderlo giustamente consistente.

Sagomare i biscottini a forma di uovo abbassato e passarli al forno.

La vera ricetta del fornaio di Prosto è tuttora segreta!

(Mario Diclemente - Chiavenna)

Crustùn de segai a la cuntadina

Pane di segale gr. 400 - burro gr. 80 - vino Valtellina 4 bicchieri - zucchero 8 cucchiaini. (Per 4 persone)

Affettare il pan di segale (meglio se rafferma) dello spessore di circa 2 centimetri e lo si faccia soffriggere con del burro. Quindi, nei bicchieri di buon valtellina si aggiunga qualche cucchiaino di zucchero e vi si intingano le fette di pane ancora calde.

Questa semplice preparazione è chiamata *il bastone dei vecchi*.

(Sergio De Gasperi - Tirano)

Polenta fredda zuccherata

Polenta gialla 8 fette - vino Valtellina 2 bicchieri - zucchero 8 cucchiaini - semi di anice 2 cucchiaini - burro gr. 50.

(Per 4 persone)

In una padella si fanno soffriggere le fette di polenta gialla oppure le si fanno seccare nel forno.

Fuori dalla padella o dal forno, ben disposte su di un piatto di portata, le fette di polenta si inaffino con vino molto forte e corposo e si cospargano con zucchero e semi di anice.

(Giovanni Bonazzi - Sondrio)

Cicc

Si prepara un impasto di pane con farina di segale. Indi si spalma una teglia con burro fresco e vi si mette la pasta bucata con le dita, coperta con burro e zucchero.

Si cuoce nel forno di campagna.

(dal giornalino « Tuttoscuola » delle classi terze elementari di Sondrio, Albosaggia e Moia)

Torta di noci

(Prima versione)

Per la pasta frolla: farina bianca gr. 500 - burro gr. 250 - zucchero gr. 200 - uova 2 - sale.

Per il ripieno: zucchero gr. 350 - panna decilitri 2 - noci liberate dal guscio gr. 350.

(Le dosi sono riferite a tre torte di forma circolare, due di 20 cm. di diametro ed una di 22, sufficienti per 8/10 persone).

Si prepari nel modo usuale la pasta frolla, impastando con delicatezza gli ingredienti assieme ad un pizzico di sale. Quando sarà liscia e soda, si renda la pasta a forma di palla, mettendola a riposare, infarinata ed avvolta in un tovagliolo.

In una padella sul fuoco, si faccia caramellare lo zucchero al quale, appena biondo, si aggiunga la panna, rimestando il composto finché risulterà bene amalgamato. Quindi, vi si uniscano pure i gherigli delle noci spezzettati ma non macinati. Si tiri la pasta stendendola su di una lastra di ferro. Su questa si ponga un cerchio (pure di ferro) della misura voluta (20 e 22 cm. di diametro), coprendo con la pasta anche i bordi interni del cerchio. Nel vano circolare così ricavato, si versi il ripieno e si copra con altro foglio di pasta dello stesso diametro. Si inforni a 200° per mezzora.

Questo dolce, originario dei Grigioni, è stato importato in valle dagli emigranti pasticceri.

(Sergio Masa - Chiesa Valmalenco)

Torta di noci

(Seconda versione)

Per la pasta frolla: farina bianca gr. 400 - burro gr. 200 - zucchero gr. 200 - uova 2 (un tuorlo più uno intero) - scorza di limone grattugiata.

Per il ripieno: zucchero gr. 150 - miele di Valtellina cucchiaini 2 - latte cucchiaini 2 - gherigli di noci gr. 200.

Con la farina, il burro, lo zucchero, le uova e la scorza di limone si prepari una normale pasta frolla che, divisa in due parti, si lasci riposare per mezzora.

Indi, con una parte della pasta si ricopra il fondo di una teglia.

Intanto in un tegame, al fuoco, si faccia sciogliere lo zucchero, aggiungendovi il miele, il latte e i gherigli di noci rotti e mescolando di tanto in tanto.

Lasciato raffreddare, si stenda il ripieno nell'interno della teglia già rivestito di pasta e si ricopra con altro disco di pasta, aggustandone i bordi.

Infornare a 200° per quaranta minuti.

(Antonia Frizzi Triulzi - Sondrio)

Glossario della cucina valtellinese e valchiavennasca

GLOSSARIO-INDICE della cucina valtellinese e valchiavennasca

In esso riporto le spiegazioni delle voci italiane e dialettali dei piatti, dei cibi, degli attrezzi e di quei termini comunque connessi alla cucina locale. Inoltre, il profilo di talune ricette minori e il sunto indice di quelle riportate nel testo.

Nella trascrizione letterale delle voci dialettali tralascio volutamente ogni pretesa filologica e fonetica perché il lessico valtellinese, nella sua multiforme varietà, non me ne avrebbe consentita la corretta registrazione, se non attraverso una ricerca specialistica non di mia competenza. Lascio, pertanto, ai lettori e ai loro volenterosi amici valtellinesi le cadenze, le forme, gli accenti e le sfumature di pronuncia.

Faccio eccezione per la dieresi e qualche necessaria accentatura allo scopo di rendere immediatamente chiara la lettura di talune parole.

* * *

Le voci segnate con asterisco * sono state riprese integralmente dal « Saggio di vocabolario valtellinese » di Laura Vaisecchi Pontiggia, edito dalla Banca Popolare di Sondrio nel 1960.

A

anguilla: a Novate Mezzola - nelle case dei pescatori - si cucinava in umido coi piselli e con i fagioli borlotti freschi un tipo d'anguilla piccola e profumata.

anticrotto: il locale costruito sul davanti del crotto.

articioc: i carciofi. Quelli coltivati, come del resto i selvatici, liberati dalle spine e dalle foglie superflue, si mangiano crudi con olio, sale e pepe oppure lessati e poi passati al burro.

asparagi: particolarmente saporosi, profumati e ben sodi sono

quelli di Castione, Ponte, Ardenno e Lanzada. In Valtellina, quelli primaverili, si cucinano alla milanese, con uova fritte, burro spumante e leggermente dorato, cosparsi di formaggio grattugiato. Si preparano nello stesso modo anche quelli selvatici che crescono spontaneamente, alti e sottili, nelle valli laterali.

B

baga *: otre di vino.

bagiul *: bacchio, bastone lungo e grosso leggermente arcuato (si dà da poterlo mettere agevolmente su di una spalla) e con due incavature alle estremità, nelle quali si sospendono i secchi.

bastardelli: salsicce composte di carne di manzo e di maiale, drogate ed impastate con un po' di vino (Epicuro).

belegot: castagne secche non liberate dalla buccia, cotte in acqua salata.

bernia: carne di pecora disossata che viene essiccata al sole dopo che è stata spruzzata di farina gialla e sale. Viene poi arrotolata stretta e, quindi, tagliata come pancetta. Questa preparazione era curata esclusivamente dai pastori bergamaschi durante gli alpeggi estivi nell'Angeloga (luogo degli angeli), nel Lago Nero e in Val di Lej (Carlo Tedoldi - Chiavenna).

biela *: grossa tazza, marmitta.

birrone di Chiavenna: la fabbricazione della birra in Italia fu, per un quarto di secolo, dal 1855 al 1880, una specialità di Chiavenna. Prodotta a bassa fermentazione con sistema tedesco (ottima se di fabbricazione invernale), era chiamata birrone per distinguerla da quella torbida e leggera costituita dalla cattiva birra di alta fermentazione, molto allungata con acqua all'atto dell'imbottigliamento e con l'aggiunta di zucchero nelle bottiglie per determinarne una esuberante effervescenza.

Si parlava del birrone di Chiavenna come si sarebbe parlato del torrone di Cremona, della mortadella di Bologna, del panforte di Siena e del panettone di Milano. La ragione principale del sorgere a Chiavenna e dintorni delle fabbriche di birra (fino al numero di sette) fu resistenza dei erotti, non essendo stati, allora, ancora inventati gli apparecchi frigoriferi. Poi la decadenza della produzione di questa bevanda, dovuta principalmente al sorgere, altrove, di moderne fabbriche, al ritardo della costruzione della ferro-

via fino a Lecco e alla presuntuosa incapacità dei gerenti originari delle fabbriche locali (Luigi Festorazzi - Chiavenna).

biscieula: è il panon o panetun magher. Oggi viene confezionato industrialmente con il nome di Mo-verina.

biscocc *: od anche bescocc. Marroni cotti al forno, dopo essere stati lessati e imbevuti di grappa.

biscotti del Ploncher: biscottini di pasta frolla, aromatizzati con semi di anice. Tipici della Valchiavenna (Epicuro).

biscotti di Prosto: biscotti fatti di farina con crusca, zucchero, latte e acqua, sagomati a forma di uovo abbassato. È una specialità della Valchiavenna.

bitto: È considerato il miglior formaggio della Valtellina, purtroppo quasi introvabile. Può essere stagionato fino a dieci anni, e in è equiparabile al parmigiano. Prodotto nelle valli del Bitto di Albaredo e Gerola in misura limitata, è fatto con latte intero di mucca a cui si aggiunge latte di capra in proporzione del 10-20%. Si presenta butirroso, gradevole e delicato nel gusto e di pasta chiara. È grasso non piccante. Stagionato da due o tre anni, si usa per condimento mentre quello giovane è da tavola.

borsat: sacche di pelle di pecora, a forma di piccola borsa rettangolare, ripiene di carne e grasso della stessa pecora, cucite e poi cotte come il lesso. I livignaschi, così preparate, le conservavano per mesi, annegate nel grasso sciolto, in vasi di terracotta smaltata.

bracioline di lombo: quelle di maiale vengono cotte alla piota con aromi vari.

branschèe: sono le castagne arrostate, le caldarroste. Letteralmente significa bruciate.

brasciadei: biscotti di Grosio confezionati con farina bianca, zucchero e lievito. Semplici, gustosi e fragranti, si presentano a forma di robusti e corti bastoncini. Un tempo erano molto lunghi ed anche tondi a mo' di piccola focaccia.

Braulio: liquore dal tenue grado alcolico, amaro, aperitivo e digestivo, estratto dalle erbe aromatiche dell'omonimo monte, in testata della valle, la conca di Bormio.

brazadel: pan biscotto di fior di farina di segale, di colore scuro, saporoso, sempre buono e mangiabile anche secco (Epicuro).

brazadei: ciambelle di pane di forma bassa confezionate con fa-

rina di segale. Si mangiano anche rafferme. Il nome deriva dal fatto che i pani, formati con un buco centrale, venivano serviti a tavola infilati sul braccio destro, mentre con la mano sinistra si servivano i boccali di vino.

bresaola: od anche brisaola. È un salume di carne di manzo messa in salamoia ed essiccata all'aria. Originariamente era fatta con filetto di carne di cavallo.

bresaola dell'Adda: fette di bresaola fatte a mo' di cannoncini e guarnite con burro, gorgonzola e prezzemolo.

bresaola allo Stelvio: affettata finemente, cosparsa di odori e lasciata macerare, va servita come antipasto.

broda: pappa di farina nera, torrefatta, che viene condita con formaggio dei monti.

bronz: o bruni. Pentola di bronzo per la cottura della minestra. Usata sul camino, veniva assicurata allo stesso con una catena. Oppure si metteva sulla stufa economica a legna. Si presentava sempre annerita dal fumo. Oggi è scomparsa dagli usi casalinghi di paese, ma non nelle campagne.

bronzin: il bronz più piccolo.

burro d'Arigna a Scais: Epicuro lo descrive « di colore giallognolo, sapore dolce, profumo lieve di cetriolo », dovuti alla sanguisorba dodecandra, erba che cresce solamente in queste due valli.

busecca di pollo: nella tradizione contadina locale vi era questo piatto, significativo della condizione di sfruttare tutto ciò che la natura poteva offrire. Esso, infatti, era fatto con le budella del pollo che, strappate dall'animale, venivano infilate con un lungo ago da maglia ed aperte; poi, passate dalla parte interna, per l'intera loro lunghezza, con il lato non tagliente di un coltello, venivano liberate dalle residue impurità. Infine, ripassate più volte sotto l'acqua, asciugate e tagliate a pezzi corti, si cucinavano nella stessa maniera della comune trippa di vitello o di manzo (Piero Baggini - Sondrio).

büscel: pane di segale a forma allungata con sopra tre o quattro castagne secche sgusciate.

busticc *: botticella che si porta in campagna con la scorta del vino per la giornata lavorativa.

C

cadolca: o cadulca. Bevanda di latte, vino e un po' di zucchero, che i contadini amavano sorbire nel eia- pel, al tepore della stalla durante le ore serali della mungitura.

cagiada: la cagliata, il latte rappreso dal caglio e contenente il siero.

caldera: o coldera. Grande pentola di rame, della capienza di 50 o 100 litri, nella quale viene scaldato il latte per la preparazione del formaggio negli alpeggi.

camoscio in salmi: preparato il salmi con gli aromi, vi si fa cuocere un cosciotto di camoscio.

Canada *: grossa boccata di cibo, o di fumo.

canavel *: locale costruito nei pressi di una sorgente sui maggenghi o alpeggi per conservarvi il latte prima della lavorazione.

canederli: polpettine in brodo fatte con cacciatori, uova, farina e pane raffermo. È un piatto di origine tirolese divenuto tipico nel bormiese.

canua *: cantina seminterrata per la conservazione dei formaggi, stanza al piano terreno della casa, dove si conservano gli arnesi e piccole derrate agricole.

cappelle di funghi: quelle di porcino, unte con poco olio, si cuociono sulla piota e, poi, si cospargono, sul piatto, con aglio e prezzemolo tritati.

carot: recipiente di legno a forma cilindrica, portante sulle daghe tanti fori a triangolo o tondi. Serve per la produzione della ricotta.

carré di maiale: carne condita con aromi e cosparsa d'olio e vino. Poi cotta in pentola.

casera *: latteria, presso la quale tutti i contadini portano il latte, per ritirarne poi i formaggi e burro.

casel del lacc: piccola baita (o addirittura grotta naturale freschissima) sul cui pavimento sterrato scorre acqua. Vi si pongono, appoggiati su assi, immersi nell'acqua, i recipienti di rame (stagnai) contenenti il latte.

casinel *: casetta in muratura di un unico piccolo locale, generalmente posto sopra un ruscello d'acqua, dove i pastori, in alta montagna, ripongono le conche col latte.

castagne al latte: minestra di castagne secche cotte nel latte.

castrato: rosi de castraa. Tra le carni il più apprezzato era il castrato che si lasciava un giorno nell'aceto a perdere il sapore di sego e si cuoceva poi arrosto o lessato, servito bollente con dadi di polenta gialla e peperoni verdi (Renato Sozzarti - Sondrio).

cazòla *: zuppa caratteristica di cavoli, lardo e cotenne.

cazza *: mestolo grande per l'acqua.

cazzet*: mestolo; cazzet furat: schiumarola.

cervo alla panna: coscia di cervo tagliata a pezzetti e cotta - a freddo - con verdure, odori, aceto e pepe. Poco prima del termine della cottura si aggiunge la panna.

ciapa *: scodella grande di terraglia.

ciapel: scodella di legno. In passato veniva scolpita a mano.

chisciòi: schiacciatine fatte con farina nera e formaggio, fritte in olio o strutto. Sono chiamate anche chisciòi o panel.

chisciòi di Baruffini: grossi gnocchi di farina nera e bianca cotti in acqua con patate e conditi con burro fresco e formaggio di casera.

cicc: focaccia di farina di segale, burro e zucchero, cotta nel forno di campagna.

cipolline piatte: vengono preparate alla piota calda senza alcun condimento.

costine al lavecc: costine di maiale, di treno molto basso, cotte nel lavello (il paiolo di oliare della Valmalenco) con strutto e spezie varie.

costine con patate: cotte con burro, olio e aromi e l'aggiunta di salsa di pomodoro, brodo e patate.

costine di maiale: cotte alla piota, salate e pepate al momento di servirle.

costolette di capriolo: messe a marinare per 24 ore con vino e profumi, vanno prima rosolate e poi cotte nello stesso sugo della marinatura.

cotechino freddo: affettato sottile, si condisce con olio, sale, pepe e succo di limone e qualche goccia di aceto.

cotecotto con verze: cotecotto casalingo cucinato con verze in umido molto ristretto e condite con burro e lardo. Si mangia con la polenta o le patate lessate (Piero Muffatti - Sondrio).

cocktail di grappe: miscela di grappe valtelinesi.

crodel *: vino tolto dal tino, subito dopo la pigiatura delle uve.

crotti: le numerose cantine ricavate nelle cavità naturali della montagna, in Valchiavenna.

crupa: polenta che viene fatta con la farina nera di grano saraceno e la panna ma, a differenza di quella in fiur, si aggiungono le patate e una dose inferiore di farina gialla. Veniva preparata dai pastori negli alpeggi.

crustun dè segai: fette di pane di segale raffermo, passate al burro ed intinte nel vino di Valtellina. Sono chiamate il bastone dei vecchi.

cunca *: conca o stagnai. Grande recipiente di rame, basso e rotondo, ove si raccoglie il latte che servirà per fare il burro.

cupeta: o coppetta. Sottile torrone, messo tra due ostie e fatto di miele, noci tritate, zucchero e farina bianca.

curnat: tipica focaccia di Grosio e Sondalo, preparata con farina bianca, latte, uova, zucchero, lievito, burro, olio, sale e scorza di limone grattugiata. È cotta in una doppia padella che ne contiene l'impasto e che, ermeticamente chiusa, viene posta in senso obliquo tra due tegole di terracotta o di ardesia. Queste, prima ricoperte di brace viva e subito dopo di cenere, fungono da forno di campagna sino a cottura (un'ora circa).

curnata: è l'alternativa del curnat, fatta con le patate lessate e schiacciate anziché la farina.

cunza *: condimento, intingolo.

D

denti di cane: oltre che crudi in insalata, quelli più grossi, si possono lessare e, scolati, condire con olio, aceto e sale, come una qualsiasi verdura cotta.

F

fagian al carpione: messi in salsa di aceto, olio ed erbe odorose, si conservano per circa 20 giorni. È una preparazione ottocentesca dei cacciatori chiavennaschi.

farinarsa: minestra di latte e farina gialla. È detta anche pappa dè munì.

fasera: fascia di legno rotonda, restrin gibile che si pone sopra lo spresur per dare al formaggio prodotto negli alpeggi la forma desiderata.

feta: la cagliata finemente rotta e raccolta priva di siero. È in effetti il formaggio appena fatto ed è così detto perché se ne offre subito una fetta.

fiadardi *: dolci casalinghi di farina bianca, burro, uova e zucchero, fritti nell'olio o nello strutto. Sono simili ai manzoli, ma hanno forma rotonda e sono più grandi.

fidelin *: vermicelli, pasta lunga e sottile come un filo.

fiur*: crema di latte, panna.

formentin: minestra di farina bianca, latte e formaggio.

Fracia: prodotto nei vigneti della Fiorenza, è un vino rosso rubino vivace che si armonizza alle salse che accompagnano gli arrostiti, i bolliti, le trotelle, i legumi e le uova.

fugascin: focaccia di polenta contenente, nel mezzo, fette di formaggio di casera.

funghi: sottoprodotto non trascurabile dei boschi, i funghi della Vai- tellina sono sinonimo di eccellenza (Tullio Bagiotti - Sondrio).

furmacc vece: formaggio invecchiato, di sapore forte e vigorosamente odorante. È prodotto in Valmalenco (Epicuro).

furmenton: o furmentun. Il formentone o grano saraceno. La farina che si ricava da questo cereale è molto usata nella cucina locale.

G

gaiüdi *: mirtilli rossi.

galeda *: recipiente in legno, della capacità di 2 litri, con manico fisso e lunga cannella. Serve esclusivamente per il vino.

galet *: insalatina tenera primaverile che cresce nei campi e nelle vigne, spontaneamente.

gemme di pino: caramelle di resina di pino, esclusive di Bormio.

giazza: biscotto ricoperto di piccoli grani di zucchero.

gnocchè castegni: sono gnocchi di farina di castagne e bianca, cotti nel brodo di gallina e conditi con burro fresco e formaggio di casera.

gnocchetti della nonna: minestra granulosa di farina cotta nel latte. Tipica di Livigno.

gnocchi al cucchiaio: gnocchi di farina bianca e semola fatti e

versati direttamente con il cucchiaino nell'acqua in ebollizione e poi, scolati, conditi con tanto burro bruno. È un piatto tipico della Valchiavenna.

gnocchi di sangue: gnocch de sang. Gnocchi impastati con sangue liquido di maiale e pane grattugiato. Cotti e scolati, vanno conditi con burro fuso e formaggio di casera. In passato, in luogo del formaggio, si usava la ricotta salata e secca. È un piatto tradizionale di Tirano.

gnocchi di zucca: gnocchi impastati con farina bianca e zucca lessata, cotti e conditi con sugo di pomodoro e formaggio.

Grumello: è il vino rosso che si produce nella zona ben circoscritta dello spuntone del Grumello, appena oltre Sondrio. Chiarissimo e brillante, è maestro per armonizzare le specialità della cucina locale.

I

Inferno: il vino rosso di colore rubino che si produce nella zona di Poggiridenti, sul dosso dell'Inferno. Limpidissimo, è ottimo con la selvaggina, la taragna e i formaggi locali.

insalata di radicchio: viene preparata con prosciutto, noci, uova sode, capperi, sale, pepe, aceto e olio.

involt: le spaziose cantine poste sotto le vecchie case e così chiamate perché ricavate sotto la volta portante del fabbricato. Sono anche luogo di ritrovo per l'assaggio di vini, salumi e formaggi locali.

L

laciada *: pozione rinfrescante di mandorle, olio e latte.

lacc cocc: minestra grosina tipo besciamella, confezionata con siero o latticello, sale, farina bianca e farina gialla.

lacc e panie: panico cotto sciolto nel latte. Tipico della bassa valle.

lasagne: un modo tutto valtelli-nese di cucinarle è quello alla San Fortunato, condite con abbondante sugo rosso di funghi e servite in piccole ciotole di terracotta.

lati pen: latte di pen...agia, cioè quello rimasto nella zangola dopo che è stato tolto il burro.

lavecc: pentola di pietra oliare che viene prodotta artigianalmen-

te in Valmalenco, dove si trovano le cave. Scrive Tullio Bagiotti che « i vasi di Coìno, ricordati da Plinio, i laveggi e la pietra oliare in genere fecero prosperare Piuro e diedero pane alla Val Malenco in cambio delle sue pietre ». Ma, « passata dalle pentole (laveggi) alle cineserie, l'arte non ha saputo individuare il nuovo gusto delle case civili ». Il laveggio va così preparato prima di usarlo per la cottura dei cibi: si passi la pentola con l'aglio, sia internamente che esternamente. Poi la si metta al fuoco facendovi cuocere dentro grasso di maiale o di manzo. Quando questo si è sciolto, si unga con lo stesso tutta la pentola. Si ripeta l'operazione più di una volta, lasciandovi internamente il grasso sciolto per due o tre giorni

liquore di ginepro: di color bianco-paglierino, è un liquore che i frati Cappuccini preparano mettendo in fusione bacche mature di ginepro, alcol, acqua, zucchero, semi di anice, semi di calamono e cannella. È un cordiale, uno stomatico e un buon diuretico.

lira: bastone di legno unito ad altri tre posti in senso trasversale, uniti questi ultimi, da altri quattro bastoncini più corti e sottili, paralleli al principale. Serve, come il tarai, per rompere finemente la cagliada negli alpeggi.

lepre con crostata: dice Epicuro che è la lepre cotta allo spiedo e perguata con panna e, a fine cottura, ancora bagnata con panna ed amaretti pestati.

luganegheta: salsiccia sondriese di carne di maiale, aromatizzata con vaniglia, insaccata in budella sottili e lunghe. Si mangia cruda ed al burro e salvia (Epicuro).

luganeghi ferzi: salsicce sondriesi di carne di maiale con un po' di brodo; si mangiano cotte a lessso (Epicuro).

luganeghin: salsicce morbegnasche del tipo cacciatori fatte con carne di maiale; si mangiano essiccate, crude (Epicuro).

M

magench *: il maggengo, l'appezzamento di prato con cascina, in montagna, dove si raccoglie il fieno e si porta nella stagione estiva il bestiame a pascolare.

Magnuca o magnoca: formaggio magro invecchiato dal sapore forte e vigoroso.

malenchino: aperitivo fatto con vino bianco ed erbe alpine della

Valmalenco. Viene prodotto a Lanzada (Rivista «Madre» - agosto 1975).

malfari *: o strozapret. Specie di gnocchi fatti con pane grattugiato e spinaci.

mal maridada: minestra di riso e pasta condita con burro fresco e formaggio di casera.

manzola *: usato specialmente al plurale, manzoli, dolci casalinghi di farina bianca, burro, uova e zucchero, fritti nell'olio o nello strutto, che si mangiano durante il carnevale. In Toscana sono detti cenci.

Maroggia: vino rosso pregiato prodotto nella zona di Castione - S. Pietro.

marroni: sono le castagne grosse e scelte. Hanno sempre costituito - nel passato - un prodotto di largo consumo per i valtellinesi. Famosi - dice Epicuro - sono i marroni della zona che si estende al di sopra del palazzo Vertemate a Chiavenna, così grossi, così squisiti, come in nessun altro luogo e che si gustano in braschèe.

mascarpone: crema di formaggio preparata con panna dolce. Morbida, di colore bianchissimo e delicata. Va consumata fresca.

mascherpa: o mascarpa. Ricotta magra leggermente salata, essiccata all'aria di alta quota dai pastori. Si mangia poco arrostita sulla graticola. In passato entrava spesso come ingrediente nei piatti locali in luogo del formaggio di casera.

maserat: piatto di contorno apri- chese composto di patate e verzine amalgamate che si accompagna ottimamente con le costine di maiale.

matùsc: formaggio magro stagionato, piccante e saporito. Prodotto nella media valle.

maüsch: o maüsc. È la variante tellina dei taroz, essendo anch'esso composto di patate e fagioli prima lessati e poi messi in casseruola con un po' di condimento.

mele secche: i contadini della valle conservano le mele dopo averle sbucciate ed affettate in senso orizzontale. Tolto il torsolo, fanno seccare le fette tonde al sole e poi, infilate in una cordicella, le appendono in solaio.

melica: anticamente aveva il posto del mais nella polenta e altre forme di cibi.

melonz: composto di farina gialla, latte e burro, tostato e poi servito in scodelle con latte caldo. È un vecchio, classico piatto dei contadini del Pian di Spagna e della Val S. Giacomo.

menudei: di Teglio. Piccoli gnocchetti di farina bianca e uova cotti in brodo di porri, carote e sedano (Renato Sozzarli - Sondrio).

mez *: boccale da mezzo litro di terraglia bianca con fregi azzurri, molto usato in tutta la valle, dove il bicchiere è di uso recente. In tutte le case dei contadini si beve quasi esclusivamente dal mez.

mica*: pagnotta di frumento.

miele di Bormio: mel de Burmi. È uno dei prodotti più pregevoli della valle, granuloso, di colore paglierino, chiaro, squisito (Epicuro).

mistura *: farina di frumento mista a farina di segale o di granoturco.

mota: il pane grosso di burro a forma quadrata prodotto negli alpeggi.

müdà: mudà in sü, mudà in giù È il mutar di luogo, da valle a monte e viceversa, con articolare riferimento al trasferimento del bestiame, od anche il giorno di ringraziamento alla natura. Secondo la tradizione dei maggenghi i pastori, allorquando abbandonavano l'alpe al termine della stagione, cucinavano, il giorno stesso in cui scendevano a valle, la crupa o la pulenta in fiur.

mulum: polenta fatta con farina di castagne, cotta nella panna con aggiunta di un po' di pepe. È un piatto tipico del bormiese (Epicuro).

mulun: di Talamona. È un vecchio dolce fatto con castagne cotte nel latte e passate con aggiunta di qualche fagiolo lasciato intero, il tutto impastato e servito a mo' di mam-bret con panna (Renato Sozzoni - Sondrio).

muscoli di vitello: disossati e bagnati con vino bianco, si rosolano in padella con pancetta, burro, rosmarino e salvia e poi si pasano al forno

N

napp *: ciotola grande.

O

ola *: recipiente di terracotta a forma di anfora, usato in tutta la valle dove si conservano i condimenti.

oss de ciùn: ossa di maiale bollite che si accompagnano alle patate lessate e ai cetrioli freschi. Si preparano anche in salamoia.

oss de mord: ossa da mordere. Biscotti sottili fatti a base di mandorle, farina bianca, zucchero, burro e spezie. Tipici di Lanzada, si sono diffusi in tutta la valle.

P

paisa de la vulp: pastone della volpe. È una purea di patate e castagne, condita con burro fuso.

paleta: il legno con impugnatura che da un lato è liscio e, dall'altro, presenta disegni a rilievo come stelle alpine, mucche o semplici quadratini. Serve per lavorare il burro e formarne il pane grosso quadrato, la mota.

panadel: torta fritta fatta con farina bianca, uova, zucchero, latte e mele sfarinate.

pancot: o pantrito. Minestra di tozzette di pane raffermo condita con olio. Per il pantrito si usa lo stesso pane, grattugiato.

panetun magher: è il panon o bi-scieula.

pan, furnacc e vin: come risulta dai quaderni di spesa del canonico Lupi, costituivano già la colazione abituale degli artigiani alla fine del quattrocento (Tarcisio Salice - Mese).

panon: panettone di color scuro e di forma allungata, fatto con farina bianca e di segale, castagne, noci, fichi secchi, uva passa, burro, zucchero e poca grappa.

pan tostato: fette di pane rosolato nel burro ed immerse nel vino di valle.

pappa de confecc: densa pappa di farina tostata con semi di sambuco e latte (Renato Sozzarti - Sondrio).

pasta al tovagliolo: si fa la pasta fresca tirata a sfoglia sottile; questa si guarnisce con mortadella e formaggio. Poi, arrotolata su se stessa, la sfoglia si avvolge in un tovagliolo a forma di salsiccion che si cuoce in acqua a bollire. Scolata e liberata dal tovagliolo, la pasta si affetta in tante ruotine che vengono condite con burro fuso e formaggio grana.

pasta e patate: cotte in acqua e scolate, si condiscono, alla val-

telli- nese, con burro fuso e salvia.

pasta « maridada »: tre diversi tipi di pasta, cotta e poi condita con burro fuso e salvia.

pasta, patate e cornetti: pasta di formati vari cotta con patate e cornetti freschi, condita con burro dorato d'alpe e formaggio grana grattugiato (Piero Muffatti - Sondrio).

patalos: cacio magro stravecchio e tarlato, tenuto a macerare per mesi nel vino generoso. Di sapore forte, piccante e dolce assieme.

patate di Bormio: famose quelle cotte sotto la cenere. Epicuro ne parla come di una leccornia.

patate di montagna: grandi e lunghe, affettate in senso orizzontale, vengono cotte alla piota assieme alle costine di maiale. Rigirate spesso, si servono calde. Trattate dagli specialisti della pietra, offrono un sapore unico, mai gustato prima.

pecuri e castrat: per rifornire i soldati di carne si ricorreva, di solito, a pecore e montoni. È risaputo che durante la campagna di Francesco Sforza, duca di Milano, contro Venezia nel 1453, i bormini, sfidando le ire del governo ducale, riuscirono ad attuare il passaggio di interi greggi di pecore e castrati attraverso Livigno e il Gavia, per rifornire l'esercito veneto (Tarcisio Salice - Mese).

penagg: la zangola a rotazione usata negli alpeggi per la produzione del burro.

penagia: la zangola a stantuffo usata negli alpeggi per la produzione del burro.

peperoni: tagliati in quattro parti e passati alla piota calda, si condiscono sul piatto con olio e aglio.

Perlavilla: vino rosso da tavola prodotto nei vigneti di Villa di Tirano.

pestasal *: pestello per il sale. In senso

figurato: persona tozza.

peston*: o pestum. Recipiente di vetro, impagliato, nel quale si conserva il vino.

piota: piòda, piot, pioda o pioeu- da. Lastra di pietra serpentino, beo- la o ardesia di forma rettangolare o quasi che viene usata, specie in Valchiavenna e in Valmalenco, per la cottura dei cibi sul fuoco. Od anche tegola di ardesia.

pinta *: recipiente per il vino, della capacità di due litri.

pipi di frumento: gnocchetti a forma di piccoli fusi, fatti con farina bianca e patate e poi conditi con formaggio e burro fuso.

pitut: composto di patate lesse, fette di polenta nera e di formaggio, il tutto fritto nello strutto.

pizocher: i pizzoccheri. Sono tagliatelle fatte in casa con farina di grano saraceno e, in minor parte, con farina bianca. Cotte e scolate, vanno condite con abbondante burro fuso e formaggio di casera. Costituiscono un piatto oramai riportato nei migliori testi di culinaria. Epicuro dice che i pizzoccheri sono della media Valtellina ma che quelli veramente tali si mangiano solo a Teglio.

pizzoccheri di Tirano: è la versione tiranese dei pizzoccheri. Oltre che nella presenza delle carote, la differenza consiste nel formare i pizzoccheri a mo' di piccoli sigari che si fanno cadere direttamente nella pentola con le verdure quasi cotte.

polenta alla brace: viene confezionata in grosse palle, ripiene di formaggio, messe a cuocere sulla brace.

polenta gratinata: fette di polenta con funghi trifolati e formaggio, cotte al forno.

polenta zuccherata: fette di polenta gialla - fredda - soffritte e seccate al forno e cosparse di vino, zucchero e semi d'anice.

potentino nero: polenta fatta con farina nera e patate, condita con burro e formaggio di casera.

pollo alla roccia: appiattito e cosperso con olio, limone, sale e pepe, si cuoce alla piota moderatamente calda.

pollo alle erbe: rosolato con aromi, cognac e vino valtellina vecchio, si serve su crostoni di pane passati al burro.

polpa di cavallo: o di puledro. In Valchiavenna si usa cuocerla, tagliata a fette, sulla piota, dopo averla passata in un infuso di erbe aromatiche.

prosciutto di Gallivaggio: Epicuro lo descrive come una delicata qualità di prosciutto fatta stagionare nella zona del Santuario di Gallivaggio, in Valchiavenna. Si presenta rosso vivo nella parte magra e candido nella parte grassa.

pulenta in fiur: si confeziona con farina nera e panna leggermente salata invece che con l'acqua. È detta in fiur, in fiore, perché è di colore più chiaro rispetto alla taragna. Non si condisce con il burro.

pult: polenta fatta con farina di castagne e latte, condita con burro spezzato e formaggio giovane (Renato Sozzani - Sondrio).

pult e lacc: farina (bianca e gialla) cotta nel latte.

puntesela: tipica pappa contadina del grosino, fatta con farina bianca e nera, acqua, sale, pepe, formaggio grasso locale e burro di monte.

Q

quacc *: il caglio.

quagjà *: eseguire tutte le operazioni per la produzione del burro e del formaggio.

quagiada *: o cagiada. A Grosotto fat una quagiada vuol significare tutta la produzione di burro e di formaggio che una latteria dà ogni 7 od 8 giorni.

R

rane del Palù: cotte in umido nel lavico, sono tipiche della Valmalenco (Renato Sozzani - Sondrio).

ravioli di trota: si preparano con un ripieno di carne di trota ed aromi; si servono conditi con burro fuso e una salsa di pomodori e odori.

recutin*: passato di patate, condito con formaggio e burro.

regiura *: massaia che ha il governo della casa.

riso alla valtellinese: risotto fatto con fagioli sgranati freschi e verza, condito con burro, formaggio e salvia.

riso e rape: minestra di riso e rape tagliate a fettine che si condisce con formaggio ed estratto di carne.

riso maserat: riso cotto con patate e condito con burro e salvia.

riso, patate e cornetti: riso cotto con patate, cornetti e foglie di coste e condito con burro rosolato d'alpe e formaggio grana grattugiato (Piero Muffatti - Sondrio).

roast beef: nei erotti, a Chiavenna, viene cotto con aromi e vino bianco sulla piota. Preparato dagli specialisti della pietra, è di un gusto raro e delicato.

rognone e cuore: passati alla piota calda, si spruzzano con vino di qualità.

rose *: più grappoli d'uva uniti assieme, che si sospendono in solaio e si conservano per mangiarli durante le feste di Natale.

rosiimada: od anche resumada. E l'uovo sbattuto con vino ros-

so di valle.

rustisciada: piatto di rustei soffritti con cipolla e versati su delle uova. Si contorna con la polenta.

S

sagra di San Bello: ovvero le galline di San Bello. Si tiene il 12 febbraio di ogni anno nella frazione Monastero del comune di Berbenno per festeggiare fra' Benigno, « un monaco di così perfetta prestanza fisica » - dice Epicuro - « da essere chiamato S. Bello e così buono, ed allegro ed ospitale che alla sua morte si pensò di onorarlo degnamente ». Infatti, dopo una lunga processione, vi è l'usanza di consumare subito dopo, in numerosa folla, pasti a base di « raspanti »... (polli, galline, capponi) che, spennati e ben puliti, vengono immessi in una grande caldaia piena d'acqua salata e lasciati bollire. Quindi la gente, armata di grandi forchettoni, sceglie con abilità quelli già cotti che poi consuma con tazze di buon brodo e, naturalmente, con tanto robusto vino di Valtellina.

salame di rape: salame fatto con impasto di rape essiccate all'aria, tritate e frammiste a grasso di maiale. È una specialità livignasca.

salmerine del Masino: secondo Epicuro sono le più saporite trottelle della Valtellina.

salmi di camoscio: carne di camoscio messa in fusione nel vino, assieme a verdure e aromi per quattro o cinque giorni e poi rosolata e cotta con il proprio infuso e l'aggiunta di brodo.

salsicce alla brace: tagliate a metà nel senso longitudinale, vengono cotte direttamente sulla brace.

salsicce alla carta: vengono cotte, avvolte nella carta gialla, sotto la cenere bollente.

salsicce del montanaro: si rosolano in casseruola con l'aggiunta d'acqua, un mazzolino d'erbe aromatiche e la panna.

salta sù: frittelle di Grosio del tipo bignè, preparate con farina bianca, latte, uova, zucchero, sale, limone e olio.

sangue animale: sane animai. Negli alpeggi, durante i periodi di carestia, i pastori facevano il salasso al bestiame per ricavarne il sangue per le frittelle e per l'impasto degli gnocchi.

Sassella: è il più conosciuto dei vini rossi valtellinesi e viene prodotto nella zona del Sassella, sulla fascia collinare di Sondrio.

Deriva dal vitigno Nebbiolo o uva chiavennasca con minima aggiunta di altre uve.

sciat *: frittelle di farina di grano saraceno e formaggio. Od anche, rospo, ranocchio oppure fico d'india selvatico. Si dice anche sciati.

scimüd: Formaggio magro giovane fatto con latte scremato, leggermente salato e dolce.

sciümüde *: latte coagulato.

scòcia *: scotta, siero che avanza dopo aver fatto ricotta.

scota mus: letteralmente scotta muso. È una polenta gialla fatta a briciole e mangiata nel latte bollente.

segarda *: schiuma di latte appena munto.

semigrasso: formaggio fatto con latte di vacca parzialmente scremato; fresco, è di sapore dolce e gradevole; invecchiato, è più o meno piccante. Viene prodotto in tutte le valli (Epicuro).

serum: il siero rimasto nella caldera dopo la produzione del formaggio.

sfettata: o sfetata. Fette di polenta gialla calda, cosparse di formaggio grattugiato e burro fuso.

sfursat: sforzato. Vino rosso prodotto lasciando appassire le uve su dei graticci per almeno due mesi. Limpidissimo, di colore tendente al granata, trova felice accostamento con gli arrostiti e la selvaggina.

slinzega di Livigno: coscia di camoscio messa in salamoia ed essiccata all'aria. È una specialità livignasca (Epicuro).

slinzega di Grosio: coscia di asino messa in salamoia ed essiccata all'aria. È una specialità di Grosio (Epicuro).

sorel: il grosso buco posto ad una estremità del crotto, attraverso il quale soffiano le correnti d'aria che caratterizzano la grotta.

speck: spec. È una minestra densa fatta con riso bollito nel latte e condita con burro fresco e formaggio dei monti. Tipica del bormiese.

spresur: spersur. Forma di legno tonda con scannellature sul bordo che serve per riporvi il formaggio appena prodotto (feta) negli alpeggi.

strolech: salsicce fatte con scarti di carne di maiale e sangue.

stagnati: recipiente largo e basso, di rame stagnato, nel quale si mette il latte durante la lavorazione del formaggio negli alpeggi.

stracchino: formaggio fresco, morbidissimo, delicato, da consumarsi in giornata. È prodotto in Val di Tartaño (Epicuro).

strozapret: o malfatt. Sono gnocchetti confezionati con spinaci lessati e tritati, uova, pane grattugiato, farina bianca, prezzemolo e noce moscata; lessati e scolati si condiscono con burro e formaggio (Epicuro).

stiìn *: specie di terrina di pietra oliare, dove si conservano i condimenti.

suchet: sostanziosa pappetta di Grosio, preparata con farina bianca e nera, acqua, sale, burro e zucchero.

sugo di camoscio: si prepara con carne di camoscio cotta in salmi e poi macinata, con l'aggiunta di vino rosso, burro, brodo nonché di brasato di manzo pure macinato. Quest'ultimo serve per togliere il sapore forte del selvatico. Viene conservato nelle ole coperto con il grasso sciolto dello stesso camoscio. Si usa per condire le tagliatelle fatte in casa.

supa de can: zuppa di pane raffermo e uova, condita con burro fuso e cipolle.

T

tace: frittelle fatte con farina bianca, uova, zucchero, latte, olio, burro, lievito, sale e grappa. Grosio.

tagliatelle ai funghi: fatte in casa, cotte e condite con sugo di pomodori e funghi.

taiadin duls: tagliolini fatti con farina di castagne e bianca e conditi come i pizzoccheri. Piatto tradizionale di Villa di Chiavenna e Piuro (Renato Sozzoni - Sondrio).

taiadin in brot: i pizzoccheri di Teglio cotti in brodo con verze (Renato Sozzoni - Sondrio).

taiadin mugnì: tagliatelle fatte in casa che, cotte, si condiscono con salsa di funghi con panna e burro fuso. È una specialità grossina.

taragna: è la polenta preparata con farina nera di grano saraceno, cui si aggiungono burro abbondante e formaggio magro valtellinese. Taragna deriva da tarare che, chiaramente, significa mescolare, girare, rimestare. È di per sé un piatto completo ma si usa anche servirlo con buon salame oppure con luca- niche fresche bollite.

taragna gialla: si prepara a Madesimo nella stessa maniera della polenta taragna nera. Il Carducci, ricorda Epicuro, la gustava molto durante i suoi soggiorni in quella località.

tarai: cima di pino a forma di piccolo albero di Natale alta circa un metro con rami troncati decrescenti, da 30 centimetri in basso a 5 centimetri in punta. Scortecciato, serve per rompere finemente la cagiada durante la lavorazione del formaggio nei maggenghi. È anche il bastone per rimestare la polenta.

tarel *: legno cilindrico, bastone usato per rimestare la polenta e per percuotere.

taroz: composto di fagioli e patate cotti in acqua salata, poi ridotto a purea e fatto cuocere con formaggio di casera e - infine - condito con burro fuso e pepe. È una specialità di Montagna.

tartüfula: o tartufili. Patata.

tinera *: stanza dove si conservano i vini.

torta de: torta fatta con farina bianca, acqua, uova, zucchero, spolverata con semi di anice e di sambuco. È una specialità chivennasca (Epicuro).

torta di mele: torta a base di mele (ottime quelle della piana di Chiuro e Ponte Valtellina), uova, farina, zucchero e burro.

tortina di sangue di pollo: i contadini della valle, nella felice occasione di tirare il collo al pollo o alla gallina, ne raccoglievano il sangue in una scodella contenente pane grattugiato. Indi lo impastavano con altro pane ammollato nel latte, vi aggiungevano zucchero e, se disponibili, pinoli e uva passa. Il tutto, formato a torta, veniva passato a cottura nel forno di campagna (Piero Baggini - Sondrio).

trela *: piccola costruzione con muri a secco, in alta montagna, dove i pastori depositano le conche del latte.

trinchet *: recipiente a botticella per trasportare piccole quantità di vino.

trippa: in Valtellina viene preparata con i fagioli borlotti.

trit *: formaggio parmigiano grattugiato.

trotelle ai funghi: trote macerate nel vino con aromi e poi cotte assieme ai funghi porcini.

trotelle dello Spòi: trote dal dorso argenteo turchino, servite piegate a forma di ferro di cavallo, col burro appena fuso (Epicuro).

trotelle di Gerola e Malenco: nei laghetti di Gerola, come in quelli di Malenco, guizza una trota di piccola forma e di una carne rosso-sanguigna, che è squisitissima (Guida della Valtellina - Club Alpino Italiano - 1873).

trotelle in carpione: si preparano così quelle fresche di torrente, cioè in una salsa di aromi ed aceto.

tund *: piatto in cui si mangia la pietanza.

turbulin: minestra di farina bianca, latte, riso e sale. Si può preparare anche senza il riso. È tipica di Grosio.

turtei di zucca: tortelli ripieni di zucca. Era un tradizionale piatto di carnevale.

U

uccelletti: cucinati in padella con la pancetta, vengono serviti con la polenta assieme al loro sugo.

uga *: uva.

urgjada: minestra di orzo confezionata con le parti non utilizzabili del maiale come le orecchie, il muso, la coda e le ossa. I contadini la facevano bollire per una giornata intera allorché uccidevano il maiale e ne preparavano in quantità tale da consumarla per venti e più giorni di seguito. È detta anche domega o orzada.

V

Val Codera: formaggio piccante stagionato della omonima valle.

Valdidentro: scimundèla. Formaggelle fatte con latte di vacca e di capra e maturate sotto i pagliericci: sono di forma bassa, di pasta molle, butirrosa, colore bianco-giallognolo, sapore delicato lievemente salato. Sono prodotte nel bormiese (Epicuro).

Val di Lej: formaggio grasso di sapore dolce e delicato, prodotto in quantità limitata nella omonima valle. Fatto con latte intero.

Valgella: prodotto nei colli con esposizione a mezzogiorno da Chiuro, Teglio e Tresenda, è un vino rosso dalle caratteristiche simili al Valtellina superiore.

Valle dei Ratti: formaggio grasso fatto di latte intero e prodotto nella omonima valle. Dolce, delicato e consistente.

Valtellina: vino rosso prodotto nella fascia viticola collinare e pedemontana della valle con uve della vite chiavennasca (70%) e con l'aggiunta di uve pinot nero, merlot, rossola, pignola valtellinese e brugnola.

Valtellina superiore: vino rosso pregiato prodotto in zone ben delimitate della valle (Sassella, Inferno, Grumello e Valgella). A predominanza con uve del vitigno nebbiolo e l'aggiunta massima del 5% di pignola, rossola e brugnola.

vasel *: piccola botte di vino.

venditori di spezie: fino alla metà del cinquecento provenivano, in genere da Como. Si trattava di commercianti ambulanti che si facevano pagare molto cara la loro merce. Il canonico Lupi annota sotto l'anno 1498 di aver sborsato in una sola volta al negoziante comasco Giovanni Antonio de Herba L. 13 per zucchero e spezie, comprate per sé e per l'amico frate Lorenzo Buttin-trochi, prevosto del Patarino (Tarcisio Salice - Mese).

vino di mirtilli (158): fermentati con 10 zucchero per trenta giorni e poi filtrati, i mirtilli forniscono un gustoso vino.

vin e brot: bibita ristoratrice ottenuta mescolando buon brodo di carne e vino rosso Valtellina.

violino: o spalletta. Prosciuttello di camoscio, di capra, di cervo e di pecora, in ordine di qualità. Il camoscio è preferibile quello di bosco perché quello di cima è legnoso. A Campodolcino questa carne secca si prepara così: si mettono due spalle e due cosce in una tinozza di legno assieme a pepe, sale grosso, aglio pestato, cannella, chiodi di garofano, noce moscata, alloro e timo. Il tutto viene annaffiato con vino forte della valle e si lascia macerare da quattro a sei giorni. Indi le cosce e le spallette si appendono in un luogo secco e ventilato. Poi si affumicano con un bel falò di legna di castagno (Mario Diclemente - Chiavenna). Il nome di violino è dovuto al modo originale di affettarlo. Infatti, si appoggia sotto il mento e, mentre con la mano sinistra lo si trattiene, con il coltello nella destra, si affetta. I violini sono prodotti in quantità limitata.

Z

zucca: un posto di preminenza tra le verdure, nella tradizione culinaria valtellinese spetta alla zucca. Essa, infatti, è di facile col-

tivazione e si conserva a lungo, entrava in molti piatti ed impastata e condita con lo strutto di maiale, forniva un prelibato dessert (Senato Sozzani - Sondrio).

zuppa di cipolle: viene preparata con cipolle rosolate assieme a listelli di carne grassa e cotenne e poi, il tutto cotto nel brodo.

zuppa d'indivia: zuppa d'indivia rosolata al burro e cotta in brodo. È tipica di Sondrio (Epicuro).

zuppa di trote: è un delicato piatto fatto con filetti di trote ed aromi, con il quale la signora Vera Cenini di Morbegno ha vinto il piatto d'oro 1970.

BIBLIOGRAFIA

- Emilio Giani de Valpo (Epicuro), *Andar per erotti*, Associazione dei valtelinesi in Milano, 1952.
- Francesco Saverio Quadrio, *Dissertazione intorno alla Valtellina*, A. Giuffrè editore, Milano 1960.
- Enrico Besta, *Le valli dell'Adda e del Mera nel corso dei secoli*, voi. 1°.
- Tullio Bagiotti, *Storia economica della Valtellina e Valchiavenna*, Banca Popolare di Sondrio, 1958.
- Laura Valsecchi Pontiggia, *Saggio di vocabolario valtelinese*, Banca Popolare di Sondrio, 1960.
- Felice Campanello, *La buona Italia*, Rizzoli, 1977.
- Renato Sozzani, *Valtellina quasi a tavola*, relazione al Rotary Club di Sondrio del 26 aprile 1977.
- Eugenio Pedrotti, *Il libro di un grande cuoco - privato*, La Grafica Cantò, 1978.

SOMMARIO

- Presentazione bitto di Vincenzo Buonassisi
- Perché presento al pubblico questa raccolta di ricette valtelinesi
- di Guido Margiotta
- Di talune curiosità storico-letterarie intorno alla gastronomia e alle genti valtelinesi
- La gastronomia valligiana alla luce della storia - di Tarcisio Salice
- Il menu dell'arciprete
- Il pranzo domenicale a Livigno
- La piota
- Cibi alla piota
- Profilo dei vini di Valtellina
- La lavorazione del latte
- Le castagne
- I funghi
- La bresaola
- Il crotto

RICETTARIO

Minestre ed altri piatti

Pizzoccheri

Pizzoccheri di Tirano

Sciatt

Sciatt di bitto

Chisciöi

Chisciöi di Baruffini

Taiadin mugni alla grusina

Taiadin di Villa

Tagliatelle ai funghi porcini

Tagliatelle al sugo di camoscio

Ravioli di trota

Lasagne alla San Fortunato

Gnocchetti della nonna

Pipi di frumento

Gnocchi di zucca

Gnocchi al cucchiaino

Gnoc de farina de castegni

Gnocchi di sangue

Canederli

Potol

Pasta con patate al burro fuso

Minestra di riso e rape

Pasta al tovagliolo

Pasta maridada

Mal maridada o minestra di pizzoccherini . .

Farinarsa o pappa dè munt

Broda

Formentin

Melonz

Castagne al latte

Minestra di dumega

Urgiada o dumega

Panigada

Zuppa di cipolle

Supa de can
Pancot o pantrito
Zuppa di magro
Riso maseràt
Speck
Riso alla valtellinese
Risotto al sasso rosso
Carni, selvaggina e pesci d'acqua dolce
Costine al lavecc
Carré di maiale alla paesana
Oss de ciun in salamoia
Oss de ciun
Salsicce alla carta
Salsicce del montanaro
Salsicce valtelinesi alla brace
Cotechino freddo
Rustisciada
Borsa
Capretto in guazzetto
Muscoli di vitello alla casalinga
Trippa alla valtellinese
Costine con patate
Costata di manzo alla valtellinese
Pollo alle erbe di monte
Coscia di cervo alla panna
Costolette di capriolo allo Stelvio
Salmi di camoscio
Cosciotto di camoscio in salmi
Fagiani al carpione
Uccelletti con
Zuppa di trote del
Trotelle in carpione
Trotelle ai funghi porcini
Carni ed ortaggi alla piota
Polpa di cavallo alla piota
Bracioline di lombo di maiale
Costine di maiale
Rognone e cuore

Pollo alla roccia
Roast beef alla roccia
Cipolline piatte
Patate di montagna
Peperoni alla roccia
Cappelle di funghi porcini
Polente e pasticci di patate
Polenta taragna
Polenta taragna Valchiavenna
Polenta in fiur
Crupa
Polentino nero
Polenta nera alla brace
Polenta gratinata con funghi
Polenta di Fraciscio
Taroz - la versione
Taroz - 2a versione
Taroz - 3a versione
Maseràt
Paìsa de la vulp
Maiisc
Insalate, bevande e preparazioni varie
Bresaola allo Stelvio
Bresaola dell'Adda
Insalata di radicchio
Insalata di denti di cane alla pancetta
Salsa peverada
Funghi sottù sale
Vino di mirtilli
Pan tostato
Lughenia da passola o salame di rape di Livigno
Rosùmada
Cadolca o cadulca
Cocktail di grappe
Mele secche
Marmellata di more
Marmellata di fragole
Marmellata di mirtilli

Marmellata di sambuco
Marmellata di lamponi
Marmellata di more di gelso
Mirtilli sotto grappa
Susine sotto grappa
Ciliege agrodolce
Liquore di ginepro
Dolci
Panon alla moda vegia
Torta di mele
Oss de mòrd
Panadel
Torta di fioretto
Coppetta o cupeta
Biscotti di Prosto
Crustun de segai a la cuntadina
Polenta fredda zuccherata
Cicc
Torta di noci - la versione
Torta di noci - 2a versione
Glossario della cucina valtellinese e valchiavennasca
Bibliografia

APPENDICE

Riporto una notizia di stampa con cui si riferisce la chiusura della assurda contestazione circa l'origine valtellinese dei pizzoccheri.

Chiusa la vertenza promossa dal locale Comitato e dal Pastificio di Chiavenna contro un'azienda della bergamasca che chiedeva l'allargamento della zona di produzione Il comunicato: "I Pizzoccheri sono della Valtellina e solo della Valtellina: lo hanno sancito i giudici del Tribunale delle Imprese di Milano che, con la sentenza datata 4 aprile 2014, hanno dato ragione al Comitato per la Valorizzazione dei Pizzoccheri della Valtellina e al Pastificio di Chiavenna, condannando il Pastificio Annoni di Fara Gera d'Adda, nella bassa Bergamasca, per l'uso illegittimo dell'indicazione 'della Valtellina' per contraddistinguere i propri prodotti. I giudici parlano apertamente di 'sleale concorrenza', in quanto l'azienda, con stabilimento a sud dell'autostrada Milano-Venezia, "vuole attrarre il consumatore attraverso l'assunta provenienza del prodotto dai luoghi della sua storica origine, laddove, invece, se si trattasse di una semplice indicazione di ingredienti o di sistema produttivo occorrerebbe usare espressioni ben diverse". Per i giudici della sezione 'A' del Tribunale delle Imprese di Milano, quella che si occupa di diritto industriale e di concorrenza sleale, una delle più importanti in Italia, il Pastificio Annoni è giudicato doppiamente colpevole: di concorrenza sleale nei confronti del Pastificio di Chiavenna e dei produttori della provincia di Sondrio, i soli a poter commercializzare i Pizzoccheri con l'indicazione 'della Valtellina', in quanto prodotti all'interno di un'area delimitata; di uso illegittimo e ingannevole dell'indicazione geografica 'della Valtellina', in quanto induce a credere che i Pizzoccheri siano prodotti in Valtellina. La Valchiavenna, sede dello stabilimento del Pastificio di Chiavenna, viene ovviamente assimilata alla Valtellina, in quanto valle laterale. Il Tribunale ha quindi inibito, con effetto immediato, l'utilizzo dell'indicazione 'della Valtellina' al Pastificio Annoni che dovrà distruggere le confezioni e i materiali promozionali con tale indicazione e non potrà più commercializzare i Pizzoccheri della Valtellina, pena il pagamento di 200 eu-

ro per ogni confezione venduta. Il Pastificio Annoni dovrà inoltre risarcire i danni causati al Comitato per la Valorizzazione dei Pizzoccheri e al Pastificio di Chiavenna, nonché pagare le spese di giudizio. Una vittoria su tutta la linea per la Valtellina enogastronomica e per i produttori di Pizzoccheri, secchi e freschi, poiché la sentenza di primo grado riconosce l'esclusività dell'indicazione 'della Valtellina', aprendo la strada alla ripartenza dell'iter per l'ottenimento dell'Indicazione geografica protetta fermo da anni, com'è noto, proprio per l'opposizione del Pastificio Annoni, nel frattempo ceduto a Pasta Lenzi, società di proprietà di American Italian Pasta Company, a sua volta nella galassia della multinazionale americana Ralcorp Holdings, che rivendicava le origini storiche dei Pizzoccheri nell'area della bassa Bergamasca e che chiedeva l'allargamento della zona di produzione. Il Comitato valtellinese, fieramente, sempre sostenuto dagli enti e da tutti gli attori del territorio, si è opposto a quello che si configurava come un falso storico, uno scippo che la Valtellina tutta non avrebbe mai potuto accettare, se non in presenza di prove inoppugnabili. Con questa sentenza in mano, il Comitato si presenterà alla Regione Lombardia e al ministero per le Politiche agricole chiedendo l'accelerazione dell'iter per la concessione dell'Igp ai soli Pizzoccheri prodotti in provincia di Sondrio”.

La Gazzetta di Sondrio 17 Aprile 2014