

SESSIONE
LE NUOVE CONTAMINAZIONI ALPINE

IL FORMAGGIO D'ALPEGGIO

Michele Corti¹

¹ Dipartimento di Protezione dei Sistemi Agroalimentare e Urbano e Valorizzazione delle Biodiversità,
Facoltà di Agraria, Università degli Studi di Milano

UNA 'MODA' CHE FA BENE ALLA SALUTE (E HA UN'ASCENDENZA DI DUE-TRE MILA ANNI DI STORIA)

Non molti anni fa²²⁵ i montanari lamentavano che il formaggio d'alpeggio (o di malga²²⁶) spuntasse sui mercati locali prezzi inferiori al formaggio invernale, da sempre ritenuto di minore qualità. Abituatisi ai gusti 'addomesticati' dei formaggi industriali (o comunque ottenuti con latte pastorizzato) anche i consumatori locali – tranne qualche irriducibile – si erano allineati alla nuova grammatica del gusto che penalizzava prodotti dal colore intenso (giallo) e da altrettanti intensi aromi. Poi, sull'onda del *revival* per i prodotti 'di nicchia', 'tradizionali', si è assistito ad una rivalutazione che si è tradotta nella proliferazione di sagre, iniziative, convegni sul tema del "formaggio d'alpeggio" assunto a paradigma di eccellenza. In un convegno del 2002 dell'Accademia della cucina sul tema "L'Insubria a tavola", Vincenzo Fiori, metteva giustamente in rilievo come questa 'scoperta' un po' modaiola fosse in realtà una finta scoperta. Il periodo del declino del formaggio d'alpeggio è durato una frazione di secondo, se considerato alla luce di una storia casearia che risale all'età del ferro, e anche prima.

Il recente successo, su vasta scala, del formaggio d'alpeggio potrebbe essere interpretato da un osservatore moderno come una conseguenza della

genuinità 'arcaica' di questo tipo di prodotto in un'epoca in cui gli anodini formaggi industriali, a base di latte pastorizzato, sono diventati la norma sulla nostra tavola. La tesi è suggestiva, ma un raffronto con il passato suggerisce cautela: l'eccellenza del formaggio d'alpe è stata sempre riconosciuta. La sua 'scoperta' è in realtà una riscoperta dopo un periodo abbastanza breve di relativo oblio (FIORI, 2002).

Segnali culturali

Il cibo non è solo un mezzo per soddisfare bisogni fisiologici, ma anche bisogni sociali, di comunicazione, di rappresentazione di identità e adesione a valori. Quel colore giallo intenso, quegli aromi intensi e quei gusti decisi erano rigettati in quanto riflessi di un mondo percepito come 'arcaico', fatto di fatiche, di 'sporco', di "vitto frugale alloggi poco confortevoli e supporti tecnologici inadeguati" (JANIN, 1980, citato da SIBILLA, 1991, p. 222). Un mondo che, con l'arrivo delle 'comodità' anche nei paesi di montagna si voleva lasciare alle spalle buttando via "il bambino con l'acqua sporca". Si 'buttava via' anche l'alimentazione al pascolo e i metodi tradizionali di produzione casearia che garantivano (quando preparati a regola d'arte) prodotti dagli eccellenti caratteri organolettici in favore di prodotti realizzati con conservanti, ottenuti dal latte di 'macchine da latte' alimentate con insilati (a volte maleodoranti) e discutibili sottoprodotti dell'industria alimentare globale²²⁷.

Tutti gli aspetti dell'alpeggio finivano per costituire altrettanti minusvalori culturali, in un contesto in cui i montanari si identificavano con i modelli urbani della 'modernità alimentare', veicolati e incarnati anche dai latticini industriali, standardizzati, confezionati, asettici reclamizzati in Tv²²⁸.

²²⁵ Dieci-venti, in funzione del coinvolgimento, fattosi sempre più rapido, nei processi economici e culturali di quelle aree che si definivano 'periferiche'.

²²⁶ La voce 'malga' è diffusa nelle alpi centro-orientali. 'Alpe/Alpeggio' e 'malga' sono geosinonimi nonostante i tentativi della burocrazia di utilizzare i due termini con significati differenti, 'abradendo' tradizioni linguistiche radicate (a dimostrazione della perdurante scarsa considerazione di tecnici e burocrati per le valenze storico-identitarie dei sistemi di produzione agroalimentare tradizionale, compresi quelli che – come l'alpeggio – vantano ascendenze millenarie. Per la discussione sull'origine e l'uso di queste voci come di altre correlate al fenomeno dell'alpeggio cfr. CORTI (2004, pp.37-55).

²²⁷ Ricordiamoci l'uso della farina di carne per l'alimentazione delle vacche da latte e le sue tristi conseguenze.

²²⁸ *E nön in Italia viagìvum in Cinceent e cambiàvum tanti ròpp a segünda del veent, rüvava el carosello cun*

In anni più vicini a noi, il declino della ‘società di massa’ ha comportato, in controtendenza con i fenomeni degli anni ’60-’80 del secolo scorso, la differenziazione dei modelli di vita e di consumo e il bisogno di affermare forme di identità personale, territoriale e di gruppo attraverso specifiche scelte di consumo e gusti alimentari (CODELUPPI, 2005). Scoperti dai consumatori ‘evoluti’ delle nuove classi medie urbane, i formaggi d’alpe hanno rapidamente riguadagnato prestigio anche a livello locale, grazie ai sempre più rapidi e frequenti interscambi e “ibridazioni” tra culture urbane e rurali.

Con il rischio che dietro l’etichetta ‘formaggio d’alpeggio’, quasi sinonimo di una produzione casearia prestigiosa venga contrabbandato quello che non lo è o che, sfruttando la propensione per il prodotto dalle apparenze ‘arcaiche’, si propino al consumatore produzioni di scarsa qualità.

LE COMPONENTI DI UNA ‘RISCOPERTA’

Il successo del ‘formaggio d’alpeggio’ è in realtà dovuto alla combinazione di diversi elementi. Ne possiamo individuare almeno tre: gusto, fascinazione eco-culturale, aspetto salutistico.

L’aspetto salutistico

L’ultimo aspetto continua a riguardare cerchie abbastanza ristrette di professionisti e consumatori ‘evoluti’, anche se è dagli anni ’90 che le proprietà nutraceutiche dei formaggi d’alpeggio sono note. Qualcuno ha voluto intravedere nel consumo di formaggi d’alpeggio (di pascolo più in generale) la spiegazione di un cosiddetto ‘paradosso svizzero’, così definito in analogia al ‘paradosso francese’ consistente nella ‘scoperta’ all’inizio degli anni ’80 del secolo scorso (ST LEGER *et alii*, 1979; RICHARD *et alii*, 1981) della scarsa incidenza di patologie cardiache acute nella popolazione francese, che pure indulge ad una cucina ricca di grassi animali ma che consuma anche vino rosso ricco di fattori protettivi. Il ‘paradosso svizzero’ è stato enunciato molto più di recente (HAUSWIRTH e SCHEEDER, 2004) ma, da allora – e sino ad oggi – sono state accumulate evidenze cliniche e analitiche a suo supporto. Il formaggio ottenuto dal latte di animali alimentati al pascolo rappresenta una fonte di acidi grassi poli-insaturi e in particolare di ALA (acido alfa-linolenico; C18:n3). Consumare prodotti con alto piuttosto che basso contenuto di ALA significa assicurare un effetto protettivo nei confronti delle più gravi patologie cardiache.

tücc i nuvità che nòn el dé dopu nàvum a crumpà (Van de Sfroos, 2001, *Television* in “E semm partii”).

Ma le proprietà cardioprotettive del formaggio d’alpeggio non si limitano all’ALA: vi sono meno grassi saturi (in particolare palmitico), vi sono in generale più acidi grassi ω -3 a corta catena e un miglior rapporto omega6: omega3, vi è un maggior contenuto di acido linoleico coniugato (CLA) che ha anche capacità di inibire la cancerogenesi oltre che di proteggere le coronarie. Va osservato che integrando la razione delle bovine con olio di semi di lino (fonte di omega3) la quota di ALA nel formaggio resta al di sotto della metà di quella del formaggio d’alpeggio “naturale”. La maggiore concentrazione di ALA, CLA, ma anche di fattori anti-ossidanti quali carotenoidi e polifenoli dei latticini ma anche della carne degli animali alpeggiati, ovvero alimentati con l’erba di pascoli alpini caratterizzati da grande biodiversità botanica è stata verificata in diverse prove sperimentali come conferma una recente review sull’argomento (BELE *et alii*, 2010).



Fig. 1 - Attrezzi tradizionali per la lavorazione del latte in una baita dell’Alpe Cavizzola (Mezzoldo, Bg). Si noti l’argano girevole in legno (masna).

Alpeggio, paradigma di una mitica ‘genuinità’

Verrebbe da chiedersi se questo aspetto così importante, ancora poco colto da un consumatore cui l’industria casearia non ha di certo interesse a far arrivare queste informazioni, non risulti in qualche modo correlato all’aspetto – apparentemente distante – legato alla ‘tradizionalità’ all’appeal di un prodotto ‘fatto come una volta’. In realtà il consumatore, specie quello che non conosce e non consuma abitualmente i formaggi d’alpeggio dimostra di confondere in un indistinto concetto di genuinità, ciò che comprende sia la “naturalità” che l’“artigianalità”. In una nostra indagine sul campo di qualche anno fa avevamo riscontrato come le aspettative nel confronto del formaggio d’alpeggio variassero notevolmente a seconda che gli intervistati (escursionisti che percorrevano itinerari

pedonali di accesso agli alpeggi) fossero consumatori saltuari o frequenti degli stessi (CORTI, 2004).

Nel campione aggregato si osservava come la motivazione più importante appaiva l'apprezzamento del carattere genericamente tradizionale e artigianale della produzione "realizzata come una volta" (36% delle risposte), seguita dal tipo di alimentazione "a base di erba di pascolo" (29%). Le caratteristiche sensoriali rappresentano la motivazione principale per l'acquisto e il consumo di formaggi d'alpe per il 20% degli intervistati. Nel consumatore abituale le motivazioni relative alle caratteristiche organolettiche dei prodotti e all'alimentazione delle lattifere assumevano un peso maggiore (37,5%) che nel consumatore saltuario (29,6%), dove prevaleva nettamente quella legata alla tecnica di lavorazione "come una volta" (41,4% contro 12,5% nel consumatore abituale). Evidentemente chi consuma solo occasionalmente i formaggi d'alpe ripone le proprie aspettative di qualità in una generica 'genuinità' assicurata da un processo produttivo tradizionale e non è molto consapevole della specificità rappresentata dall'alimentazione a base di erba cui, invece, attribuisce, più importanza l'*abituée* (31,2% contro 19,7%). Ne discende l'esigenza di mettere maggiormente in evidenza nella comunicazione rivolta ai potenziali consumatori il nesso – da non dare per scontato - tra formaggio d'alpeggio e alimentazione a base di erba di pascolo.

Perché non è scontato? Perché da anni c'è una fiera contesa tra i 'produttivisti' (che sostengono la necessità di 'aiutare' le vacche da latte somministrando loro i mangimi anche in alpeggio) e i 'puristi' (che sostengono che l'uso dei mangimi modifica la qualità dei formaggi e condiziona negativamente il buon utilizzo del pascolo compromettendo la produzione quanti-qualitativa delle stagioni d'alpeggio future). Alcuni disciplinari di produzione limitano al 10% del fabbisogno energetico la quota di mangimi (Capitolati di affitto delle malghe della Comunità Montana di Asiago, VI, formaggio Ticino d'Alpe Dop – che comunque pone un tetto assoluto in 2 kg di sostanza secca), altri si limitano a fissare un tetto assoluto massimo (il Bitto Dop 3 kg di sostanza secca). Più macchinoso il metodo previsto dal nuovo disciplinare del Castelmagno Dop (peraltro non ancora approvato) che lega la produzione di latte e quindi di formaggio marchiabile alle potenzialità di ciascun pascolo.

Una recente sperimentazione svizzera condotta su ben sedici alpeggi che producono Ticino d'Alpe Dop (HALDEMANN, 2010) ha mostrato che anche

quando l'integrazione è modesta (1 kg o meno di sostanza secca per vacca e per giorno) la concentrazione nel formaggio degli grassi di interesse salutistico (ALA, CLA omega-3) si riduce in modo statisticamente significativo. Andrebbe pertanto escluso un semplice effetto diluitivo (come un tempo postulato) a favore di un'ipotesi (da verificare sperimentalmente) di un effetto di biomodulazione da parte di componenti di cui è ricca l'erba di pascolo (terpeni) sulle trasformazioni biochimiche ruminanti che – agendo sugli acidi poli-insaturi dell'erba – sono alla base della favorevole composizione acidica del grasso del latte e dei formaggi d'alpeggio.



Fig. 2 - Tradizionale metodo di affioramento della panna (con raffreddamento 'ad aria') a Malga Valgabbia (Esine, Bs).

Il senso profondo della 'tradizionalità'

Le recenti acquisizioni tecnico-scientifiche confermerebbero che la tradizionalità (qualificata da 'arcaicità' dai fautori del produttivismo agricolo a tutti i costi)²²⁹ rappresenta un elemento di garanzia di qualità, almeno sul fronte della materia prima: il latte ottenuto in alpeggio. Ma la 'tradizionalità' ha anche una componente tecnologica. Il formaggio d'alpeggio è ricercato perché "non ha il gusto piatto del formaggio pastorizzato industriale". Qui si aprono una serie di questioni: è lecito definire 'formaggio d'alpeggio' o 'di malga' quello ottenuto termizzando il latte, aggiungendovi fermenti selezionati che 'pilotano' le fermentazioni riducendo la biodiversità microbiologica 'selvaggia' (con tutto quello che comporta in semplificazione e addomesticamento dei processi fermentativi e di riduzione delle sostanze aromatiche prodotti finali del metabolismo microbico stesso?).

²²⁹ Per il dibattito sul produttivismo applicato all'alpeggio cfr. CORTI (2003).

È da ritenersi equivalente un formaggio ottenuto lavorando il latte sul posto (spesso utilizzando il latte ancora caldo di mungitura) rispetto ad un latte ‘anestetizzato’ dai trattamenti di refrigerazione e che è stato sottoposto a trasporti di decine di km con autocisterna. È lecito definire ‘di alpeggio’ o ‘di malga’ il latte miscelato di parecchie malghe e lavorato a valle in un caseificio industriale?

Sono questioni aperte. La Svizzera definisce con un’ordinanza federale dell’8 novembre 2006 concernente le designazioni «montagna» e «alpe» per i prodotti agricoli e per i prodotti agricoli trasformati (Ordinanza sulle designazioni «montagna» e «alpe», ODMA)²³⁰. Un’ordinanza più recente ha stabilito che per fregiarsi della designazione “alpe” i prodotti devono essere ottenuti rispettando le condizioni di alimentazione stabilite dall’ordinanza sui contributi d’alpeggio del 2007²³¹ che stabilisce che l’erba di pascolo può essere integrata con 100 kg di fieno per Unità di carico (Unità bestiame grosso per 100 giorni) e 100 kg di alimenti concentrati. Il che significa non più di un kg di mangime al giorno per vacca da latte. Per il resto la Svizzera definisce una ‘regione alpestre’ che esclude i fondovalle anche quando siti a quote elevate (es. alta Engadina a 1.800 m). Per il resto il ‘formaggio d’alpe’ può essere realizzato anche in caseifici ultratecnologici e termizzando il latte (circostanza altamente caldeggiata in Svizzera anche sugli alpeggi dal momento che chi caseifica latte crudo deve sottoporsi a stringenti e severissimi controlli).

Elementi di ambiguità

La Svizzera salvaguarda la dimensione “naturalità” e “salutistica” del formaggio d’alpeggio ma, sulla scorta della cultura igienistica ‘nordica’, scarsamente attenta agli aspetti organolettici, non si preoccupa di salvaguardare elementi di ‘tipicità’²³². Del resto anche in Italia, dove la qualifica ‘d’alpeggio’ riguarda solo alcuni formaggi Dop, può essere ‘formaggio d’alpe’ anche solo quello prodotto sopra i 1.000 m (vedi Raschera Dop e Castelmagno Dop). Di più, vi sono anche presidi Slow Food in cui il formaggio ‘di

²³⁰ <http://www.admin.ch/ch/i/rs/9/910.19.it.pdf>

²³¹ http://www.admin.ch/ch/i/rs/910_133/index.html

²³² Va segnalata una lodevole eccezione il Berner Alpkäse. In questo caso, per salvaguardare i tradizionali chalet in legno strutturale in cui viene realizzata la produzione e la maturazione del formaggio si è consentito non solo di utilizzare ambienti di produzione con le pareti in legno ma anche di caseificare nello stesso locale dove la famiglia contadina consuma anche i pasti. <http://www.blw.admin.ch/themen/00013/00085/00094/00134/index.html?lang=it>

malga’ (contrassegnato da una M) è ottenuto dal latte refrigerato e trasportato in autocisterne ai caseifici industriali comprensoriali dove viene miscelato e addizionato di fermenti ‘autoctoni’ ma comunque standardizzati. Questa situazione si verifica per il Puzzone di Moena e per il Vezzena.

Gli effetti sulla qualità del formaggio d’alpeggio determinati dalla fedeltà o meno ad aspetti tradizionali del processo di produzione (attrezzi, additivi, tempi di lavorazione, pretrattamenti del latte) non è oggetto di sperimentazioni sistematiche come nel caso dell’integrazione con alimenti extrapascolo. Sul tema, però si segnala una forte conflittualità che vede ‘puristi’ e ‘modernisti’ schierati su fronti avversi (CORTI, 2003). Il caso più noto ed emblematico di confitto in materia è quello del Bitto dove, al prodotto Dop si contrappone, da parte di un gruppo di produttori ‘ribelli’ fieri eredi di una comunità di pratica e di un sistema di saperi secolari, un Bitto ‘storico’ (CORTI, 2006b, 2008b, 2011).

La dimensione ‘artigianale’ che si concretizza in pratiche affinate nel tempo e adattate ai luoghi, trasmesse da generazione in generazione è spesso associata, proprio nel caso dei formaggi d’alpeggio a una dimensione ‘arcaica’. Ma l’arcaicità è di per sé garanzia di qualità? E di una storia realmente significativa, ininterrotta, fatta di scambi di saperi e di un continuo perfezionamento?



Fig. 3 - Il latte mantenuto in movimento durante la cottura (Alpe Graglio, Vercana, Co).

Storicità

La rivendicazione del Bitto quale formaggio ‘storico’ introduce la dimensione della durata e impone di considerarla in modo non astratto. Gli alpeggi esistono da millenni e da millenni si produce formaggio. Ma questo significa che tutti i formaggi arcaici sono di eccellenza?

“L’ancrage historique d’un produit est souvent annoncé comme une entité abstraite pouvant être, au besoin, coupée de la situation contemporaine.

Or, cet ancrage passe également par l'identification et la transmission des savoirs et pratiques techniques mis en oeuvre et de leur évolution. La profondeur historique doit être associée à des savoir-faire collectifs et transmis jusqu'à la période actuelle, la transmission n'excluant pas l'évolution. Faute de quoi, l'histoire risque de se voir utilisée pour légitimer des productions pseudo-patrimoniales, tirant simplement parti de la notoriété d'un lieu sans renvoyer à la spécificité » (BERARD e MARCHENAY, 2004, p. 22).

Se è vero che l'eccellenza di *alcuni* formaggi d'alpe è sempre stata riconosciuta bisogna anche saper distinguere tra i prodotti che si costruirono una reputazione nel tempo e che furono da secoli oggetto di commerci anche a lunga distanza da quelle produzioni che restarono confinate nel quadro dell'economia di sussistenza in cui non importava se il prodotto fosse conservabile, privo di difetti, di buona qualità mercantile dal momento che il prodotto caseario era realizzato fondamentalmente per assicurare la conservazione delle proteine del latte, dilazionandone il loro consumo rispetto all'epoca in cui lo sviluppo vegetativo dei pascoli consentiva un'abbondante produzione di latte. Nel quadro delle economie d'alpeggio di sussistenza per lungo tempo il prodotto destinato alla vendita era il burro, che andava smerciato il più rapidamente possibile. Per produrne la massima quantità e ottenere un ricavo monetario indispensabile a comprare il sale, un po' di farina e a pagare le tasse (comprese quelle di pascolo) il latte veniva spesso scremato all'estremo durante giorni e giorni di 'sosta' durante i quali l'acidità saliva alle stelle (e non c'erano i prodotti chimici attualmente disponibili per correggerla). I formaggi magrissimi divenivano presto verdastri e di consistenza pietrificata. Anche le tipologie di stracchini, formaggini e formaggette 'grasse' non erano esenti, però, dai problemi di una caseificazione 'casalinga' quando l'obiettivo era l'autoconsumo o il racimolare un misero introito monetario.

Le evidenze storiche

Questa premessa è necessaria quando si passa a considerare il carattere di 'prodotto di prestigio' che i formaggi d'alpeggio hanno storicamente goduto. Nell'alto medioevo, quando il commercio era divenuto molto limitato i potenti potevano procurarsi i prodotti di prestigio solo conducendo essi stessi grandi aziende agricole con fondi dislocati in varie aree geografiche, dalle Alpi alla pianura, passando per gli uliveti lacustri. Il monastero di S. Ambrogio a Milano, sin dall'anno 835 possedeva la *curtis* di Dubino in bassa

Valtellina (PEZZOLA, 2005, pp. 145-147). La *pars massaricia* era sfruttata con convenzioni con i conduttori locali che pagavano gli affitti con animali, prestazioni d'opera e, soprattutto, con i formaggi. Queste grandi proprietà comprendevano anche gli alpeggi e d'altra parte, non vi possono essere dubbi sul fatto che formaggi stagionati e duri, in grado di viaggiare dalla Valtellina a Milano fossero d'alpeggio. Il motivo è semplice: fino a due secoli fa la produzione di latte nelle aree alpine (le sole sino alla fine del medioevo a disporre di larghe quantità di latte vaccino) era concentrata in estate, sugli alpeggi. In inverno le bovine, erano in asciutta e scarsa produzione si otteneva in primavera e in autunno, quando i singoli proprietari accudivano direttamente i loro capi (CORTI, 2008a). Il formaggio (inteso nel senso specifico di 'forme' di alcuni kg di peso) 'nasce' in alpeggio (almeno nel nostro contesto geografico e culturale) per il semplice motivo che solo in qui, per un lunghissimo periodo che va dalla preistoria a due secoli fa si trovavano radunate un numero di vacche in grado di fornire la quantità di latte tali da consentire di confezionare forme di formaggio di dimensione tale da conservarsi a lungo.



Fig. 4 - La fase di salagione del formaggio d'alpeggio a Malga Vaia (Bagolino, Bs). Oggi l'uso della salamoia ha spesso sostituito la classica salatura a secco.

Purtroppo i documenti antecedenti al mille sono scarsissimi. Cita espressamente gli alpeggi, invece, un contratto di permuta di beni fra l'arcivescovo di Milano e l'abbazia dei Ss. Gratiniano e Felino di Arona, avvenuta il 22 giugno 999 (BIANCHETTI, 1878, v. II, d. VII). Tra le varie "alpicellas" della valle Anzasca (Ossola) si nomina quella di "Macuniaga". Di latticini si contratta invece espressamente pochi anni più tardi, quando il vescovo di Novara, il 12 luglio 1006, affitta a tale Grimaldo i beni della pieve di S. Vincenzo a

Vergonte (sempre in Ossola), in cambio del canone annuo di cento libbre di formaggi.

Dal XII secolo in poi i documenti che citano contratti d'affitto basati sul pagamento in tutto o in parte con formaggio d'alpeggio diventano numerosi in area lombarda e piemontese (FANTONI, 2007, pp. 42-51; COMBA *et alii*, 1996; RUFFONI, 2009, pp. 12-20). Il commercio del formaggio proveniente dagli alpeggi della valle del Bitto e delle limitrofe è ben documentato tra XIII e a XIV secolo quando ingenti quantitativi di formaggio dalle valli orobiche del Terziere inferiore (l'attuale bassa Valtellina o Valtellina di Morbegno) prendevano le vie per gli altri centri della valle, del Lario, per le città di Como o Milano" (RUFFONI, 2009, p. 18). I documenti dell'epoca testimoniano in diverse aree l'uso del formaggio come vera e propria moneta di scambio, molto frequentemente usata per il pagamento degli affitti.

Ai grandi proprietari ecclesiastici (vescovi e abati dell'area pedemontana e della stessa pianura) subentrarono gradualmente i feudatari laici. Il rango elevato dei soggetti che nei secoli hanno mantenuto il controllo degli alpeggi è un indice molto significativo del valore degli alpeggi stessi, a sua volta legato a quello del formaggio.



Fig. 5 -Messa in forma all'interno della fascera della cagliata del Bitto (Alpe Pescegallo Lago, Gerola alta, So).

COME SONO CAMBIATE NEL TEMPO LE CARATTERISTICHE DEL FORMAGGIO D'ALPEGGIO?

Non disponiamo di testimonianze medioevali relative alle caratteristiche del formaggio, ma dalla circostanza che potesse essere trasportato sino alle città²³³ della pianura è facilmente deducibile che

²³³ Sarebbe interessante ricostruire per tutto l'arco alpino la geografia dei trasporti e della commercializzazione e

fosse ben stagionato e duro. Fantoni riferisce che nei contratti d'affitto si precisava che il formaggio (*casei alpis*), oggetto dei canoni di affitto, "doveva essere buono (*casei boni*), oppure bello (*casei pulcri*), ma soprattutto si ribadiva che doveva essere ben stagionato (*casei bene sesonati, casei salati et bene saxonati*). Poiché la riscossione degli affitti avveniva generalmente l'11 novembre, san Martino, festa del passaggio dalla buona stagione all'inverno a casa dei riscossori, i prodotti dovevano essere opportunamente conservati" (FANTONI, 2007).

Analogamente, in Valtellina, quando nel 1244 i Vicedomini di Domofole acquistano dal monastero di Piona il feudo di Pedesina e lo danno in affitto ai figli di "ser Gervaso venuto da Taleggio", chiedono come fitto annuale di detti beni "un centenaro di formaggio buono, bello e salato, pesato senza frode alla stadera di Como, da pagare alla festa di Santo Stefano, che è il giorno dopo il Natale" (RUFFONI, 2009). Il suo consumo locale era limitato, legato a un segmento molto ristretto della società composto da nobili, mercanti, ecclesiastici e notai. Per il resto affluiva verso le città della pianura.

Notizie più precise sulle caratteristiche del formaggio d'alpe appaiono solo più tardi. FIORI (2002) osserva che, rispetto al passato, la dimensione delle forme è diminuita. Egli, riferendosi al Bettelmat cita un viaggiatore del XVIII secolo, Karl Viktor von Bonstatten, che indica come misura normale per un formaggio d'alpeggio ticinese diciotto libbre da trentadue once, cioè quasi diciotto chili e il famoso tecnico caseario di inizio XX secolo, Giuseppe Fascetti, che nel 1918 indicava addirittura in circa trenta chilogrammi il peso medio di una forma di "Battelmatt". Oggi invece una forma di formaggio di alpeggio dell'Ossola o del Canton Ticino supera difficilmente i sette chili. L'ordinanza sul formaggio Ticino d'alpe Dop stabilisce un peso variabile tra tre e dieci kg, un *range* che più che un formaggio identifica una categoria di formaggi, i formaggi d'alpe, per l'appunto.²³⁴ La stessa tendenza parrebbe essere stata seguita dal Bitto Dop e da un suo 'figlio minore' il Formai de Mut Dop, nato quando la tradizione del Bitto, già fiorente sugli alpeggi dell'alta val Brembana, si era

stagionatura dei formaggi d'alpeggio. In essa possiamo individuare siti di 'colletta' all'interno delle valli o affacciati sui grandi laghi prealpini, siti di stagionatura e smistamento dei flussi commerciali. Tra i primi possiamo indicare Locarno, Morbegno (in Valtellina), Branzi (in alta val Brembana), varallo (Vc); tra i secondi Arona, Bra, Rovato (Bs), Como, Bergamo.

²³⁴ http://www.switzerland-cheese.ch/it/uploads/media/TessinerALP_pflichtenheft_i.pdf

limitata alle valli del versante orobico occidentale valtellinese in seguito alla crisi dell'alpicoltura brembana (CORTI, 2011). Il Formai de Mut prevede un peso tra 8 e 12 kg. Il peso del Bitto, era indicato da vari autori del XX secolo tra 15 e 30 kg (CORTI, 2009). Per il Melazzini, vero 'padre del Bitto moderno' il peso del prestigioso formaggio variava tra i 16 e i 40 kg (CORTI, 2009). Con l'estensione dell'area di produzione del Bitto dop a tutta la provincia di Sondrio, decisa inopinatamente a tavolino da politici e tecno burocrati, per facilitare la 'promozione' a Bitto di quelle che erano produzioni locali di formaggio d'alpe grasso molto meno prestigiose e – più in generale - l'estensione della produzione ad alpeggi piccoli e meno organizzati, si è stabilito nel disciplinare di abbassare sia i limiti minimi che massimi portando il minimo a soli 8 kg e annaspando anche il massimo a 25 kg. Questa tendenza ha riflettuto un periodo di decadenza del formaggio d'alpeggio e della stessa apicoltura ma non dobbiamo credere che in passato i formaggi d'alpe sia stati sempre di queste pezzature. È molto probabile che in un passato più lontano lode forme fossero più piccole e che poi siano aumentate di peso con l'apertura al mercato di lunga distanza. Se facciamo riferimento al Bitto il libro dei conti di Giovanni Spadrio, consultato dal Ruffoni, indica che esse nei primi anni del XVIII pesano mediamente 15 libbre (12 kg) (1705 1712) (RUFFONI, 2009, p. 54). Qualche anno più tardi, però, nel 1743, Orlando Curtoni di Gerola (un altro imprenditore d'alpe che ci ha lasciato un libro dei conti) vende a Cuso in Val Brembana una partita di 84 forme del peso medio di 20 kg (RUFFONI, 2009, p. 58). Oggi, almeno nel caso delle produzioni più prestigiose come il Bitto 'storico' si assiste ad un ritorno alla produzione di forme di 25 kg e oltre. Forme 'fuorilegge' agli occhi del disciplinare della Dop che, in molti punti, ha stravolto pesantemente la tradizione. La tendenza è associata al desiderio – nell'ottica di tornare a livelli altissimi di rinomanza e di prestigio del prodotto - di avviare un significativo numero di forme alla lunga stagionatura (sino a dieci anni e oltre). Un'altra differenza rispetto al passato riguarda le specie zootecniche da cui proviene il latte utilizzato per la caseificazione. Oggi l'alpeggio è quasi sinonimo di mandrie v a cc i n e , mentre in passato era norma accompagnare le vacche con greggi di capre e di pecore, che permettevano di sfruttare i terreni più impervi. Tutti i formaggi erano in un lontano passato ottenuti da latti misti, poi con l'età moderna e il boom della bovinicoltura - legato alle trasformazioni dell'economia agricola della pianura e all'instaurarsi di forme diverse di

transumanza (CONTI, 2006c) vi è stato un progressivo e graduale passaggio alla produzione di formaggi d'alpeggio vaccini. Il Bagoss, come ci informa il famoso agronomo bresciano Agostino Gallo, nel corso del XVI era solo in alcuni casi ottenuto da latte misto vaccino ed ovino (CORTI, 2006c) mentre solo all'inizio del XIX secolo l'Asiago diventerà da pecorino che era²³⁵. Il Bitto è tutt'ora ottenuto con l'aggiunta di latte di capra, obbligatoria nella misura del 10-20% nel caso del Bitto storico, facoltativa nella misura del 0-10% i quello del Bitto dop 'generalista'. I formaggi misti 'archetipici' a 'tre latti' resistono nell'area più conservativa delle valli cuneensi (marittime per lo più). Anche da questo punto di vista, però, si assiste a un ciclo di lungo periodo. Negli alpeggi del Piemonte occidentale le pecore da latte non mostrano segni di cedimento mentre sulle malghe venete e friulane non è raro trovare pecore da latte (Sardegna). Le capre hanno ovunque (da ovest a est) riguadagnato terreno sugli alpeggi dopo la fase della 'guerra alle capre' che ha contraddistinto l'età moderna e contemporanea (CONTI, 2006a). Oggi, sugli alpeggi, si producono parecchi formaggi (più spesso formaggelle e formaggini). Un revival che ha toccato tutte le regioni dell'arco alpino.

Un'ultima tendenza storica che è giusto ricordare e che attiene alle caratteristiche del formaggio riguarda il suo contenuto in materia grassa. Con l'avvento di una economia monetaria (XIX secolo) i montanari sono stati spinti a scremare, spesso all'estremo, i loro formaggi d'alpeggio al fine di produrre più burro possibile. Era quella la derrata (insieme ai vitelli) oggetto di vendita da cui dipendevano le sempre più indispensabili entrate in moneta. La fase ascendente del burro si è protratta a lungo nel XX secolo, sino ad un declino legato alla diffusione della margarina e poi alla grande disponibilità di burro di origine industriale di provenienza centro-nord europea. Un ulteriore colpo all'economia del burro è stato inferto dall'applicazione da parte delle ASL del D.P.R. 54/97

"Regolamento recante attuazione delle Dir. 92/46 e 92/47/CEE in materia di produzione e immissione sul mercato di latte e di prodotti a base di latte". L'ondata igienistica, che per fortuna ha perso negli anni parte del *furor* iniziale, ha travolto la produzione di burro – considerato poco meno che un brodo di coltura di germi patogeni – più di quella del formaggio che, specie se stagionato oltre sessanta giorni, è stato meno criminalizzato. Solo

²³⁵ Il formaggio Asiago più stagionato e piccante viene ancora chiamato *pegorin*.

in anni molto recenti il burro d'alpeggio, ottenuto da panna di affioramento, è stato 'riabilitato'. Queste tendenze hanno, in ogni caso, determinato un notevole 'ingrassamento' del formaggio d'alpeggio. Difficile trovare oggi formaggi d'alpeggio ottenuti da latti che hanno sostato più di 24 ore. I 'semigrassi' sono diventati dei 'quasi grassi' e si sono diffusi, molto più che nel passato, i grassi. La tendenza parrebbe oggi arrestata.



Fig. 6 - Tradizionali metodi di compressione della pasta del formaggio per favorire lo spurgo del siero (Alpe Nesdale, Plesio, Co).

L'IMPORTANZA DELLA PRODUZIONE DI FORMAGGIO D'ALPEGGIO E LE SUE PROSPETTIVE

Il maggior favore del consumatore per i formaggi d'alpeggio è legato a fattori ben più profondi di quelli legati alla ricerca di una 'nuova frontiera' del gusto. Vi sono fattori che vanno oltre la 'moda' (che pure c'è o c'è stata). Al di là delle informazioni salutistiche (ancora poco diffuse), il consumatore cittadino individua nell'alpeggio e nei prodotti d'alpeggio espressione di un salutare 'rimettere i piedi per terra'. Spaventato da una sequela di scandali alimentari, turbato dalla prospettiva del cibo geneticamente modificato, inquieto per un futuro in cui il cibo a buon mercato della società industriale tornerà ad essere un ricordo, il consumatore intuisce che associati all'alpeggio e ai suoi prodotti vi è anche una 'riserva valoriale' che sta per tornare preziosa. Anche quando l'alpeggio pareva un modello agricolo e culturale in crisi irreversibile l'antropologo Paolo Sibilla ricordava che, nonostante la gravità della crisi: "tuttavia sembra lecito aggiungere che l'esercizio dell'alpeggio richiede ancor oggi la condivisione di quei valori culturali che determinano una sostanziale disponibilità ad accettarne i limiti oltre che i benefici" (SIBILLA, 1991).

Laddove si è continuato a trasformare il latte direttamente in alpe e a produrre formaggi di qualità, l'alpeggio da "palla al piede", "tanto per prendere i contributi" è divenuta - a detta di tanti (alpeggiatori, amministratori locali, tecnici) - una realtà "che da ossigeno alle aziende", "che fa quadrare il bilancio". La forbice di prezzo tra formaggi d'alpe si è allargata e sempre più gli alpeggiatori stanno imparando a valorizzare il loro prodotto attraverso il canale delle vendite che consentono di ricavare prezzi di trasformazione interessanti.

Il formaggio d'alpeggio è tornato, almeno in parte, a rappresentare una risorsa importante. Ma è una risorsa di cui molti vorrebbero approfittare in modo parassitario, svuotandola.

Puntare su un prodotto d'alpeggio non confondibile con altri e ben identificabile diventa una condizione chiave per il futuro dell'azienda agricola alpina di medie e medio-piccole dimensioni (quella, per intenderci, che non punta a seguire insensatamente i modelli padani). Non solo sarebbe importante impedire l'abuso della denominazione 'alpeggio' 'malga' ma sarebbe anche importante attribuire un elemento identificabile univoco che superi la giungla dell'attuale sistema che prevede etichette di svariati colori (blu, rosse, verdi) (CORTI, 2007) per distinguere, anche nell'ambito ufficiale delle Dop, i formaggi d'alpeggio (o sedicenti tali) da quelli 'normali' con la stessa denominazione di origine.

Laddove la strategia di valorizzazione della produzione casearia di montagna segue gli interessi degli allevatori, la scelta di tornare a produrre solo in estate e solo in alpeggio quei formaggi che ora sono prodotti anche in inverno (ma che sono nati in alpeggio) potrebbe rivelarsi quanto mai saggia.

Si tratterebbe di una inversione a 180° rispetto alla tendenza che si è verificata negli ultimi decenni e che si è estrinsecata anche nella modifica di disciplinari di produzione di formaggi Dop nati come esclusivamente d'alpeggio e poi 'sdoppiati'²³⁶. Per un quadro della produzione di formaggi d'alpeggio, che mette in evidenza lo scarso numero di formaggi prodotti esclusivamente in alpeggio, si rimanda alla tab. 1. In inverno, oltre che a stagionare e a commercializzare bene i formaggi d'alpeggio, ci si può dedicare (sia nei caseifici aziendali che nei caseifici locali) a riscoprire produzioni "minori" o a sperimentare

²³⁶ Caso emblematico il *Formai de Mut* (in bergamasco: "formaggio d'alpeggio") Dop, che era nato come esclusivamente d'alpeggio e che poi ha visto 'nascere' una versione invernale di caseificio contraddistinta da una serigrafia rossa sul piatto.

prodotti innovativi frutto della creatività artigianale. Lo sanno bene quegli alpeggiatori-casari più evoluti che in inverno si dedicano anche ad altre attività (legate al turismo, alla filiera del legno) e preferiscono tornare a concentrare la produzione delle loro bovine in estate, ristagionalizzando i parti come un tempo, concentrandoli in primavera come si faceva sino all'inizio XIX secolo (a differenza di quanto si affermò alla fine dello stesso secolo quando si affermarono i parti autunnali per rifornire di latte le nuove latterie di paese).

C'è un segmento di mercato che va incoraggiato a riscoprire (nel formaggio come nei prodotti vegetali) come l'eccellenza è anche il risultato della ricerca di una sincronia con i ritmi delle stagioni, che in ogni stagione il latte è diverso e può essere trasformato al meglio solo se lo si impiega in lavorazioni diverse, con esigenze di condizioni di maturazione diverse. Anche questa è una delle condizioni per conferire al formaggio un'anima. A fornire formaggio sempre uguale ci pensano già in tanti.

Riuscire ad assicurare il consumatore, che non può sempre recarsi sul luogo di produzione ad effettuare i suoi acquisti, che quello che gli è offerto in vendita è “vero formaggio d'alpeggio” non è una fisima da *gourmand*, ma una condizione chiave per la sostenibilità dell'economia di molte comunità alpine. Costruire un sistema di qualità favorisce innanzitutto un mercato di formaggi di qualità è condizionato alla possibilità di orientare prodotti con caratteristiche diverse verso mercati differenziati e di mettere in condizione rivenditori, ristorazione, consumatori finali di operare delle scelte consapevoli, sulla base di informazioni trasparenti (a questo riguardo è emblematica la più volte citata vicenda del Bitto). Valorizzando e tutelando il vero formaggio d'alpeggio si salvaguardano e si implementano veri e propri ‘giacimenti gastronomici’ e sistemi di beni culturali materiali e immateriali che rappresentano un elemento decisivo nella scelta della destinazione turistica oltre che di rafforzamento dell'identità.

	<i>Esclusivamente in alpeggio</i>	<i>Anche in inverno</i>
Valle d'Aosta	Toma di Gressoney	Fontina dop.
Piemonte	Bettelmat, GrassoValvigezzo (1)	Raschera dop (2) Castelmagno dop (1)(2)(3), Toma di Lanzo, Macagn (2)(4), Sola (1), Plaisentif, Blu Moncenisio (1)
Lombardia	Bitto dop (1), Bitto storico(1)(3), Lariano d'alpe (1)	Bagoss (3), Nostrano di Valtrompia dop, Silter, Tombea, Formai de Mut dop (2), Formaggelle, Scimudin (1).
Canton Ticino	Ticino d'alpe dop (1)	
Trentino	Nostrano di malga	Casolèt, Vezzena, Sprezza delle Giudicarie, Nostrano d'allevato, Puzzone di Moena.
Veneto		Asiago dop (3), Agordino, Monte Veronese dop (2)(3), Morlacco del Grappa (3).
Friuli		Montasio dop (2)(5), Carnia.

Tab. 1 – Principali formaggi d'alpeggio (di latte esclusivamente o principalmente vaccino).

(1) = formaggi ottenuti con aggiunta di latte caprino od ovino; (2) formaggi dop che attraverso etichette o altri contrassegni consentono la distinzione di una produzione d'“alpeggio” o sedicente tale; (3) formaggi per i quali è stato istituito un Presidio Slow Food esclusivamente per la produzione d'alpeggio; (4) esiste anche il Maccagno o Toma di Maccagno prodotta da caseifici industriali della pianura (5) il Montasio, che si produceva solo in caseifici e tutto l'anno dal 2010 ha visto la rinascita della produzione di malga, alla Malga Montasio.

BIBLIOGRAFIA

BELE B., ÖSTERLIE M. e NORDERHAUG A. (2010) - *Quality of food products from species-rich alpine pastures*. In: Grassland in a changing world. Proceedings of the 23rd General Meeting of the European Grassland Federation, Kiel, Germany, 29th August - 2nd September

2010, European Grassland Federation, pp. 773-775.

BERARD L. e MARCHENAY P. (2004) - *Les produits de terroir entre cultures et règlements*. Cnrs, Paris.

BIANCHETTI E. (1878) - *L'Ossola inferiore. Notizie storiche e documenti*. Torino; v. II.

CODELUPPI V. (2005) - *Manuale di sociologia dei consumi*. Carroci, Roma.

- COMBA R., DAL VERME A. e NASO I. (1996, a cura di) - *Greggi mandrie e pastori nelle Alpi Occidentali (secoli XII-XX)*. Cuneo.
- CORTI M. (2003) - *Produrre latte e formaggi in alpeggio: dilemmi tecnici e visioni sociali*. Caseus, a. VIII, n. 6, pp. 36-43, http://www.ruralpini.it/file/Alpeggi/Documenti%20Corti%20Formaggi/Produrre_latte_e_formaggi_in_alpeggio_Dilemmi_tecnici_e_visioni_sociali.pdf
- CORTI M. (2004a) - Süssura de l aalp. *Il sistema d'alpeggio nelle Alpi lombarde*. Annali di S. Michele, v. 17, pp. 31-156.
- CORTI M. (2004b) - *Formaggi d'alpe: attenzione alle attese del consumatore!* Caseus, a. IX, n.1, pp. 22-26.
- CORTI M. (2006a) - *Risorse silvo-pastorali, conflitto sociale e sistema alimentare: il ruolo della capra nelle comunità alpine della Lombardia e delle aree limitrofe in età moderna e contemporanea*. Annali di S. Michele, v. 19, pp. 235-340.
- CORTI M. (2006b) - *Bitto: una storia esemplare, una questione aperta*. Caseus, a. XI, n. 3, pp. 19-30.
- CORTI M. (2006c) - *I bergamini e la transumanza bovina lombarda*. Atti del I seminario di studio sulla transumanza e l'alpeggio, Asiago, VI, settembre 2006, <http://www.ruralpini.it/file/Alpeggi/Documenti%20Corti%20Storia/Documenti%20Corti%20Storia/I%20bergamini%20e%20la%20transumanza%20bovina%20lombarda.pdf>
- CORTI M. (2007) - *Mission impossibile*. Caseus, anno XII, n. 4, pp. 22-23.
- CORTI M. (2008a) - *Gli animali degli alpeggi*. Ersaf, Milano.
- CORTI M. (2008b) - *Per una politica non distruttiva delle risorse dell'economia montana: alcune riflessioni a partire dalla tutela del formaggio Bitt*. Confronti. Autonomia lombarda: le idee, i fatti, le esperienze, Regione Lombardia, a. 7, n. 3, pp.103-113.
- CORTI M. (2009) - *Il formaggio Bitto*. in Corti M. Ruffoni C. (a cura di), "Il formaggio Val del bitt: la storia, gli uomini, gli alpeggi: come nasce un mito caseario", Milano, Ersaf, pp. 83-111.
- CORTI M. (2011) - *I ribelli del bitto. Quando una tradizione casearia diventa eversiva*. Slow Food editore, Bra.
- CORTI M. e RUFFONI C. (2009) - *Il formaggio Val del bitt: la storia, gli uomini, gli alpeggi: come nasce un mito caseario*. Milano, Ersaf.
- FANTONI R. (2007) – *Attestazioni tardomedievali della produzione casearia valsesiana*. In Fantoni R. & Ragozzi J. (2007, a cura di), "La gestione delle risorse nelle comunità di frontiera ecologica. Allevamento e cerealicoltura nella montagna valsesiana dal Medio Evo al nuovo millennio. Atti del convegno di Carcoforo, 11 e 12 agosto 2007", Gruppo Walser Carcoforo, pp. 45-51.
- FIORI V. (2002) - *Antichi formaggi d'alpeggio tra le Alpi Lepontine e il Milanese*. In "Insubria a tavola: atti del convegno, Varese, 1 giugno 2002", Milano, Accademia italiana della cucina, pp. 93-105.
- HALDEMANN J. (2010) - *Caratterizzazione generale dei formaggi d'alpe ticinesi DOP. Informazioni tecnico-scientifiche*. Alp science, n. 535, Stazione di ricerca Agroscope Liebefeld-Posieux ALP, Berna.
- HAUSWIRTH C.B. e SCHEEDER M.R.L. (2004) - *High omega3 Fatty Acid Content in Alpine Cheese The Basis for an Alpine Paradox*. Circulation, n. 109, pp. 103-107.
- ST LEGER A.L., COCHRANE F. e MOORE F. (1979) - *Factors associated with cardiac mortality in developed countries with particular reference to the consumption of wine*. Lancet, n. 1, pp. 1017-1020.
- MENANT F. (1993) - *Campagnes lombardes du Moyen Age : l'economie et la societe rurales dans la region de Bergame, de Cremona et de Brescia du 10. au 13. Siecle*. Ecole française de Rome, IX, Roma.
- PEZZOLA R. (2005) - *Uno sguardo dal castello di Domofole: materiali e riflessioni per una storia della bassa Valtellina nel Medioevo (sec. 9 - 12)*. Comunità montana di Morbegno, Tipografia Ignizio, Morbegno (So).
- RICHARD J.L., CAMBIEN F. e DUCIMETIÈRE P. (1981) - *Epidemiologic characteristics of coronary disease in France*. Nouv Presse Med, n. 10, pp. 1111-1114.
- RUFFONI C. (2009) - *La storia degli alpeggi e del formaggio Bitto. La grande svolta: l'età moderna*, in Corti M. e Ruffoni C. (a cura di), "Il formaggio Val del bitt: la storia, gli uomini, gli alpeggi: come nasce un mito caseario", Milano, Ersaf, pp. 21-72.
- SIBILLA P. (1991) - *L'alpeggio nella tradizione culturale delle Alpi Occidentali*. In Cerulli E. (a cura di), "Tra uomo e animale", Dedalo, Bari pp. 203-224.

IL PATRIMONIO GASTRONOMICO DEL LAGO D'ISEO TRA VALORIZZAZIONE E COSTRUZIONE DI UN'IDENTITÀ LOCALE

Irene Foresti

La tutela, la conservazione e la valorizzazione del patrimonio gastronomico rivestono particolare importanza per un paese come l'Italia, caratterizzato da una forte variabilità locale degli usi, delle tradizioni e della cultura alimentari: ogni zona, ogni territorio e addirittura ogni paese possono vantare delle specialità gastronomiche, spesso uniche ed introvabili in altri luoghi.

Il comparto alimentare locale, oltre a possedere un notevole valore economico, rappresenta la cultura e l'identità delle varie zone d'Italia. Un'identità gastronomica che rischia l'estinzione stemperandosi, nelle abitudini alimentari ormai globalizzate e restando un appannaggio per turisti e per pochi curiosi ed intenditori.

Conservare e tutelare il patrimonio gastronomico è quindi importante per salvaguardare la ricchezza e l'eterogeneità territoriale italiana e con esse la storia, la cultura e le identità locali.

Una tutela, tuttavia, non facile. La numerosità delle produzioni e microproduzioni alimentari tipiche del Bel Paese, infatti, è talmente elevata e frammentata sul territorio da essere difficilmente quantificabile. Per questo è fondamentale che la tutela del patrimonio gastronomico si realizzi soprattutto a livello locale, con interventi di promozione turistica e culturale.

In questo lavoro verrà esaminato l'esempio del Lago d'Iseo (o Sebino), piccolo bacino idrico situato nel cuore delle Prealpi Orobie fra le province di Bergamo e Brescia, conta 14 comuni costieri e 5 comuni lacustri per oltre 30 produzioni tipiche, senza contare le ricette tradizionali. Un patrimonio gastronomico in apparenza limitato, ma decisamente importante per un'area geografica così ristretta, soprattutto se si considera che il Sebino possiede delle caratteristiche storico-alimentari del tutto particolari.

FAME O BENESSERE?

La storia alimentare del Lago d'Iseo presenta dei tratti comuni con la storia delle zone limitrofe, ma anche aspetti diversi e contrastanti, che verrebbe quasi da definire "anomalie" rispetto al panorama storico-gastronomico bergamasco e bresciano.

La prima anomalia è ravvisabile nella somiglianza fra la gastronomia sebina e la tradizione alimentare tipica dell'Italia centro-meridionale. Basti pensare alla cultura lacustre dell'olio d'oliva, nata e cresciuta accanto a quella dei grassi animali tipici del nord Italia (burro, strutto e lardo) e quasi sconosciuta nelle zone settentrionali, ad esclusione degli altri bacini idrici.

Un'altra anomalia sta nella discordanza fra le cronache locali e gli eventi tipici della storia alimentare dei secoli scorsi. Il Lago d'Iseo, infatti, non porta memoria di episodi seri di carestia e fame.

Pare quasi scontato dire che queste anomalie sono dovute alla particolare ricchezza alimentare del territorio, garantita dalla presenza del lago e dal suo clima mite, che metteva a disposizione della popolazione locale derrate alimentari varie, tutto sommato abbondanti e, soprattutto, disponibili anche in tempo di carestia, come il pesce e le risorse boschive.

I prodotti ittici lacustri, in particolare, hanno rivestito un ruolo di assoluto primo piano nella prevenzione di un deficit nutrizionale che, in passato, ha flagellato gli abitanti delle campagne lombarde, ma che non ha interessato il Lago d'Iseo: la pellagra. Si tratta di una malattia dovuta alla carenza di un amminoacido essenziale, il triptofano, e causata da un'alimentazione ricca di mais e povera di proteine animali, quindi particolarmente diffusa nelle zone vocate al consumo quasi esclusivo di polenta, quando la carne ed i prodotti animali erano un privilegio per pochi, soprattutto in tempo di carestia. A quei tempi, invece, la popolazione sebina era una mosca bianca nel cuore dei territori pellagrosi: il pesce di lago, ricco di proteine nobili, a costo zero (se non per lo sforzo di doverlo pescare) e abbondante anche in tempo di penuria, divenne un fattore protettivo determinante nei confronti della pellagra.

Altra risorsa fondamentale per la lotta contro la fame era il bosco, dal quale si potevano attingere liberamente risorse minori: i frutti selvatici (fragole, more di rovo, lamponi, cornioli, prugnoli, more di gelso, nespole, frutti del bagolaro e del biancospino), le erbe selvatiche (cicoria, erba di

prato, acetosa, asparagi selvatici) e le chiocchie, importanti per il loro contenuto proteico.

La notevole disponibilità di derrate alimentari in tempi decisamente difficili è facilmente intuibile se si effettua una valutazione nutrizionale retrospettiva delle abitudini alimentari della popolazione lacustre.

Senza avere la pretesa di ottenere dati certi e statisticamente affidabili, si può dire con buona approssimazione che l'alimentazione dei sebini di un tempo era pressoché completa sotto il profilo dell'apporto qualitativo di nutrienti (la polenta, le castagne e, più raramente, le patate fornivano i carboidrati complessi, mentre il pesce, il salame, lo stracchino e, occasionalmente le uova, erano fonti proteiche e lipidiche importanti), anche se carente dal punto di vista quantitativo. L'apporto energetico era infatti piuttosto basso rispetto ai fabbisogni visto che, per quanto il cibo fosse vario, le quantità consumate erano decisamente scarse.

Questo significa che la popolazione sebina ha patito la fame come è successo a molte altre comunità, ma si trattava di una fame di livello leggero e superabile con minori difficoltà.

Testimone ed esempio del fatto che la paura della fame incombeva comunque, nonostante il territorio fosse ricco di risorse alimentari, è il fiorire delle tecniche di conservazione delle materie prime deperibili. Tecnologie alimentari come l'essiccazione, la salatura, l'affumicatura, la messa sott'olio o sott'aceto, la preparazione in conserva e la fermentazione, oggi ricercate per motivi di gusto, sono nate allo scopo di garantire la disponibilità di cibo lungo tutto l'arco dell'anno e volte a preservare le rare eccedenze.

La gastronomia tipica sebina, infatti, è ricchissima di prodotti conservati. Dalle sardine essiccate e messe sott'olio alle alborelle seccate e conservate tali e quali oppure in salamoia; dal *Salame di Montisola* allo *Strinù* che, come tutti gli insaccati, sono il più classico esempio di conservazione della carne tramite la salatura ed, eventualmente, l'affumicatura; dall'essiccazione delle castagne per consumarle poi bollite o per farne farina e *Turta de Schèlt* (polenta dolce di castagne), alle abbondanti amarene selvatiche conservate sotto zucchero per la preparazione della *Turta dè Marene* (torta di amarene).

Un po' di benessere nel pur sempre temibile scenario della fame e delle ristrettezze alimentari, quindi, ha caratterizzato l'alimentazione storico-tradizionale del Lago d'Iseo e dei suoi abitanti.

LE PAROLE DEL CIBO

Che il cibo sia importante per l'essere umano, ieri come oggi, è indubbio. Per sopravvivere è necessario mangiare e quanto più il cibo diventa una preoccupazione, tanto più permea il nostro modo di comportarci e di esprimerci. Oggi chi è ossessionato dal cibo spesso ne parla in continuazione; in passato, invece, la paura della fame ed il continuo rischio di penuria alimentare erano talmente al centro dell'attenzione quotidiana da condizionare il lessico ed i modi di dire.

L'esempio più rappresentativo è dato dal fatto che nel dialetto lacustre, bergamasco-bresciano, le parole "cibo" e "alimento" non esistono, si dice semplicemente "Ol mangià" ("Il mangiare"), a sottolineare che era più importante l'atto alimentare in sé rispetto a ciò che in realtà c'era nel piatto: ciò che contava era almeno riuscire a mangiare.

Per questo, il dialetto bergamasco-bresciano è da considerarsi un ottimo indicatore degli aspetti culturali legati al cibo.

Ci sono molti alimenti il cui nome italiano non possiede la corrispondente traduzione dialettale, probabilmente perché questi cibi non erano presenti nell'alimentazione ai tempi in cui si parlava quasi esclusivamente il dialetto.

Alcuni prodotti, inoltre, godono di un lessico molto più ricco rispetto ad altri, a riprova della maggiore importanza, e del maggior consumo, di cui godevano presso la popolazione. Per esempio, la terminologia locale legata al pane è molto più variegata della terminologia riferibile alla pasta. Si portava in tavola *Pà dè mèlga* (pane di mais), *Pà dè mestüra* (pane di "mistura", ossia di segale e frumento), *Pà trit* (minestra di pane grattugiato), *Panada* (minestra di pane raffermo e cotto in acqua e lardo) e *Pà cole grèpole* (pane con i ciccioli del maiale), contro una semplicissima *Pašta o Paštašota* (pasta e pastasciutta), prodotto decisamente meno diffuso nell'alimentazione popolare.

Pensiamo poi al lessico legato alla carne, in cui lo stesso termine "carne" non esiste, così come non esistono i nomi dei vari tagli di carne di maiale, cavallo e manzo, forse perché troppo costosi e non consumati. *Conécc* (coniglio), *Polašter* (pollo), *Pulì* (tacchino), *Nèdra* (anatra), *Šalam* (salame), e *Lart* (lardo) erano le derrate carnee presenti nella dieta storica del Sebino, quindi presenti nel dialetto.

L'importanza del cibo nella vita quotidiana, identificabile a livello linguistico locale, è presente anche nell'onomastica dialettale, ricchissima di soprannomi a sfondo alimentare. Solo per fare un esempio, eccone alcuni: *Oa šeca* e *Gamba dè šelèno* (alborella secca e gamba di sedano, detto di persone

molto magre), *Maiamigole* (mangiabriciole), *Bustòmec* (buono stomaco), *Maiadina* (mangiatina), *Pabianc* (pane bianco), *Gnal* (uovo invecchiato), *Pà e salam* (pane e salame).

DALLA GASTRONOMIA DELLA FAME ALLA GASTRONOMIA DI NICCHIA

Come già detto, la paura della fame affliggeva anche gli abitanti del Lago d'Iseo, nonostante l'indubbia condizione di leggero benessere alimentare che contraddistingueva queste zone rispetto ad altri luoghi della Lombardia.

Come si è verificato quasi ovunque, anche la gastronomia sebina porta in sé le tracce di come, dalla paura della fame e dall'ingegno dell'uomo, possono nascere prodotti che oggi possiamo definire non solo tipici, ma anche di nicchia. Si tratta di prodotti particolarmente rari o addirittura in via di estinzione, presenti quasi esclusivamente nelle zone lacustri o nei comuni prospicienti il lago. Primo fra tutti lo *Stracchino Bronzone*, oggi in corsa per ottenere il marchio DOP e molto ricercato dai buongustai locali (che spesso si avventurano in lunghe camminate in montagna per comprare le preziose forme direttamente presso i casari), ma in passato alimento base dell'alimentazione sebina, secondo solo al pesce. Presente ogni giorno sulla tavola e frequentemente abbinato alla polenta, ma diffusissimo anche in molte ricette locali di sapore tipicamente popolare che testimoniano quanto questo prodotto permeasse la vita di tutti i giorni. Le due ricette più famose a base di stracchino sono *ol strachì ruštìt* (stracchino arrostito, ossia fuso in padella con lo strutto e consumato assieme alla polenta) e *ol strachì paràt* (stracchino "parato", preparato come il precedente, ma con l'aggiunta di uova).

Altro prodotto scaturito dalla gastronomia della fame è la *Folaga in salmì*, preparazione che a un primo sguardo può suscitare perplessità. Come mai un volatile acquatico era così consumato dalla popolazione? Gli uccelli, acquatici e non, erano infatti appannaggio della cucina dei ricchi, che spesso ponevano il divieto di cattura di queste specie, come appunto la nobile famiglia Oldofredi di Iseo che, nel '300, aveva a Montisola (una delle isole del Sebino) la propria residenza per la caccia alle anatre (fonte?). La folaga, tuttavia, era disdegnata dalle classi alte per il suo sapore di pesce e alghe e per le sue carni scure e dure, entrando così a far parte dell'alimentazione popolare che, ancora una volta, poté trarre dal lago una risorsa alimentare proteica molto importante.

Dulcis in fundo, pare proprio il caso di dirlo, la *Sfongada*. È un classico esempio di come

l'inventiva popolare sapeva trasformare un cibo semplice e quotidiano come il pane in un prodotto elaborato e raro, consumato una sola volta l'anno in occasione delle festività.

La *Sfongada*, infatti, è un pane dolce che entra a pieno titolo nella categoria dei "Pani di festa" nati, in quasi tutta l'Italia, con un preciso scopo: poter avere un dolce o un prodotto più gustoso almeno nei giorni di festa o nelle occasioni speciali sfruttando le poche risorse disponibili, ossia arricchendo il pane quotidiano con ingredienti inusuali. C'è chi ha usato i fichi, chi l'uvetta, chi i ciccioli del maiale; i sebini, invece, usarono le uova e lo zucchero per preparare questo panino dolce celebrativo della Pasqua e lo personalizzarono ulteriormente abbinandolo al salame.

IL MAIS SUL LAGO D'ISEO: UN PRODOTTO TIPICO E DUE PERSONAGGI IMPORTANTI

La Lombardia, si sa, è terra di mais. Oltre alla vocazionalità della zona per la coltivazione di questo cereale, è caratteristica la variabilità locale delle specie maidicole e la conservazione di alcuni mais antichi. Si tratta dei mais a cariossidi rostrata un tempo molto diffusi, ma oggi a rischio di estinzione a causa degli incroci con il mais giallo dentato coltivato ormai ovunque.

Anche il Lago d'Iseo ha il suo mais antico tipico, il *Mais spinusa*, (con il quale si prepara la *Polenta spinusa*, di colore nero), una varietà a cariossidi piccola, rostrata e di colore rosso scuro-violaceo, coltivato per anni su un'altura della Valcamonica ed isolato da altre maiscolture, salvandosi così dall'estinzione causata dall'ibridazione con altre varietà.

La storia maidicola del Sebino, tuttavia, non finisce qui. Il Lago d'Iseo ha anche dato i natali a due personaggi importanti per l'introduzione e lo sviluppo della maiscoltura sul lago e nella bergamasca in genere. Prima di tutto il nobile Pietro Gaioncelli, cui spetta il primato dell'introduzione del mais sul Sebino (e forse nella bergamasca in genere), che pare sia ascrivibile al 1630 circa, quando Gaioncelli, di ritorno a Lovere dopo un viaggio nelle Americhe, portò con sé alcune cariossidi di mais e le piantò nel proprio orto, dando così il via alla coltivazione lacustre del mais.

Secondo, ma non meno importante, personaggio legato alla storia agricola del mais, è il botanico Professor Luigi Fenaroli. Nativo del paese lacustre di Tavernola Bergamasca, nei primi decenni del '900 divenne una figura di spicco in ambito accademico agrario per la direzione della Stazione di Maiscoltura di Bergamo e per i suoi lavori scientifici sul mais: dalla selezione di varietà ibride

ad alta resa necessarie per sostenere lo sviluppo post bellico alla conservazione delle varietà locali.

UN PICCOLO LAGO PER DEI GRANDI PRODOTTI

Il Lago d'Iseo, piccolo rispetto agli altri bacini idrici dell'Italia settentrionale, accanto ai prodotti tipici scaturiti dalla gastronomia della fame, poco conosciuti oltre le sponde lacustri, offre anche produzioni conosciute e di eccellenza.

I territori meridionali del Sebino fanno parte di due zone di produzione vinicole importanti e famose in tutto il mondo: la Franciacorta (un tempo chiamata, appunto, *Valle dell'Iseo*) e la Valcalepio. Accanto al vino, un'altra produzione rinomata: *l'Olio extravergine d'oliva laghi lombardi Sebino DOP*.

Un angolo di mediterraneo all'interno delle Alpi, reso possibile non solo dal clima mite del lago e dai suoi terreni morenici, favorevoli ad entrambe le coltivazioni, ma soprattutto dalla forte presenza monastica nella zona. È stato proprio grazie al lavoro agricolo dei monaci franciacortini e calepini se la viticoltura e l'olivicultura sono sopravvissute fino ai giorni nostri in queste zone, senza decadere a seguito della caduta dell'Impero Romano e del

diffondersi dell'economia zootecnico-forestale "barbara", come è successo in altre zone d'Italia.

COSA C'È ANCORA DA FARE

La tutela e la valorizzazione del patrimonio gastronomico del Sebino, nonostante sia sostenuta da numerose e lodevoli iniziative, ha ancora molta strada da fare.

Manca, purtroppo, un senso di identità territoriale che accomuni tutti i paesi del lago, oggi visto come due unità frammentate, Alto Sebino e Basso Sebino. Lo sforzo comune di amministrazioni pubbliche, istituzioni, ristoratori e produttori potrebbe essere quello di costruire un'immagine unica ed omogenea ed una rete di interventi tutelativi del patrimonio gastronomico volti a far conoscere i prodotti tipici lacustri oltre i confini dei comuni rivieraschi ed a dare al turista, o comunque a chi viene da fuori, un'idea di coesione e di identità gastronomica ben definita e condivisa.

BIBLIOGRAFIA

FORESTI I. (2011) - *Cibi, Gusti e Sapori tra monti e lago*". Edizioni Sebinus; Sarnico, pp. 160.

CUCINA DELLA TRADIZIONE O CUCINA DEL TERRITORIO?

Marta Sasso¹

¹ Pro Loco Scopello

TRASFORMAZIONI NELLE ABITUDINI ALIMENTARI DEL XX SECOLO

In tutte le case di oggi, italiane e straniere, di montagna o di pianura, di città o campagna esiste un luogo ben preciso deputato alla conservazione e al ricovero dei cibi e dei prodotti che hanno bisogno di essere protetti dal deperimento: il frigorifero. Oggi diamo a questo elettrodomestico l'onere della creazione del ghiaccio, strumento per la conservazione conosciuto da secoli, anzi fin dalla preistoria, quando l'uomo intuì il potere di conservazione del freddo sui generi deperibili. Prima dell'avvento del frigorifero le case, almeno in campagna ed in montagna, possedevano un luogo interrato, la cantina, *truna* a Scopello, in cui gli alimenti potessero essere ritirati almeno al "fresco" in ogni periodo dell'anno e in cui, in inverno, in appositi buchi, venivano ricavate anche delle vere e proprie ghiacciaie dove gli alimenti erano conservati durante l'estate. Vi erano poi altri metodi di conservazione: l'essiccazione, l'affumicatura, la conservazione sotto grasso, sott'olio, sott'aceto e in agrodolce, la stagionatura, operazioni a carico di specialisti ma anche delle massaie di un tempo. Oggi al frigorifero si è aggiunto il congelatore che permette di conservare per mesi surgelati, carni, verdure, preparati.

Frigorifero e congelatore sono solo due dei fattori che hanno cambiato radicalmente le abitudini alimentari dell'uomo contemporaneo; bisogna ricordare infatti anche lo sviluppo delle industrie alimentari che producono prodotti intermedi che un tempo erano preparati artigianalmente come la farina, l'olio, lo zucchero, l'aceto. Altre imprese oggi preparano cibi e condimenti pronti al consumo quando una volta erano prodotti dai contadini o dalle massaie: salse, burro, formaggio, marmellate, conserve. Pensiamo anche al lavoro femminile: di per sé non è stata una innovazione della rivoluzione industriale, poiché, anche in epoca antica, le donne hanno sempre lavorato altrettanto se non più degli uomini, ma si trattava, in genere, di un lavoro a domicilio che permetteva loro di occuparsi sia della casa, del cibo e delle

faccende domestiche che dei lavori utili a contribuire all'incremento del reddito familiare. Oggi le donne dispongono di meno tempo da dedicare alla preparazione dei pasti e inoltre, visto che il loro stipendio glielo permette, possono comprare ciò che un tempo producevano da sole.

Inoltre bisogna tenere in considerazione lo sviluppo dell'industria della ristorazione: un tempo si andava al ristorante per un'occasione speciale, una ricorrenza da condividere con amici o parenti; si cominciava con l'antipasto, poi il primo, il secondo e, siccome la *bocca l'è mìa stracca sa la sa not ad vacca*, si proseguiva con un pezzo di formaggio ed infine si concludeva con il dolce. All'origine della nascita dei punti di ristoro stava la necessità di nutrirsi per chi era in viaggio, lontano da casa. Oggi invece si va al ristorante anche nella pausa pranzo dal lavoro; si consuma spesso un piatto unico, raramente più di una portata; si scelgono una volta ristoranti con cucina toscana, trattorie tipiche, un'altra ristoranti cinesi, indiani, giapponesi: lo sviluppo mondiale dei trasporti e del commercio ha portato nella nostra alimentazione gusti e cibi nuovi. Ma quest'epoca contemporanea di profondi cambiamenti porta con sé un paradosso: "una serie di apparenti contraddizioni tra l'evoluzione delle cose e l'evoluzione degli atteggiamenti. Nel momento in cui la popolazione rurale si è ridotta drasticamente il XX secolo ha curiosamente valorizzato modelli contadini di alimentazione. Nello stesso tempo, mentre in tutta Europa gli Stati-nazione si formano e cercano di unirsi culturalmente, si manifesta un vero interesse per le cucine locali, come testimoniano le guide gastronomiche e turistiche, per esempio, e la moltiplicazione delle raccolte delle ricette regionali" (FLANDRIN e MONTANARI, 1996).

Tutto questo avviene anche in Valsesia, ma mi sento di dire più genericamente, in montagna. Solo in Internet sono decine i siti sulla gastronomia valesiana e piemontese, numerosissime le voci che riportano, per esempio, ad una ricetta di cucina come i *caponeit*²³⁷, siano essi tradizionali della

²³⁷ Le ricette dei caponetti valesiani che si trovano su Internet non sono molto diverse dalle ricette dei

cucina valsesiana o di quella piemontese. A partire dagli anni Sessanta-Settanta del secolo scorso, il cambiamento è divenuto radicale con la fine di alcune tradizioni familiari secolari come l'uccisione del maiale, la conservazione della carne sotto sale, la preparazione degli insaccati in casa, la raccolta periodica dei frutti spontanei, il mantenimento familiare di piccoli animali da cortile.

Gli alimenti e i piatti che sono direttamente legati a queste usanze, che un tempo facevano parte delle consuetudini alimentari stagionali, oggi, fanno parte della "tradizione". D'altro canto è anche vero che la ricerca "nostalgica" dei sapori perduti, va anche attribuita a un certo bisogno salutista di oggi di tornare a sapere cosa si consuma, considerato che spesso, il progresso nella trasformazione degli alimenti ha portato ad eccessi che lasciano parecchi dubbi sulla qualità dei prodotti finali.

NECESSITÀ, CONSUETUDINE E TRADIZIONE IN CUCINA

Suppongo che in ogni luogo delle Alpi i prodotti naturali, siano essi raccolti, coltivati, cacciati o allevati, siano stati elaborati poi con piccole e grandi differenze, sono sempre uguali.

caponetti di altre cucine piemontesi che mi è capitato di assaggiare, per esempio, nel Canavese. Sono invece particolari e molto diversi i caponetti di Scopello e paesi limitrofi: sono involtini di foglie di *lavassa* (rabarbaro selvatico) che contengono per lo più verde (essenzialmente indivia, scarola, lattuga, biette lessate e prezzemolo fresco) raccolto nell'orto quando è in abbondanza e non si riesce a consumarlo in altro modo, quindi per non sprecarlo ancora una volta. Sono insaporiti con le erbe spontanee dell'estate come il *buras* (boraggine) e con un pezzo di mortadella e una salamella, una volta con avanzi di arrosto o altra carne, ma in quantità davvero limitata rispetto al "verde" che contraddistingue il particolare ripieno; e poi uova, più uova se mancano altri ingredienti, parmigiano grattugiato, pane secco ammollato nel latte. Tutto è tritato a mano grossolanamente e, una volta avvolto nella foglia di lavassa, cotto in padella con poco condimento, lentamente, per circa mezz'ora, rivoltando una volta i caponetti durante la cottura. Questi caponetti sono davvero diversi e particolari e, per i turisti, poché sono le opportunità di assaggiarli: possono acquistarli negli incanti delle offerte delle feste patronali o alla festa delle Pietre Grosse di Piodè in Settembre, o assaggiarli se invitati a casa di qualcuno del posto, o partecipando al pic-nic della festa della Madonna Nera a Mera, il 5 agosto di ogni anno.

Oggi la *carn salàa*, cioè conservata sotto sale, si compra ogni tanto dal macellaio, magari dopo averla ordinata almeno 15 giorni prima, ma si è certi di trovarla intorno al periodo di carnevale e, in alcuni ristoranti "storici" di tutta la valle è consuetudine trovarsi una volta l'anno per la *ceina d'la carn salàa*, dove si gustano in genere *ji ossètti* (ossette), parti del maiale rimaste dopo la preparazione di salami, mortadelle, cotechini, pancetta, lardo e sanguinacci, conservate sotto sale per almeno 20 giorni, dissalate per un giorno e una notte in acqua e bollite. Nelle case private invece, sotto sale, si conserva, per tradizione, anche carne di cacciagione: in genere di camoscio.



Fig. 1 - Cacciatori davanti all'Oratorio della Madonna Nera all'alpe di Mera (3 Settembre 1906).

La *camussa* è per eccellenza l'animale tipico dei piatti di selvaggina valsesiani. Nella tradizione vi erano altri animali cacciati di frequente e per necessità alimentare: fagiani, marmotte, uccelli in genere. Il camoscio è un animale endemico, mai estinto dal territorio valsesiano, nonostante la spietata caccia che se ne fece soprattutto nei periodi di carestia e durante i due conflitti mondiali; estinzione che fu invece del cervo e del capriolo già nell'Ottocento, reintrodotti a partire dagli anni Settanta del secolo scorso²³⁸.

²³⁸ La caccia all'animale selvatico che vive in individuo singolo, è una pratica sportiva molto radicata nella valle, sia nei metodi che nella tipologia delle prede; testimonianza ne sia la difficoltà che hanno i cacciatori valsesiani nell'avventurarsi in cerca del cinghiale che devasta il territorio vallivo da alcuni decenni: una caccia diversa, che richiede collaborazione, a cui i cacciatori valsesiani non sono più abituati, da quando l'estinzione del lupo ha favorito invece una caccia solitaria, o al più, in coppia, alla ricerca e all'inseguimento di un capo prima individuato e poi, piano piano avvicinato, in una lotta tra uomo e animale, sempre impari ma comunque, a suo modo, rispettosa della dignità dell'animale, in cui

I contorni tradizionali di tutti i piatti di carne sono ovviamente la polenta e le patate, di solito lessate intere e con la buccia, cioè *bruai*, ma anche fritte, cioè saltate in padella con tanto condimento.

Nei ristoranti piatti tradizionali come polenta e capriolo, polenta e cervo, polenta e cinghiale, si trovano ovunque su tutto l'arco alpino, ma in realtà la carne, il più delle volte, proviene sottovuoto da Paesi lontani, dall'estero e se rimangono le maniere tradizionali di cucinarli, per esempio con la *saleggia* (timo selvatico) e le bacche di ginepro, poco c'è in quel piatto di valesiano; sicuramente non la materia prima. Avere la possibilità di assaggiare la polenta cotta sul fuoco della stufa a legna, con quel lieve sentore di fumo, è un privilegio di pochi che riescono a scovare quelle trattorie dove ancora c'è una stufa in cucina o che riescono a farsi invitare a casa di un abitante della montagna, perché la stufa, ma non credo ancora per molto, c'è ancora in molte cucine della valle. E da dove arrivi la farina con cui la polenta è preparata è ancora una volta, tutta un'altra storia.

Nelle lettere di un emigrante di Alagna in Francia, Pietro Rimella²³⁹, i riferimenti nostalgici al cibo di

è l'uomo a dover uscire dal proprio mondo ed avventurarsi solo in cerca della sua preda, seppur con un fucile in mano. A suggellare l'avvenuta cattura della preda tanto agognata, in Valsesia i cacciatori organizzano fra loro, ma invitando anche amici, una cena al ristorante; cena in cui si consuma la carne saporita e forte dell'ungulato, cotta con metodi tradizionali, con l'aggiunta di tutte le forti erbe che possono indebolire e coprire l'aroma di "selvatico", e la frittura, cioè le interiora dell'animale come antipasto. Sono entrate nella leggenda anche altre cene che prevedono la portata in tavola degli animali più diversi animali perlopiù protetti, ma se si interrogano i valligiani, soprattutto coloro che sono appassionati di caccia e i frequentatori abituali di osterie, non mancheranno di dirvi di aver già assaggiato *al tàs o 'l tasun, la marmotta, la volp*, e persino *gait*.

²³⁹ Le citazioni provengono da un carteggio di 37 lettere di Pietro e Giuseppe Rimella, emigranti il primo in Francia e il secondo in Svizzera, alla loro sorella Marta vedova Guala o ai suoi figli Antonio, Marianna e Letizia, fra il 1927 e il 1938, dopo che la prematura morte del marito lasciò sola la loro sorella con i tre figli piccoli; famiglia della quale i due fratelli, pur lontani, si presero cura. Interessante anche il suggerimento che Pietro Rimella dà al nipote Antonio sulla strada da intraprendere per il suo futuro: "...Bisogna pensare ad un mestiere che tu possa esercitare in Italia. Mestiere per cui tu possa procurarti lavoro continuo ad Alagna non ne vedo, perciò bisogna cercare altrove. Come mi scrive tua mamma, se per esempio vorresti imparare fare il cuoco. Questo sarebbe forse il mezzo per farti mangiar bene per tutta la tua vita, non saresti esposto

casa sono numerosi e ripetuti: *spero che la buona aria dell'alpe ti abbia fatto bene, anche quel buon latte spesso, mi par vederlo ma ne son ben lontano. ...In questi ultimi tempi io lavoro in casa di grandi signori che hanno 3 o 4 servente (...) Colorisco la loro cucina e vedo che non fanno altro che mangiare polli e dolci d'ogni genere ecc. ecc...a loro manca niente.*

...Qua il mio ½ litro di latte per la colazione lo pago £ 0,60, ma non è buono come quello dell'alpe. ...Io c'ho ancora tutti i miei denti per mangiare patate.

...Speriamo pel Natale prossimo di poter mangiare tutti insieme rape che cresceranno Fum Blatte²⁴⁰ ...

...Non dimenticate di cogliere eivurlebe (erba bianca) e non dimenticherete di mettermene nella minestra in questo prossimo inverno.

...Vi auguro di trovare molte patate.

...Spero che abbiate lasciata l'acqua nel lavandino della casa grande dove speriamo che il nostro cuoco abbia a servirsene in questo prossimo inverno. Prima di rimpatriare cercherò di avvertirlo che quest'anno bisognerà cucinare oltre le marmotte...anche i camosci!

...Cercate di approfittarne voi del giardino e seminate un po' di quelle carote violette²⁴¹ per fare l'insalatta.

Anche un altro fratello, Giuseppe Rimella, scrive alla sorella ad Alagna riferendosi con nostalgia ai cibi di casa: *domani vado in città e voglio comperare un po' di seme di rape per seminare Fum Blatten, là vengono belle grosse, ed al*

alle intemperie e credo non sarebbe un mestiere troppo faticoso per te. In servizio militare se per caso fosti addetto alla cucina del tuo reggimento, potresti scansarti tante marce faticose che in servizio militare si debbono fare. E non si sa mai, più tardi, quando tu fosti un buon cuoco che non riusciresti ad impiegarti negli Hotel ad Alagna durante le stagioni estive? Il cuoco, secondo me, è un mestiere che potrei consigliarti, considerata pure la tua costituzione...e statura... perché te che sei alto potresti sempre vedere il fondo della marmitta anche se essa sia posta su una stufetta alta! Naturalmente questo mestiere non è tutto materiale ma ci vuole anche un po' d'istruzione, bisogna saper contare, conoscere bene i pesi per non mettere un kg di sale in una minestra per 10 persone... e saper distinguere bene la carne di maiale da quella delle pecore... e le patate dalle carote!"

²⁴⁰ Stazione inferior di alpeggio a monte di Alagna (1675 m)

²⁴¹ Oltre alla coltura cerealicola del passato, anche molte altre semine sono oggi del tutto superate o quasi, come quella di queste citate "carote violette" o quella delle rape. Se, infatti, a volte le rape vengono ancora cucinate, seppur raramente, quasi mai vengono anche coltivate.

*raccolto non dimenticarmene due per me quest'inverno. Proverò di mandartele per campione postale. In una lettera successiva continua: non mi dici nulla riguardo delle rape, sono forse rimaste fum Blatte? Sarebbe peccato, perché d'inverno sono molto buone specialmente con la carne di becco caprino. La bontà delle patate, la semina delle rape che a Blatte vengono così buone, il desiderio di consumare insieme l'uberleкке. Tutte le testimonianze parlano di semplici cibi, semplici sapori e non di una gran varietà di alimentazione. Anche mia madre, Perello Diana, nata a Riva Valdobbia, ricorda: "quanta carne salata mangiavo dalla nonna al Ronch"²⁴², invece a Riva, dagli altri nonni, mi ricordo che si mangiava anche coniglio, ma galline mai. Non mi ricordo galline ad Alagna: solo miacci, raviole, carne salata, torta di Alagna". E ancora spesso ricorda di non aver mai mangiato salami morbidi, tutto era sempre duro. Eppure spesso, nelle pubblicazioni, il *salam d'la duja* è riportato fra gli antipasti tipici della cucina walser; a Scopello, invece, posto in media valle, distante da Alagna solo 20 chilometri, ma paese di origine culturale diversa, l'usanza di conservare sotto grasso i salami esisteva. Ad Alagna e Riva invece, i salami, una volta "asciugati", si conservavano appesi²⁴³.*

Dalla cucina della tradizione alla cucina del territorio

Andrebbe indagata quindi a fondo la parola "tradizione", che non si riferisce propriamente ai cibi, ma sostanzialmente al metodo di cucinare un particolare prodotto. Passare da una cucina tradizionale che propone metodo antichi di preparazione e cottura, ad una cucina del territorio che esalta e controlla anche la provenienza dei prodotti stessi è, probabilmente, la sfida futura. Andrebbero forse incentivati ed aiutati i ristoratori che, nei propri esercizi, si sforzano di andare a cercare i cosiddetti "prodotti a km 0", di nicchia, impossibili da porre su un mercato globale che li vedrebbe esauriti in poco tempo, ma pregiatissimi per l'unicità dei sapori.

Pensiamo a questo proposito ai formaggi, alla toma valsesiana. Due anni fa mi capitò di portare a casa da un'escursione all'Alpe Seccio di Boccioleto una toma prodotta, evidentemente con metodi appresi da tempo dai genitori, dalla signora che detiene l'uso dei pascoli intorno all'alpeggio nei mesi

estivi, da maggio a ottobre. Ebbene, poche volte mi è capitato di sentire in bocca un tale sapore di erba, di prato fiorito, un aroma così intenso che, chiudendo gli occhi mi pareva di sentire i campanacci delle mucche nelle orecchie. Il sapore ed il valore di una toma, di ogni toma è dato dall'unicità di ogni forma. Pensiamo ai fattori che influenzano il sapore di ognuna di queste: innanzi tutto cambiano le razze da latte stesse, cambiano le erbe mangiate dagli animali munti, sia perché cambia il luogo di pascolo, sia perché cambiano le stagioni e le fioriture; cambia la temperatura e l'umidità dell'erba stessa, il clima di ogni giorno, lo stato di salute della vacca, l'ambiente in cui avviene la caseificazione, la temperatura che raggiunge il latte, il tempo di cagliatura, la pressatura, la salagione, i tempi di maturazione, il luogo in cui la toma viene conservata... come possono risultare uguali due tome fatte in giornate diverse anche dallo stesso casaro? Impossibile. Anche comprare una toma amara è una certificazione di genuinità. Se la toma è un prodotto d'alpeggio, prodotto quindi solo in estate, come possiamo trovare un formaggio con questo nome tutto l'anno, in quantità industriali, nei supermercati? E se invece possiamo chiamare toma un formaggio che si produce tutto l'anno, quanti sono gli allevatori che cibano le loro mandrie in inverno con fieno e *argorda* (secondo taglio) provenienti da segagione dei prati valsesiani? Se si vuole tutelare veramente chi produce ancor oggi "prodotti della tradizione in modo tradizionale", come unicità del proprio territorio, forse andrebbero riviste con ben più attenzione tutte le politiche di tutela dei prodotti di un territorio e non permettere che questi siano trovabili ovunque, dalle fiere gastronomiche fino a Paesi estremamente lontani, come avviene per esempio per il Castelmagno: formaggio D.O.P sulla cui bontà non si discute, formaggio d'alpeggio che, in teoria, dovrebbe essere prodotto solo dalle vacche d'alpeggio che pascolano in alta Val Maira (poche decine oggi), e che, vanto di Slow Food, si trova anche nelle gastronomie di Tokio!

UNA CUCINA SOSTENIBILE

Tornare ad una cucina del territorio e non solo tradizionale, è forse un ambizioso ed utopico obiettivo, ma certamente suggestivo e invitante. E forse gli sforzi pagherebbero, soprattutto se fossero prima di tutto sforzi al recupero di uno stile di vita assolutamente economico, come si suol dire oggi: sostenibile.

²⁴² frazione Ronco di Alagna

²⁴³ Un modo di dire valsesiano che inneggia alla ricchezza, recita: *Ti t' gai i salaim tacai su an t'la casina.*

Una cucina senza avanzzi

Nelle case contadine, nelle case di montagna, non si buttava via niente: ripensiamo alle patate cotte con la buccia che permettono infatti il minor scarto possibile del prodotto, poiché la buccia cotta si stacca facilmente in una pellicina sottilissima, diversamente da quanto avviene se la patata viene sbucciata prima di essere cotta.

Un tempo, e qualcuno lo fa anche oggi, la buccia stessa era consumata, così come le bucce delle rape nel piatto “tradizionale” dei *garusli*, bucce di rapa essiccate fatte rinvenire in acqua e poi saltate in padella. La cucina di un tempo era una cucina dove non c'erano avanzzi, e, con la parola tempo, mi riferisco al periodo che va dall'insediamento delle prime famiglie colonizzatrici fino a primo decennio dopo la seconda guerra mondiale, poiché i secoli che si sono susseguiti in questo lungo arco temporale, hanno sempre visto le famiglie della nostra valle soggette a difficoltà di sostentamento, dovute alle cause più diverse: una volta le epidemie, un'altra la scarsità dei raccolti, le variabili climatiche, l'aumento demografico, i mutamenti di dominio, le guerre. Negli anni Settanta del secolo scorso il “boom economico” invece, raggiunse anche le montagne e qui in Valsesia provocò l'abbandono di alcune pratiche come la capacità di sfruttare tutte le risorse fino all'osso, di inserire nella propria dieta quotidianamente tutto ciò che era possibile e di utilizzare per il proprio sostentamento e per quello della propria famiglia, tutto ciò che si trovava, nell'orto, in pollaio, nel campo, nei boschi, nei prati, in casa, in cantina, in solaio.

L'utilizzo anche degli “avanzzi”, ciò che oggi noi siamo abituati a scartare nel piatto quando addirittura non vengono già scartati prima del servizio, è una caratteristica della cucina tradizionale; ciò che oggi siamo abituati a scartare e che, un tempo, buttare via sarebbe stato un sacrilegio, un'offesa a Dio. Ciò che oggi è uno sfizio, una rarità, un tempo era la necessità, anzi, la consuetudine di ogni giorno di sfamarsi con tutto quanto si aveva, poco o tanto che fosse.

L'ALIMENTAZIONE TRADIZIONALE A SCOPELLO

Tutte queste considerazioni prendono ancora più consistenza se andiamo a considerare, rispetto al territorio valesiano intero, una piccola porzione di esso. Spesso infatti, nelle ricerche storiche che si effettuano sulla Valsesia, siano esse di carattere sociale, demografico, etimologico, culturale, si tende a generalizzare parlando di Valsesia come di un territorio in cui basti prendere in considerazione 3-4 luoghi relativamente distanti fra loro per poter

adattare i risultati della propria ricerca a tutta la valle, ma non è così. Spesso piccole ma sostanziali differenze ci sono anche solo fra casa e casa, a qualche centinaio di metri di distanza, certamente da comunità a comunità e queste differenze, a me pare di coglierle tutt'ora nei comportamenti, nel carattere, negli atteggiamenti delle persone.

Così avviene nella lingua parlata, il dialetto valesiano: accenti, vocali, inflessioni sono molto diversi, per esempio, fra Rossa e Boccioleto, o Scopa e Scopello, con lievi diversità che non impediscono a tutti di capirsi, bensì permettono di identificare ognuno senza bisogno di spiegazioni ulteriori e ognuno è ben fiero delle proprie diversità che significano appartenenza, radicalità al proprio Municipio.

Così è nel costume tradizionale femminile, sostanzialmente simile nelle parti che lo compongono e nella fattura, ma diverso nei colori, a volte nel portamento, nelle legature e per l'acconciatura.

Così avviene in cucina. Quando mi chiedono la ricetta delle miacce, io dico la mia, che è quella che ho appreso da mio nonno, nato a Riva Valdobbia ed abitante ad Alagna, ma so che ne esistono molte altre, ognuno ha la sua. Non si può parlare di una ricetta per le miacce valesiane²⁴⁴. Il

²⁴⁴ La ricetta per le miacce che ho adottato è quella che mi è stata tramandata da mio nonno, Ernesto Perello di Riva Valdobbia (1914-1987), che imparò il mestiere del cuoco fin dall'età di 11 anni, andando a Torino; ricetta che gli ho visto preparare molte volte in prima persona: mescolo usando un frustino, un uovo con un pizzico di sale, aggiungo poco a poco un litro di latte e farina quanto basta (circa mezzo chilogrammo), un cucchiaino di farina gialla, panna se ne ho in casa, qualche cucchiaino d'olio. L'olio è un'aggiunta, o meglio, un cambiamento che ho elaborato io stessa: prima i ferri di cottura erano unti ogni volta che si introduceva un nuovo mestolo di pasta per la cottura, ma il gusto del lardo è veramente “pesante” per i palati di oggi, così, perché la pastella non si attacchi ai ferri utilizzo questo stratagemma. La pastella è pronta quando scende a filo spesso ma continuo, dal mestolo. Se ne mette un mestolo per volta nei ferri ben caldi, si girano i ferri una volta durante la cottura che dura circa 2 minuti a fuoco medio-basso. Per cuocere 30 miacce col metodo tradizionale ci si impiega circa un'ora, ma non hanno niente a che vedere con quelle vendute sottovuoto e che si possono trovare in molti bar, nonostante siano buone e simili alle originali. Il ferro sul fuoco da tutto un altro sapore, sapore che c'è anche nelle ricette di tutti gli altri paesi, perché quello che accomuna, che è tradizione, è l'uso dei ferri per la cottura. A Rima le uova non le mettono, a Scopello ho visto preparare la pasta per le miacce dagli alpini che ogni anno le vendono nel loro chiosco durante il periodo natalizio: nel loro metodo, oltre ad esserci un mucchio di uova, cambia anche il

segreto sta nell'usanza, nella tradizione di farle, nei ferri usati per cuocerle, poi ognuno le faccia un po' come vuole. D'altronde i *miacci*²⁴⁵ esistono in molte culture dell'arco alpino, e non sono molto dissimili da altre produzioni come la piadina romagnola, il chapati indiano, i blini russi. Anche le modalità tradizionali di consumo sono le stesse dei blini, focacce morbide e sottili a base di farina che si gustano con salumi e marmellate; intorno ad un tavolo con gli amici, le miacce sono un cibo conviviale per eccellenza e si gustano per cena o per pranzo, sono un vero e proprio pranzo completo. Così vuole la tradizione. Cito sempre dalle lettere dell'emigrante Pietro Rimella alla sorella: "Oggi sono andato lavorare in campagna dove ho mangiato in casa di paesani che mi hanno dato da mangiare migliacci...fatti coi ferri di quegli stessi che tu hai che fanno la forma di cuori con tanti quadrettini... ne ho mangiate basta... ed ho pensato pure a te e a tutti. E' la prima volta che mangio migliaccia in Francia."

Le uova, cibo nutriente e sostanzioso, erano sempre disponibili, poiché l'allevamento di qualche gallina era patrimonio di tutti, anche delle famiglie più povere, e dove non c'era la carne, certamente le uova soddisfacevano, almeno in parte, il fabbisogno proteico dei ceti più deboli. Ecco che quindi le uova appaiono più numerose nelle ricette tradizionali di paesi come Scopello, Pila, Piode, certamente più poveri rispetto ad altri della valle, da quanto si rileva nei documenti notarili e nei censimenti dei secoli XVIII e XIX. Accanto al nome di molte donne delle famiglie censite a Scopello nel primo Ottocento, compare più spesso la parola "limosina" o "contadina" come indicatore del lavoro di sussistenza della famiglia stessa. Il parroco De Dominici, che stilò l'elenco degli abitanti di Scopello nel censimento del 1807, fece un'annotazione significativa a fianco della prima pagina: "quasi tutte le donne vivono stentatamente lavorando la campagna, filando, portando carichi su per la vallata, quali bestie condannate alla soma. La maggior parte vive di poche farine, il pane non si usa comunemente ed è di biada. Si fa qualche uso di pane di frumento ma per regalare ai fanciulli qualche volta alla festa."

Gli atti testamentari, gli inventari, le doti attestano anch'essi questa povertà estrema di mezzi, attribuendo valore ad oggetti di nessuna considerazione: *manicha rotta per una pignatta, I paio di calzette fruste, caddreggha vechia, meula*

procedimento...eppure l'alpino Sergio Cottura "le fa come le faceva sua mamma".

²⁴⁵ Sulle miacce in Valsesia cfr. FANTONI (2007)

alquanto usata. In una società così travagliata e debole, che conta fra gli animali posseduti al massimo un capo di bovino, due capre, qualche gallina, non c'è da stupirsi se, anche sulla tavola, si facesse estrema attenzione a tutto. Ed ecco forse spiegato il perché dell'uso di più uova nella preparazione di alcuni piatti rispetto a quante usate in altri paesi, dove forse si poteva contare su altri ingredienti. Anche la *gremma* (panna del latte) certamente scarseggiava e nessuna casa possiede una cantina, fra quelle descritte nei 40 inventari dei beni che ho consultato, riferibili al periodo fra la fine del XVIII e l'inizio del XIX secolo. A che serviva la cantina nelle case di famiglie che non avevano nulla da conservarvi? In altri paesi delle valli invece, la cantina è presente e si ritrova in molti inventari, così come le merci che vi venivano depositate: vino nelle botti, tini in legno per la salagione delle carni, fascere per la produzione di formaggi, vari contenitori in legno o latta per la conservazione di cereali e farine. Sono case certamente di persone più facoltose, *case da nobili* vengono chiamate negli inventari.

Nelle famiglie più povere di Scopello, che sono la maggioranza della popolazione, pranzi e cene non sono consumati al tavolo almeno fino all'Ottocento. Non ci sono sedie né tavoli censiti nei documenti che ho indagato. Poche sono anche le pentole per cucinare. In genere è una sola la pentola sul fuoco dentro la *cà d'la fum*: un calderone che bolle, riscalda l'ambiente e cuoce i poveri ingredienti che contiene. Certamente polenta, il più delle volte: i bambini mangiano tenendo in mano la scodella con il latte o il *bujet*²⁴⁶ e un cucchiaino. Il tavolo e le posate fanno la loro comparsa solo più tardi.

Molto eloquente quanto recita un antico proverbio valesiano: "Polenta spura la sodisfa mìa la creadura". La polenta è diventata un classico della "tradizione montanara", anche se solo dall'Ottocento ha sostituito definitivamente le polentine che venivano cotte in precedenza con altri cereali coltivati in valle; da un'indagine condotta da alcuni bambini della scuola di Scopello attraverso un'intervista ai nonni nel 2009, le fette di polenta fredda erano una delle merende, o meglio delle colazioni più frequenti nella prima

²⁴⁶ Il *bujet* è detto anche *pot* in altri paesi della valle: ha la consistenza dell'odierno semolino, di cui si ha traccia fin dai primi documenti sulla cucina rinvenuti in Valsesia, anche nei paesi di origine walser delle testate vallive. Se dall'avvento della coltivazione o acquisto del mais, questo ne è l'ingrediente principale, prima era costituita da altri cereali in grano come miglio e panico. Come detto, a Scopello, veniva fatto anche con la farina di castagne.

metà del Novecento; i bambini stessi l'hanno provata insieme ad altri classici che sono nella memoria storica di molti: miacce secche, uovo sbattuto, pane-burro-zucchero, pane-burro-sale, noci, *lat-buru*, castagne e latte, fruttino, *caffè-buru*. Se queste merende ci riportano ad un periodo che va dal 1930 al 1960, periodo in cui i nonni intervistati avevano 7 anni come i loro intervistatori, certo ci porta a riflettere anche sul termine merenda, poiché molti intervistati hanno dichiarato che, nella loro infanzia, questa non esisteva. Il termine, i più lo fanno derivare da *merére*, cioè meritare, guadagnare perché avrebbe designato il pasto dato in benemerenda di lavoro fatto in più e quindi meritato. Oppure, sempre dal citato *merére* ma nel senso di aver la sua parte, affine al greco *meris*: porzione, parte. La merenda è comunque il mangiare vespertino, che si fa tra il desinare e la cena. Uno dei castighi classici per i ragazzi, fino alla fine del secolo scorso, era la privazione della merenda. Chi ricorreva a questa punizione non intendeva certo privare il ragazzo di qualcosa che gli fosse indispensabile. Semplicemente pensava di concedergli una cosa che, essendo un di più, doveva meritarsi. Facile capire come prima, non sempre, “un di più” fosse disponibile, così che i ragazzi, fin da piccoli, il “di più” imparavano a cercarselo da soli. Ricordo cosa mi raccontò Maria Giacinta Zanzani Canavese (Scopello, 1910-2010), in una delle tante conversazioni con cui mi ha intrattenuto: *“quando ero piccola, noi bambini andavamo spesso fuori dell’Hotel Pastori, dove c’era il giardinetto con i tavolini. Nel pomeriggio le belle signore ospiti dell’albergo, francesi e inglesi, prendevano il tè in giardino e, quando vedevano noi mocciosi gironzolare lì intorno, ci regalavano un cioccolatino ciascuno. Noi poi andavamo di corsa giù al ponte dove ci incontravamo con quelli di Chioso: a volte davamo loro il cioccolatino e loro ci davano quello che avevano: more, fragole amarene, noci”*.

Certamente la “merenda” come spuntino e piccola pausa durante il lavoro, è un momento della giornata del contadino, come del boscaiolo e di tutti coloro che lavorano all’aperto. Se negli uffici è consuetudine ormai la “pausa caffè”, così è tradizione la pausa per un piccolo pasto per i lavoratori di questi mestieri antichi, facili da cogliere ancor oggi in montagna. Contadini e boscaioli iniziano presto al mattino, così come muratori, falegnami e artigiani in genere e, a circa metà mattina, consumano un breve pasto frugale a base di formaggio, salame e pane, sedendosi per qualche istante direttamente sul luogo di lavoro, poggiando per un momento la motosega o la falce.



Fig. 2 - Camillo Topini incontra la famiglia Lesna e loro servitù al pic-nic per la festa del 5 Agosto all'alpe di mera (secondo dopoguerra).

PER UN RICETTARIO VALSESIANO

I frutti della natura, di prati e boschi, alberi e arbusti, spontanei ma anche coltivati, erano e sono una gran parte dell'alimentazione tradizionale. Insieme a loro la selvaggina, gli animali allevati e i prodotti di trasformazione da questi. Forse un metodo nuovo di costituire una sorta di “ricettario” potrebbe essere quello di procedere mese per mese o almeno per brevi periodi, alla ricerca di quelle peculiarità stagionali che hanno creato la cucina tradizionale in un tempo in cui, come dicevamo all'inizio, conservare era più problematico, cogliendo le differenze tra luogo e luogo, e conservando ciò che più amiamo di ogni piatto, del gusto che fa parte del nostro animo perché ingrediente ancestrale della nostra identità.

Con un curioso e personale tentativo, alla luce sia delle informazioni pubblicate sinora sull'alimentazione e la cucina valsesiana in genere, sia raccolte in interviste, mi sentirei di stilare una lista di proposte di assaggio tipicamente del territorio e della tradizione, alcune decisamente inusuali, lasciando poi al gusto e al piacere di ognuno la sperimentazione e la ricerca delle ricette o dei prodotti, badando soprattutto ad un attento ed oculato reperimento degli ingredienti esclusivamente sul territorio valsesiano o nella pianura appena precedente; la cucina che si legge nell'elenco proposto a conclusione di questa mia relazione, raccoglie semplici ma ricorrenti piatti tipici, valsesiani di nascita o d'importazione, ma certamente cucinati nei tempi indietro a Scopello, così come ancora oggi. Molti di essi sono presenti nei tanti ricettari valsesiani pubblicati e sul dizionario del dialetto valsesiano del TONETTI (1894).

Assaggiarli può rivelarsi un modo nuovo di scoprire sapori sconosciuti ai più, ma integri nella

nostra tradizione, che qualcuno, con gioia, determinazione e caparbietà, sta lentamente facendo rifiorire, portando questa semplice cucina sui tavoli del proprio ristorante.

Tutte le voci sono state fornite da due principali “informatrici” di Scopello che portano nella loro cucina le esperienze d’infanzia e l’elaborazione negli anni del proprio gusto personale. Adottando informazioni da altre persone, l’elenco aumenterebbe a dismisura: ognuno apporrebbe variazioni ad ogni piatto, tutti avrebbero correzioni da fare. Ritengo perciò efficaci e valide le loro informazioni, viste anche le “credenziali” del loro curriculum culinario²⁴⁷.

I piatti che mi sono stati raccontati, non sempre sono stati in lingua valesiana, ma così ho voluto io invece trascriverli tutti. Ovviamente fin dal 1960-70 molte donne hanno modificato il modo di esprimersi e le ricette si sono adeguate al linguaggio dei tempi; il dialetto è stato sostituito semplicemente con l’italiano; vale questo discorso, ad esempio, per “l’insalata dei prati”, un classico dell’alimentazione primaverile da marzo a giugno. Lungo il territorio, man mano che si sciolgono le nevi, vive tuttora la consuetudine molto radicata di raccogliere il tarassaco giovane nei prati, così che è facile scorgere, risalendo la valle in automobile, col bel tempo, le donne chine sul prato con coltellino in mano e sacchetto al fianco. Ho voluto trascrivere i piatti e le ricette che mi sono state date, tutte in dialetto valesiano: immagino che pochi saranno i valesiani d’oggi che abbiano assaggiato tutti i piatti citati, io per prima.

PICCOLA GUIDA GASTRONOMICA AI SAPORI SCOPELLESI

Primavera

Minestra d’erbètti: in primavera la minestra conteneva tutte le erbe selvatiche che si raccolgono nei prati dopo lo scioglimento delle nevi: primule, cicoria, varzòle, lengui, spinaich, barcoi, tigheui, vartighi, ecc.

Ris e vartighi: con le punte delle ortiche piccole e fresche, si condivide anche il risotto.

Frittàa d’vartighi: frittata con le ortiche

²⁴⁷ Diana Perello, abitante a Scopello ma originaria di Riva Valdobbia: nata nel 1945, ha passato parte della sua infanzia nelle case dei nonni materni del Ronco di Alagna e paterni, a Riva. Il padre, cuoco di professione, gestì l’Albergo Deblasi, oggi Ristorante Al Cantuccio a Scopello, dal 1946 al 1970.

Silvana Antonini, abitante a Scopello fin dalla nascita nel 1942; ha gestito l’alimentari “Sorelle Antonini” situato nel centro del paese dal 1963 al 1996, occupandosi in prima persona del settore gastronomia.

Garusli: piatto composto dalle bucce di rapa essiccate, fatte rinvenire in acqua (come si fa oggi per i funghi secchi) e saltate in padella. Si consumavano il Venerdì Santo.

Caprèt a rost: si consumava a Pasqua.

Barcòi e tigòì: venivano raccolti a fine primavera, inizio estate, sono erbe primaverili d’alta montagna, dei pascoli. La consuetudine della raccolta è tutt’ora presente.

Sparc salvaighi con buru e ovi: sono famosi oggi quelli di Parone, ma l’asparago selvatico, raccolto ancora in tutta la valle, è più amaro e saporito di quello coltivato. Si mangia anche in insalata e si conserva anche sott’aceto.

Salata di praji con l’oliu ‘d nòs e ovi: l’insalata dei prati è il tarassaco giovane, di cui la parte più prelibata è la radice. Si consuma oggi come un tempo in tutta la valle. L’olio di noce, estratto oggi in quantità molto limitate, oltre che per l’insalata, si usa per condire la pasta, la pastella delle miacce, o semplicemente versato sul pane.

Polenta e truti: le trote, ben asciugate e infarinate, devono essere cotte lentamente in padella con burro e salvia e spolverate di prezzemolo alla fine.

Polenta e rani: le rane sono catturate nei laghetti di montagna nel periodo della loro transizione da un luogo all’altro delle montagne. La primavera è anche il periodo della riproduzione che ne vieta quindi la cattura; il valesiano, da sempre interessato a che la specie abbia comunque modo di riprodursi, quando cattura un cavalèt, cioè due rane nel momento dell’accoppiamento, raccoglie le uova e le deposita in un bòru, cioè uno stagno in cui queste compiono la loro metamorfosi completa. Si dice che la rana, dopo due anni di peregrinazione, torni allo stagno in cui è venuta al mondo per riprodursi a sua volta. Le rane di montagna sono più grosse e polpose di quelle di risaia e vengono cotte con burro e prezzemolo.

Miacci: nel secolo scorso erano consumate in realtà tutto l’anno ed erano diffuse su tutto il territorio valesiano. Calde e appena cotte, erano spennellate di burro per essere consumate. Il burro, per conservarsi di più, veniva infatti cotto, da cui il nome *buru bui*.

Fraighi, marene, ciresi, grafiun: frutti stagionali. La frutta era sempre qualcosa in più, l’equivalente del dolcetto di oggi, per i bambini, come ottenere una caramella.

Canestrèi: i dolci nella cucina valesiana erano decisamente pochi e si consumavano solo nelle feste più importanti dell’anno o in occasioni particolari.

Estate

Arsumàa: si consumava al ritorno dal taglio del fieno, per recuperare le forze; composta principalmente di uova sbattute con lo zucchero a cui viene aggiunto il vino, è infatti una bevanda molto sostanziosa.

Sucoit an sausa in dôc e brusch: l'agrodolce è un metodo molto antico di conservazione, utilizzato molto anche per verdure tagliate a tocchetti.

Caponeit: involtini tipici delle merende sui prati e di alcune feste tradizionali: il 5 d'Agosto a Mera e la Madonna delle Pietre Grosse a Piode.

Pan ad biava e mascarpa, formaggju 'd crava, vacciarin, salaniun.

Fricèui: le polpette di patate erano un altro modo di consumare questo prezioso tubero alla base dell'alimentazione tradizionale.

Truti an brusch: le trote in carpione si conservano anche per un mese; il carpione è anch'esso un intingolo antichissimo, di origine medioevale.

Lengua e anciui an salsa verda: il bagnetto accompagnava i piatti di carne lessata, come in tutta la cucina piemontese.

Salatta mista, patati e sicoria, corneutti: patate e insalata erano un piatto povero ma formavano un pranzo completo. Poiché le patate erano saltate in padella ed abbondantemente condite, per esempio, con lo strutto.

Polenta e ania, aniuun, polenta e conì, polenta e gal: polenta in accompagnamento a piccoli animali da cortile era un mangiare consueto. A Scopello polenta e gallo è detto "stuà".

Lumaighi: il metodo di cottura era in umido e senza guscio, diversamente da oggi, in cui è entrato in uso il metodo parigino. Le lumache non erano mai tante e quindi non erano un cibo consueto e ricorrente, ma qualcosa di speciale.

Pòm ad San Jacco, larioin, mòri, frambos, bargnòli: frutti di stagione

Pan e mèl: gli allevatori di api, proprio come mestiere, erano diffusi su tutto il territorio.

Autunno

Vardura sòt oliu e sòt aseì: ancora oggi i funghetti porcini di taglia più piccola si mettono sott'olio, in genere i chiodini sott'aceto.

Pan e nòs: un noto proverbio recita: "Pan e nos mangè da spos, nos e pan mangè da can", a seconda della disponibilità dei frutti che erano e sono molto apprezzati. Sono infatti molto più profumati e dal sapore più intenso rispetto a quelli acquistati. Esistono delle noci molto difficili da sgusciare, dette *pik*, erano quelle usate maggiormente per l'olio, mentre quelle che si sgusciano più facilmente erano consumate come cibo.

Minestron 'd vardura: la verdura è tagliata in modo grossolano. La sostanza è data soprattutto dai fagioli. Non era un primo piatto una volta, ma un pasto completo e giornaliero, perché consumato la sera, ogni giorno.

Pan ceutch: il pane secco consumato nelle minestre è un classico di tutte le cucine e di tutte le stagioni per il pranzo serale. Anche se il pane avanzato non era certo di tutti i giorni. Più che altro, in origine, era pane secco che veniva veramente ammollato appunto per essere consumato, quindi pane di segale.

Raviole: sono ricordate solo ad Alagna. Come fattura e modalità di cottura, ricordano i famosi canederli di un'altra zona dell'arco alpino.

Agnolòit: erano il cibo della festa per eccellenza e corrispondono agli odierni ravioli. Il ripieno era costituito da carne arrosto di bovino o anche di gallina e salame; si consumavano in brodo o conditi con il sugo dell'arrosto stesso. Dopo i ravioli si consumava l'arrosto o la gallina bollita. Tradizionali al pranzo di Natale.

Gnucheit: gnocchi di patate conditi con burro fuso e salvia.

Risott con i func: i funghi non erano granché apprezzati; certo non avevano il valore, anche economico, che gli diamo oggi. In estate si trovavano soprattutto le gallinelle, in autunno gli altri: porcini, pette del lupo, mazze di tamburo e, sul finire della stagione, quando gli altri non si trovano più, i chiodini.

Buseucca: è il nome tradizionale della minestra con la trippa, cioè l'intestino di mucca.

Ris e ravi: le rape erano una leccornia, visto che sostituivano le consuete polente o le patate di tutti i giorni; si raccoglievano in autunno e si conservavano abbastanza facilmente per tutto l'inverno.

Peuri e patati: minestra di porri e patate, consueta ancor oggi.

Ris, lat e barguli: riso, latte e castagne secche, ma anche solo latte e castagne o riso e latte. Questa minestra era consumata in autunno ed inverno in alternativa alle altre.

Polenta e funch: raro e non tradizionale.

Bestij a la caciatorà: camoscio, lepre, marmotta, tasso.

Fogliolo: altra parte dell'intestino che veniva cucinato in umido e consumato con la polenta.

Ovi al cerighin: uova al burro cotte in tegamino

Fondua: la fonduta era ovviamente fatta con la toma sciolta in un calderolo con un po' di latte e burro.

Polenta concia: è lo spozalizio classico fra due ingredienti principe della tavola giornaliera, la polenta e il formaggio.

Polenta e brasà: brasato e arrosto, tipici della cucina piemontese, richiedevano lunghe cotture sulla stufa e sono quindi presenti anche in Valsesia, sempre che fosse disponibile la carne.

Rugacc: composto di polenta avanzata e patate lesse tagliate a pezzetti; si facevano rosolare nel burro o nel lardo, poi sopra si scioglieva la toma. E' il piatto antenato della polenta concia.

Pommi, piseui: frutti di stagione

Pan e pommi: si faceva in una teglia una strato di pane secco ammollato nel latte un po' zuccherato, poi si metteva uno strato di fette di mele, poi un altro strato di pane ammollato; un po' di zucchero sopra e si infornava nella stufa. Merenda molto apprezzata dai bambini di tutte le case scopellesi.



Fig. 3 – La raccolta delle mele.

Inverno

Anciui rossi: il bagnetto in cui sono intinte le acciughe è a base di conserva di pomodoro.

Saracchi: altro pesce sotto sale che si acquistava comunemente.

Pan e lard, pan, buru e anciui: merende e spuntini quando si lavorava fuori casa.

Pasta e faseui: minestra con i fagioli e qualsiasi formato di pasta corta dopo l'arrivo della pasta nei negozi di alimentari della valle. Nell'alimentazione valesiana entrano prima lasagne e cannelloni, come cibi della festa, citati anche nel dizionario del TONETTI (1894), mentre il consumo della pastasciutta è molto più tardo, a partire dagli anni Sessanta.

Ava còcia: nell'alimentazione più povera era composta di semplice acqua in cui bollivano una cipolla e qualche altra erba o verdura. Il

condimento dopo la bollitura era sempre un pezzo di burro, che non mancava mai nei piatti per "dare un po' di sostanza". Vi si spezzettava dentro il pane secco.

Panicia: minestrone tipico del Carnevale. Il termine tradisce la presenza originaria del "panico" in questa che è una minestra tradizionale, poi sostituito dal riso e, in alcuni paesi, dalla pasta.

Bujétt o Pôt: è un polentina molle, cotta anche nel latte, che poteva anche essere fatta con la farina di castagne piuttosto che quella di granturco. Probabilmente permetteva di mettere "meno sostanza" che per un piatto di polenta vero e proprio e richiedeva meno tempo di cottura.

Panigàa: termine valesiano genericamente riferibile all'italiano "minestra" che contiene almeno un cereale in grani; in walser "bangada".

Ravàa: zuppa di rape.

Carn salàa: a Scopello si metteva sotto sale principalmente carne di pecora. Gli altri animali davano latte e formaggi, mentre della pecora si utilizzavano la lana e la carne.

Osseutti: carne di maiale, soprattutto "costine" conservate sotto sale dopo la produzione degli insaccati.

Galina buìa: dava anche il brodo e si consumava nei pasti importanti, come il Natale.

Faseui: ingrediente principe delle minestre, facilmente conservabile secco, nutriente e proteico. Si coltiva bene, oggi come un tempo, in abbinamento alle patate.

Purè

Salam, codighin, mortadella, panciutta e patati broai: l'antipasto caldo che si serve ancora oggi, comprendeva un tempo anche la pancetta bollita, ed era un pasto completo. Il sanguinaccio era invece consumato a parte, in genere nel pasto serale. Esso si conserva anche per minor tempo, e comunque, anche oggi, si cuoce in un recipiente diverso da quello in cui si lessano gli altri salumi.

Polenta e camussa

Polenta e ovi

Polenta e fritura: le interiora di tutti gli animali sono cotte in padella con abbondante cipolla; vengono consumate subito dopo l'uccisione dell'animale perché è breve il loro tempo di conservazione, mentre la carne richiede un buon periodo di frollatura.

Polenta e marluss: un tempo il merluzzo costava molto meno di tutte le altre carni e per questo era un cibo molto consumato, tipico delle cucine povere.

Ravi e lùganiga: con la salsiccia si usavano come contorno le rape, che venivano cucinate nella stessa padella e di cui raccoglievano tutto il grasso rilasciato. Dalla fusione di questo piatto e del

piatto tipico del Venerdì Santo nasce l'erronea scrittura della ricetta dei "garusli" come sono intesi oggi.

Versa e costini: o oca con la verza.

Nôs, niciòli, nespòli: frutti stagionali

Cafè con la gremma: che festa per i piccoli quando i grandi avanzavano un po' di caffè, di solito ottenuto dalla bruciatura dell'orzo, quindi un surrogato, e le nonne ne offrivano loro un po' con la panna data dalla scrematura del latte!

Vin caud: l'attuale vin brulè

Tortèi ad Carlavée e tortèi ad Sant'Isép.

BIBLIOGRAFIA

AA.VV. (2010) - *Cultura contadina in Piemonte. Volume 1*. Edizioni Bonechi.

ISTITUTO ALBERGHIERO PASTORE DI VARALLO-GATTINARA (2001, a cura di) - *L'arte in cucina. Dalle genti del Rosa a quelle di pianura. Alla scoperta dei piatti tradizionali, e non solo*. Idea Editrice, Borgosesia, pp. 158

FANTONI R. (2007) - *Le miacce. Testimonianze documentarie di una secolare tradizione valsesiana*. In Fantoni R. & Ragozzi J. (2007, a cura di), "La gestione delle risorse nelle comunità di frontiera ecologica. Allevamento e cerealicoltura nella montagna valsesiana dal Medio Evo al nuovo

millennio. Atti del convegno di Carcoforo, 11 e 12 agosto 2007", Gruppo Walser Carcoforo, pp. 55-57.

FANTONI R. & RAGOZZI J. (2007, a cura di) - *La gestione delle risorse nelle comunità di frontiera ecologica. Allevamento e cerealicoltura nella montagna valsesiana dal Medio Evo al nuovo millennio. Atti del convegno di Carcoforo, 11 e 12 agosto 2007*. Gruppo Walser Carcoforo, pp. 79.

FANTONI R. & RAGOZZI J. (2008, a cura di) - *Di legno e di pietra. La casa nella montagna valsesiana. Atti del convegno di Carcoforo, 27 e 28 settembre 2008*. Gruppo Walser Carcoforo, pp. 153.

FLANDRIN J.L. e MONTANARI M. (1996, a cura di) - *Histoire de l'alimentation*. Paris, Fayard; trad. it. "Storia dell'alimentazione", Editori Laterza.

RIZZI E. (2003) - *Cucina d'alpe. Lavori della terra e alimentazione nella cultura walser*. Fondazione Enrico Monti, Anzola d'Ossola, pp. 84

PASCARIELLO A., ORSI A. e COMETTO G. (2007) - *Passeggiando nella gastronomia walser*, Edizioni Lassù gli ultimi, Aosta, pp. 120.

TONETTI F. (1894) - *Dizionario del dialetto valsesiano*. Varallo, rist. anast. 1983, Bologna, pp. 334.

TRADIZIONE, INNOVAZIONE E IDENTITÀ ALPINA

*Edoardo Dellarole*¹

¹ CAI sezione di Varallo

“La scoperta di un piatto nuovo
è più preziosa per il genere umano
che la scoperta di una nuova stella”
Brillat Savarin

La frase di Brillat Savarin sintetizza come la cucina, ancor più di altre espressioni culturali di una popolazione, sia fondamentale e necessariamente dinamica, in un continuo e quasi spasmodico mutamento. Proprio per questo la definizione dei termini, Tradizione, Innovazione e Identità, che compongono il titolo del presente articolo, è quanto mai complessa e degna di essere approfondita.

TRADIZIONE

Si è soliti riferirsi alla tradizione con una connotazione eminentemente temporale, definendo tradizionali le ricette tramandate dalle mamme o dalle nonne, come se fossero sempre esistite immutate nel tempo.

Sotto questo punto di vista statico la tradizione non esiste, perché nulla esiste immutabile da sempre, e non è altresì possibile stabilire un confine temporale, che tracci un limite culturale tra ciò che è tradizione e ciò che non lo è.

Alcuni esempi potrebbero essere utili a chiarire meglio questo aspetto fondamentale. Il primo e più lampante è sicuramente la patata (SCHENA e RAVERA, 2001), originaria del sud America, inizialmente impiegata in Europa come pianta ornamentale per la forma ed il colore particolare dei fiori. Il tubero è stato a lungo considerato al più cibo per i maiali ed oggetto di molte diffidenze. Solo le crisi alimentari del XVIII e XIX secolo lo imposero all'uso alimentare umano, anche se con molte resistenze. Divenne però di uso comune, e per altro molto gradito, solo quando, a partire dalla prima metà dell'Ottocento, si inventarono preparazioni della cucina sia povera, sia “alta”, capaci di farla apprezzare ed integrare nella cultura gastronomica esistente (LAZZARI TURCO, 2005). È stata la nuova dimensione culturale in cui veniva identificata la patata a farla diventare tradizionale

per la cucina alpina. Non sono quindi dei confini temporali a definire ciò che è tradizionale, ma frontiere culturali in continua mutazione ed evoluzione.

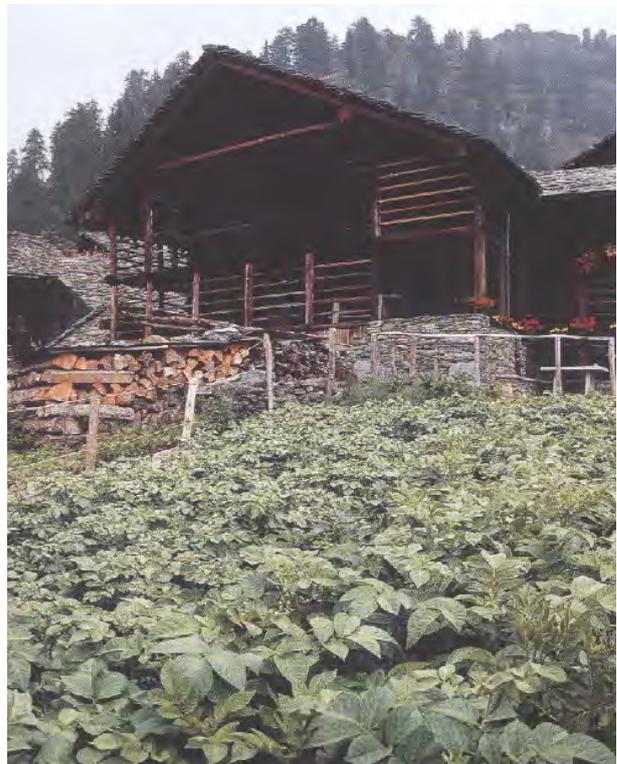


Fig. 1 - Coltivazioni di patate all'alpe Scarpia, Val d'Otro, Valsesia (da L'Alpe, n. 9, p. 33).

Un secondo interessante esempio può essere trovato non più nei prodotti della cucina, ma nel modo in cui questi sono preparati. Fino al Medio Evo le preparazioni avevano basi agri come pure le salse di condimento, eredità della cucina romana; solo più tardi iniziò a diffondersi un gusto diverso più orientato a tendenze dolci, con preparazioni e salse a base grassa (panna e burro nell'area alpina) (AA. VV, 1987; GUERRA DI GIROLAMO, 2011). Anche in questo caso è una variazione del modo di percepire la cucina a modificare il gusto antico e creare ciò che oggi chiamiamo tradizionale. Si potrebbe dire che è proprio in questo continuo

evolversi che la tradizione alpina trova la sua ragione di essere. Se si arrestasse il processo, essa perirebbe, mentre sopravvive solo innovandosi (STANDAGE, 2010).

INNOVAZIONE

È opportuno a questo punto definire cosa s'intende con innovazione culinaria, per evitare pericolosi fraintendimenti. La semplice creazione di nuove e intriganti ricette non basta per creare l'innovazione, al più si può parlare di interessanti invenzioni o scoperte gastronomiche, che sono condizione necessaria, ma non sufficiente, all'innovazione vera e propria, sia questa incrementale o drastica.

Anche in questo caso qualche esempio può essere di aiuto. Si prenda il caso del grano saraceno, introdotto nel Seicento principalmente in Sud Tirolo e Valtellina. Per il suo uso può apparire un sostituto banale di altri cereali; in realtà è appartenente alla famiglia delle poligonacee e per questo motivo si presenta come una pianta ben differente dalle altre graminacee; inoltre per la sua raccolta e preparazione impiega molte più energie e tempo per divenire commestibile. I primi ad introdurlo nelle vallate alpine hanno certo portato una significativa scoperta nella cucina, ma è solo col passare del tempo, quando i vantaggi di questa pianta, dal ciclo vegetativo breve e con buona resistenza a freddo e parassiti, vengono più universalmente apprezzati, che il grano saraceno diviene una vera innovazione culinaria, fino a diventare un simbolo della cucina valtellinese (CARAMIELLO, 2003).

Un bell'esempio di innovazione incrementale la troviamo nell'arte casearia (SCHENA e RAVERA, 2004). Ogni nuovo metodo o sistema di preparazione del formaggio che un singolo allevatore o casaro adotta è di per sé un'invenzione. Alcune possono risultare anche molto interessanti e appaganti dal punto di vista del risultato finale. Non si è però in presenza di una innovazione fino a quando quel nuovo processo non incomincia ad essere utilizzato ed apprezzato da molti altri casari, fino a renderlo parte della cultura casearia di una determinata popolazione.

IDENTITÀ

Per quanto esposto sopra si può giungere alla conclusione di come, sia la Tradizione, sia l'Innovazione siano sostanzialmente due facce della stessa medaglia, e rappresentino due modi di interpretare la frontiera culturale della cucina alpina, che a questo punto sarebbe opportuno

chiamare Identità. L'Identità culinaria rappresenta ciò che lega la cucina al territorio, alle sue genti, alla sua storia, al modo in cui ci si relaziona con gli altri e con se stessi, sia che la si guardi alla luce di ciò che è rimasto immutato, sia che la si analizzi per ciò che nel tempo è cambiato.

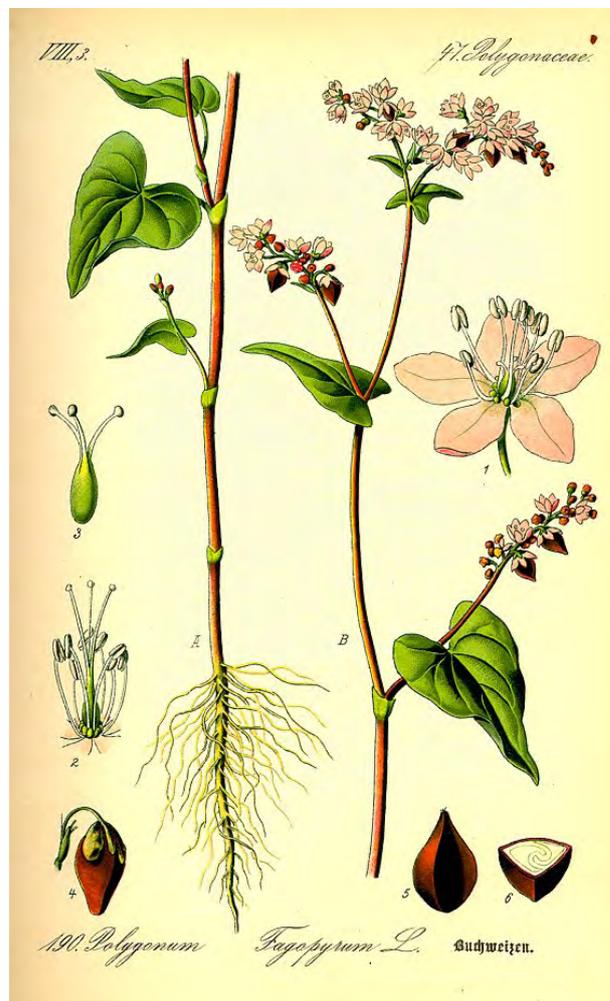


Fig. 2 - Grano Saraceno (*Fagopyrum esculentum*) famiglia delle Polygonacee.

Il miglior esempio di questo lo troviamo in quello che è forse il più famoso stereotipo della cucina alpina: la polenta. L'utilizzo di grani germinati per la preparazione di pappe, le *puls*, è documentato a partire dagli antichi Romani. Questo uso continuerà in epoca medievale dove saranno orzo, farro e soprattutto panico e miglio a costituire la base dell'antico *pulmentum*. A partire dal Settecento con il diffondersi del mais, la polenta gialla prese il sopravvento sulle altre preparazioni fino a diventare nel corso dell'Ottocento l'alimento quasi unico di una grossa fetta della popolazione alpina. In questo percorso troviamo molti aspetti che sono rimasti simili nel tempo ed altri che si sono aggiunti strada facendo, cambiando di non poco l'alimentazione alpina (FORNI, 2003).

Ciò che però traccia la storia della polenta è il profondo legame culturale che essa ha avuto ed ha con la popolazione alpina, fino al punto di divenire un'indicazione della popolazione stessa: "i mangia polenta". Ancor oggi il modo di fare la polenta distingue i diversi valligiani, chi usa farine più grezze, chi più fini, chi usa farine miste con altri grani, come il grano saraceno in Valtellina, chi le preferisce bianche piuttosto che gialle. Ovvero, sotto qualunque prospettiva la si guardi, la polenta rappresenta un forte elemento di identità alpina, che ben rappresenta l'intrinseco dinamismo di una delle più intime manifestazioni culturali di una popolazione: la cucina.



Fig. 3 - Pietro Longhi – La Polenta (1741), uno dei piatti che meglio identifica la cucina alpina.

NUOVE CONTAMINAZIONI?

Alla luce di quanto analizzato sopra è possibile cercare di esaminare le possibili tendenze future della cucina alpina attraverso le due dimensioni che maggiormente la caratterizzano, ovvero da un lato i prodotti della montagna, dall'altra parte le preparazioni culinarie. La bussola che indicherà la via da seguire sarà chiaramente il rispetto dell'identità alpina.

Dal lato dei prodotti della cucina si sta assistendo globalmente a due tendenze dominanti che si collocano completamente agli antipodi: l'internazionalizzazione dei commerci che rende tutto più "disponibile" e la riscoperta dei prodotti del territorio a kilometro zero.

La globalizzazione alimentare in senso stretto non appare molto in sintonia con l'identità culinaria alpina. La cucina delle alpi ha sempre preferito prodotti, o che conosceva bene, o che con il tempo aveva imparato a fare propri. L'utilizzo di prodotti in arrivo da altri continenti utilizzati tali e quali, per quanto stia sempre più popolandolo le ricette dei cuochi delle grandi metropoli, non riuscirà a superare la sana "diffidenza" alpina verso ciò che non si riesce a conoscere fino in fondo e quindi neanche ad apprezzare.

Diverso discorso va fatto se si pensa all'introduzione di specifici prodotti nelle economie alpine. Da questo punto di vista la montagna, come tutte le economie di frontiera, è pronta ad accettare tutti quei prodotti in grado di spingere la frontiera un po' più in là. A tal proposito basta ricordare gli esempi sopra riportati: il mais, la patata, il grano saraceno e molti altri. È quindi immaginabile l'introduzione di nuove razze bovine e ovine estere che ben si adattano alle alte quote ed a pascoli più limitati di estensione e meno nobili, per tipo di foraggio. Un esempio abbastanza recente è l'introduzione in varie vallate alpine di vacche *Highland* (o scozzesi), adatte a climi freddi poco esigenti per quanto concerne ripari e foraggi ed in grado di produrre discrete quantità di latte sebbene la loro designazione primaria sia la produzione di carne. Anche l'introduzione di popolazioni più esotiche non è da escludere a priori, ad esempio pionieristici tentativi di allevamento di *yak* sono già stati tentati, ma almeno per ora la frontiera è ancora un po' distante.



Fig. 4 - Transumanza di vacche Scottish in Valchiavenna, nuove razze iniziano a colonizzare le Alpi.

La tendenza che però meglio si sposa con la gastronomia alpina è sicuramente la riscoperta dei

prodotti dimenticati e possibilmente a kilometro zero (DELLA RAGIONE, 2010). Questa nuova tendenza culinaria enfatizza, attraverso la produzione ed il consumo di prodotti fortemente legati al territorio, il legame culturale tra il territorio stesso e le sue genti, rafforzandone l'identità. Proprio per questo motivo è su questo filone che si stanno osservando le maggiori innovazioni culinarie alpine a livello di cucina sia popolare sia "alta" (POL e GIACOBINO, 2008; BIONDA e VISCHI, 2005; KOMPATSCHER e SCHMALZL, 2008; BLIN, 2004).

Sta crescendo e crescerà sempre più l'impiego delle piante alimurgiche, in quanto, accanto al loro impiego in cucina, si sta diffondendo sempre più la conoscenza di erbe e piante spontanee commestibili, ed addirittura tentativi di coltivazione (MICHELI, 2007; POL e GIACOBINO, 2009; LUCIANO e GATTI, 2008; MARENGHI, 2003). Anche l'impiego di mieli, formaggi, carni si lega sempre più al territorio, superando, non di rado, in termini qualitativi i dettami dei vari disciplinari produttivi, ove questi siano presenti. Si vanno ad impiegare quindi prodotti unici, fortemente legati al territorio di provenienza ed all'esperienza dei produttori, in grado di regalare esperienze culinarie veramente nuove. Unica pecca o forse grande merito di questa tendenza è la creazione di un'identità culinaria alpina estremamente frammentata e locale, come del resto è anche la stessa identità culinaria italiana (MONTANARI, 2010), per cui probabilmente questa mancanza di omogeneità non sarà un grave ostacolo alla continua diffusione di questa tendenza.

Dal lato delle preparazioni culinarie negli ultimi trent'anni si è assistito ad una serie di tendenze gastronomiche che, malgrado abbiano influenzato pesantemente il modo di cucinare e di percepire il cibo, hanno inciso molto poco sulla cucina alpina. Fra questi si possono citare l'utilizzo di modelli di cucina rapida, l'attenzione alla dietetica e, forse sintesi di tutto, la *nouvelle cuisine*.

Se si analizzano queste tendenze alla luce dell'identità culturale alpina si può capire il perché del limitato successo. I paradigmi della "cucina nuova" possono essere sintetizzati nei seguenti punti: i tempi di cottura sono brevi e precisi; le salse devono essere leggere e poco speziate; le porzioni sono snellite e le portate ridotte; l'estetica della presentazione è altrettanto importante rispetto alla preparazione. Per contro la cucina alpina ha ancora un po' di tempo a sua disposizione per preparazioni un po' più lunghe, inoltre non è certo sparita l'abitudine di "cucinare" per conservare; qualche caloria in più è concessa, sia come

porzione sia come contenuto intrinseco della preparazione, ed infine la "sostanza" conta molto più della "forma" e quindi le presentazioni continuano ad avere una posizione di secondo piano, sebbene non siano più, come un tempo, quasi del tutto trascurate. In buona sostanza *nouvelle cuisine* e gastronomia alpina parlano linguaggi culturali diversi e per questo motivo trovano pochi punti di incontro, anche se alcuni esperimenti di cucine "stellate" alpine dimostrano che non è impossibile a patto di conoscere bene la frontiera culturale dell'identità alpina e non volerla superare a tutti i costi (PASCARIELLO, ORSI e COMETTO, 2007; BIONDA e VISCHI, 2005).

Scarsa affinità è immaginabile per un'altra tendenza gastronomica contemporanea: la cucina *fusion*. Questo modello, in grossa parte figlio della riduzione delle distanze tra le culture, è sempre più diffuso specie nelle grosse metropoli o negli stati multi etnici, fino quasi a diventare per queste realtà la cucina di riferimento (FUMEY e ETCHEVERRIA, 2010); si pensi ad esempio a Singapore, alla Malesia o all'Australia. La realtà alpina però sposa un modello di integrazione che è più "*salad bowl*" rispetto a "*melting pot*"; dove le differenze culturali non sono assimilate e fuse tra loro, ma rimangono distinte, pur facendo parte di un'unica realtà, basti pensare ad esempio alle innumerevoli minoranze linguistiche e dialettali che popolano le vallate alpine, sempre in stretto contatto, ma sempre distinte. L'unico modo di interpretare una possibile *fusion* alpina è quello di un viaggio attraverso le Alpi, dove i piatti delle varie identità sono solo accostati, gustati magari nello stesso pasto, ma senza mai mescolarli (SCHENA e RAVERA, 2009).

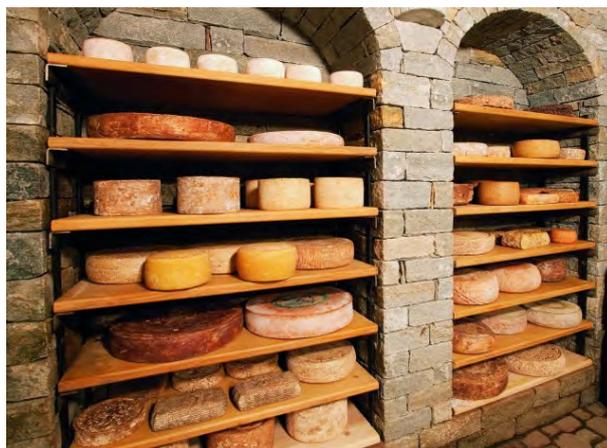


Fig. 5 - Una degustazione dei vari formaggi delle alpi, il miglior modo di interpretare la *fusion* alpina.

L'ultima tendenza culinaria contemporanea, ed anche la più discussa, è la cosiddetta cucina

molecolare. A primo impatto si sarebbe portati a considerare questa disciplina come lontana ed avulsa dalla cucina alpina; in realtà forse è una delle tendenze che meglio potrebbe integrarsi con la gastronomia di montagna. La gastronomia molecolare ha come obiettivo studiare le trasformazioni che avvengono negli alimenti durante la loro preparazione, allo scopo di migliorare la cucina attraverso una miglior conoscenza di cibi e cotture. L'indagine delle conoscenze culinarie popolari, la ricerca di nuove ricette e l'introduzione di nuovi ingredienti e processi in cucina, tutti principi della cucina molecolare, avvengono a partire dal confine della attuale identità culinaria, con lo scopo di andare un po' più là, ma senza dimenticare da dove si arriva. Da questo punto di vista la cucina alpina, cucina di frontiera per necessità e vocazione, è quanto mai affine alla cucina molecolare, come lo sarebbero stati cultori della cucina come Apicio e Brillat-Savarin. Evitando gli eccessi della cucina destrutturata (FERRAN *et alii*, 2010), o della ricerca della perfezione totale (BLUMENTHAL e CARISS, 2009), è possibile aspettarsi che proprio da questa nuova tendenza, nascano le idee in grado di mantenere in vita la tradizione, stimolare l'innovazione ovvero conservare e diffondere l'identità culinaria alpina.

BIBLIOGRAFIA

- AAVV. (1987) - *La cucina e la tavola – Storia di 5000 anni di gastronomia*. Edizioni Dedalo.
- BIONDA D. e VISCHI C. (2005) - *Flipot e la cucina di montagna*. Edizioni Gribaudo.
- BLIN A. (2004) - *Cucina di montagna*. Fabbri editori.
- BLUMENTHAL H. e CARISS P. (2009) - *In search of total perfection*. Bloomsbury.
- CARAMIELLO R. (2003) - *L'adattamento del diverso – Appunti sull'uso alimentare di alcune specie vegetali*, L'Alpe, n. 9, pp 18-23.
- DALLA RAGIONE I. (2010) - *Frutti ritrovati – 100 varietà antiche e rare da scoprire*. Mondadori arte.
- FERRAN A., ALBERT A. e JULI S. (2010) - *Un giorno a elBulli. Alla scoperta delle idee, le tecniche e la creatività di Ferran Adrià*. Phaidon.
- FORNI G. (2003) - *La civiltà della zappa – Alle radici della cerealicoltura alpina*. L'Alpe, n. 9, pp 24-31.
- FUMEY G. e ETCHEVERRIA O. (2010) - *Atlante mondiale della gastronomia*. A. Vallardi Editore.
- GUERRA DI GIROLAMO G. (2001) - *A tavola nei millenni*. Edizioni Re Nudo.
- KOMPATSCHER A. e SCHMALZL T. (2008) - *Una montagna di sapori*. Folio editore.
- LAZZARI TURCO G. (2005) - *L'antico Focolare – Ricette di montagna dell'Ottocento*. Reverdito Edizioni.
- LUCIANO R. e GATTI C. (2008) - *Erbe spontanee commestibili*. Araba Fenice.
- MARENGHI L. (2003) - *Cucinare con i fiori*. Priuli e Verlucca editori.
- MICHELI C. (2007) - *Piante spontanee in cucina*. Editrice Aam Terra Nuova.
- MONTANARI M. (2010) - *L'identità italiana in cucina*. Editori Laterza.
- PASCARIELLO A., ORSI A. e COMETTO G. (2007) - *Passeggiando nella gastronomia dei Walser*. Edizioni Lassù gli ultimi.
- POL E. e GIACOBINO F. (2008) - *La cucina contemporanea di montagna* Blu edizioni.
- POL E. e GIACOBINO F. (2009) - *In cucina con l'orto, il bosco e il prato di montagna*. Blu edizioni.
- SCHENA E. e RAVERA A. (2001) - *Patata sovrana*. Blu edizioni.
- SCHENA E. e RAVERA A. (2004) - *Formaggi di montagna*. Blu edizioni.
- SCHENA E. e RAVERA A. (2009) - *Le Alpi a tavola*. Priuli e Verlucca editori.
- STANDAGE T. (2010) - *Una storia commestibile dell'umanità*. La biblioteca delle scienze.

