

COSTANTINO CIPOLLA, PIETRO SEGALINI (A CURA DI)

# L'ALTA CUCINA POPOLARE

PRO LOCO E CULTURA GASTRONOMICA  
DELLA LOMBARDIA ORIENTALE





# Collana Gusto e Società

## PROGETTI EDITORIALI, CULTURALI, FORMATIVI

La collana "Gusto e Società" rappresenta uno spazio originale di approfondimento, riflessione e diffusione editoriale sui molteplici riflessi del "gusto", passando dalla cifra insondabile del "non so che" mediato dai sensi e dall'intelletto che rende possibile al soggetto apprezzare, preferire, desiderare, scegliere qualcosa, sino ad una sorta di oggettività che il contesto storico sociale, culturale, geografico manifesta in regole, spesso non scritte e non palesemente accessibili in quanto tali.

Nata nel 2008 come Cucina e Società, nel 2012 Gusto e Società ne assorbe gli intenti e li amplia, mantenendo la volontà di produrre nel contempo contributi scientifici e di taglio divulgativo.

### **Aree di interesse e obiettivi**

La collana raccoglie testi, manuali, rassegne, confronti, dibattiti che concorrono a definire o richiamare, secondo varie prospettive disciplinari e culturali, questioni e tematiche variamente legate al gusto.

In tale ottica temi quali l'alimentazione umana, sia nei suoi aspetti culinari sia enologici, la tipicità dei prodotti, la loro commercializzazione, le attività turistiche o il mondo alberghiero e dunque l'ospitalità in senso vasto rientrano a pieno titolo negli interessi della collana. A questi, si affiancano altri ambiti (non meno rilevanti) come la moda, l'arredamento, la musica e l'arte nei suoi aspetti più legati alla fruizione e alla valorizzazione sociale, sia nei suoi aspetti di eccellenza sia nelle sue dimensioni di quotidianità.

I volumi inseriti nella collana sono articolati, a seconda del taglio, nelle due sezioni:

#### **1) Metodi e Strumenti**

in questa sezione sono pubblicati testi sui temi propri della collana, di tipo generale e teorico, anche di taglio storico, osservati da diversi ambiti, come quello sociologico, psicologico, economico, formativo, storico.

#### **2) Ricerche**

in questa sezione sono pubblicati testi che riportano ricerche sia teoriche sia empiriche, con una predilezione per la dimensione locale e specialistica, in un'ottica multidisciplinare.

È attivo il Master di I livello "Enogastronomia ed Ospitalità" presso l'Università degli Studi di Bologna (varie edizioni).

### **Garanzie di serietà scientifica e libertà di pensiero**

Gusto e Società è retta da un comitato scientifico ed uno editoriale, che coinvolgono diverse professionalità con l'obiettivo comune di garantire correttezza metodologica e scientifica dei contributi proposti, pur nella massima indipendenza degli autori e dei contenuti trattati, in termini di pluralità, responsabilità e tolleranza dei punti di vista espressi.

Tutti i testi sono a tal fine preventivamente sottoposti ad almeno due referee anonimi.

### **Comitato scientifico**

Costantino Cipolla (*Coordinatore*), Giulio Biasion (*Edihouse*), Cristina Bragaglia (*Cinema e televisione*), Nicoletta Cavazza (*Psicologia sociale*), Giordano Conti (*Ser.In.Ar*), Paolo Corvo (*Università degli Studi di Scienze Gastronomiche*), Carole Counihan (*Millersville University*), Marco Dalla Rosa (*Tecnologie alimentari*), Alberto Lupini (*Gastronomia*), Luca Mazzara (*Economia aziendale*), Lubiano Montaguti (*Formazione*), Massimo Montanari (*Casa Artusi*), Paolo Polettini (*Festival della Letteratura di Mantova*), Antonio e Nadia Santini (*Ristorazione*), Asterio Savelli (*Sociologia del turismo*), Domenico Secondulfo (*Sociologia dei consumi*), Luisa Stagi (*Alimentazione*), Enzo Strano (*Le Soste*), Piero Valdiserra (*Marketing del vino*).

### **Segreteria scientifica**

Francesca Guarino (*Università degli Studi di Bologna*): [gustosocieta@gmail.com](mailto:gustosocieta@gmail.com)

### **Comitato editoriale**

Gabriele Manella (*coordinamento: [gabriele.manella@unibo.it](mailto:gabriele.manella@unibo.it)*), Annalisa Balestreri, Matteo Bernardelli, Michele Bonazzi, Paola Canestrini, Teresa Carbone, Renato Carletti, Barbara Ciotola, Romina Corbara, Renato Ferrari, Linda Lombi, Giuditta Lughì, Lucio Meglio, Susy Patrito Silva.



Il presente volume è pubblicato in open access, ossia il file dell'intero lavoro è liberamente scaricabile dalla piattaforma **FrancoAngeli Open Access** (<http://bit.ly/francoangeli-oa>).

**FrancoAngeli Open Access** è la piattaforma per pubblicare articoli e monografie, rispettando gli standard etici e qualitativi e la messa a disposizione dei contenuti ad accesso aperto. Oltre a garantire il deposito nei maggiori archivi e repository internazionali OA, la sua integrazione con tutto il ricco catalogo di riviste e collane FrancoAngeli massimizza la visibilità, favorisce facilità di ricerca per l'utente e possibilità di impatto per l'autore.

Per saperne di più:

[http://www.francoangeli.it/come\\_publicare/publicare\\_19.asp](http://www.francoangeli.it/come_publicare/publicare_19.asp)

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it) e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

**COSTANTINO CIPOLLA, PIETRO SEGALINI** (A CURA DI)

# L'ALTA CUCINA POPOLARE

PRO LOCO E CULTURA GASTRONOMICA  
DELLA LOMBARDIA ORIENTALE



Gusto  
e  
Società

FRANCOANGELI

METODI E STRUMENTI



Coordinamento redazionale generale della ricerca: Stefania Pendezza

Cura redazionale ed editoriale per la provincia di Bergamo: Stefania Pendezza

Cura redazionale ed editoriale per la provincia di Brescia: Alberto Vignali

Cura redazionale ed editoriale per la provincia di Cremona: Andrea Germani

Cura redazionale ed editoriale per la provincia di Mantova: Paola Sposetti

Supervisione editoriale: Andrea Germani

Progetto grafico di copertina di Elena Pellegrini

Immagine di copertina: Vincenzo Campi, *La fruttivendola*, olio su tela, 1580 circa, 145x215 cm, Pinacoteca di Brera, Milano (part.)

Copyright © 2018 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore ed è pubblicata in versione digitale con licenza Creative Commons Attribuzione-Non Commerciale-Non opere derivate 3.0 Italia (CC-BY-NC-ND 3.0 IT)

L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/it/legalcode>

# Indice

Prefazione, di <i>Pietro Segalini e Maura Cetti Serbelloni</i>	pag.	11
Introduzione, di <i>Costantino Cipolla e Alessandro Fabbri</i>	»	13
Con il patrocinio di Unpli	»	19
Con il patrocinio del Consiglio Regione Lombardia	»	21
Con il patrocinio di Regione Lombardia	»	23
Con il patrocinio di Anci	»	25
Con il patrocinio di Provincia di Bergamo	»	27
Con il patrocinio di Provincia di Brescia	»	29
Con il patrocinio di Provincia di Cremona	»	31
Con il patrocinio di Provincia di Mantova	»	33
<b>Prodotti e piatti tipici della Lombardia Orientale (Bergamo, Brescia, Cremona, Mantova)</b>	»	35
<b>Prodotti e piatti tipici della provincia di Bergamo</b>	»	59
La cucina bergamasca: una trama ricca e diffusa di produzioni tipiche, di <i>Stefania Pendezza</i>	»	61
Classificazione dei prodotti e piatti tipici della provincia di Bergamo (Areale provinciale)	»	64
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di un'area specifica del bergamasco (Area sovra comunale)	»	79
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Bergamo	»	94

<b>Prodotti e piatti tipici della provincia di Brescia</b>	pag.	113
La cucina bresciana:		
un mosaico di differenti tradizioni locali, di <i>Alberto Vignali</i>	»	115
Classificazione dei prodotti e piatti tipici della provincia di Brescia (Areale provinciale)	»	118
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di un'area specifica del bresciano (Area sovra comunale)	»	127
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Brescia	»	148
<b>Prodotti e piatti tipici della provincia di Cremona</b>	»	185
La cucina cremonese:		
tre poli per una “dolce” convergenza, di <i>Andrea Germani</i>	»	187
Classificazione dei prodotti e piatti tipici della provincia di Cremona (Areale provinciale)	»	189
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di un'area specifica del cremonese (Area sovra comunale)	»	206
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Cremona	»	218
<b>Prodotti e piatti tipici della provincia di Mantova</b>	»	231
La cucina mantovana:		
di carne, di campo, di acqua dolce, di <i>Paola Sposetti</i>	»	233
Classificazione dei prodotti e piatti tipici della provincia di Mantova (Areale provinciale)	»	235
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di un'area specifica del mantovano (Area sovra comunale)	»	266
Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Mantova	»	284
Bibliografia e sitografia, a cura di <i>Andrea Germani, Stefania Pendezza, Paola Sposetti e Alberto Vignali</i>	»	311
Appendice iconografica, di <i>Costantino Cipolla e Alessandro Fabbri</i>	»	321
Notizie sugli Autori	»	337

Hanno partecipato alla stesura delle ricette nel presente volume

## Per la provincia di Bergamo



## Per la provincia di Brescia







Pro Loco di Casazzo San Martino



Comune di Collebeato



Pro Loco di Collebeato



Pro Loco di Cortefranca



Pro Loco di Desenzano del Garda



Pro Loco di Esine



Comune di Flero



Pro Loco di Flero



Comune di Lonato



Pro Loco di Lonato



Pro Loco di Moniga del Garda



Comune di Monte Isola



Pro Loco di Monte Isola



Pro Loco di Montichiari



Comune di Padenghe sul Garda



Pro Loco di Padenghe sul Garda



Comune di Pozzolengo



Pro Loco di Pozzolengo



Comune di Preseglie



Pro Loco di Preseglie



Comune di Serle



Pro Loco di Serle



Pro Loco di Sirmione



Pro Loco di Soiano del Lago



Pro Loco di Temù



Comune di Toscolano Maderno



Pro Loco di Toscolano Maderno



Pro Loco di Tremosine



Pro Loco di Valsavio

## Per la provincia di Cremona



Comune di Calvatone



Pro Loco di Calvatone



Comune di Casalmaggiore



Pro Loco di Casalmaggiore



Pro Loco di Derovere



Pro Loco di Isola Dovarese



Comune di Rivolta d'Adda



Pro Loco di Rivolta d'Adda



Comune di Soncino



Pro Loco di Soncino



Comune di Soresina



Pro Loco di Soresina

## Per la provincia di Mantova



Comune di Borgofranco sul Po



Pro Loco di Borgofranco sul Po



Comune di Castel Goffredo



Pro Loco di Castel Goffredo



Pro Loco di Felonica



Pro Loco di Guidizzolo



Comune di Poggio Rusco



Pro Loco di Poggio Rusco



Comune di Quingentole



Pro Loco di Quingentole



Pro Loco di Quistello



Comune di Revere



Pro Loco di Revere



Pro Loco di Rivalta



Comune di Roncoferraro



Pro Loco di Roncoferraro



Comune di Sabbioneta



Pro Loco di Sabbioneta



Comune di Solferino



Pro Loco di Solferino



Comune di Teofilo Folengo



Pro Loco di Teofilo Folengo



Pro Loco di Viadana



Pro Loco di Villimpenta



# Prefazione

di *Pietro Segalini e Maura Cetti Serbelloni*

Le Pro Loco sono le più antiche associazioni italiane per la promozione del territorio e del turismo. I soci sono volontari accomunati dall'amore per i propri luoghi che quotidianamente operano, oltre che per promuoverlo, per tutelarlo e valorizzarlo.

Nel loro costante impegno le Pro Loco si distinguono per un punto di vista e una sensibilità del tutto specifici che nascono dal radicamento, dall'esperienza dei luoghi, dal dialogo con le persone e dalla conoscenza diretta e capillare delle realtà locali.

Le Pro Loco proteggono e raccontano aspetti delle identità, delle culture, delle storie, delle tradizioni, dei valori locali che altri soggetti che perseguono finalità simili spesso nemmeno conoscono: non solo il patrimonio culturale, i prodotti e le risorse, ma i paesaggi, le atmosfere, le vicende, i ricordi, i nomi e i linguaggi, i saperi e i saper fare, le consuetudini, le credenze, i personaggi e tutto ciò che trasforma un semplice "posto" in un "luogo" vissuto e amato.

La cultura, la tradizione gastronomica è tutto questo: un patrimonio immateriale sedimentato e in continua evoluzione, un fattore di identità per le comunità alle quali appartiene<sup>1</sup>.

Ogni piatto, ogni prodotto narrato in questo volume è uno scorcio dell'identità, della storia e della tradizione lombarda secondo l'inconfondibile sguardo

1. Nella *Convenzione internazionale per la salvaguardia del patrimonio culturale immateriale* l'UNESCO dichiara che «per "patrimonio culturale immateriale" s'intendono le prassi, le rappresentazioni, le espressioni, le conoscenze, il know-how – come pure gli strumenti, gli oggetti, i manufatti e gli spazi culturali associati agli stessi – che le comunità, i gruppi e in alcuni casi gli individui riconoscono in quanto parte del loro patrimonio culturale. Questo patrimonio culturale immateriale, trasmesso di generazione in generazione, è costantemente ricreato dalle comunità e dai gruppi in risposta al loro ambiente, alla loro interazione con la natura e alla loro storia e dà loro un senso d'identità e di continuità, promuovendo in tal modo il rispetto per la diversità culturale e la creatività umana».

delle Pro Loco: dai valori culturali e dai significati simbolici del cibo alle tecniche di produzione, dalle storie del lavoro alle consuetudini familiari, dai modi di dire alle ragioni della produzione o della preparazione, dai luoghi del consumo ai suoi riti, dalle celebrazioni e feste tradizionali alle trasformazioni del paesaggio.

Ogni assaggio è un po' di tutto questo, condito – ci permettiamo di dire – da quello stile che è un tratto distintivo del mondo delle Pro Loco, e in fondo anche della tradizione lombarda: gesti ospitali, la cordialità di una chiacchierata, la sincera convivialità, il valore del riunirsi, la saggezza dei tempi lenti di una volta, la voglia di narrare, la semplicità del voler condividere qualcosa di buono.

Siamo convinti che conoscere e far conoscere la tradizione migliori il benessere e la qualità del vivere delle comunità, accresca il valore e l'attrattiva dei luoghi e arricchisca di ulteriori significati il patrimonio da condividere con ospiti e visitatori.

Questo volume è dunque un omaggio alla tradizione gastronomica delle province orientali della Lombardia, ma anche al sapere e al saper fare di chi la rende un patrimonio vivo e vitale e al lavoro e alla conoscenza dei volontari che tale patrimonio sanno salvaguardare.

Il Comitato Regionale UNPLI Lombardia riunisce, coordina e rappresenta le Pro Loco lombarde. Negli ultimi anni un grande impegno è stato rivolto ad accrescere il riconoscimento nei loro confronti dando visibilità al loro lavoro e valorizzandone la specificità.

Realizzare questo volume ha significato portare le Pro Loco di quattro province lombarde a lavorare insieme per ottenere un risultato comune concreto e duraturo, capace di testimoniare il valore e la qualità di ciò che le nostre associazioni sono in grado di fare, ancor più quando collaborano.

Un sincero grazie è dunque rivolto alle Pro Loco che con impegno ed entusiasmo hanno aderito al progetto, fornendo materiale prezioso.

Un ulteriore ringraziamento va naturalmente a tutti quanti hanno contribuito alla realizzazione di questo volume con competenza, rigore scientifico e sincera passione.

L'augurio è che i lettori partano alla scoperta dei territori narrati in questo volume, incuriositi dagli scorci che le Pro Loco hanno voluto regalare.

# Introduzione

di Costantino Cipolla e Alessandro Fabbri\*

Questo libro nasce da un prestigioso riconoscimento ottenuto recentemente dalla cucina delle quattro province della Lombardia Orientale, ossia Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova. Nel luglio del 2015, infatti, è stato loro conferito il titolo di *European Region of Gastronomy Award 2017*, insieme alla regione danese di Aarhus e a quella di Riga-Gauja in Lettonia. Il titolo è il coronamento di un progetto, intitolato *European Region of Gastronomy* (ERG), che ha visto protagonista e co-fondatrice la regione Lombardia insieme ad altre otto regioni Europee, coordinate dall'*International Institute of Gastronomy, Culture, Arts and Tourism* (IGCAT)<sup>2</sup>. Questa rinomata istituzione culturale ha sede a Sant Pol de Mar, presso Barcellona<sup>3</sup>, ed è a sua volta composta da esperti internazionali nel campo della gastronomia, dell'arte, della cultura e del turismo<sup>4</sup>, che si dedicano alla ricerca, allo sviluppo di progetti e all'organizzazione di eventi legati a salute, diversità gastronomiche, innovazione, educazione e sviluppo sostenibile, affinché possano favorire la crescita delle realtà regionali.

In proposito il progetto ERG nasce allo scopo specifico di promuovere le gastronomie regionali a livello europeo, rafforzando le identità dei territori e dando visibilità ai piatti tradizionali. Il valore culturale, sociale ed economico di questa iniziativa è quindi evidente: in tempi di globalizzazione e glocalizzazione, tutelare e promuovere la propria identità culinaria presentandola sulla scena internazionale in tutta la sua ricchezza, con un'adeguata certificazione da parte di un comitato di esperti, è certamente una strategia vincente per chi voglia salvaguardare le proprie tradizioni gastronomiche e dare loro nuova vita, portando l'opinione pubblica a riscoprirle in tutta la loro gustosità.

\* Il presente saggio è il prodotto di un'elaborazione comune dei due autori. In ogni caso, i primi paragrafi sono da attribuire ad Alessandro Fabbri mentre l'ultimo paragrafo è da attribuire a Costantino Cipolla.

2. Cfr. <http://europeanregionofgastronomy.org/> (consultato il 29/03/2017).

3. Cfr. <http://igcat.org/contact/location/> (consultato il 29/03/2017).

4. Cfr. <http://igcat.org/experts/global-experts-network/> (consultato il 29/03/2017).

In continuità con questi obiettivi ha quindi preso avvio l'iniziativa dei curatori del volume, il Professor Costantino Cipolla dell'Università di Bologna e Pietro Segalini, Presidente UNPLI Lombardia Pro Loco Lombarde. Il loro scopo è stato raccogliere, nella maniera più sistematica possibile, tutte le informazioni esistenti sui prodotti e sui piatti tipici della Lombardia Orientale: infatti, poiché il prestigioso riconoscimento ha certificato in maniera incontestabile che le quattro province sono una realtà unica ed un'eccellenza in ambito turistico e gastronomico, queste informazioni costituiscono un autentico tesoro, un patrimonio di saperi e di sapori che deve essere raccolto, ordinato, preservato e divulgato. Da questo intento ha avuto inizio la ricerca sulla cucina della Lombardia Orientale.

## Svolgimento della ricerca

La ricerca si è svolta su un duplice piano: per un verso è stato fatto appello alle Pro Loco delle quattro province interessate, alle quali è stato richiesto ufficialmente di collaborare all'iniziativa inviando tutte le informazioni disponibili sui prodotti e sui piatti tipici dei comuni di loro pertinenza, utilizzando una scheda-base che avrebbero dovuto compilare. Per un altro verso tuttavia i curatori, considerando che molti comuni non ospitano una Pro Loco, e prevedendo che non tutte le Pro Loco avrebbero avuto modo di collaborare alla ricerca, hanno stabilito di reperire direttamente ulteriori informazioni tramite canali alternativi: contattando le amministrazioni comunali dei paesi e delle cittadine privi di Pro Loco, contattando ristoranti rinomati ed altre realtà gastronomiche famose a livello locale, consultando ricettari e testi di storia dell'alimentazione, ed infine controllando qualificati siti internet del settore enogastronomico, come ad esempio il sito dell'Ente Regionale per i Servizi all'Agricoltura e alle Foreste (ERSAF) della regione Lombardia<sup>5</sup>.

Per ogni provincia è stato quindi designato un referente operativo: il loro compito è consistito sia nello svolgimento di tali ricerche in prima persona, sia nella raccolta e nell'ordinamento delle schede informative che sono pervenute dalle rispettive Pro Loco. Grazie al loro lavoro, e con la collaborazione di tutte le Pro Loco, le istituzioni e le realtà interpellate, è stato a poco a poco possibile ricostruire la realtà della cucina delle quattro province, mettendone in luce sia le peculiarità sia i tratti comuni: è stata quindi identificata una serie di prodotti e piatti presenti in tutta la Lombardia Orientale, quasi una sorta di alfabeto gastronomico condiviso da Bergamo a Mantova, ma altresì anche una grande

5. Cfr. <http://europeanregionofgastronomy.org/> (consultato il 29/03/2017).

varietà di cui ciascuna provincia è unica custode. E così la Bergamasca si è rivelata essere un territorio particolarmente ricco sul versante dei prodotti, come i latticini, la carne di selvaggina e di animali da allevamento, gli insaccati e gli ortaggi, grazie alla varietà dei suoi contesti ambientali e quindi delle sue materie prime, laddove invece il Bresciano, un territorio anch'esso ricco di ambienti naturali, ma per lungo tempo creduto povero di varietà culinarie e di frontiera, si rivela custode non solo di una nutrita serie di prodotti tipici, ma anche di molti piatti e alcuni dolci affermati ed apprezzati. I dolci si sono rivelati d'altronde l'eccellenza della cucina cremonese, in generale più versata nei piatti che nei prodotti, e sempre con una sfumatura di dolce ad arricchirne i sapori, perfino nelle portate più impensabili come il cotechino; anche nel Mantovano sono i piatti, piuttosto che i prodotti, ad occupare la scena e a riempire la tavola, ma in questa realtà i dolci sono pochi e semplici, per quanto non meno rinomati (la torta sbrisolona), e sono invece soprattutto la pasta, il riso, la carne di maiale e il pesce e i molluschi a farla da padroni.

Una simile ricchezza, per quanto affascinante ed appetitosa sotto qualunque veste, rischiava di travolgere i lettori se fosse stata presentata loro in maniera disordinata ed aleatoria: era necessario organizzare le descrizioni dei prodotti e le ricette dei piatti in maniera chiara e precisa, e pertanto è stato elaborato ed attuato uno specifico metodo di ordinamento delle ricette pubblicate in questo volume.

## Nota metodologica

L'ordine dell'esposizione dei prodotti e dei piatti tipici è stato stabilito in base ad un criterio eminentemente geografico, in quanto è stato osservato che le quattro province, pur nella loro varietà, sono accomunate da una diffusione delle loro eccellenze gastronomiche su 4 livelli geografici:

- a) alcuni prodotti e piatti sono comuni a tutte le province;
- b) altri sono tipici di una sola provincia;
- c) altri sono invece presenti in un "areale", ossia un territorio sub-provinciale più o meno vasto, ma comprensivo di almeno due comuni;
- d) vi sono infine prodotti e piatti caratteristici di uno ed un solo comune in una provincia.

In base a tale constatazione, l'ordine delle schede descrittive di prodotti e piatti, e di conseguenza anche l'ordine del presente volume, è stato concepito intersecando questi 4 livelli geografici con le 4 province. Il volume comprende infat-



ti 5 sezioni: la prima riunisce tutti i prodotti ed i piatti comuni a tutte le province, mentre le altre 4 sezioni corrispondono a ciascuna delle province stesse. All'interno di ogni sezione i prodotti ed i piatti sono organizzati seguendo un criterio di estensione geografica decrescente: anzitutto vi sono le specialità tipiche dell'intera provincia, poi quelle dei vari "areali", ordinati alfabeticamente, ed infine quelle dei vari comuni, anch'essi ordinati alfabeticamente. Per ciascuno di questi livelli la prima categoria che viene esposta è quella dei prodotti, in quanto più vicini allo stadio naturale delle materie prime, mentre la categoria dei piatti è la seconda; naturalmente, anche all'interno di ciascuna delle due categorie l'ordine è alfabetico.

Nell'ambito di ogni livello e categoria si trovano infine le circa 220 schede descrittive dei vari prodotti e piatti, di rilevanza e dimensione diverse, veri e propri mattoni con cui questo volume è costruito: come si può ben comprendere, la loro differente natura imponeva modalità descrittive differenziate, e pertanto nelle schede descrittive dei piatti i contenuti sono organizzati in base alle principali voci *Cenni storici*, *Ingredienti* e *Preparazione*, ed eventualmente *Consigli*, mentre nelle schede relative ai prodotti le principali voci sono *Cenni storici*, *Preparazione* (per i prodotti di origine animale) o *Particolarità* (per i prodotti di origine vegetale), e *Classificazione*, nel caso in cui il prodotto abbia avuto riconoscimenti speciali. Completa infine le schede la voce *Fonti*, che documenta l'origine delle informazioni esposte: tutte le fonti sono però riunite nella *Bibliografia* finale, comprensiva di sitografia, che chiude il volume.

Alcuni prodotti e piatti, particolarmente rinomati ed appetitosi, sono stati inoltre presentati in un vivace inserto iconografico a colori, degno complemento del ricco repertorio di schede.

## Una gastronomia popolare, ricca e democratica

Tirando le fila di tutto il lavoro che è stato svolto dai giovani studiosi che hanno intervistato e preso i contatti con tutte le Pro Loco dei territori interessati, e che nel contempo hanno analizzato le sedimentazioni storiche, nonché quelle legislative, relative ai piatti tipici e ai prodotti alimentari tipici delle province di Bergamo, Brescia, Mantova e Cremona, il problema vero è capire cosa congiunge queste gastronomie popolari fra di loro.

Essendo un territorio che va dalle sponde del Po ai ghiacciai delle Alpi, è evidente che ci sono delle differenze interne, che la strutturazione geografica, ed anche le relative evoluzioni della storia delle singole aree, comportano. Escluse però le specificità della collina e della montagna, che sono state ben evidenziate dai singoli autori, e ciò che in qualche modo connota il Po in senso proprio, il quale però converge, soprattutto nel Mantovano, con i laghi, il Mincio ed altri

canali e fossi che irrigano la Pianura Padana a nord dello stesso Po, ciò che connota la cucina di queste terre è la sua sostanziale democraticità, associata ad una ricchezza di base, dovuta alle situazioni favorevoli del territorio su cui essa insiste.

In tal senso credo che sia emblematica quella che in tutta la Pianura Padana, ma nello specifico anche nei nostri territori, si definisce come pasta ripiena. La pasta ripiena può contenere elementi vari: in genere, nei giorni di festa e di maggior rilevanza sociale, essa era ed è una pasta ripiena di carne, ma si può facilmente osservare, vedendo le tante ricette che sono state riportate nel volume, come il ripieno possa essere di zucca o di tante altre erbe, di campo o meno. Se riflettiamo però sulla pasta come pasta ripiena, piatto sicuramente di grande spessore, v'è da notare che esso accomuna i ricchi ed i meno fortunati: nei giorni di festa questa pasta riguardava e copriva tutti. Ma ricordo che si tratta di una gastronomia estremamente complessa, che richiede un percorso culturale non occasionale: si tratta di unire ad esempio, in alcune sue versioni più classiche della media Pianura Padana – Cremona e Mantova, ad esempio, ma poi si risale e si arriva fino a Brescia e a Bergamo – due operazioni: fare un brodo, cosa già di per sé non semplice, e cuocervi la carne, che normalmente è di manzo e di cappone, tagliate con un po' di maiale; a fianco di questa operazione, nel frattempo, si deve fare la pasta, secondo le tradizioni classiche lombarde, la quale poi deve essere tirata. E fatto il ripieno, con le carni bollite, a loro volta rielaborate e ricucinate, perché siano disponibili per questa soluzione, lo stesso ripieno deve essere avvolto nella pasta medesima. Fatta questa ulteriore operazione ci veniamo a trovare con degli agnolini, dei tortellini o dei casoncelli, come si voglia chiamarli, che vanno cotti nel brodo di cui sopra ed infine mangiati come tali. Se ci si riflette è un'elaborazione estremamente complessa, che richiede 5 o 6 passaggi diversi al fine di finire in tavola. Quindi è un prodotto sì democratico, ma di grande raffinatezza e complessità. Ebbene, probabilmente questo è ciò che premia questo stile di cucina, e probabilmente questa democraticità di fondo, associata ad una qualità elevata e complessa, è ciò che ha fatto sì che queste terre avessero il premio di cui si è fatta menzione all'inizio di questa *Introduzione*.

Credo che il volume che qui presentiamo, nella varietà e ricchezza delle sue presentazioni, tutte autentiche e provate proprio attraverso la partecipazione della popolazione, sia la dimostrazione più evidente di quanto abbiamo cercato di dimostrare.



## Con il patrocinio di



“L’alta cucina popolare lombarda” è un omaggio alla grande tradizione gastronomica delle province orientali della Lombardia e alle sue Pro Loco, da sempre in prima linea nella salvaguardia del nostro immenso patrimonio culturale materiale e immateriale.

Attraverso le ricette il volume racconta la storia e l’amore verso questi luoghi, aprendo uno spaccato sulle tradizioni e sull’identità del comprensorio.

La pubblicazione sottolinea implicitamente l’importanza di fare rivivere le antiche tradizioni così da tramandare questo patrimonio alle generazioni future.

Una missione importantissima che le Pro loco svolgono quotidianamente esercitando quel prezioso ruolo di sentinelle dell’Italia che hanno guadagnato sul campo, promuovendo e salvaguardando, il patrimonio culturale immateriale e materiale della nostra penisola.

L’Unpli (Unione Nazionale Pro Loco d’Italia) è l’associazione che vanta la più capillare diffusione sul territorio con oltre 6200 Pro Loco presenti in Italia e la costante crescita del nostro mondo passa attraverso la condivisione di finalità e buone pratiche da attuare tutti i giorni.

Un ringraziamento particolare, quindi, all’Unpli Lombardia che in collaborazione con l’Università degli Studi di Bologna ha realizzato questo volume.

Un grazie, infine, a tutte le Pro Loco che con il loro contributo hanno fatto in modo che “L’alta cucina popolare lombarda” diventasse una bella realtà ed anche un esempio da seguire

Buona lettura a tutti e buon viaggio alla scoperta dell’identità culinaria di uno scorcio di Lombardia, una vera e propria guida per rivivere, attraverso la cucina, tradizioni recuperate e da condividere.

*Antonino La Spina*

Presidente Unpli Nazionale Pro Loco d’Italia



Con il patrocinio di



**Regione Lombardia**

IL CONSIGLIO

Ripercorrere la storia e indagarne i contenuti è sempre un lavoro meritorio e fondamentale. Ben si accoglie quindi questa particolare iniziativa degli autori e dei committenti che hanno voluto dar conto, attraverso un breve compendio sulla storia e i piatti tipici della nostra Regione, di una tradizione della nostra Lombardia. La nostra terra è particolarmente ricca di storie legate al cibo e si distingue da sempre per la qualità dei suoi prodotti e per la creatività di chi li prepara. Questa è anche l'eredità che ha lasciato Expo: la consapevolezza che la storia la si fa anche attraverso la tavola e le tradizioni più vere si tramandano anche in cucina. Per questo il Consiglio regionale ha voluto sostenere questa iniziativa che si è tradotta in un'opera ricca di spunti e approfondita che può contribuire ad aiutare tutti noi a continuare a riflettere e conoscere ancora meglio la nostra amata terra.

*Raffaele Cattaneo*

Presidente del Consiglio Regionale della Lombardia



## Con il patrocinio di



La Lombardia è terra di cultura, di città d'arte e di montagne, ma anche di acque, di laghi e di vita all'aria aperta. Luoghi straordinari, elementi di eccellenza dentro una regione con una grande vocazione turistica, sempre più protagonista nel panorama nazionale e internazionale.

All'interno della nostra offerta turistica l'enogastronomia rappresenta un elemento centrale. La ristorazione e la cucina, le produzioni alimentari e vitivinicole continuano a crescere tra tradizione e modernità e si sono affermate come un patrimonio che costituisce un formidabile elemento di attrattività. Per questo abbiamo sostenuto da subito la candidatura a questo riconoscimento europeo, perché crediamo costituisca un'importante opportunità per valorizzare ulteriormente la visibilità delle province di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova, ma anche per sostenere le economie locali e promuovere su scala internazionale la cucina tradizionale e quella d'autore.

Sul modello della Capitale europea della cultura, questo progetto affianca e contribuisce a rafforzare gli sforzi che Regione Lombardia sta compiendo per favorire la promozione integrata dei territori in una prospettiva sempre più basata sul paradigma del turismo esperienziale.

Il cibo è in ultima analisi identità, è incontro e condivisione. Expo 2015 ha contribuito a rilanciare questo messaggio e si è rivelato anche un fattore detonante in questo senso per riacquistare consapevolezza della qualità che i territori coinvolti dal progetto European Region of Gastronomy, e tutta la Lombardia, sono in grado di esprimere in questo settore. L'esperienza enogastronomica è senza dubbio una porta d'ingresso privilegiata per entrare in contatto con le nostre eccellenze.

E questa occasione, che gli operatori e la filiera hanno saputo cogliere con dinamismo e condivisione, aprirà una vetrina internazionale sulla laboriosità della gente di questo territorio, ma sarà anche una opportunità importante per rafforzare in modo decisivo il legame tra turismo ed enogastronomia.

*Mauro Parolini*

Assessore allo Sviluppo Economico di Regione Lombardia





## Con il patrocinio di



Anci Lombardia è l'Associazione Nazionale dei Comuni lombardi che associa a sé oltre 1400 comuni della regione, li supporta e segue le loro richieste, spesso peculiari rispetto a quelle nazionali e di altre Regioni.

L'Associazione, grazie al costante sostegno degli Amministratori locali, con i quali è fondamentale il rapporto quotidiano, è diventata una voce autorevole in grado di rappresentare i Comuni di fronte alle istituzioni regionali e locali, dimostrando costante attenzione alle problematiche che emergono nei territori, per fronteggiare le quali è sempre attivo un servizio di risposta ai quesiti degli Enti associati.

Anci Lombardia è una realtà concreta che riunisce e rappresenta la quasi totalità dei Comuni lombardi, portando avanti le loro istanze, promuovendo iniziative e servizi, coinvolgendo i territori in esperienze che fanno sentire tutti i Comuni, dalla grande città al piccolo borgo, parte di un Paese orientato al futuro, allo sviluppo e alla crescita, non solo economica, delle sue comunità, ma anche impegnato a far sì che ogni territorio possa condividere opportunità e sfide.

Anci Lombardia rappresenta la “casa comune” di tutti gli Amministratori lombardi, impegnati, al di là delle appartenenze politiche, ad operare per il bene delle nostre comunità.

Anci Lombardia, attraverso AnciLab, società controllata dall'Associazione, propone una gamma di servizi per i Comuni associati che ha consentito alle Amministrazioni di aprirsi all'innovazione e di poter usufruire di servizi a rete in grado di assicurare la continuità nelle risposte ai bisogni dei cittadini.

Tra i principali progetti promossi da Anci Lombardia e gestiti da AnciLab, un posto di riguardo rivestono quelli legati alle politiche giovanili, come il Servizio Civile Anci Lombardia e DoteComune.



## Con il patrocinio di



Abbiamo condiviso con entusiasmo la proposta del Comitato Regionale UNPLI Lombardia, l'Associazione rappresentativa delle Pro Loco attive sul territorio, di patrocinare e sostenere questa bella pubblicazione che vuole illustrare la cultura enogastronomica di una affascinante parte del territorio lombardo quale è la parte orientale della nostra regione.

Le province di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova rappresentano uno scrigno di arte, di cultura e di valori nelle quali la ricca tradizione enogastronomica trova una felice sintesi in grado di esaltarne la tipicità e la storia.

I nostri operatori turistici pur raggiungendo nella ristorazione livelli ottimali e di avanguardia hanno saputo mantenere intatte nel tempo le vecchie ricette facendo esaltare le caratteristiche peculiari di un territorio variegato e prezioso e valorizzando la riscoperta di un mondo semplice e genuino.

La pubblicazione rientra in un contesto dove queste quattro province sono state riconosciute Regione Europea della Gastronomia – East Lombardy – per il 2017 e questa opportunità deve essere un ulteriore concreto aiuto al territorio per lo sviluppo turistico e per attirare un flusso di visitatori attenti alle eccellenze di un luogo.

Questo è anche l'obiettivo di questo lavoro oltre ad essere un filo conduttore per una collaborazione viva e attenta tra la Provincia di Bergamo e tutte le Pro Loco del territorio bergamasco, nella convinzione che ad unire le forze e condividere gli impegni comuni, potranno essere raggiunti significativi risultati per la valorizzazione di questa area geografica.

Recuperare e valorizzare ricette del territorio diventa così un'opportunità per conoscere e scoprire la terra bergamasca che ricca, variegata e colma di bellezze, appare un gioiello ambito dai tanti turisti provenienti non solo dal territorio nazionale, ma anche dall'estero, grazie soprattutto alla presenza dell'aeroporto internazionale Il Caravaggio di Orio al Serio, oggi terzo scalo italiano per flusso di traffico e grande facilitatore di viaggi e soste nel territorio bergamasco. Qui il

turista può gustare un paesaggio straordinario sia per quanto riguarda i monumenti architettonici e i beni artistici di altissimo valore, sia per quanto concerne l'ambiente naturale, ampiamente diversificato nella sua distribuzione tra pianura, collina, valli e laghi.

Grande appare la ricchezza artistica della città, con i suoi borghi storici e luoghi di grande interesse artistico (come il Teatro Donizetti e l'Accademia Carrara) e la sua Città Alta, racchiusa dalle maestose Mura venete, oggi patrimonio Unesco e abitata da splendidi palazzi tra i più rappresentativi della città, come il Palazzo della Ragione e la Biblioteca Civica Angelo Maj in Piazza Vecchia, il Duomo, la Basilica di Santa Maria Maggiore e l'elegante Cappella Colleoni.

Lotto, Moroni, Baschenis, Ceresa e Manzù sono, inoltre, i maggiori nomi che compaiono nelle opere racchiuse in stupende architetture religiose e in eclatanti palazzi nobiliari collocati sia in città che in provincia.

L'incanto della città si estende oltre i suoi confini, nelle affascinanti pianure della Bassa Bergamasca ai piedi dei fiumi Adda, Oglio, Brembo e Serio, custodi di paesaggi rurali nei quali sorgono castelli e dimore antiche circondate da un paesaggio dove la natura sembra essersi fermata. La stessa sensazione che si prova trovandosi in una qualsiasi delle magnifiche Valli Orobiche, tra le quali Valle Brembana e Valle Seriana, con i loro infiniti sentieri e percorsi dedicati alla natura e allo sport. E poi ci sono i laghi di Endine, Sarnico, Lovere e d'Iseo, rivelatori di grandi bellezze naturali quanto artistiche e culturali, come mostrato dalle affascinanti architetture liberty che accompagnano sovente il visitatore lungo i corsi d'acqua.

È proprio in questa cornice che trae origine la ricca produzione agroalimentare ed enogastronomica della bergamasca accompagnata da tradizioni forti e consolidate in grado di rendere i piatti tipici di questo territorio i veri protagonisti di un turismo esperienziale unico.

Bergamo, oggi più che mai, intende aprirsi al mondo con una fitta rete di iniziative e proposte culturali ed enogastronomiche rivolte a tutte le tipologie di pubblico, uno strutturato sistema di trasporti, un'ampia scelta di strutture ricettive per tutti i gusti e una grande varietà di attrattive per gli amanti del buon cibo, della natura, dello sport e dell'arte.

*Alberto Vergalli*

Consigliere Provinciale  
con delega Servizio Cultura

*Matteo Rossi*

Presidente della Provincia di Bergamo

## Con il patrocinio di



### **Brescia, una provincia di eccellenze**

La provincia di Brescia è l'area leader del turismo vacanziero in Lombardia. Le ragioni di questo suo successo sono legate alla varietà paesaggistica, alle vicende storico-artistiche del territorio che hanno consentito di organizzare e proporre un'offerta turistica assai articolata che spazia dalla montagna ai laghi, dalla natura all'enogastronomia, dalle terme alle città ai borghi d'arte. Le attrazioni principali sono costituite dai laghi di Garda, Iseo e Idro, dalle splendide montagne che racchiudono la Valle Camonica, la Valle Trompia, la Valle Sabbia, da Brescia, città d'arte e di storia. Una pianura caratterizzata da fiumi e castelli nonché microregioni d'eccellenza per la produzione enogastronomica come la Franciacorta e la Valtenesi ne completano il panorama.

Tutti conoscono il più grande lago d'Italia: il Garda, il fascino e la storia di borghi come Sirmione, Salò, Gardone, Desenzano e Limone, le incisioni rupestri di Capo di Ponte in Valle Camonica, primo sito italiano ad essere dichiarato dall'Unesco patrimonio dell'umanità e l'Adamello che è stato protagonista della storia d'Italia. I grandi eventi e le esposizioni di Brescia, città capoluogo, sono famose in tutto il mondo. L'area archeologica di Brescia romana, il Museo di Santa Giulia, le testimonianze longobarde inserite nel patrimonio Unesco, i castelli sull'Oglio, i prestigiosi vini della Franciacorta, Monte Isola – l'isola lacustre più grande d'Italia – inserita con Bienno tra i borghi più belli d'Italia sono tra le attrazioni più conosciute.

Ma la provincia di Brescia unisce ai luoghi privilegiati dalla natura anche un'organizzazione ed una imprenditorialità di assoluto valore che ne qualificano l'accoglienza e l'ospitalità raggiungendo livelli di eccellenza.

Sono le terme e le beauty farm che raccolgono un'eredità antica e si propongono come moderni centri tecnologicamente avanzati dove il benessere del corpo è un tutt'uno con quello dello spirito. Situate in angoli di particolare fascino,

sulle sponde del Garda, circondate da parchi o fra il verde delle valli, le località termali bresciane sono la risposta di qualità alle domande più esigenti.

Sorprendente è la proposta per gli appassionati golfisti. Splendidi percorsi, piacevoli o impegnativi, disegnati nella vegetazione mediterranea si inerpicano tra dolci pendii e specchi d'acqua, dal Lago di Garda alla Franciacorta fino a giungere tra le folte abetaie della Valle Camonica.

In Ville e Palazzi d'epoca aprono le porte alberghi di charme dove l'ospitalità raggiunge le vette delle classifiche internazionali. Sono dimore dove il fascino della storia si coniuga a felici espressioni artistiche, parchi e giardini per un'accoglienza elegante e discreta. Un'atmosfera d'altri tempi alla quale aggiungono valore i più moderni servizi.

Sono i prodotti del territorio, la professionalità e la fantasia di chef di fama a portare la ristorazione bresciana nell'olimpo dell'enogastronomia. Luoghi dove la cultura del cibo fa vivere esperienze gratificanti.

*Pier Luigi Mottinelli*

Presidente della Provincia di Brescia

## Con il patrocinio di



### Cremona e il territorio

Cremona è da sempre legata al suo fiume, al maestoso Po grazie al quale ebbe origine in epoca romana, che la rese potente Comune in epoca medioevale.

Un territorio fertile, grazie alla sua posizione geografica, alle bonifiche ed al lavoro millenario di agricoltori che hanno tratto acque per irrigare la pianura circostante, coltivata a cereali e foraggi. Il territorio è compreso tra i fiumi Oglio, Adda e Serio che consentono l'alternanza tra paesaggi agricoli e vegetazione boschiva, con zone naturalistiche di pregio.

L'immagine di Cremona rimanda alla tradizione musicale e liutaria: la tradizione del *"Saper fare tradizionale del violino a Cremona"* iscritta nella *Lista Rappresentativa del Patrimonio Immateriale dell'Umanità* rappresenta un'eccellenza, un unicum che riconosce la secolare tradizione artistica in questo ambito. "Musica" è anche sinonimo di arte organaria, per la tradizione di costruzione e restauro di strumenti a canne, caratteristica di Crema e del circondario

Inoltre, qui nacquero e si svilupparono i canoni fondamentali del melodramma e del madrigale con Claudio Monteverdi nella seconda metà del Cinquecento, nell'Ottocento la lirica trovò il suo paladino in Amilcare Ponchielli.

Cremona ed il suo territorio registrano altre eccellenze produttive e legate alla trasformazione: quella agroalimentare, grazie ad un comparto zootecnico e lattiero-caseario di alta qualità, accompagnato da una produzione di cereali, foraggi ed ortofrutta, dal Cremasco al Cremonese e Casalasco.

Da qui una gastronomia locale nota in tutto il mondo, che riveste un ruolo importante nel panorama grazie alle tipicità, dai salumi ai formaggi, con diversi prodotti DOP ed IGP, in abbinamento alla tipica Mostarda di Cremona, che si differenzia da altre, anche per l'originalità con cui il gusto piccante della senape si mescola al dolce dei vari tipi di frutta.



Un altro pilastro della tradizione gastronomica cremonese, legato alla storia cittadina, in particolare alle fastose nozze tra Bianca Maria Visconti e Francesco Sforza, è il Torrone, un'accurata miscela di albume, miele e mandorle.

Cremona ed il suo territorio, sono quindi arte, con i suoi secolari monumenti e maestosi palazzi antichi, cultura, attraverso le molte iniziative diffuse in provincia, musica e turismo.

Presidente della Provincia di Cremona

## Con il patrocinio di



### Mantova e il Mantovano: terra d'acqua, d'arte e cultura

Il territorio mantovano è un territorio ricco di testimonianze storiche e artistiche che richiamano ad un passato denso di storia e personaggi emblematici. Il momento di massimo splendore artistico fu raggiunto nel Rinascimento, quando il Ducato di Mantova era governato dalla famiglia dei **Gonzaga**, grandissimi mecenati nel campo dell'arte e della letteratura che godettero dell'opera di artisti importanti come Pisanello, **Andrea Mantegna**, Leon Battista Alberti, Rubens e Giulio Romano. Questi maestri lavorarono sia nella Reggia di Palazzo Ducale e di Palazzo Te, ma anche nelle ridenti località della bella campagna mantovana dove si trovano Sabbioneta, detta la "Città ideale" e San Benedetto Po.

Mantova, infatti è segnalata come città "gioiello del Rinascimento" famosa in tutto il mondo per le sue architetture, i tesori d'arte e le bellezze naturali del suo entroterra. Nel 2016 è stata Capitale Italiana della Cultura e offre in ogni angolo del suo centro storico, testimonianze della sua storia e delle sue ricche tradizioni: portici, piazzette e cortili, luoghi incantevoli che tramandano gli splendori delle corti cinquecentesche. I palazzi rinascimentali, a cui si alternano edifici medievali e imponenti architetture neoclassiche, sono i monumenti che più testimoniano la creativa dinamicità dei Gonzaga e del loro dominio su questa terra.

Mantova e il suo territorio costituiscono un "unicum" e la loro unicità è data dalla convivenza delle opere dell'uomo e delle bellezze del territorio, dove vige la preponderanza dell'acqua. La città, "dama del lago" condivide l'elemento acqueo col suo territorio, caratterizzato da una rete di fiumi e canali, popolati da una fauna selvatica, "regina" dell'enogastronomia locale. L'Anfiteatro Morenico dell'Alto Mantovano, poi richiama il miglior paesaggio senese, per le morbide curve dei suoi colli, coltivati a vigneti, fin dall'antichità.

Il Mantovano, quindi è un luogo “a misura d’uomo” poiché il ritmo delle giornate sembra adattarsi a quello del cuore e la percezione di ritrovare un benessere è viva grazie anche alla tranquillità dell’ambiente naturale che invita alla meditazione e al raccoglimento.

*Beniamino Morselli*

Presidente della Provincia di Mantova

**Prodotti e piatti tipici  
della Lombardia Orientale  
(Bergamo, Brescia, Cremona, Mantova)**



# Prodotti tipici della Lombardia Orientale (Bergamo, Brescia, Cremona, Mantova)

## Casolet

- **Cenni storici:** questo prodotto era tra i formaggi più consumati nella dieta delle famiglie contadine delle valli sul confine tra Bergamo e Brescia. Veniva degustato fresco o stagionato, ma soprattutto utilizzato per cucinare piatti semplici a base di uovo e burro o accompagnato da alcune fette di salame, tutti prodotti comuni nelle case di contadini o malgari. In principio il *Casolet* non aveva forma, a causa del costo considerevole degli stampi, che in pochi potevano permettersi. Le forme rimasero irregolari finché lo sviluppo del mercato caseario non rese necessario curare un'immagine riconoscibile per la vendita e quindi si scelse quella triangolare, che tuttora lo distingue da buona parte dei formaggi della regione.
- **Ubicazione:** nella regione Lombardia, la produzione è diffusa nei territori delle province di Bergamo e Brescia, più precisamente nella Valle Brembana, in Valle di Sclave e in Valle Camonica.
- **Particolarità:** il procedimento per la produzione di questo formaggio prevede l'utilizzo di latte vaccino di due mungiture, la prima delle quali scremata per affioramento e la seconda usata intera. Il latte viene scaldato a 35-36 °C e poi viene aggiunto caglio liquido di vitello. Il coagulo si forma in circa 30 minuti e in seguito si procede con la rottura della cagliata a dimensione di una nocciola, mantenendo la massa in movimento e la temperatura a 38 °C. A questo punto si lascia riposare la cagliata sotto siero per circa 20 minuti, per poi estrarla mediante un panno di lino e posizionarla sul tavolo spessore. A scolatura ultimata la cagliata ha una forma appiattita e pressoché circolare: a quel punto viene tagliata a mano in porzioni più piccole di forma triangolare con lati minori di 20 cm, scanzo 5 cm e peso di circa 1,5-2 kg. La salatura avviene a secco con sale grosso o in salamoia. La stagionatura minima è di 30-40 giorni, ma può essere prolungata anche di diversi mesi. La crosta è sottile, rugosa e di colore che va dal giallo-biancastro fino al marroncino dopo una prolungata stagionatura. La pasta del *Casolet* è morbida e compatta, di colore bianco se la forma è fresca, mentre tendente all'avorio dopo qualche mese di stagionatura. Il sapore è dolce e delicato mentre il profumo è quello del latticino fresco.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 14/03/2017). Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 14/03/2017).

## Cotechino

- **Cenni storici:** circa 500 anni fa il popolo di Mirandola, per sottrarre i maiali al nemico invasore, prende la decisione di insaccare le carni macinate nella cotenna e nelle zampe. Questa astuzia dà origine a cotechino e zampone. Quindi, a partire dal Cinquecento, il cotechino si diffonde in tutto il Settentrione ad opera delle prime botteghe salumiere del Modenese, fino ad affermarsi come una delle pietanze italiane più apprezzate nel periodo invernale, specie durante le festività natalizie, assumendo dal 1999 la denominazione di Cotechino di Modena IGP. Esiste invece un cotechino proposto nel periodo estivo in concomitanza con la Fiera delle Grazie a Curtatone di Mantova, che si svolge il 15 agosto di ogni anno. Infatti sin dal 1406 i fedeli si recavano in questo borgo per pregare al Santuario della Beata Vergine Maria e, in tempi più recenti, il turismo religioso ha creato una specifica domanda: ristorarsi in maniera semplice e poco costosa. Accade così che durante la Fiera del 1954 le osterie locali finiscono tutto e iniziano a servire la sola cosa a disposizione: il cotechino. Da questo momento in poi si propone il connubio cotechino caldo e pane fresco, che diventa d'obbligo ad agosto; dal 2014 questo salume acquisisce la denominazione De.Co. La sua cottura deve essere lentissima e avviene la notte antecedente la Festa, in acqua o a vapore, dentro a grandi paioli di rame. Una volta cotto la fetta deve essere granulosa ma compatta, sfaldarsi ma non sbriciolarsi, avere un colore rossastro non troppo chiaro e un profumo speziato.

- **Ubicazione:** la zona di produzione comprende, fra le varie province, anche quelle di Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova.

- **Particolarità:** è costituito da una miscela di carni suine ottenute dalla muscolatura striata, grasso suino, cotenna, sale, pepe intero e/o a pezzi. Inoltre possono essere impiegati: vino, acqua, aromi ad esclusione di quelli di affumicatura e delle sostanze aromatizzanti ottenute per sintesi chimica, ma non identiche chimicamente ad una sostanza naturalmente presente in un prodotto di origine vegetale o animale, spezie e piante aromatiche, zucchero e/o de-

strosio e/o fruttosio e/o lattosio, nitrito di sodio e/o potassio alla dose massima di 140 parti per milione, acido ascorbico e suo sale sodico, glutammato monopodico. La miscela ottenuta è insaccata in involucri naturali o artificiali di budello, procedimento dal quale prende il nome (in latino *cutica* e la relativa forma dialettale *codeghin*, indicavano la pelle del maiale). La preparazione del cotechino deve essere effettuata con la macinatura in tritacarne, con stampi aventi fori di dimensioni comprese fra 7-10 mm per le frazioni muscolari e adiposi e con stampi aventi fori di dimensioni fra 3-5 mm per la cotenna. Si può trovare come prodotto fresco, quindi va consumato previa prolungata cottura, o cotto, quindi già sottoposto a precottura – generalmente in acqua. In ogni caso il cotechino deve essere facilmente affettabile; la fetta deve presentarsi compatta e con granulometria uniforme, di colore roseo tendente al rosso. Solitamente servito a fette, ben caldo, si accompagna preferibilmente a verdure cotte come spinaci, fagiolini, crauti, rape e, ovviamente, alle tradizionali lenticchie lessate.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Identificazione Geografica Protetta (IGP).
- **Fonti:** Cotechino di Modena [www.modenaigp.it/](http://www.modenaigp.it/) (consultato il 19/01/2017). Cotechino delle Grazie di Curtatone (MN) [www.cotechinodellegrazie.it/](http://www.cotechinodellegrazie.it/) (consultato il 07/03/2017).

## Fiurì o Fiurit

- **Cenni storici:** chiamato anche il “fiore di ricotta”, questo prodotto è frutto di una buona abitudine insita nella cultura produttiva, ovvero che nessuno dei residui della lavorazione del latte vada sprecato. Così nelle valli dell’arco alpino era uso comune raccogliere la prima crema durante l’ebollizione del siero e farne un prodotto da consumare in poco tempo, data la sua deteriorabilità. Il nome significa “fiorito”, come se i coaguli che emergono sulla superficie rappresentassero un fiore che sboccia. Oggi viene prodotto come un tempo ovunque vi sia la produzione di ricotta e la sua commercializzazione è diffusa grazie anche alla possibilità di conservarlo in frigorifero. In ogni caso sarebbe meglio consumarlo entro pochi giorni dalla sua produzione.
- **Ubicazione:** la produzione è diffusa in diverse zone alpine e montane, specialmente nelle valli bresciane e bergamasche.



- **Particolarità:** questo prodotto non richiede particolari lavorazioni in quanto si ottiene durante la preparazione della ricotta. Portando il siero alla temperatura di 85-90 °C e aggiungendo acido citrico si ottiene una sorta di fioritura, ovvero la formazione dei coaguli che emergono poco prima della formazione della ricotta. A questo punto si interviene con una spatola raccogliendo il *Fiurit* prima che si mescoli con la ricotta. In seguito, si agita la crema con una frusta di rami d'abete decorticati per renderla più omogenea. Infine, il composto va lasciato raffreddare in cella e consumato entro un paio di giorni. Questo prodotto ha una consistenza cremosa e semiliquida, densa e leggermente granulosa, mentre il colore è un bianco pulito. Formaggio dal profumo delicato, ha un sapore gradevole e leggermente aromatico, che tende al dolciastro quando gli si aggiunge il latte rimasto dalla lavorazione del burro per aumentarne la resa.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 13/03/2017). Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Fiurì o Fiurit [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=99](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=99) (consultato il 13/03/2017).

## Gorgonzola DOP

- **Cenni storici:** antichissime origini appartengono a questo formaggio, del quale si dice che fu prodotto per la prima volta nell'omonima località alle porte di Milano, nell'anno 879, mentre altre fonti indicano Pasturo nella Valsassina come luogo di nascita del Gorgonzola. In ogni caso, la cittadina di Gorgonzola resta il luogo con il primato nella produzione di questo formaggio, il cui nome originario fu "stracchino di Gorgonzola" definito poi "stracchino verde". La leggenda narra che, nel XII secolo, il Gorgonzola nacque grazie all'errore di un mandriano che avendo dimenticato una cagliata cercò di recuperarla il giorno successivo unendola a quella nuova. La diffusione del Gorgonzola fu lenta ma costante in diverse zone della Lombardia e del Piemonte e, a partire dal '900, il formaggio ebbe grandi successi anche all'estero, registrando un record nelle esportazioni annue dirette in Inghilterra, Francia e Germania. Attualmente il Gorgonzola, è tra i primi posti nell'esportazione casearia nazionale di formaggi prodotti con latte di vacca.

- **Ubicazione:** diversi i territori lombardi e piemontesi che, per legge e tradizione, vantano la produzione di Gorgonzola tra cui le province di Bergamo, Brescia, Cremona.
- **Particolarità:** formaggio a pasta cruda prodotto con latte di vacca intero. Si presenta con una crosta compatta e dura di colore rossastro che racchiude all'interno una pasta di colore bianco paglierino, burrosa e fondente con piccole venature grigio-verdi o bluastre determinate dallo sviluppo di muffe che rendono inconfondibili gusto, colore e aspetto. Il "tipo dolce", più cremoso e leggermente piccante, matura per almeno 50 giorni mentre il "tipo piccante", caratterizzato da ricche venature e dal sapore più forte e deciso, stagiona per oltre 80 giorni.
- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP) dal 1996. Formaggio tutelato e vigilato dal Consorzio per la Tutela del Formaggio Gorgonzola. Il consumatore può verificarne l'autenticità anche dal marchio "g" stampato sulla stagiola che avvolge il formaggio.
- **Manifestazioni correlate:** Sagra Nazionale del Gorgonzola – settembre, Gorgonzola. Nata nel 1998, è l'occasione per omaggiare questo importante formaggio e conoscere le bellezze della città di Gorgonzola. Molti gli eventi culturali e di intrattenimento in programma oltre alle degustazioni.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 14/03/2017). Consorzio per la tutela del Gorgonzola DOP [www.gorgonzola.com/](http://www.gorgonzola.com/) (consultato il 14/03/2017). Pro Loco Gorgonzola <http://prolocogorgonzola.it/> (consultato il 14/03/2017).

## Grana Padano DOP

- **Cenni storici:** nel 1135 i monaci Cistercensi dell'Abbazia di Chiaravalle bonificano una vasta area della Pianura Padana, favorendo così il diffondersi dell'allevamento del bestiame, che genera ben presto una ricca disponibilità di latte largamente superiore al fabbisogno della popolazione. I monaci, dunque, cercano di trovare una soluzione e mettono a punto la ricetta del Grana Padano, geniale espediente per la conservazione dell'eccedenza di latte, creando un formaggio a pasta dura che, nel corso della stagionatura, mantiene inalterate le proprietà nutritive del latte e acquista un sapore inconfondibile. Ben presto diventa un formaggio pregiato e, tra le testimonianze documentate, se ne trova riferimento in una missi-

va di Isabella d'Este, consorte di Francesco II Gonzaga marchese di Mantova, che nel 1504 lo invia in regalo ai suoi familiari, signori del ducato di Ferrara. Gradito dunque dal palato dei nobili signori ma consumato anche dalla gente di campagna poiché, soprattutto durante le carestie, ne vengono apprezzate le proprietà nutritive, che restano inalterate nel lungo periodo. Nel 1954 nasce il Consorzio per la Tutela del Grana Padano e l'anno successivo, col Decreto del Presidente della Repubblica n. 1269, avviene il riconoscimento della sua denominazione circa i metodi di lavorazione, le caratteristiche merceologiche e le zone di produzione. Oggi utilizzato in larga parte nelle cucine delle province di produzione, dagli antipasti fino al dessert, ha trovato l'approvazione sia a livello nazionale che internazionale.

- **Ubicazione:** fra le tante province enunciate nel disciplinare del Grana Padano DOP si trovano anche le seguenti aree produttive: la provincia di Mantova identificata nella parte a nord del confine naturale del fiume Po, la provincia di Brescia, quella di Bergamo ed infine quella di Cremona.
- **Particolarità:** l'originale struttura granulosa, ovvero i piccoli cristalli di calcio residui del latte trasformato, dà il nome di *Grana* a questo prodotto. È fatto con latte, sale e caglio, a cui viene aggiunto il lisozima. La forma all'interno è gialla paglierina o bianca ed è cilindrica, con scalzo leggermente convesso o quasi dritto; le superfici superiore ed inferiore sono piane, con bordi leggermente orlati. Le dimensioni devono essere comprese in un diametro fra 35 e 45 cm, con uno scalzo compreso fra 18 e 25 cm. La crosta deve avere uno spessore compreso fra 4 e 8 mm, ed un colore dorato naturale o scuro. Il peso non può essere meno di 24 kg e più di 40 kg. La stagionatura può essere di tre tipi: dai 9 ai 16 mesi, oltre i 16 mesi e oltre i 20 mesi (riserva).
- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP). La verifica dei requisiti necessari perché ogni forma possa ottenere il marchio a fuoco viene esercitata da un soggetto esterno (attualmente il CSQA).
- **Fonti:** Grana Padano [www.granapadano.it/](http://www.granapadano.it/) (consultato il 02/01/2017).

## Granone Lodigiano

- **Cenni storici:** si ha notizia di questo formaggio sin dal Cinquecento. Famoso sulle migliori tavole d'Italia, è stato concepito e lavorato da agricoltori e casari; successivamente i ricercatori ne hanno migliorato la qualità, il sapore e la con-

servabilità. Trovare oggi una forma di vero Granone Lodigiano è estremamente difficile. È certo che la lunga e difficoltosa lavorazione, che richiede casari esperitissimi ed un'eccezionale qualità della materia prima, le particolari cure e i tempi di stagionatura, hanno fatto di questo formaggio un prodotto anacronistico per i nostri giorni.

- **Ubicazione:** è prodotto in tutta la provincia di Lodi e in parte in quella di Cremona.

- **Particolarità:** è anche noto come il grana con la goccia per le lacrime di siero che permangono anche dopo mesi di stagionatura. Questo fenomeno è dovuto al fatto che, nella sua produzione, la cagliata estratta dalla caldaia non subisce pressatura e il siero che vi rimane si trasforma durante la stagionatura, fino ad assumere questa caratteristica. Appartiene alla categoria dei formaggi semigrassi, cotti, a pasta dura, a lunga maturazione, ed il latte di vacca parzialmente scremato per affioramento, utilizzato per la sua produzione, non deve essere sottoposto ad alcun tipo di trattamento termico. La crosta è di colore oro scuro, piuttosto spessa, liscia e dura.

La pasta, di color giallo paglierino tendente al rosato, presenta la caratteristica granulosità con occhiatura abbondante ed è fondente al palato. Rispetto agli altri grana, la pasta del Granone si caratterizza per gli occhi più grandi che a maturazione completa lasciano colare un liquido incolore e viscoso molto saporito, che costituisce uno dei maggiori pregi di questo formaggio. Di forma cilindrica, ha un diametro di 45-50 centimetri e scalzo 20 centimetri. Il peso varia dai 45 ai 50 chilogrammi. Il Granone Lodigiano si produce con il latte di due mungiture, scremato e con l'aggiunta di caglio animale. Si scalda il latte alla temperatura di 35 °C per circa 15 minuti e dopo la formazione della cagliata si riscalda nuovamente a 45-50 °C. Si procede con la salatura a secco o in salamoia e, infine, con la stagionatura che varia dai 2 ai 4 anni. Oggi la produzione di questo formaggio è piuttosto limitata. Ne esistono due categorie merceologiche che corrispondono all'epoca di produzione: il tipo Maggengo, che si produce dal 23 aprile al 29 settembre, e il tipo Vernengo, prodotto nella restante parte dell'anno. La tradizione gastronomica lodigiana offre un particolare uso delle forme poco stagionate di questo prodotto: la *raspadura*. Si tratta di sottilissime sfoglie di formaggio, raschiate dalla superficie della forma con un particolare coltello, in modo da ottenere dei soffici nastri di formaggio che si attorcigliano su se stessi. Sebbene si accompagni in modo eccellente a molti cibi, questo tipico formaggio da scaglia pretende di essere assaporato da solo per gustarne le infinite sfumature. Solo un bicchiere di ottimo vino riesce a esaltarne il sapore senza distrarre il palato.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Disciplinare di produzione Granone Lodigiano [www.provincia.lodi.it/marchio/tipo/TipoGranone.pdf](http://www.provincia.lodi.it/marchio/tipo/TipoGranone.pdf) (consultato il 12/03/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Granone Lodigiano [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=228](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=228) (consultato il 12/03/2017).

## Olio Extravergine di Oliva Laghi Lombardi DOP

- **Cenni storici:** l'olivicoltura lombarda ha origini antichissime che risalgono all'età preromana, come testimoniano i numerosi documenti storici e il ritrovamento di resti di antichi frantoi. Fertili suoli di origine morenica e un microclima mite creato dalla vicinanza delle acque dei laghi di Como e Iseo, in grado di accumulare calore durante l'estate e di restituirlo nei mesi invernali, hanno favorito la coltivazione dell'ulivo. Come è accaduto in tutta la penisola, anche qui la produzione dell'olio ha mostrato nei secoli andamenti altalenanti, dovuti sia a ragioni climatiche che storico-sociali. Durante le invasioni barbariche il consumo di olio si interruppe per riprendere nel Medioevo grazie all'opera dei monaci Benedettini e Cistercensi, raggiungendo poi il massimo sviluppo nel 1500. Nel 1600, con la dominazione spagnola e l'introduzione di una pesante tassa sugli uliveti, la produzione subì un nuovo arresto, fino all'Illuminismo, quando riprese, grazie allo sviluppo del libero mercato e all'abolizione dell'imposta. Con l'avvento dell'era industriale molti uliveti furono sostituiti da colture più resistenti alle gelate caratteristiche della zona e l'olio dei laghi lombardi divenne sempre più un prodotto di nicchia apprezzato dagli estimatori.
- **Ubicazione:** l'Olio Extravergine d'Oliva Laghi Lombardi è prodotto in due specifiche e distinte aree geografiche denominate Sebino e Lario. La zona di produzione a indicazione geografica Sebino include 24 comuni della provincia di Brescia e 24 comuni della provincia di Bergamo, tutti in prossimità del lago d'Iseo. La zona di produzione a indicazione geografica Lario comprende 33 comuni in provincia di Como e 12 comuni in provincia di Lecco, tutti nei dintorni del lago di Como.
- **Particolarità:** colore verde-giallo, profumo leggero e fruttato, sapore anch'esso fruttato con eventuale presenza di lieve sensazione di amaro e piccante, bassa acidità, spesso inferiore allo 0,55%, sono i tratti distintivi di questo olio adatto per arricchire ogni tipo di pietanza e che esprime le sue massime qualità se consumato fresco. L'indicazione geografica Sebino è riservata all'olio proveniente dalla

varietà di olivo Leccino, in misura non inferiore al 40% e dalle varietà Casalina, Frantoio, Pendolino e Sbresa in quantità non superiore al 60%. È prevista la possibilità della presenza di altre varietà in quantità non superiore al 20%.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP) dal 1997.
- **Manifestazioni correlate:** Festa dell'Olio Novello di Marone, fine novembre – Marone (BS).
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 16/03/2017). Portale istituzionale regione Lombardia [www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP](http://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP) (consultato il 16/03/2017).

## Olio Extravergine di Oliva Garda DOP

- **Cenni storici:** già nel Medioevo l'olio del Garda si distingueva per l'alta qualità e per l'alto valore economico ed era utilizzato, con risultati eccellenti, sia in cucina che in medicina. L'uso alimentare era destinato a pochi, dato che nell'Alto Medioevo *“4-6 kg di olio gardesano valevano quanto un maiale molto grande”*. Nel Rinascimento l'opera dell'uomo ha contribuito a delineare i tratti caratteristici del paesaggio agrario e generale del lago di Garda. In quest'epoca si iniziano a ridisegnare i pendii che divengono vere e proprie costruzioni *“a terrazze”* affacciate sul lago di Garda, adatte alla coltivazione degli oliveti. La tradizione olivicola nel comprensorio del Garda fa parte della vita della gente, è tipica dei costumi gastronomici e produce reddito aziendale, come viene descritto in numerosi documenti. Grazie alla presenza degli uliveti la zona è divenuta molto interessante per il turismo e viene chiamata, già dal 1968 *“Riviera degli Ulivi”*. Il lago di Garda si trova alla confluenza di tre regioni diversificate sia storicamente che in termini di tradizioni umane; per questo, in base all'area di produzione c'è un'ulteriore specifica, ovvero *“Bresciano, Trentino, Orientale”*.

- **Ubicazione:** oltre alle province di Verona e Trento, anche di Brescia e Mantova. In particolar modo le olive destinate alla produzione dell'olio extravergine di oliva a denominazione di origine protetta *“Garda”* accompagnata dalla menzione geografica aggiuntiva *“Bresciano”*, comprendono in provincia di Brescia l'intero territorio amministrativo dei seguenti comuni: Botticino, Calva-

gese della Riviera, Desenzano del Garda, Gardone Riviera, Gargnano, Gavardo, Limone sul Garda, Lonato, Manerba del Garda, Moniga del Garda, Muscoline, Padenghe sul Garda, Paitone, Polpenazze del Garda, Pozzolengo, Puegnago del Garda, Roe Volciano, Salò, San Felice del Benaco, Serle, Sirmione, Soiano del Lago, Tignale, Toscolano Maderno, Tremosine, Villanuova sul Clisi, Vobarno. Per quanto concerne invece la provincia di Mantova, la zona di produzione dell'olio extravergine di oliva a denominazione di origine protetta "Garda" accompagnata dalla menzione geografica aggiuntiva "Orientale" comprende: Castiglione delle Stiviere, Cavriana, Monzambano, Ponti sul Mincio, Solferino, Volta Mantovana.

- **Particolarità:** deve avere un colore dal verde al giallo più o meno intensi, un odore fruttato medio o leggero ed un sapore fruttato con note di dolce e retrogusto tipico di mandorla. Le varietà di olivo presenti, da sole o congiuntamente, negli oliveti di menzione geografica aggiuntiva sia "Bresciano" che "Orientale" sono: Casaliva, Frantoio e Leccino per almeno il 55%; possono, altresì, concorrere altre varietà presenti negli oliveti in misura non superiore al 45%. La raccolta delle olive deve essere effettuata entro il 15 gennaio di ogni anno e deve avvenire direttamente dalla pianta a mano o con mezzi meccanici. La produzione massima di olive non può superare i 6.000 kg per ettaro coltivato a oliveto. Le operazioni di oleificazione devono avvenire entro cinque giorni dalla raccolta delle olive.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Fonti:** Disciplinare di produzione dell'Olio extravergine di oliva Garda D.O.P a cura del Consorzio [www.oliogardadop.it/](http://www.oliogardadop.it/) (consultato il 12/03/2017).

## Panerone

- **Cenni storici:** le sue origini risalgono all'epoca medievale: furono probabilmente i monaci Benedettini, dediti alle attività manuali oltre che alla preghiera, a produrlo per la prima volta e a trasmettere poi tecniche e segreti ai contadini. Fino agli anni della Prima Guerra Mondiale la lavorazione era diffusissima in tutta l'area della Bassa Lombardia, con una concentrazione maggiore nel Lodigiano, ma nell'ultimo secolo il calo della domanda ha fatto diminuire drasticamente il numero dei produttori, e per questo oggi il Panerone viene realizzato da due soli caseifici in Italia: il "Carena", storica azienda familiare di Caselle Lura-

ni (Lodi), fondata nel 1924, e l'“Uberti” di Pandino (Cremona), che ha alle spalle quasi 120 anni di attività.

- **Ubicazione:** prodotto in tutti i comuni della provincia di Lodi e nell'Alto Cremonese.

- **Particolarità:** la denominazione Pannerone o Panerone nasce dall'espressione dialettale lombarda *panera*, che significa panna. Da sempre considerata una leccornia, si ritiene che come la panna anche il formaggio Panerone godesse di altrettanta fama. Ottenuto da latte vaccino intero e crudo, il Pannerone è un formaggio a pasta cruda e a breve maturazione. Poiché il suo aspetto esteriore ricorda il gorgonzola, è chiamato anche gorgonzola bianco, sottolineando la mancanza delle tipiche muffe verdi. In realtà, la tecnologia di produzione e le caratteristiche organolettiche dei due formaggi risultano molto differenti. Il Panerone, contrariamente alla quasi totalità dei formaggi, non subisce alcun trattamento di salatura, aspetto che gli conferisce un gusto e un aroma decisamente caratteristici. Di forma cilindrica, ha un diametro 25-30 cm, scalzo 25-35 cm e peso 10-13 kg. Per la sua produzione si usa il latte intero caldo di munta, cui si aggiunge il caglio. Dopo la formazione della cagliata e la sua rottura, segue una fase di riposo. Si procede con l'estrazione della massa caseosa e la sua messa in forma all'interno degli stampi. Infine, si effettua la stufatura per 7 giorni alla temperatura di 30-35 °C e viene fatto riposare in frigorifero per un giorno. Il formaggio maturo ha la crosta sottile, liscia, di colore giallognolo tendente al rosato. La pasta, di colore bianco, è morbida e fusibile al palato e presenta la caratteristica occhiatura diffusa con occhi grandi e alveolari. Il sapore del Pannerone è dolce e aromatico con una tipica sfumatura amara dovuta alle notevoli dosi di caglio impiegate nella sua produzione. La stagionatura è piuttosto breve e dura 10-15 giorni. La diffusa richiesta di formaggi di tipo “dolce” ha lievemente oscurato la fama del Pannerone, che vive oggi solo grazie alla fedeltà di pochi amatori. Solitamente viene utilizzato nella preparazione dei risotti oppure gustato con il miele come dessert.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia ed è presidio Slow Food.

- **Fonti:** Caseificio Uberti di Pandino (CR) – Panerone [www.uberti-pandino.it/index.php/panerone](http://www.uberti-pandino.it/index.php/panerone) (consultato il 08/03/2017).

Presidio Slow Food – Panerone [www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/pannerone-di-lodi/](http://www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/pannerone-di-lodi/) (consultato il 08/03/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Panerone [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=61](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=61) (consultato il 08/03/2017).



## Pigo

- **Cenni storici:** il Pigo, detto anche Squartone, è uno dei pesci tra i più rappresentativi del bacino idrografico del Po e dei suoi affluenti, nonché dei maggiori laghi prealpini lombardi. Appartenente alla famiglia dei *Cyprinidae*, ha un corpo allungato e alto, lungo tra i 20 e i 25 cm, compresso lateralmente, di colore grigio lucente e con un peso medio che difficilmente supera i 2 kg. Specie protetta, la sua presenza è in declino a causa della costruzione di dighe e numerosi sbarramenti invalicabili che impediscono agli esemplari di raggiungere aree di riproduzione adatte.
- **Ubicazione:** fiumi profondi a corrente lenta, come Po, Adda e Ticino, e nei maggiori laghi prealpini, ovvero lago di Garda, d'Iseo e di Como. Il prodotto della sua lavorazione è diffuso soprattutto nelle aree di pesca.
- **Particolarità:** nella preparazione della conserva a base di pesce di lago è fondamentale la scelta della giusta percentuale di sale, poiché con poco il pesce non si conserva adeguatamente, mentre con troppo il risultato risulta difficilmente mangiabile. Una volta desquamato il pesce, lo si mette in salamoia, con una concentrazione di sale variabile in base a pezzatura, temperatura e umidità. In seguito viene appeso per l'essiccazione e, una volta terminata, viene pressato in contenitori di latta per almeno 3 mesi. Grazie alla bassa percentuale di grassi, può essere conservato per più di un anno sottovuoto o in recipienti di latta. Il metodo di lavorazione conferisce al prodotto un gusto decisamente saporito, più o meno salato in base alla quantità di sale utilizzata nella salamoia.
- **Classificazione:** questa conserva appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Pigo [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=200](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=200) (consultato il 16/03/2017).  
Ittiofauna.org – Pigo [www.ittiofauna.org/webmuseum/pesciossei/cypriniformes/cyprinidae/rutilus/rutilus\\_pigus/r\\_pigus.htm](http://www.ittiofauna.org/webmuseum/pesciossei/cypriniformes/cyprinidae/rutilus/rutilus_pigus/r_pigus.htm) (consultato il 16/03/2017).

## Provolone Valpadana DOP

- **Cenni storici:** nasce nella Valle Padana verso la seconda metà del XIX secolo dal connubio tra la cultura casearia delle *paste filate* – quindi la tecnica che lo caratterizza è l'antica lavorazione della filatura della cagliata, tipica del Meridione

d'Italia – e la vocazione lattiero-casearia del territorio. Grazie all'unificazione d'Italia non ci sono più barriere tra le diverse aree della penisola e molti imprenditori provenienti dal sud insediano le proprie attività produttive a Cremona e Brescia, dove c'è abbondanza di latte da trasformare. La denominazione Provolone compare per la prima volta nel 1871 nel vocabolario di agricoltura Canevazzi-Mancini designando una provola di grandi dimensioni, capace di stagionare a lungo, senza asciugarsi eccessivamente e senza diventare dunque un formaggio da grattugia.

- **Ubicazione:** nella regione Lombardia, fra le diverse province, abbraccia i seguenti territori: l'intera provincia amministrativa di Brescia e di Cremona. I seguenti comuni della provincia di Bergamo: Torre Pallavicina, Pumenengo, Calcio, Romano di Lombardia, Fontanelle, Barbata, Antegnate, Martinengo, Covo, Calcinate, Bolgare, Telgate, Civate al Piato, Mormico al Serio, Polosco, Carobbio degli Angeli, Chiudono, Pagazzano e Calvenzano. I seguenti comuni della provincia di Mantova: Asola, Acquanegra sul Chiese, Casalmoro, Canneto sull'Oglio, Casalromano, Bozzolo, Rivarolo Mantovano e Roverbella.

- **Particolarità:** le bovine di razza frisona producono il latte che viene lavorato nei caseifici; immediatamente i casari lo impreziosiscono con il siero-innesto (liquido, tenuto da parte il giorno prima, che resta nella caldaia quando la cagliata si è solidificata, lasciato riposare un giorno e una notte). La cagliata viene rotta una prima volta e anche in una seconda fase. Tuttavia, è la filatura il momento cruciale della sua lavorazione. Ne viene fuori un nastro, poi avvolto su sé stesso, ed infine modellato in modo che non vi restino bolle d'aria all'interno. La modellatura designa la forma (sferica, a pera, a mandarino, cilindrica, a pancetta, a salame) ed il formato (da pochi etti a oltre 100 kg), così come il tipo di caglio (d'origine ovina o bovina) che è stato messo nel latte determina se il Provolone sarà dolce o piccante. Nel primo caso viene usato il caglio di vitello e la stagionatura dura al massimo 2-3 mesi, mentre nel secondo caso si usa il caglio in pasta di capretto e/o agnello e si stagiona dai 3 mesi fino ad oltre un anno. Viene dato l'ultimo tocco al formaggio, prima di riposare nei magazzini, attraverso la salatura: le forme sono calate in grandi vasche contenenti acqua arricchita di sale marino. Una volta tirate fuori dalla salamoia, vengono lavate in acqua fredda e legate. Successivamente, pronto per arrivare in tavola, il Provolone si può abbinare al pane, alla mostarda di Cremona, ai mieli o ad alcune confetture, specie quella di fichi. Inoltre può essere utilizzato in cucina, dall'antipasto ai dolci, come insegna il ricettario denominato «un formaggio di peso» realizzato dal Gambero Rosso.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Fonti:** Provolone Valpadana [www.provolonevalpadana.it/](http://www.provolonevalpadana.it/) (consultato il 23/01/2017).

## Quartirolo Lombardo

- **Cenni storici:** la storia del Quartirolo Lombardo si intreccia con il ciclo stagionale e le usanze agricole della Pianura del Po e delle vallate prealpine collocate tra Bergamo e Lecco. Di fatto, la sua origine risale almeno al X secolo e si collega alla tradizione della transumanza, ovvero l'uso di portare il bestiame sui monti per trascorrere al fresco l'estate, per poi riportarlo al riparo nelle stalle di fondovalle per il periodo invernale. A fine settembre, gli animali che tornavano dalle alte quote in pianura si alimentavano della cosiddetta erba quartirolo, un'erba di fine stagione cresciuta dopo il terzo taglio di fieno, caratterizzata da una bassa composizione floristica ma carica dei profumi di un'intera stagione estiva. È proprio dagli aromi di quest'ultima erba che prende il nome il Quartirolo prodotto dal latte delle vacche alimentate con erba "quartirolo". Oggi il Quartirolo non è più un formaggio stagionale ma viene prodotto tutto l'anno, anche se il sapore tipico e il gusto più particolare si ritrovano nelle forme artigianali prodotte proprio all'inizio dell'autunno.

- **Ubicazione:** il Quartirolo Lombardo viene prodotto nelle province lombarde di Bergamo, Brescia, Como, Cremona, Milano, Lecco, Lodi, Pavia e Varese. Le sue origini sono comunque collocate nelle vallate prealpine tra Bergamo e Lecco, nella zona del noto Resegone, affascinante e inconfondibile monte raggiungibile da diversi sentieri che offrono paesaggi naturali suggestivi e ricchi pascoli.

- **Particolarità:** formaggio molle a pasta cruda. Sapore caratteristico, leggermente acidulo-aromatico nel formaggio in prima stagionatura e più aromatico in quello maturo, colore da bianco a bianco paglierino, pasta leggermente grumosa e friabile con piccoli distacchi che diventa più compatta e morbida con il progredire della stagionatura, sono le caratteristiche del Quartirolo Lombardo, il più magro formaggio a Denominazione di Origine Protetta grazie al suo moderato apporto calorico (solo 297 kcal per 100 grammi). Il Quartirolo Lombardo è un formaggio che può essere gustato da solo, come complemento di insalate e piatti freddi o come ingrediente di prim'ordine in varie ricette di paste, risotti e dolci.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP) dal 1996.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 16/03/2017). Consorzio per la tutela del Quartirolo Lombardo [www.quartirolo.com/sito/index.php](http://www.quartirolo.com/sito/index.php) (consultato il 16/03/2017).

Disciplinare di produzione della Denominazione di origine del formaggio “Quartirolo lombardo” [www.certiprodop.it/images/stories/PRODOTTI/QUARTIROLO/DISCIPLINARE/disciplinare\\_QL.pdf](http://www.certiprodop.it/images/stories/PRODOTTI/QUARTIROLO/DISCIPLINARE/disciplinare_QL.pdf) (consultato il 16/03/2017).

## Salame Cremona IGP

- **Cenni storici:** anche se non si può risalire ad una data precisa, si sa per certo che la produzione del salame è strettamente legata alla forte presenza di allevamenti suini in Pianura Padana fin dall'epoca romana. Una testimonianza, ad esempio, si trova nella città di Cremona, nella facciata della Cattedrale e precisamente nel fregio che corre sotto alla tribuna del protiro, dove si trovano le lastre dei mesi risalenti al XII secolo. Vi è una scena raffigurante l'uccisione del maiale: un chiaro segno dell'importanza rituale e simbolica che veniva data dalla società dell'epoca a questo momento. La nascita del salame in territorio cremonese viene accertata nel 1583 dal notaio Ludovico Cavitelli, quando ancora veniva chiamato “salsiccio” perché poteva essere gustato sia fresco, che bollito o arrostito. Verso la fine dell'Ottocento, da una relazione del Ministero dell'Agricoltura e Commercio, si sottolinea poi l'importanza dell'industria dei salumi nella provincia (nel solo comune di Cremona si contavano 29 fabbriche che lavoravano carne suina). In origine la produzione di salami doveva avvenire solo ed esclusivamente in inverno, al fine di mantenerne l'alto valore nutritivo. Solo nel secondo dopoguerra, potendosi avvalere delle tecniche del freddo (condizionatori d'aria e umidità) avviene una vera e propria rivoluzione: i salami possono essere lavorati in tutti i mesi dell'anno. Nell'ultimo mezzo secolo il Salame Cremona è andato sempre più caratterizzandosi come un prodotto elaborato in stabilimenti industriali, anche se ancora oggi sono molti i produttori di tipo artigianale. Tuttavia, le tecniche produttive – regolamentate dal disciplinare – sono le medesime sia per gli impianti industriali, sia per quelli artigianali.

- **Ubicazione:** la zona di elaborazione del Salame Cremona comprende il territorio delle regioni Lombardia, Emilia Romagna, Piemonte e Veneto.

- **Particolarità:** viene prodotto secondo regole che prevedono l'impiego esclusivo di suini allevati in Italia, precisamente nelle zone di origine del Prosciutto di Parma e del San Daniele. Il Salame Cremona nasce dalla lavorazione di carni fresche selezionate ed aromatizzate con sale e aglio pestato, insaccate in budelli di suino, bovino, ovino o equino. La stagionatura deve avvenire in luogo umido e poco ventilato, per un periodo variabile compreso tra un minimo di 5 settima-

ne per la pezzatura piccola, fino ad oltre 4 mesi per quella grande, mantenendo inalterate le caratteristiche morbidezza e pastosità che lo rendono unico. Deve essere morbido al taglio, anche dopo una lunga stagionatura, di forma cilindrica con leggeri tratti irregolari, di colore rosso intenso che sfuma gradualmente al bianco delle parti adipose.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Identificazione Geografica Protetta (IGP).
- **Fonti:** Disciplinare di produzione del Salame Cremona a cura del Consorzio [www.salamecremona.it/](http://www.salamecremona.it/) (consultato il 13/03/2017).

## Taleggio DOP

- **Cenni storici:** il nome Taleggio deriva dall'omonima valle, situata in provincia di Bergamo. Per molto tempo fu conosciuto come "stracchino", termine usato in Lombardia per definire formaggi a pasta molle e a forma quadrata, diffusi in tutta la regione. Tale termine deriva dal termine dialettale *stracch*, ovvero stanco, per identificare formaggi prodotti con il latte dei bovini che erano soliti giungere in pianura dopo un lungo periodo estivo di permanenza negli alpeggi. La tradizione narra che questo formaggio venisse trasportato in Valsassina a dorso di mulo dai bergamini della Val Taleggio e che i valsassinesi, vedendoli arrivare, esclamassero la frase "Arriva il Taleggio!". Il Taleggio si ritrova tra i cibi serviti alla festa d'incoronazione di Papa Clemente VI, nel 1344, e alle nozze di Francesco Sforza con Bianca Maria Visconti, nel 1441. Come formaggio DOP, il Taleggio può essere prodotto e stagionato esclusivamente nelle zone specificate dal DPR di riconoscimento della Denominazione di Origine Protetta e precisamente in Lombardia, nelle province di Bergamo, Brescia, Como, Cremona, Lecco, Lodi, Milano e Pavia, in Piemonte nella provincia di Novara e in Veneto nella provincia di Treviso.

- **Ubicazione:** l'origine del nome ci rimanda alla splendida Val Taleggio, ubicata nella provincia di Bergamo, un angolo di montagna particolarmente verde che per le sue caratteristiche paesaggistiche è stata più volte definita "la piccola Svizzera bergamasca". La Val Taleggio è una diramazione occidentale della Valle Brembana che inizia nel comune di San Giovanni Bianco ed è percorsa dal torrente Enna. Tranquillità, spazi incontaminati e aria buona sono gli ingredienti necessari alla produzione di un formaggio così gustoso, ma sono anche i motivi per cui la Valle offre occasioni di interesse per i tanti turisti provenienti dall'Italia e dall'estero.

- **Particolarità:** aroma caratteristico, sapore dolce e delicato con lievissima vena acidula nella zona più interna, leggermente piccante nelle forme più mature, sono le caratteristiche principali di questo formaggio vaccino molle a pasta cruda che si presenta altamente gustoso. La crosta di color rosa è sottile e morbida. È ottimo a tavola da solo ma può essere accompagnato nella preparazione di piatti di vario genere (paste, risotti, zuppe...) che ne esaltano la caratteristica cremosità.
- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP) dal 12 giugno 1996. Già nel 1955 fu riconosciuto come “formaggio tipico” e nel 1988 gli è stata conferita la Denominazione di Origine Controllata (DOC).  
Formaggio tutelato e vigilato dal Consorzio Tutela Taleggio che appone sulla superficie dell’intera forma lo specifico marchio a quattro cerchi.
- **Manifestazioni correlate:** a luglio, nella frazione di Peghera (Bg) si svolge la tradizionale Sagra del Taleggio per scoprire le caratteristiche di questo formaggio unico e della sua Valle.
- **Fonti:** Consorzio per la tutela del Taleggio DOP [www.taleggio.it/](http://www.taleggio.it/) (consultato il 15/03/2017).

## Tartufo nero

- **Cenni storici:** presente solo sulle tavole dei nobili per un lunghissimo periodo, il tartufo è un frutto della terra conosciuto fin dai tempi più antichi e decantato nel corso dei secoli da poeti e scrittori. Ad esempio, Plinio il Vecchio lo descrisse come “un miracolo della natura”. Oggi è un prodotto ricercato e consumato, con parsimonia, da chi desidera dare un tocco particolare ai propri piatti.
- **Ubicazione:** cresce spontaneamente e viene coltivato nelle province di Bergamo, Brescia, Mantova e Pavia.
- **Particolarità:** mentre sulla riva destra del Po, in una lunga fascia rivierasca si estende la valle del tartufo bianco mantovano, dal profumo straordinario utilizzato per esaltare molte delle ricette locali, il Tartufo nero predilige invece i terreni della zona collinare dell’Alto Mantovano. Il Tartufo nero, definito anche Trifola, è un fungo ipogeo che cresce spontaneamente sotto terra e in associazione simbiotica con alcune piante come il nocciolo o il rovere. Il cane da trifola è indispensabile per il ritrovamento, perché questo fungo cresce sotto ter-

ra anche a parecchi centimetri di profondità. La forma è piuttosto irregolare, dipende dalla resistenza incontrata nella fase di crescita. All'interno presenta venature chiare e biancastre. La polpa può assumere sfumature e colori diversi a seconda della tipologia e della fase di maturazione; da un color nocciola al nero violaceo, con piccole verruche. Di gusto solitamente dolce e delicato, ha un profumo di muschio e fungo, simile a quello del sottobosco dopo la pioggia. L'estivo e l'uncinato hanno un gusto gentile, con profumo di fungo e muschio; mentre il *melanosporum* ha un sapore più amaro, misto tra cioccolato e mosto d'uva dal delicato profumo di viola. Le dimensioni, solitamente, non superano i 400 g. Colorazione, sapore e profumo dei tartufi sono determinati dalle caratteristiche degli alberi con cui vivono in simbiosi (querchia, nocciolo, rovere, pioppo, salice, tiglio). Può anche essere coltivato, mediante l'inseminazione delle radici di rovere o di nocciole con spore di *melanosporum*. Nell'arco di 8-10 anni si possono ottenere frutti di dimensioni commerciabili. I periodi di raccolta sembrano essere ben più lunghi in tartufaia rispetto a quelli naturali. Il Tartufo nero può essere conservato in frigorifero per 15-20 giorni, avvolto in carta assorbente alimentare, in un contenitore plastico munito di coperchio. Ogni due o tre giorni la carta va cambiata facendo attenzione a valutare le condizioni di umidità dei frutti, perché non appassiscano o formino muffe. Si sconsiglia di ricorrere al tradizionale metodo di conservazione che consiste nel riporre il Tartufo nel riso. Per il Tartufo nero gli usi sono molteplici. Il miglior modo per apprezzarlo è consumarlo tagliato a fettine con solo un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe dopo averlo sbucciato, ma è ottimo anche su risotti, tagliolini e secondi a base di carne o uova.

- **Classificazione:** questo fungo a forma di tubero appartiene ai Prodotti Agrolimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Tartufo nero [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_faseo3.aspx?ID=172](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_faseo3.aspx?ID=172) (consultato il 26/02/2017).  
Strada del Tartufo.org – Tartufo nero nelle Colline Moreniche [www.stradadel-tartufo.org/strada-del-tartufo/l-associazione](http://www.stradadel-tartufo.org/strada-del-tartufo/l-associazione) (consultato il 26/02/2017).

## Salva Cremasco DOP

- **Cenni storici:** le prime testimonianze relative a questo prodotto risalgono al XVII-XVIII secolo quando era già possibile riconoscere su alcuni manufatti de-

corativi il particolare profilo di questo formaggio a forma di parallelepipedo. La sua storia è profondamente legata alla transumanza stagionale che i mandriani intraprendevano con le loro vacche dalle valli bergamasche e bresciane alla pianura, durante la quale vi era la necessità di salvare il latte in eccesso. Latte che veniva impiegato nella produzione di un formaggio dalla durata medio-lunga, che potesse essere conservato durante la stagione calda. Il latte conservato veniva convertito in un formaggio chiamato *strachì da salvà*, stracchino da salvare. Da qui l'origine del suo nome, strettamente legata alla sua funzione, ovvero quella di recuperare le eccedenze di latte.

- **Ubicazione:** nella regione Lombardia, la produzione è diffusa e permessa nei territori delle province di Cremona, Bergamo, Brescia, Lecco, Lodi e Milano.

- **Particolarità:** per la produzione di questo formaggio viene utilizzato solo il latte delle razze bovine Frisona italiana e Bruna Alpina; animali che seguono una dieta a base di foraggi e altri alimenti strettamente regolamentati dal disciplinare di produzione. Il latte viene pastorizzato a 71 °C per 15 secondi e si innestano batteri lattici. Al latte alla temperatura di 37-38 °C si aggiunge caglio liquido di vitello e si lascia formare il coagulo, che avviene in circa 20 minuti. La prima rottura della cagliata è grossolana ed è seguita da una sosta di 15 minuti in modo tale che il coagulo acquisisca maggiore consistenza; la seconda riduce il coagulo alla dimensione di una nocciola. L'estrazione avviene direttamente negli stampi e, prima della salatura, avviene la marchiatura su una faccia del prodotto. Una volta spurgato il siero, si procede con la salatura, che può avvenire a secco o in salamoia. La stagionatura parte da un minimo di 75 giorni sino ai 6-8 mesi, con frequente rivoltamento della forma. Il Salva Cremasco DOP ha la forma di un parallelepipedo a base quadrata con lato tra i 12 e i 18 cm, scalzo tra i 9 e i 15 cm e peso 3-5 kg. La crosta è sottile e liscia, di colore scuro, mentre la pasta è compatta, friabile, con occhiatura irregolare e di colore bianco-paglierino. Il sapore è acidulo e intenso, mentre il profumo è aromatico.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia e vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 11/03/2017). Disciplinare di produzione del Salva Cremasco [www.salvacremasco.com/images/stories/DISCIPLINARE/Disciplinare\\_salva\\_cremasco\\_24dic10.pdf](http://www.salvacremasco.com/images/stories/DISCIPLINARE/Disciplinare_salva_cremasco_24dic10.pdf) (consultato il 11/03/2017).



# Piatti tipici della Lombardia Orientale (Bergamo, Brescia, Cremona, Mantova)

## Mariconda

- **Cenni storici:** è un piatto povero della tradizione contadina, tipico della zona bresciana, bergamasca e mantovana. Si tratta di una minestra in brodo di Mariconde, ovvero gnocchi di pane raffermo, semplice e profumatissima. Nel Mantovano, ad esempio, veniva preparata con il pesto residuo degli Agnoli oppure veniva fatto appositamente. In quest'ultimo caso si trattava di una preparazione, di solito, meno sontuosa, eseguita alla svelta, usando ingredienti poveri con molto pane grattugiato ed aglio per risparmiare e dare sapore. Detta anche Meliconda o di Meliconde, forse da mèlica o melga, attuale denominazione dell'erba medica che in passato era attribuita alla saggina e al mais. Meliconde sarebbero proprio le palline gialle di cui è composta la minestra, che ricordano le cariossidi del granturco. Cugina dei *knödel* (o canederli) della cucina trentina o altoatesina, nella loro formulazione di base. In alcune ricette recenti si aggiungono poca farina bianca e un goccio di latte per legare. Tra le spezie ricorre la noce moscata. Versioni più ricche, dal gusto tirolese, si ottengono mischiando all'impasto minuscoli dadi di prosciutto affumicato.

- **Ingredienti (per 4 porzioni):**

- 250 g di mollica di pane o pane raffermo
- 0,50 lt di latte di vacca intero
- 1,50 lt di brodo di carne
- 100 g di burro
- 80 g di Grana Padano grattugiato
- 4 uova
- sale q.b.
- pepe q.b.

- **Preparazione:** ammorbidire il pane nel latte lasciandolo macerare per almeno mezz'ora. Strizzare il pane ammolato e incorporarvi il burro appena sciolto in un tegame tiepido. Lasciare assorbire bene, poi aggiungere le uova ed il Grana. Regolare di sale e pepe, impastare bene il tutto e lasciare riposare per almeno un'ora. Con l'impasto ottenuto formare delle polpettine; farle cuocere per 5 minuti nel brodo bollente. Servire ben caldo.

- **Consigli:** è bene che la mollica di pane non sia molto rafferma, due giorni al massimo, perché in tal caso il suo peso specifico sarebbe inferiore e, dunque,

maggiore il suo volume, con un'alterazione complessiva delle quantità. Inoltre, il composto, preparato con qualche ora d'anticipo, guadagna in compattezza e matura un gusto più pieno. Le palline possono essere ottenute facilmente arrotolando l'impasto con le mani in un lungo cilindro e tagliandole in piccole porzioni di circa 1 cm che, passate sotto la mano aperta, prenderanno la giusta forma. Infatti ciò che distingue la Mariconda da altre minestre è proprio la forma rotonda di questi gnocchetti.

- **Fonti:** Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).  
*Per un codice della cucina lombarda*, III edizione, Milano, 2011 [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 07/03/2017).  
Minestra Mariconda di regione Lombardia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Ricette\\_fase03.aspx?ID=2](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Ricette_fase03.aspx?ID=2) (consultato il 07/03/2017).

## Trippe

- **Cenni storici:** l'allevamento del maiale per l'autoconsumo è sempre stato ampiamente diffuso in tutto il territorio della regione Lombardia. Tuttavia, fino alla prima metà del Novecento, difficilmente i tagli pregiati comparivano sulle tavole delle classi subalterne, in quanto troppo costosi; per questo erano venduti a chi poteva permetterseli. Così la fantasia delle massaie lombarde ha dato vita a piatti gustosi e semplici, per alternare una dieta costituita prevalentemente da polenta, ortaggi e riso, utilizzando anche quelle parti meno nobili sia dei suini che dei bovini che avevano a disposizione. Una di queste è la trippa. Un tempo si serviva in apposite tazze con piedino, non troppo grandi; nelle osterie le trippe erano sempre pronte e venivano consumate a metà mattina come intervallo dal lavoro o per fare due chiacchiere e bere un bicchiere confortatore. Ancora oggi vengono cucinate, soprattutto nel periodo invernale. Ogni provincia – Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova – ha la sua versione particolare di preparazione; ciascun paese, di ciascuna provincia sopramenzionata, ha la propria variante. Di seguito viene proposta una ricetta di Cerlongo (Goito – Mn), che utilizza esclusivamente le trippe di manzo cucinate in brodo.

- **Ingredienti:**

- trippa di manzo, possibilmente il fojolo o centopelli
- ossa porose di manzo, ma se possibile anche carne di costa

- 1 pezzo di gallina
- 1 cipolla ben tritata
- 1 gambo di sedano affettato
- 1 carota a dadini
- lardo pestato sul tagliere
- sale
- pepe
- Parmigiano Reggiano grattugiato

- **Preparazione:** pulire con cura le trippe e risciacquarle. Scottarle in acqua bollente per qualche minuto e poi pulirle ancora accuratamente, raschiandone la superficie con un cucchiaino. Tagliarle a listarelle sottili. A parte preparare del buon brodo con sale, acqua, ossa di manzo porose e un pezzo di carne di costa e gallina. In un tegame dai bordi alti fare il soffritto con il lardo e le verdure. Unire le trippe e fare insaporire per circa 5 minuti. Versare tutto il brodo e cuocere per circa 3-4 ore. Devono risultare sode ma ben cotte. Dare un tocco di vivacità con una abbondante girata di pepe. Spolverare con Parmigiano grattugiato.

- **Consigli:** mentre si puliscono, per evitare che rimangano residui – conferendo un sapore sgradevole – e con lo scopo di sbiancarle bagnarle in poca acqua e calce viva, un tempo facilmente reperibile nelle campagne. In alternativa utilizzare acqua e aceto. Si potrebbe aggiungere, durante la preparazione, anche della conserva fatta in casa o un paio di spicchi d'aglio interi, oppure bagnarle con un po' di vino bianco secco.

- **Fonti:** Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

# **Prodotti e piatti tipici della provincia di Bergamo**



# La cucina bergamasca: una trama ricca e diffusa di produzioni tipiche

di *Stefania Pendezza*

Bergamo rappresenta una realtà unica nella sua varietà. È terra di pianura, collina, montagna, fiumi e laghi: una diversificazione geografica e ambientale che porta con sé tradizioni, bellezze paesaggistiche e stimoli culturali, nonché sistemi agricoli e di allevamento che rendono questo territorio unico dal punto di vista enogastronomico.

Da questa diversità dipende un contesto territoriale ricco di prodotti tipici, a partire dal comparto lattiero caseario che ha garantito alla Bergamasca il primato lombardo di formaggi DOP.

Già apprezzata in epoca romana, la produzione casearia bergamasca cominciò ad acquisire una notevole rinomanza nel '200, come risulta da tracce documentali certe ritrovate negli archivi di diversi conventi. Ulteriori prove sulla valenza dei formaggi della zona emergono dagli archivi veneziani del primo Rinascimento, dove ancora una volta si lodano i latticini provenienti dalle montagne bergamasche.

Oggi giorno, la base produttiva di questa realtà è fornita da un tessuto di quasi 1000 allevamenti zootecnici, che forniscono una produzione totale di latte di oltre 3.500.000 quintali. Di tale produzione solo la quinta parte è commercializzata sotto forma di latte alimentare, mentre il resto è destinato alla trasformazione in formaggi.

Bergamo è anche terra di salumi con una tradizione nella lavorazione delle carni che si sposa con le attuali tecniche innovative in grado di esaltare la qualità dei prodotti. Completano poi il quadro delle eccellenze enogastronomiche vino, olio, miele, conserve e specialità orticole.

Gli oltre 25.000 ettari coltivati a mais – benché destinati in larga misura a supporto del settore zootecnico – testimoniano simbolicamente l'importante presenza della polenta nella cucina Bergamasca, in base ai dettami di una tradizione che ora diventa un elemento principe della gastronomia locale, ricercato e valorizzato all'interno di piatti unici.

La forza della cucina bergamasca risiede principalmente proprio nella varietà delle sue materie prime, più che nella differenziazione delle preparazioni. Grazie a questa diversità di prodotti originali, ogni piatto può essere declinato in una serie di versioni differenti, tutte avvalorate da tradizioni consolidate: un risotto al Taleggio ha un sapore che si distingue nettamente da un risotto al Formai de Mut. In questo senso gli esempi sono molto numerosi.

In tale prospettiva, ogni prodotto e ogni ricetta sono un'occasione per conoscere un territorio, la sua geografia e i suoi aspetti culturali e ambientali più rilevanti. Uno dei tratti che caratterizzano maggiormente il settore agroalimentare bergamasco, infatti, è dato da una forte vocazione nella direzione di una piena multifunzionalità agraria, espressione con la quale si designa un'agricoltura che non si limita alla semplice produzione di materie prime a scopo alimentare, ma che punta ad integrare in un più ampio quadro d'insieme una serie di funzioni e servizi aggiuntivi a beneficio dell'intera società. In quest'ottica, ogni prodotto della tradizione bergamasca si arricchisce anche di una dimensione di servizio ed è contestualizzato nel proprio ambiente naturale e sociale di riferimento.

Nella Bergamasca l'agricoltura multifunzionale si è conquistata da alcuni anni uno spazio che comincia ad assumere rilevanza anche in termini economici. A fronte di un'incidenza nazionale della multifunzionalità rurale pari al 5% (dati ISTAT), in provincia di Bergamo i dati degli osservatori pubblici e privati indicano in una quota compresa tra il 9 e il 10% del totale il numero delle imprese agricole dedite, in tutto o in parte, ad attività non strettamente produttive di materia prima grezza.

Una delle ragioni può essere ricercata innanzitutto nella conformazione naturale del territorio orobico: si pensi alla preponderante presenza di aree montane e collinari, nelle quali è generalmente più radicata la tendenza a trasformare direttamente il prodotto, soprattutto di origine zootecnica, e a venderlo al consumatore finale. In questi contesti di particolare pregio naturalistico sono inoltre più diffuse le attività di tipo agrituristico, una tra le espressioni più tipiche della cosiddetta 'agricoltura familiare', fatta di aziende che si basano principalmente sui membri della famiglia per lavoro e gestione e dimostrano nel contempo una particolare vocazione per il rapporto con il consumatore finale, oltre che una spiccata inclinazione a sondare le diverse opportunità della filiera corta.

In questo contesto rurale affonda le proprie radici una tradizione gastronomica fortemente legata alla specificità e ai prodotti del territorio bergamasco e in grado di offrire un ventaglio di proposte da assaporare nelle grandi occasioni conviviali, così come nei pasti di tutti i giorni. Solo a titolo d'esempio, ricordiamo i tipici Casoncelli della Bergamasca, gli *Scarpinòcc de Par*, il coniglio al Val Calepio, *Ol Balot*, la torta del Donizetti, Polenta e uccelli dolce e una lunga se-

rie di altre ricette e preparazioni che raccontano le tradizioni dei paesi e dei borghi orobici.

Merita una citazione a parte l'arte dei norcini, che nella Bergamasca custodisce gelosamente i sapori antichi di una millenaria cultura zootecnica, quale si rifletteva in alcuni rituali dell'antica tradizione contadina: si pensi alla festa dell'uccisione del maiale descritta nel celebre *L'albero degli zoccoli* di Ermanno Olmi. Si tratta di un'arte che coniuga la saggezza dei tempi antichi con una costante apertura verso la ricerca e l'applicazione di nuove soluzioni tecnologiche nella preparazione dei salumi, creando in questo modo un vero e proprio punto di incontro tra tradizione e innovazione al fine di garantire standard di qualità sempre più elevati.

La grande varietà di prodotti di cui può disporre il territorio bergamasco rappresenta altresì una fonte irrinunciabile di biodiversità, al cui mantenimento contribuiscono visibilmente sane pratiche agricole in grado di avere un'incidenza positiva sulla conservazione della flora e della fauna selvatiche, come pure sulla situazione socio-economica delle zone rurali.

Ogni prodotto per il territorio bergamasco è infine anche un momento di condivisione e attesa, che trova una delle principali manifestazioni in un variegato calendario di eventi, feste popolari, giornate a tema e sagre, legate alle produzioni e alle tradizioni locali.

Queste ultime sono valorizzate al massimo grado attraverso il lavoro delle Pro Loco che nella Bergamasca sono ben 72 quelle aderenti a UNPLI Lombardia. Tutto ciò configura un'imponente attività in grado di assicurare la valorizzazione di quegli elementi che rendono unici ogni territorio e ogni borgo, integrando aspetti storici, culturali, ambientali e gastronomici in un'armonica visione d'insieme.



# Classificazione dei prodotti tipici della provincia di Bergamo (Areale provinciale)

## Ol Codeghì de la Bergamasca

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** *Ol Codeghì de la Bergamasca* è il termine dialettale che corrisponde alla cosiddetta Salamella Bergamasca prodotta esclusivamente nel territorio della provincia di Bergamo. Si tratta di uno dei prodotti più tipici della cultura tradizionale della Terra Orobica che, insieme alla polenta, è sempre stato uno dei grandi protagonisti di feste rurali e sagre. Anche il regista Ermanno Olmi, nel suo *L'albero degli zoccoli* (1978) descrivendo uno spaccato di vita quotidiana agreste, fa riferimento all'uccisione del maiale quale consuetudine della tradizione contadina, da cui deriva la produzione di salumi.

Ancora oggi, Ol Codeghì alla Bergamasca è un elemento che non manca nei momenti di festa o condivisione, dove viene cucinato per la maggior parte alla griglia, ma spesso anche bollito.

- **Ubicazione:** tutta la provincia di Bergamo è luogo di produzione della Salamella Bergamasca che grazie all'abilità dei norcini regala gusto ed emozioni di una terra le cui tradizioni rurali sono legate all'allevamento dei suini e all'arte della lavorazione delle loro carni. Del resto, come dice un antico detto contadino "Del maiale non si butta via nulla".

- **Particolarità:** prodotto realizzato con carni provenienti da suini di origine italiana. I tagli di carne magra (70%) e grassa (30%) devono essere macinati con grana che varia da 4 a 6 mm. All'impasto vengono aggiunti vino, sale, aglio, pepe nero, spezie e zuccheri. La forma è cilindrica con un diametro abbastanza uniforme lungo tutta la dimensione (circa 4 cm), il peso compreso tra 50 g e 300 g a pezzo e l'aspetto interno di colore rosa brillante, tendente al rosso.

- **Classificazione:** questo salume ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo.

- **Fonti:** Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017).

# Pancetta della Bergamasca

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** *la Panseta de la Bergamasca* è il nome dialettale che indica la tipica pancetta proveniente dal territorio di Bergamo e prodotta da carni suine fresche dotate di cotenna con specifica pezzatura. La Pancetta della Bergamasca rappresenta uno dei prodotti tipici della cultura bergamasca che viene spesso servito come antipasto, accanto ad altri salumi e formaggi, ma anche come ingrediente per sughi e condimenti da accompagnare a paste, polenta o carni e per arricchire particolari piatti della cucina bergamasca.
- **Ubicazione:** tutta la provincia di Bergamo, dalla pianura alle valli, è zona di produzione della Pancetta della Bergamasca. In particolare, il gusto dolce e la morbidezza di questo prodotto, sono la prova di una produzione che nasce da attente tecniche di lavorazione delle carni suine e da specifiche condizioni ambientali che consentono la stagionatura lenta e graduale tipica del prodotto.
- **Particolarità:** la Pancetta della Bergamasca è caratterizzata da un diametro di circa 10-12 cm e una lunghezza di 15-20 cm. Possiamo distinguere tra pancetta arrotolata (il pancettone è privato della cotenna) e pancetta distesa (il pancettone mantiene la cotenna). In entrambi i casi, la pancetta viene distesa e ricoperta con una miscela di sale, vino e spezie. Dopo la salatura, viene piegata a libro, arrotolata, cucita, legata a mano e disposta nel budello naturale per la stagionatura. Il gusto si presenta delicato e dolce, poco salato e con un profumo speziato.
- **Classificazione:** questo salume ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 13/03/2017).

## Prosciutto Crudo Bergamasco “Il Botto” Val Seriana

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** questo prosciutto già un secolo e mezzo fa veniva prodotto nella Cascina “Il Botto”, ancora esistente, ubicata ad Ardesio, in Alta Val Seriana.

Si tratta di un prosciutto che racchiude i sapori e i saperi della montagna, frutto di un'accurata azione di recupero dell'antica tradizione valligiana. A partire dagli anni '90 dello scorso secolo, è stata infatti recuperata l'antica lavorazione contadina che ne ha assicurato la produzione continua fino ad oggi, garantendo al prodotto alta qualità e un sapore unico. Testimonianze orali dei valligiani, confermano la produzione antica di questo prodotto che in pochi anni ha ottenuto numerosi riconoscimenti. A conferire l'aroma che lo contraddistingue contribuiscono le cure degli operatori, l'ambiente incontaminato e, soprattutto, i locali di stagionatura nei quali vengono collocati letti di fieno in grado di infondere al prosciutto i sapori caratteristici.

- **Ubicazione:** la Valle Seriana è collocata nelle Alpi Orobie e si snoda lungo il percorso del fiume Serio per circa 50 km, risalendo il capoluogo in direzione nord-est. Molte le località turistiche che caratterizzano dal punto di vista culturale, ambientale ed enogastronomico questa valle. In particolare, lo straordinario scenario naturale ne fa un luogo ricco di fascino per tutti gli amanti della montagna. Ambiente incontaminato e aria fresca, eccezionalmente pura e asciutta sono le caratteristiche più evidenti di questi luoghi che conferiscono sapore e qualità al Prosciutto Crudo Bergamasco Il Botto.

- **Particolarità:** la peculiarità di questo prosciutto crudo stagionato consiste nell'utilizzo di maiali di un anno alimentati in modo tradizionale che vengono macellati e lavorati in loco. In questo modo, le cosce trattate rimangono sul posto per la stagionatura, senza subire traumi dovuti al trasporto. Il sapore è delicato e dolce, poco salato.

Il prosciutto crudo, rispetto agli altri salumi, presenta un tempo di digestione più veloce: circa un'ora e quaranta minuti per 100 g di prodotto.

- **Classificazione:** questo salume ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia dal 2009.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf). Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 17/03/2017).

# Salame Bergamasco

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** questo salume realizzato con i migliori tagli di carne di suino è uno dei prodotti più conosciuti della tradizione rurale bergamasca che nasconde, dietro al suo sapore intenso e particolare, la tipica vita dei contadini e allevatori di un tempo, dei quali, già al primo assaggio, sembra di vedere lo scorrere delle giornate nella loro quotidianità. Il salame era un simbolo, un elemento distintivo, una sorta di emblema della famiglia o della casata. Tant'è che ogni contadino aveva una ricetta che teneva rigorosamente per sé, senza svelarla a nessuno. E la rarità di ogni "salame di famiglia" stava anche nel fatto che lo si produceva una volta all'anno, quando si ammazzava il maiale ingrassato per mesi, momento questo di grande festa per le popolazioni contadine che potevano così, grazie alla lavorazione e conservazione delle carni, far fronte ai periodi di carestia. Ancora oggi il salame Bergamasco continua ad essere uno dei principali prodotti offerti a parenti e amici, accanto all'immane *cales de i* (calice di vino).
- **Ubicazione:** tutta la provincia di Bergamo, territorio eterogeneo dalla pianura alle montagne, è il luogo di produzione del Salame Bergamasco, in dialetto ol Salàm de la bergamasca.
- **Particolarità:** insaccato di pasta colore rosso scuro nella parte magra e bianco in quella grassa con diametro di circa 7-9 cm e lunghezza minima 25 cm. Dopo la macinatura delle carni con granulometria media-grossa, si aggiungono sale, pepe, spezie, aglio e vino rosso e si insacca in budelli naturali. La legatura è condotta a mano. La stagionatura, fase importante per la qualità e la conservazione del prodotto, ha una durata minima di 40 giorni e massima di 18 mesi, determinando in questo modo la diversa consistenza e le differenti caratteristiche del prodotto. Il sapore, così come il profumo, è intenso e molto caratteristico, leggermente speziato.
- **Classificazione:** questo salume ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** molte sono le manifestazioni che celebrano il salame come prodotto tipico della cultura contadina bergamasca. Tra queste si segnala la Sagra del Salame nostrano di Ghisalba (BG) dal 2000.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 08/03/2017). Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 08/03/2017).

# Stracchino Orobico

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** l'aspetto di questo formaggio ci riporta a un'antica usanza ovvero quella di porlo sulle canne di fiume per facilitarne lo spurgo del siero. Tecnica questa che caratterizzava la superficie del formaggio che si presentava con leggeri solchi. Oggi, le misure igieniche adottate in ogni fase dei processi produttivi, non permettono più di applicare tale operazione che viene realizzata con particolari attrezzature in grado ancora di conferire i tradizionali solchi. Inoltre, questo formaggio ha origini antichissime e il suo nome deriva dal termine dialettale "strache" riferito alle vacche che tornavano dall'alpeggio. Da questi bovini si otteneva pertanto il latte per produrre tale formaggio.
- **Ubicazione:** lo Stracchino Orobico, come suggerito dal nome, viene prodotto in tutta la bergamasca, in particolare nella lunga catena di cime formata dalle Valli Orobiche. Qui le vacche pascolano durante tutti i periodi dell'anno, godendo dell'aria buona e della ricchezza delle specie vegetali.
- **Particolarità:** formaggio molle di latte vaccino a pasta cruda. Di stagionatura breve e a forma quadrata. Il gusto è dolce e delicato con un forte profumo di latte.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** Sagra dello stracchino di Corna Imagna (BG) (maggio e ottobre).
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 12/03/2017).

# Torta Orobica

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** la semplice lavorazione di questo formaggio molle prodotto con latte vaccino ricorda per tipologia quella del Taleggio. Per quanto riguarda la Torta Orobica, non vi sono notizie certe sulla sua origine anche se la

scarsa attrezzatura richiesta per la lavorazione e la bassa energia necessaria per raggiungere le temperature di caseificazione, fanno supporre che il formaggio sia nato nei periodi dell'alpeggio, quando la carenza di strumenti a disposizione limitava le possibilità di trasformazione del latte. Il suo nome deriva dalla sua forma cilindrica che viene commercializzata intera o porzionata, come una torta.

- **Ubicazione:** tutta la provincia di Bergamo è luogo di produzione della Torta Orobica. Del resto, l'attuale importante presenza di questo formaggio in cucina, sulle tavole dei bergamaschi e nei tanti caseifici, ne conferma lo stretto legame con il suo territorio che vanta sia bellezze ambientali uniche sia esempi di storia e cultura di grande valore e interesse, non solo per i turisti.
- **Particolarità:** formaggio vaccino a pasta morbida, senza occhiature e di color paglierino. La crosta è solitamente rosata o rossiccia. Il diametro della Torta Orobica varia da 28 a 30 cm e prevede una stagionatura di circa 60 giorni. Gusto deciso e caratteristico ma allo stesso tempo delicato.
- **Classificazione:** questo formaggio ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf). Bergamo, città dei Mille...sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017).

# Classificazione dei piatti tipici della provincia di Bergamo (Areale provinciale)

## Biscotti di San Pellegrino

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** è la fortunata intuizione del pasticcere Giuseppe Milesi a creare questi biscotti; nel 1934, infatti, il pasticcere conosciuto da tutti come “ol Bigio”, decise di apportare una leggera modifica alla ricetta di un biscotto di sua produzione chiamato Giambellino. E fu così che nacque la ricetta dei Biscotti di San Pellegrino, noti nella bergamasca come un tipico dolce semplice ma dal sapore unico, di cui non ci si stanca mai, la cui ricetta è rimasta invariata fino ad oggi. E poiché, oltre alla pasticceria, Giuseppe Milesi amava realizzare spettacoli di burattini, era usanza negli appuntamenti che organizzava, offrire al pubblico di bambini e genitori i suoi buonissimi biscotti.

Da allora, i Biscotti di San Pellegrino sono il tipico regalo con cui le famiglie della Valle Brembana si presentano agli inviti di parenti e amici.

La fragranza di questi biscotti conquistò anche l'attore Ugo Tognazzi che, in uno dei suoi libri di culinaria, dedicò un capitolo a tali dolci.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina
- 150 g di burro
- 220 g di zucchero
- 25 g di latte
- 2-3 rossi d'uovo
- 10 cl di miele
- 10 g totali di bicarbonato di sodio e di bicarbonato di ammonio
- 1 pizzico di sale
- 1 bustina di vanillina
- zucchero a velo

- **Preparazione:** dopo aver scaldato un po' il latte con burro, zucchero e bicarbonato aggiungere la farina, i rossi d'uovo, il miele, la vanillina e il sale. Amalgamare e lasciare raffreddare l'impasto per un giorno. Stendere la pasta e formare delle mezzelune con uno stampo. Infornare a 230 °C per 8 minuti.

- **Consigli:** servire i biscotti con zucchero a velo.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

## Casoncelli della Bergamasca

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** i Casoncelli della Bergamasca (*Casonsèi de la Bergamasca*) sono uno dei piatti più tipici della tradizione culinaria di Bergamo, che oggi si possono assaporare in numerosissime occasioni, non solo nelle sagre di paese, ma anche in tanti ristoranti diffusi tra la città e la provincia.

In origine, sono nati per utilizzare gli avanzi di carni suine e bovine. Poi, affinati nel tempo, soprattutto a partire dall'800, hanno ottenuto gli onori della tavola sia per la sfoglia che per il ripieno, arricchendosi di sapori nuovi tra cui l'amaretto, l'uva sultanina, la pera Spadona o Abate e la scorza di limone. Una leggenda narra che questo ripieno agrodolce sia nato per volere di un uomo avaro che volendo santificare le feste anche in tavola preparò un prodotto di poco prezzo che univa primo e dolce.

- **Ingredienti:**

*Per la pasta*

- 800 g di farina di grano tenero 00
- 200 g di semola di grano duro
- da 2 a 4 uova
- acqua q.b.

*Per il ripieno*

- 250 g di pane grattugiato
- 2 uova
- 150 g di Grana Padano grattugiato
- 300 g di macinato base per salame
- 200 g di carne bovina arrostita
- 10 g di amaretti
- 20 g di uva sultanina
- 210 g pera Spadona o Abate
- scorza di limone, aglio tritato e prezzemolo q.b.
- spezie (pepe nero o bianco, noce moscata, cannella) q.b.



- **Preparazione:** amalgamare farina, semola e uova aggiungendo acqua q.b per ottenere un composto omogeneo. Quindi lasciare riposare per almeno 30 minuti. Su di un tavolo di lavoro, amalgamare, fino all'ottenimento di un impasto omogeneo, tutti gli ingredienti del ripieno dopo aver tritato le carni, affettato le pere e ridotto in polvere gli amaretti. Stendere poi la sfoglia e ritagliare dei dischi di 6-8 cm al centro dei quali posizionare il ripieno. Richiudere poi il disco facendo attenzione a chiudere bene i bordi per evitare la fuoriuscita del ripieno durante la cottura. Infine, pressare la parte più alta con il ripieno ripiegandola nuovamente fino ad assumere la tipica forma a mezzaluna con una pressatura al centro del diametro di piega. Lessare quindi i Casoncelli in acqua bollente salata.
- **Consigli:** si consiglia di servirli appena scolati dopo averli conditi con burro, salvia, grana e pancetta.
- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** in tutti gli eventi e manifestazioni del territorio bergamasco non manca mai questo piatto che caratterizza la cultura gastronomica di questa provincia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf). Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017).

## Coniglio al Valcalepio

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** passeggiando la domenica mattina per strade, vicoli e vie di Pontida e, in generale dei paesi della bergamasca, dalla pianura alle valli, non sarà difficile sentire un profumo inconfondibile uscire dalle case. Si tratta del tipico Coniglio al Valcalepio, piatto che contraddistingue il pranzo domenicale di ogni bergamasco, insieme alla polenta che lo accompagna: una tradizione antichissima che, nonostante ogni singola rivisitazione personale della ricetta, continua a persistere in tutta la bergamasca e in particolare in questa zona, rinomata per le sue produzioni vinicole e neotitolata città della Val San Martino. Pontida, piccolo paese a metà strada fra Bergamo e Lecco, rimanda la memoria al medioevo, all'età dei Comuni, a uno dei momenti più luminosi della storia d'Italia,

quando i delegati delle venti Città giurarono nella storica badia. La lega Lombarda coronò vittoriosa e concorde, nella battaglia di Legnano il 29 maggio 1167, l'alleanza contro l'imperatore germanico Federico Barbarossa. Pochi sanno però che alle spalle del paese, sulle colline volte a mezzogiorno, la Riera (Riviera), è zona vocata per tradizione secolare alla viticoltura, il cui lavoro ricevette notevole impulso dai monaci benedettini della congregazione Cassinese che nel 1491 si insediaron nelle Abbazie di Pontida e San Paolo d'Argon. Alvise Rizzi, nel 1614, in visita al priorato di Pontida, stila una relazione che rimarca come *"i monaci accorparono le proprietà frazionate e disperse plasmando le coste dominate dal sole con vigneti capaci di dare vino potente e buonissimo"*. Ed ecco arrivare i preziosi vini della Cantina Sociale Val San Martino che opera nel territorio collinare racchiuso tra il Brembo e l'Adda e, in particolare, dell'Azienda Agricola Tosca di Pontida.

- **Ingredienti:**

- un coniglio nostrano
- un bicchiere di vino rosso Valcalepio
- salvia
- rosmarino
- cipolle
- burro
- olio e sale

- **Preparazione:** lavare, asciugare il coniglio e tagliarlo a pezzi. Dopo aver fatto soffriggere una cipolla tritata con burro, salvia e rosmarino, aggiungere il coniglio tagliato a pezzi piuttosto grossi. Farlo cuocere a fuoco vivo per farlo colorire bene, versare il vino e, dopo aver abbassato la fiamma, far cuocere lentamente per circa un'ora e mezza.

- **Consigli:** si consiglia di accompagnare con polenta, come vuole la tradizione e, naturalmente, con un buon calice di vino della zona.

- **Vino consigliato:** Valcalepio Rosso DOC.

- **Classificazione:** la Cantina Sociale Val San Martino ha conquistato un'immagine di prestigio a livello nazionale ed internazionale con una produzione che comprende il DOC Valcalepio (rosso e bianco) e particolari vini tipici IGT quali il Val San Martino dalle qualità e dal carattere inconfondibile.

- **Manifestazioni correlate:** numerose le iniziative organizzate durante l'anno che propongono questa ricetta e la degustazione dei vini tipici.

- **Fonti:** Enrico Silva, Sapori Bergamaschi – Castelli Bolis Poligrafiche srl, Cenate Sotto (BG).

Azienda Agricola Tosca, Pontida (BG) [www.vinitosca.it](http://www.vinitosca.it).

# Polenta e Uccelli Dolce

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** nonostante qualcuno la consideri di recente invenzione, la ricetta della *Polenta e Osèi de la Bergamasca* dolce ci riporta indietro nella storia fino ad arrivare al 1910, quando Alessio Amadeo realizzò questo dolce nella sua pasticceria situata nel centro della Città di Bergamo, dandogli la forma del tipico piatto della versione salata, simbolo della tradizione orobica. Il nipote di Alessio ricorda che negli anni Cinquanta, vestito da Gioppino, offriva questo dolce durante le partite dell'Atalanta alle squadre avversarie. La pasticceria di Alessio venne chiusa nel 1978 ma il suo dolce era ormai diventato patrimonio dei pasticceri bergamaschi. E ancora oggi, il dolce si può trovare nelle tante pasticcerie bergamasche del centro e di Città Alta.

- **Ingredienti:**

*Per il pan di spagna (circa 2 kg di pasta)*

- 390 g di zucchero
- 320 g di uova
- 150 g di tuorli
- 320 g di farina
- 130 g di fecola
- 15 g di miele
- mezzo cucchiaino da caffè di lievito per dolci

*Per la crema di burro al cioccolato e nocciole*

- 350 g di burro
- 350 g di cioccolato bianco fuso
- 50 g di Rum
- 50 g di nocciole

*Per la crema di burro*

- 200 g di albume
- 50 g di zucchero
- 600 g di burro
- 100 cl di alcool

*Altri ingredienti*

- 600 g di zucchero cotto (1000 g di zucchero, 50 g di glucosio, 75 g di acqua)
- curaçao 14° per bagna
- marzapane giallo
- marzapane al cioccolato o cioccolato fondente puro (per gli uccelli)
- zucchero cristallino giallo

- passata di albicocche
- cubetti di cedro candito
- cacao

- **Preparazione:** per il pan di spagna, montare lo zucchero e il miele con le uova, aggiungendo farina, fecola e lievito, fino a creare un composto omogeneo, da versare in appositi stampi a mezza sfera, imburrati. Porre quindi gli stampi in forno a 200° per circa 20-30 minuti.

Per la crema di burro al cioccolato e nocciola, montare il burro con il cioccolato bianco fuso e aggiungervi nocciole e rum. Montare poi l'albume a neve e aggiungervi lo zucchero cotto la cui preparazione si ottiene dalla cottura degli ingredienti sopracitati. Di seguito, incorporare nel burro montato, tutto il composto fino a creare una crema. Tagliata a metà la semisfera di pan di spagna, bagnarla con curaçao, farcirla con crema di burro al cioccolato e nocciole, quindi ricomporre la mezza sfera. Spalmare la parte superiore con la crema di burro, ricoprire il tutto con una sfoglia di marzapane giallo e spolverare con zucchero cristallino giallo. Riporre al centro la passata di albicocche, aggiungervi i cubetti di cedro candito e gli uccelletti di cioccolato.

- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf).

Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017).

## Polenta Taragna

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** pare che il nome Polenta Taragna derivi dal dialetto *tarèl* o *terèl*, termine che, secondo il Tiraboschi (Vocabolario dei dialetti bergamaschi del 1873) veniva utilizzato in alcuni luoghi del territorio per identificare il bastone usato per girare la polenta. Infatti per preparare la taragna è necessario “tararla” continuamente per evitare che si attacchi sul fondo del paiolo.

*“È una polenta poco densa fatta con farina di granoturco e latte, ovvero panna di latte, a cui si mescolano in fin di cottura del formaggio dolce a fettine sottili e del*

*burro: ne risulta un cibo di singolare delicatezza che si serve caldissimo*". Così la prima Guida Gastronomica d'Italia, edita dal Touring Club Italiano nel 1931, descrive la Polenta taragna che appartiene alla tradizione dei bergamaschi da tantissimo tempo.

In "Pagine Bergamasche" invece, il Volpi narra che a Piazzatorre e Mezzoldo era usanza da parte dei ragazzini durante la settimana santa, recarsi per strada con *gri e cicale* ottenendo in dono da ogni casa farina, formaggio e burro: esattamente gli ingredienti base di questo piatto che venivano utilizzati per preparare una grande quantità di polenta taragna per tutti a pasquetta.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina di grano saraceno e di granoturco (proporzione a piacere)
- 1 cucchiaio di sale grosso
- 2,5 l di acqua
- 900 g di formaggio Branzi
- 100 g di burro
- salvia q.b
- 1 spicchio di aglio

- **Preparazione:** dopo aver fatto cuocere la polenta per circa un'ora, togliere il paiolo dal fuoco e aggiungervi il formaggio Branzi tagliato a dadini, mescolando bene con il bastone.

- **Consigli:** far rosolare il burro con la salvia e l'aglio e aggiungerlo alla polenta servita nel piatto.

- **Manifestazioni correlate:** numerose sono le iniziative dove la polenta taragna è la regina della cucina, soprattutto nelle valli.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

Slow Food Bergamo [www.slowfoodbergamo.it](http://www.slowfoodbergamo.it) (consultato il 10 marzo).

## Torta del Donizetti

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** la Torta del Donizetti (*Turta del Dunizèt*), come indicato dal nome, è un dolce nato con l'intento di commemorare il grande compositore bergamasco Gaetano Donizetti. La leggenda narra che il musicista Rossini, trovando-

si a tavola con Donizetti, di cui constatò le amarezze sentimentali, per alleviare le sue pene chiese al cuoco di preparare un dolce speciale e veloce. Quest'ultimo, nel poco tempo a disposizione, realizzò la torta tanto apprezzata in seguito dall'ambiente musicale e battezzata con il nome con cui la conosciamo oggi.

In realtà il dolce è stato ideato nel 1948 da Alessandro Balzer (dell'omonimo e storico bar situato nel centro di Bergamo, proprio di fronte al Teatro Donizetti) per celebrare il centenario della morte del compositore e operista bergamasco (1797-1848).

- **Ingredienti per circa 1 kg di pasta:**

- 260 g di burro
- 150 g di zucchero
- 100 g di fecola
- 80 g di farina
- 8 tuorli
- 4 albumi
- minimo 80 g di albicocche candite a cubetti
- minimo 120 g di ananas candito a cubetti
- alcune gocce di concentrato di maraschino
- una bacca di vaniglia
- zucchero a velo

- **Preparazione:** dopo aver montato il burro con 120g di zucchero, aggiungere i tuorli uno alla volta amalgamando bene. Montare poi a neve gli albumi con il restante zucchero e unire lentamente al composto precedentemente preparato. Aggiungere poco alla volta farina e fecola, canditi di albicocche e ananas, gocce di maraschino e vaniglia. Nel frattempo, imburrare uno stampo a corona per ciambella del diametro di 24-26 cm e versarvi tutto il composto. Dopo aver cotto in forno a 180 °C per circa 40 minuti, lasciare raffreddare e spolverare quanto basta con zucchero a velo.

- **Consigli:** servire abbellendo la torta con qualche candito di albicocca all'esterno.

- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Manifestazioni correlate:** oltre al prestigioso teatro a lui dedicato, tante sono le iniziative e i luoghi rivolti a celebrare il ricordo del compositore bergamasco, tra i quali è possibile talvolta trovare anche la "sua torta". Ne sono un esempio i ricchi programmi della Fondazione Donizetti, impegnata a trasmettere e valorizzare l'importanza che il musicista ebbe per Bergamo e oltre ([www.donizetti.org](http://www.donizetti.org)).

- **Fonti:** Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017).

## Uccellini scappati

provincia di Bergamo

- **Cenni storici:** nella tradizione culinaria bergamasca, con l'espressione "uccellini scappati" si intende un tipo particolare di involtini sul cui termine vi è stata negli anni una lunga diatriba tra chi sosteneva che indicasse gli uccellini senza testa (*sènsa có, scrapàcc*), come in Toscana e chi invece riteneva che si riferisse agli uccellini riusciti a fuggire agli spari dei cacciatori (*scapàcc*). Comunque sia, rappresentano un piatto tipico della tradizione di tutto il territorio, dalla città alla provincia e tante sono le varianti tra una ricetta e l'altra.

- **Ingredienti per 6 persone:**

- 400 g fesa di vitello o di lonza di maiale a fettine
- 150 g di pancetta bergamasca
- 80 g di pangrattato
- 80 g di Grana Padano
- 1 spicchio di aglio tritato e 2 interi
- prezzemolo tritato q.b.
- 100 g di burro o olio extravergine di oliva Laghi Lombardi-Sebino DOP
- sale e pepe q.b.
- ½ bicchiere di Valcalepio bianco
- 150 g di brodo o salsa al pomodoro
- salvia

- **Preparazione:** dopo aver battuto le fettine di vitello o di lonza fino a farle arrivare a 3 mm di spessore, tagliarle a rettangoli di circa 5×9 cm. Unire in un contenitore pangrattato, parmigiano, aglio, prezzemolo e pancetta tritata. Mettere poi il ripieno sulle fettine e arrotolarle per formare l'involentino che va fissato con uno stecchino.

A questo punto sciogliere in una padella il burro e farvi cuocere gli involtini insieme alla salvia e agli spicchi d'aglio. Dopo avere condito con sale e pepe q.b. aggiungere brodo o, in alternativa, salsa di pomodoro e portare a cottura.

- **Consigli:** utilizzare la tipica Pancetta Bergamasca per rendere il sapore unico.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

# Classificazione dei prodotti tipici di un'area specifica del bergamasco (Area sovra comunale)

## Bernardo

areale Clusone e Valle Seriana

- **Cenni storici:** Bernardo, conosciuto anche come “Formaggella Bernarda”, è un formaggio di piccole dimensioni prodotto come da tradizione, durante la stagione estiva.

Pare che il nome sia collegato a San Bernardo, patrono di Oltressenda Alta, piccolo borgo rurale della Val Seriana nella cui interessante chiesa possiamo trovare una croce in legno realizzata dal Manzù.

- **Ubicazione:** Bernardo è prodotto a Clusone in Valle Seriana (BG) dove è facile imbattersi in antichi borghi e località di alpeggio. Clusone, circondato da paesaggi naturali unici nei quali è possibile immergersi grazie ai numerosi sentieri, è anche meta di appassionati di arte grazie ai numerosi affreschi che decorano i principali edifici del paese come ad esempio il Municipio, la Torre dell’Orologio e l’oratorio dei Disciplini. Ogni anno, inoltre, Clusone è sede del Jazz Festival che attira musicisti da tutte le parti d’Europa e del mondo. Natura, cultura ed enogastronomia caratterizzano questa bella località turistica di montagna.

- **Particolarità:** è un piccolo formaggio di forma cilindrica (diametro 15 cm – peso 0,5-1 kg) a pasta semicotta ottenuto con latte crudo intero vaccino oppure misto con il 10% di latte di capra. La pasta, morbida e di color giallo-rosastro presenta, nel tipo stagionato, un’occhiatura media abbastanza diffusa. La crosta, quasi assente nel tipo fresco, tende a diventare giallo-bruno con la stagionatura. Il gusto è delicato e gradevole, leggermente aromatico. La stagionatura è di 15-20 giorni. Ottimo formaggio da tavola ed eccellente prodotto per spuntini.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).



Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Bernardo  
[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=83](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=83).  
Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/  
pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf).

## Stracchino Bronzone

areale Monte Bronzone, Basso Sebino bergamasco, Val Cavallina  
e Alto Sebino bergamasco

- **Cenni storici:** antichissime sono le origini di questo tipico formaggio vaccino a pasta molle, forse addirittura precedenti al X secolo. Lo Stracchino Bronzone è sempre stato ed è tuttora il prodotto tradizionale per eccellenza degli allevatori delle colline che dominano i laghi di Endine e di Iseo. Già negli anni Quaranta dello scorso secolo venivano organizzati corsi di aggiornamento e perfezionamento sulla sua lavorazione e, nonostante le numerose migliorie tecniche apportate nel corso degli anni a venire, ancora oggi continua una produzione artigianale altamente rispettosa delle più antiche tradizioni.
- **Ubicazione:** l'area interessata alla produzione dello Stracchino Bronzone è rappresentata dal territorio delle zone del Monte Bronzone-Basso Sebino bergamasco, della Val Cavallina e dell'Alto Sebino bergamasco. I tanti comuni che fanno parte di questa area presentano numerose attrazioni sia dal punto di vista paesaggistico che culturale. In questo scenario è possibile godere della bellezza dei luoghi e delle loro produzioni.
- **Particolarità:** ottenuto da latte crudo intero di vacca, viene lavorato subito dopo la mungitura. Ha forma parallelepipeda a base quadrata con lato di circa 18 cm, scalzo circa 4 cm e crosta morbida, sottile e rosata che assume colorazioni più scure con la stagionatura. La pasta è bianca, morbida e omogenea. Il sapore è dolce e delicato, lievemente gessoso.
- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017). Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 15/03/2017).  
Silva E., *Sapori Bergamaschi*, Castelli Bolis Poligrafiche srl, Cenate Sotto (BG).

# Biligòcc

areale Poscante, Valle Brembana e Valle Seriana

- **Cenni storici:** essiccare le castagne è un'arte antica e la tradizione bergamasca dei *Biligòcc* (castagne affumicate) ci riporta a tempi lontani quando la comunità contadina era spinta dalla necessità di sostenersi con i frutti della sua terra, specialmente in tempo di guerra quando erano molte le famiglie che ricavano gli alimenti per sfamarsi dalla vendita delle gustose castagne, affumicate o bollite. Si narra che i primi Biligòcc siano stati prodotti a Poscante quando un contadino, dopo aver raccolto e cotto le castagne per due ore le lasciò essiccare per sette giorni all'aria aperta, ricavando così un prodotto buono da mangiare sino al periodo di Pasqua. Nella frazione di Poscante e in particolare nelle frazioni di Castegnone, Ripa e Alte Marie si diffusero così i *secadùr*, ovvero gli affumicatoï per la produzione dei Biligòcc. E la meraviglia di questa tradizione vive ancora oggi nel cuore degli abitanti di questi luoghi che proseguono l'antica tecnica usata nel *secadùr*, quel piccolo edificio in pietra, indispensabile per ottenere le profumatissime castagne.

- **Preparazione:** nella parte superiore dei “*secadùr*”, collocata a circa due-tre metri dal suolo, vi è una fitta griglia di legno dove vengono posate le castagne fresche appena raccolte. A terra viene preparato il fuoco, rigorosamente con legna e scarti vegetali di castagno per produrre i fumi aromatici necessari all'essiccazione delle castagne. Una volta essiccate e stoccate, le castagne vengono bollite in grandi caldaie e poi, subito dopo, per far raggrinzire la buccia, si versa dell'acqua fredda e un po' di olio per renderle lucide.

- **Consigli:** ottimi da consumare direttamente ma anche come ingredienti di varie ricette come la zuppa di porcini e biligòcc. Il tutto per ritrovare in un piatto/prodotto i profumi dei boschi generosi della bergamasca.

- **Manifestazioni correlate:** Sagra dei Biligòcc, in concomitanza con la Festa di San Mauro del 15 gennaio a Sant'Antonio Abbandonato, frazione di Brembilla (Valle Brembana – BG).

Sagra dei Biligòcc, febbraio – Albino (BG). In questa occasione si celebrano i Biligòcc che, anche nella Valle del Lujo (Valle Seriana), vantano una tradizione.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

# Agrì di Valtorta

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** la produzione di questo formaggio è da sempre molto diffusa nell'Alta Val Brembana e in particolare nella zona di Valtorta, dove in passato si realizzava un semi lavorato "pasta di Agrì", che veniva poi trasformato nella vicina Valsassina. Come da tradizione, erano le donne che, a piedi e con la gerla in spalla, percorrevano l'antico sentiero lungo i pascoli di Ceresola e Piani di Bobbio ogni settimana fino a Barzio o Introbio (LC).

Oggi, questo formaggio, è particolarmente apprezzato anche nell'alta cucina, grazie al suo sapore delicato e unico.

- **Ubicazione:** Valtorta si colloca in Alta Valle Brembana, circondata da una maestosa cerchia di montagne dominate dal Pizzo dei Tre Signori. Piccolo borgo incastonato tra i monti, caratterizzato da mulattiere, piccole contrade, stalle e cascine, presenta offerte coinvolgenti per ogni tipologia di visitatore: dallo sportivo grazie alle vicine piste da sci dei Piani di Bobbio e ai tanti affascinanti percorsi escursionistici, a quello più culturale, che può ammirare il museo etnografico, i resti ben recuperati dei mulini e delle miniere del luogo e la Chiesa di Sant'Antonio della contrada Torre di particolare interesse storico-artistico. Valtorta è anche nota per la ricchezza dei suoi funghi porcini dai quali si preparano ottimi piatti che ben si accompagnano ai numerosi prodotti tipici della Valle Brembana.

- **Particolarità:** è un formaggio fresco a pasta cruda prodotto con latte intero vaccino o caprino appena munto, a forma cilindrica la cui particolarità è data dalla tecnica di produzione che prevede tre giorni di lavorazione e una singolare manualità da parte del casaro. Una caratteristica è anche quella che distingue la raccolta della cagliata che avviene in fagotti di tela di lino posti poi a scolare. Dopo tale operazione, si impasta il tutto in rotoli del diametro di circa 3 cm che vengono tagliati in piccoli cilindri di circa 5 cm. Il sapore è dolce, aromatico e il profumo è delicato. La pasta è bianca, morbida e priva di occhiatura.

- **Classificazione:** questo prodotto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia e dal 2010 è inserito nell'elenco dei Presidi Slow Food.

- **Manifestazioni correlate:** a Valtorta numerose sono le manifestazioni legate alle tradizioni delle attività del luogo tra cui la più famosa è quella della Giobiana che il primo giovedì di marzo di ogni anno prevede lo scorrazzare per i campi e per le vie del borgo dei ragazzi del paese con campanacci a tracolla per ri-

svegliare la primavera e “chiamar l’erba”, elementi questi importantissimi per la produzione di prodotti lattiero-caseari di qualità.

- **Fonti:** Valle Brembana – Bergamo [www.brembana.info/borghi/valtorta/valtorta.html](http://www.brembana.info/borghi/valtorta/valtorta.html) (consultato il 20/03/2017).

Fondazione Slow Food [www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/agri-di-valtorta/](http://www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/agri-di-valtorta/) (consultato il 20/03/2017).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 20/03/2017).

## Bitto

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** si racconta che le popolazioni celtiche, costrette ad abbandonare la Pianura Padana a causa dell’avanzata dei Romani, si spostarono verso il territorio montuoso, fertile e abbondante di pascoli del versante orobico della Valtellina. Ai Celti si deve quindi questa antica tradizione casearia e il nome Bitto, da “Bitu” che significa “perenne”, termine associato al fatto che questo formaggio poteva essere conservato a lungo e quindi garantire sostentamento. E “perenne” è un termine che oggi possiamo attribuire anche alle tecniche di lavorazione che si sono mantenute tuttora fedeli all’antica tradizione.

- **Ubicazione:** la zona di provenienza del latte per la produzione del Bitto, comprende l’intero territorio della provincia di Sondrio, gli alpeggi di alcuni territori limitrofi dell’Alta Valle Brembana in provincia di Bergamo (Averara, Carona, Cusio, Foppolo, Mezzoldo, Piazzatorre, Santa Brigida, Valleve) e alcuni alpeggi limitrofi in provincia di Lecco.

In Valle Brembana (BG), queste zone nascondono gioielli e attrattive sia dal punto di vista paesaggistico (ne sanno qualcosa gli sportivi e gli amanti delle vacanze in natura), sia per quanto riguarda cultura, storia e religione riscontrabili per lo più nelle architetture dei piccoli borghi e delle chiesine nascoste nel verde, al cui interno si possono trovare opere lignee e affreschi di grande valore.

- **Particolarità:** il Bitto, formaggio grasso a pasta cotta, è prodotto con latte di vacca intero appena munto con l’eventuale aggiunta di latte caprino in misura non superiore al 10%. La produzione avviene nel periodo della monticazione estiva degli alpeggi (dal 1 giugno al 30 settembre).

La forma è cilindrica (peso medio tra 8-25 kg) con crosta sottile e di color giallo paglierino. La pasta è compatta con occhiatura rada ad occhio di pernice e colore variabile dal bianco al giallo paglierino, a seconda della stagionatura. Il sapore è dolce, delicato e più intenso con il procedere della maturazione.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).
- **Manifestazioni correlate:** Sagra del Bitto in Valtellina (settembre), manifestazione che da circa 50 anni celebra le caratteristiche e le tradizioni di questo formaggio e le bellezze dei luoghi di produzione dello stesso ([www.valtellina.it](http://www.valtellina.it)).
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf).  
Consorzio per la Tutela dei formaggi Valtellina Casera e Bitto [www.ctcb.it](http://www.ctcb.it) (consultato il 23/03/2017).

## Branzi

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** importanti mercati caseari e bovini sono stati protagonisti di Branzi, il piccolo paese dell'Alta Val Brembana che dà il nome a questo formaggio. In particolare, il 21 settembre, festa di San Matteo, numerosi commercianti si recavano a Branzi per il rinomato mercato che durava tre giorni. Per l'occasione, agli inizi del 1900, la Cattedra Ambulante di Agricoltura organizzò anche una mostra annuale con l'obiettivo di favorire il miglioramento qualitativo della produzione, individuando le forme migliori e premiando i casari più bravi. Manifestazione questa che, grazie all'intraprendenza di produttori locali, viene ancora riproposta. Inizialmente il Branzi veniva prodotto nel periodo estivo sugli alti pascoli utilizzando latte intero. Il resto dell'anno, con le vacche in stalla, si produceva invece un formaggio semigrasso per ricavare la panna necessaria alla preparazione del burro, antica merce di scambio molto preziosa nella povera economia rurale di quei tempi. Il calo della produzione del formaggio d'Alpe che contraddistinse il primo dopoguerra unitamente alla riduzione del prezzo del burro, portarono gli agricoltori a produrre formaggio grasso durante tutto l'anno, soddisfacendo così la sempre più alta richiesta di prodotto. Oggi la produzione di Branzi avviene tutto l'anno con latte raccolto nelle stalle di fondovalle o da caseifici situati anche in zone differenti da quella d'origine.

- **Ubicazione:** Branzi, piccolo paese rurale dell'Alta Val Brembana, dista 49 km da Bergamo. Situato sulla confluenza di due valli, quella di Valleve e quella di Carona, Branzi è oggi un centro turistico molto frequentato in ogni stagione, grazie anche alle stazioni sciistiche di Foppolo, San Simone e Carona. Oltre alle caratteristiche piazze e slarghi che descrivono il paese, la zona si rivela interessante per la sua bellezza paesaggistica naturale, che si esprime anche nella stupenda cascata chiamata "la Borleggia" che dai Laghi Gemelli scende con straordinari balzi fino al paese.
- **Particolarità:** il Branzi è un formaggio grasso a pasta elastica prodotto con il latte vaccino intero di due mungiture. Si presenta con una forma cilindrica e una crosta liscia, sottile e di colore giallo paglierino. La pasta è morbida e compatta, di colore giallo paglierino, con occhiatura diffusa. Il sapore è dolce e delicato nelle forme a breve stagionatura, mentre si presenta un po' piccante e più aromatico con l'invecchiamento. Protagonista sulla tavola e in molti piatti tipici locali come la famosissima polenta taragna, viene gustato anche fritto dopo essere stato impastellato con farina, birra e sale.
- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** Festa di San Matteo, Branzi (settembre).
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf). Bergamo, città dei Mille... sapori [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 20/03/2017). Valle Brembana – Bergamo [www.brembana.info](http://www.brembana.info) (consultato il 20/03/2017). Comune di Branzi [www.comunedibranzi.com/](http://www.comunedibranzi.com/) (consultato il 20/03/2017).

## Formai de Mut dell'Alta Val Brembana

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** il *Formai de Mut* dell'Alta Val Brembana è senz'altro uno dei più prestigiosi formaggi di montagna della bergamasca i cui sapori e profumi riconducono ai luoghi naturali e incontaminati di produzione di questo formaggio il cui nome deriva dal dialetto bergamasco e significa "formaggio di monte". Con il nome Formai de Mut si indica sia la produzione

casearia dell'Alta Val Brembana del periodo estivo con il latte delle vacche degli alpeggi collocati tra i 1300 e i 2500 metri di quota, sia quella invernale di fondovalle con il latte dei bovini allevati in stalla. A contraddistinguere le diverse produzioni è il colore del marchio impresso sulle forme: blu nel primo caso e rosso nel secondo. Dal dicembre del 1997 è attivo il Consorzio dei Produttori per la Tutela e la Valorizzazione del Formai de Mut dell'Alta Val Brembana, che svolge attività di tutela della produzione, della denominazione e del commercio di questo prodotto, con il compito di favorirne il costante miglioramento qualitativo e di diffonderne un'immagine che promuova il consumo.

- **Ubicazione:** ventuno sono i comuni dell'alta Valle Brembana, in provincia di Bergamo dove il Formai de Mut dell'Alta Valle Brembana è prodotto e stagionato. Un'area alpina di particolare rilevanza ambientale, interamente racchiusa nel perimetro del Parco delle Orobie Occidentali Bergamasche che conserva preziosi gioielli naturalistici, storico e culturali. Vallette laterali, ruscelli, mulattiere, antichi borghi, luoghi di culto, ricchi boschi e freschi pascoli caratterizzano questo territorio di montagna autentico e genuino.

- **Particolarità:** il Formai de Mut dell'Alta Val Brembana DOP è un formaggio grasso a pasta semicotta, prodotto con latte di vacca crudo ed intero. Ha forma cilindrica con facce piane e un peso che può variare da 8 a 12 kg. La crosta, sottile e compatta, è di un colore giallo chiaro tendente al grigio con la stagionatura. La pasta è di colore avorio, compatta con occhiatura diffusa detta occhio di pernice. Il sapore è delicato, fragrante, non piccante e poco salato. La stagionatura che avviene sulle classiche *scalere* in legno, ha una durata minima di 45 giorni. È un ottimo formaggio da tavola e un eccellente ingrediente in cucina per piatti tipici ai quali conferisce aromi unici.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Fonti:** Formai De Mut dell'Alta Valle Brembana [www.formaidemut.info/home.html](http://www.formaidemut.info/home.html) (consultato il 22/03/2017).

regione Lombardia [www.agendadigitale.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Redazionale\\_P&childpagename=DG\\_Agricoltura%2FDetail&cid=1213558365614&packedargs=NoSlotForSitePlan%3Dtrue%26menu-to-render%3D1213282394661&pagename=DG\\_AGRWrapper](http://www.agendadigitale.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Redazionale_P&childpagename=DG_Agricoltura%2FDetail&cid=1213558365614&packedargs=NoSlotForSitePlan%3Dtrue%26menu-to-render%3D1213282394661&pagename=DG_AGRWrapper) (consultato il 24/03/2017).

# Formaggella della Val Brembana

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** la lunga tradizione dei formaggi della Valle Brembana fu così diffusa che arrivò fino a Venezia, dove, nel '600 il governatore Alvise Priuli fece costruire una strada in grado di raggiungere la Valtellina aggirando i dazi del Ducato di Milano, generando così un aumento del traffico che ebbe effetti assai positivi sull'economia della Valle Brembana.

Il nome Formaggella deriva dal dialetto bergamasco *formagela* che significa “piccolo formaggio” a indicare la sua forma di piccole dimensioni.

- **Ubicazione:** la Formaggella della Val Brembana è prodotta nella valle omonima, in provincia di Bergamo, attraversata dal fiume Brembo dal quale prende il nome. La Valle Brembana è nota per le sue innumerevoli bellezze naturali e per le tante attrazioni culturali che il territorio offre: dai percorsi naturali ai luoghi di culto, dalle stazioni termali e sciistiche ai luoghi d'arte e di tradizioni, dagli alpeggi ai tanti luoghi di ristoro con prodotti tipici.

- **Particolarità:** è un piccolo formaggio di forma cilindrica (diametro 18-22 cm – peso 1,5-2 kg) a pasta semicotta e stagionatura medio-lunga (25-30 giorni se consumato morbido, fino a 60 se stagionato), ottenuto da latte vaccino intero. La pasta, morbida e compatta, ha un colore variabile dal bianco al giallo paglierino e presenta un'occhiatura sottile. La crosta tende a scurirsi con l'avanzare della stagionatura. Ottimo formaggio da tavola ed eccellente ingrediente in cucina per creare piatti unici.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Val Brembana [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=67](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=67) (consultato il 25/03/2017).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 09/03/2017).



# Latteria

areale Valle Brembana

- **Cenni storici:** l'origine di questo formaggio dal sapore dolce e delicato si colloca in Valle Brembana, storica zona di alpeggi e tradizioni casearie che danno origine a prodotti di qualità come questo. Ideale come formaggio da tavola, risponde bene all'antico detto bergamasco *La boca l'è mia straca se la sent mia de àca* (La bocca non è sazia se non sa di formaggio).
- **Ubicazione:** questo formaggio è prodotto in Valle Brembana (Bergamo) conosciuta per le sue innumerevoli bellezze naturali e per le tante attrazioni culturali che il territorio offre: dai percorsi naturali ai luoghi di culto, dalle stazioni termali e sciistiche ai luoghi d'arte e di tradizioni, dagli alpeggi ai tanti luoghi di ristoro con prodotti tipici.
- **Particolarità:** formaggio a pasta semicotta ottenuta da latte vaccino intero, si presenta in forma cilindrica del diametro di 30-40 cm e del peso di 8-10 kg. La pasta, morbida ed elastica, presenta un colore paglierino e un'occhiatura piccola e diffusa. La crosta è sottile, liscia e più scura nello stagionato. Il sapore dolce e delicato, si intensifica con la stagionatura e può raggiungere caratteristiche aromatiche e piccanti con l'invecchiamento. La stagionatura va dai 60 giorni ai 6-7 mesi.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 09/03/2017).

# Formaggella della Val di Scalve

areale Valle di Scalve

- **Cenni storici:** la leggenda narra che nel XII secolo, in un collegio bergamasco, soggiornasse la figlia di un console che, volendo gustare di nuovo il buonissimo formaggio che aveva mangiato in vacanza, fece disperare i frati che la ospitavano, finché non furono costretti a procurargli l'amato for-

maggio. Fu così che, per distinguerlo dagli altri formaggi che aveva rifiutato, lo chiamarono Formaggella della Val di Scalve, oggi conosciuta in tutto il Paese. Già la prima edizione della Guida Gastronomica d'Italia del Touring Club del 1931, indicò la Formaggella della Val di Scalve come prodotto di gran pregio.

- **Ubicazione:** la Formaggella della Val di Scalve è prodotta nell'intero territorio della Val di Scalve (Bergamo) che comprende i comuni di Schilpario, Vilminore, Azzone e Colere. Questa Valle che vanta una lunga tradizione e conservazione delle materie prime, offre paesaggi incontaminati e suggestivi ed è meta ideale per gli appassionati di sport all'aria aperta e itinerari naturalistici. Vi si giunge dalla Valle Seriana attraverso il passo della Presolana o dalla Val Camonica.

- **Particolarità:** è un piccolo formaggio di forma cilindrica (diametro 17-22 cm – peso 1,5-2 kg) a pasta semicotta con latte intero vaccino appena munto. La pasta, morbida e compatta, ha un colore variabile dal bianco al giallo paglierino e presenta un'occhiatura piccola, poco fitta. La crosta, sottile e giallognola, tende a scurirsi e ispessirsi con l'avanzare della stagionatura. Il gusto è delicato e gradevole, leggermente acido e pungente. La stagionatura medio-lunga (20-30 giorni se consumato morbido, fino a 60 se si preferisce con pasta più compatta). Ottimo formaggio da tavola ed eccellente ingrediente in cucina per ripieno di paste e per "conciare" la polenta.

- **Classificazione:** questo formaggio ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... saporì della Camera di Commercio di Bergamo e appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Manifestazioni correlate:** Fiere di San Pietro e Paolo (29 giugno) e dell'Assunta (15 agosto), Vilminore (BG).

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf).

Bergamo, città dai Mille... saporì [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/formaggi/formagella-val-di-scalve/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/formaggi/formagella-val-di-scalve/) (consultato il 09/03/2017).

# Formaggella della Valle Seriana

areale Valle Seriana

- **Cenni storici:** nonostante l'origine incerta, sappiamo che la produzione di questa Formaggella era già diffusa in Valle Seriana nel 1200, quando i formaggi rappresentavano un'importante merce di scambio e venivano consegnati come contributo ai monasteri e ai proprietari dei fondi. Inoltre, dati di un censimento realizzato durante la dominazione napoleonica agli inizi dell'800, descrivono un'alta presenza di vacche e produzioni di formaggio nelle zone di Clusone, Parre e Gorno. Infine, verso la seconda metà del 1800 nel comprensorio, furono istituiti Comizi Agrari e dopo il 1918 sorsero le prime Latterie Sociali. Tutti dati che valorizzano le origini di un prodotto che vanta una tradizione casearia unica e luoghi di produzione incontaminati.
- **Ubicazione:** non solo luoghi incantevoli ma anche tante attività e percorsi culturali portano alla scoperta delle tante particolarità della Valle Seriana, tra visite guidate che uniscono natura, cultura, enogastronomia, storia e affascinanti architetture. Qualche esempio? Le fresche rive del Serio e le sue cascate, l'Orologio di Fanzago a Clusone, le abetaie degli Spiazzi di Gromo, gli *Scarpinòcc de Par*, i dipinti del Moroni nella chiesa di San Giuliano ad Albino e molto altro ancora: una Valle da scoprire e vivere in tutte le stagioni!
- **Particolarità:** è un formaggio grasso di forma cilindrica (diametro 16-20 cm – peso 1,5-2 kg) a pasta semicotta prodotto con latte crudo generalmente di due mungiture. La pasta, morbida e compatta, ha un colore variabile dal bianco al giallo paglierino e presenta un'occhiatura variegata. La crosta, sottile e bianco-giallognola, tende a ispessirsi con l'avanzare della stagionatura. Il gusto è dolce ed aromatico, più intenso con la stagionatura che può durare dai 15 giorni fino a 2-3 mesi.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** Sagra del formaggio – Gromo (giugno). Tale manifestazione è finalizzata a valorizzare le produzioni casearie locali e il lavoro dei tanti produttori che sapientemente lavorano il latte per ottenere prodotti di qualità come la Formaggella della Valle Seriana.
- **Fonti:** Silva E., *Sapori Bergamaschi*, Castelli Bolis Poligrafiche srl, Cenate Sotto (BG).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Val Seriana [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf).

# Formaggio Valle Seriana

areale Valle Seriana

- **Cenni storici:** questo formaggio nasce dallo stesso territorio dell'omonima Formaggella con la differenza che in questa produzione si presentano le tipiche caratteristiche del formaggio di montagna che ha la possibilità di stagionare per molto tempo. Una delle particolarità che contraddistingue e rende speciale il Formaggio della Valle Seriana, è la tecnica produttiva tradizionale che ancor oggi i casari del luogo utilizzano sapientemente negli alpeggi.
- **Ubicazione:** la Valle Seriana stupisce in ogni periodo dell'anno grazie alle sue bellezze paesaggistiche. Numerosi i sentieri immersi nel verde come quello che, al termine della strada provinciale di Valbondione, prosegue verso i Laghi del Barbellino e sale dolcemente alle conche che, in estate, si trasformano in vere e proprie riviere in quota, dove i turisti amano godersi un po' di fresco nei periodi più torridi.
- **Particolarità:** è un formaggio di forma cilindrica (diametro 30 cm – peso 8-10 kg) a pasta semicotta prodotto con latte crudo di due mungiture la prima delle quali viene sgrassata generalmente ancora a mano. La pasta ha un colore giallo paglierino e presenta micro occhiature. La crosta è dorata-scura. Questo formaggio è profumato, dolce e delicato. La stagionatura va dai 4 ai 6 mesi, fino ad un anno.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** Sagra del formaggio – Gromo (giugno). Tale manifestazione è finalizzata a valorizzare le produzioni casearie locali e il lavoro dei tanti produttori che sapientemente lavorano il latte per ottenere prodotti di qualità come il Formaggio Valle Seriana.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf). [www.formaggio.it/formaggio/formaggio-val-seriana-p-a-t/](http://www.formaggio.it/formaggio/formaggio-val-seriana-p-a-t/) (consultato il 31/03/2017).

## Strachitunt DOP

areale Val Taleggio (Taleggio, Vedeseta) e Valle Brembilla (Blello, Gerosa)

- **Cenni storici:** il termine *Strachitunt* deriva dalla traduzione bergamasca di stracchino tondo e quella di questo formaggio è la storia di uno dei prodotti più preziosi del territorio bergamasco, frutto dell'ingegno e della straordinaria manualità dei casari della Val Brembana – in particolare delle località di Blello, Gerosa, Taleggio e Vedeseta i cui territori formano, in parte o totalmente, la Val Taleggio.

Fin dai tempi remoti, questi territori hanno permesso l'allevamento del bestiame e lo sviluppo dell'attività casearia come principale fonte di sostentamento per la popolazione. Questo ha favorito la produzione di molti formaggi di cui abbiamo prova in diversi scritti antichi, tra i quali una pergamena del 1380, nella quale si parla di "formaggio buono e stagionato inviato al duca di Milano" dalla Valle come segno di sudditanza. Altre testimonianze raccontano che sul finire del Settecento quando la produzione estiva del formaggio di monte iniziò ad essere considerata difficile sia per la gestione delle fasi di stagionatura sia per la commercializzazione, venne favorita una sempre più massiccia produzione di stracchini quadri o stracchini di Taleggio, ampiamente apprezzati nelle fiere gastronomiche italiane e straniere. Allo stesso tempo, ricompare una produzione importante di stracchino tondo (*Strachi Tunt*) molto apprezzato a Milano e Lodi ma anche in Inghilterra e addirittura ad Alessandria d'Egitto.

Inoltre, in una relazione della Camera di Commercio del 1889 in merito alla crisi agraria che interessò tutta la provincia di Bergamo, viene riportato come, in risposta alla scarsa produzione di latticini causata da una malattia che colpì il bestiame e alle dure condizioni climatiche invernali, si verificò un abbandono del tradizionale stracchino quadro, sostituito dallo Strachitunt, più facilmente commerciabile nei mercati estivi, anche stranieri.

Col passare degli anni poi, la produzione di Strachitunt proseguì con diverse oscillazioni: ancora prospera tra il XIX e il XX secolo, subì infatti un notevole ridimensionamento alla vigilia della grande guerra fino al secondo dopoguerra, quando, con l'industrializzazione, il boom economico e lo sviluppo delle città, calarono sempre più gli investimenti destinati alle zone di montagna provocando una grande crisi e il conseguente svuotamento delle stesse. La Val Taleggio, tuttavia, si dimostrò fedele alla produzione del formaggio e, in particolare, dello stracchino quadro, ormai chiamato Taleggio. Perfino la produzione di Strachitunt rimase anche se per decenni riservata solo a pochi intenditori. In seguito, grazie alle condizioni ambientali e all'utilizzo di anti-

che tecniche che ne favoriscono un gusto unico, lo Strachitunt si è ricollocato nella lista dei formaggi più raffinati riconosciuti da consumatori e stampa: un grande vanto e una nota più che positiva per il futuro della Valle e dei suoi abitanti.

- **Ubicazione:** non è un caso che la Val Taleggio sia zona di produzione di questo squisito formaggio dal sapore inconfondibile. Clima fresco e umido, grande disponibilità di acqua (in particolare grazie al torrente Enna che sfocia nel fiume Brembo a San Giovanni Bianco), cime verdi con pendenze molto dolci e un abbondante varietà di specie botaniche rendono questa Valle un ambiente unico per la pratica dell'alpeggio e la lavorazione del latte.

- **Particolarità:** di forma cilindrica (diametro 25-28 cm), è un formaggio erborinato a latte crudo, prodotto con latte di vacca secondo l'antica tecnica delle due paste che consiste nell'unione della cagliata fredda della sera con la cagliata calda della mattina. Avendo consistenza diverse le cagliate non si amalgamano bene tra loro, lasciando degli spazi. Successivamente, durante la stagionatura (minimo 75 giorni), si procede alla foratura delle due facce di ogni forma con un ago: in questo modo l'aria entra nel formaggio e crea le muffe nelle zone non amalgamate sopraccitate. Tutto ciò conferisce a questo formaggio le tipiche venature verdi-bluastre. La pasta è compatta e più morbida nel sottocrosta, ha un colore bianco paglierino con la presenza di striature cremose e non. La crosta, sottile e rugosa, tende al grigio con l'avanzare della stagionatura. Il gusto è aromatico ed intenso, dal dolce al piccante a seconda della stagionatura.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Manifestazioni correlate:** numerose sono le sagre e i percorsi legati alla valorizzazione di questo prodotto nelle valli di produzione.

- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

Strachitunt DOP [www.strachitunt.it](http://www.strachitunt.it) (consultato il 31/03/2017).

Disciplinare di produzione del formaggio "Strachitunt" DOP.

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Bergamo

## Ol Balôt

Algua (BG)

a cura della Pro Loco di Rigosa

- **Cenni storici:** Algua è un piccolo paese rurale situato in Val Serina, laterale della Val Brembana ricco di storia e di edifici sacri tra cui il Santuario della Madonna del Perello, situato al confine con Selvino dove nel 1413, secondo la tradizione, si verificò un'apparizione della Madonna ad un contadino. È una vita tranquilla che scorre ai ritmi della natura, quella che contraddistingue la popolazione di Algua e della sua frazione Rigosa, una semplicità che si manifesta anche in cucina, in quello che viene definito il piatto più tipico della tradizione, *Ol Balôt*, preparato con pochi ingredienti, poveri ed essenziali, come dettato dalla storia contadina.

- **Ingredienti (per 6 persone):**

- 500 g di farina di granoturco bramada
- 10 g di sale grosso
- 1,8 litri di acqua (le dosi possono variare da 1,4 a 2 litri a seconda dell'umidità della farina, della temperatura e della stagione)

*Per la farcitura*

- formaggio bergamasco (Branzi, Taleggio, Stracchino delle Valli Orobianche, Strachitunt o Gorgonzola)

- **Preparazione:** porre sul fuoco un paiolo di rame con l'acqua dosata. Una volta giunta a bollore, salare l'acqua e versare a pioggia la farina mescolando energicamente prima con la frusta per evitare la formazione di grumi, poi con il bastone della polenta per almeno un'ora. Si consiglia di non mescolare di continuo e lasciarla scoperta: la polenta è cotta quando si stacca perfettamente dalle pareti del paiolo lungo le quali si sarà formata una crosta.

Con l'aiuto di un mestolo, formare una palla di polenta contenente un pezzo di formaggio bergamasco e scaldarla sulla brace o sulla piastra fino a quando si formerà una crosticina dorata e croccante. Servire "Ol Balôt" caldissimo.

- **Consigli:** si consiglia la cottura della polenta bergamasca in un paiolo di rame su fuoco a legna.

- **Fonti:** comune di Algua [www.comune.algua.bg.it/territorio-00001/il-comune/Cenni-storici/](http://www.comune.algua.bg.it/territorio-00001/il-comune/Cenni-storici/) (consultato il 15/03/2017).

# Raviolo nostrano di Covo

Covo (BG)

• **Cenni storici:** i Ravioli nostrani di Covo hanno origini molto antiche che risalgono alla fine dell'800, quando le famiglie contadine, ogni seconda domenica del mese di ottobre, usavano festeggiare con la tradizionale Sagra del raviolo la fine dell'annata agraria nei campi, prima del riposo della fredda stagione. Questa si prolungava per parecchi giorni e, a turno, le diverse categorie professionali, mangiavano ravioli in abbondanza. Da quei tempi, la ricetta si è tramandata di generazione in generazione fino a giungere ai giorni nostri.

• **Ingredienti:**

- 1 kg di farina di grano tenero e grano duro di origine bergamasca o lombarda
- 8/10 uova intere
- acqua tiepida

*Per il ripieno*

- 700 g di carne di manzo, sgrassata proveniente dal territorio comunale o dalla Pianura Bergamasca
- cipolla, sedano e carota
- 300/400 g di carne di suino allevato in territorio comunale o nella Pianura Bergamasca
- vino rosso invecchiato per il brasato proveniente dal territorio provinciale
- 300/400 g di Grana Padano DOP
- 2 uova intere
- pane grattugiato fino a raggiungere la consistenza desiderata
- sale e spezie (chiodi di garofano, cannella, noce moscata)
- brodo di carni provenienti dal territorio comunale o dalla Pianura Bergamasca per la cottura dei ravioli

• **Preparazione:** preparare la pasta ponendo su una spianatoia la farina, fatta a fontana, al cui centro vanno rotte le uova. Impastare e aggiungere all'occorrenza poca acqua tiepida. Lavorare la pasta per non meno di 15 minuti, quindi lasciarla riposare.

Mettere la carne a marinare con le verdure, le spezie e la cipolla insieme al vino rosso per un paio di giorni. Estrarre il tutto e mettere a cottura per 2 ore.

Le carni del ripieno, opportunamente lasciate raffreddare con le verdure, vengono quindi passate al tritacarne, facendole cadere in una bacinella capiente; vi si unisce il Grana Padano DOP grattugiato, le uova ed eventualmente il pane grattugiato. Nel frattempo stendere la pasta con il matterello in sfoglia sottile.



le. I ravioli vengono realizzati o a mano dando la forma a mezzaluna, oppure con i classici stampi che velocizzano il lavoro e danno ai ravioli la tipica forma quadrata con il bordo grecato. La quantità di ripieno per ciascun raviolo è all'incirca grande come una nocciola. Una volta ottenuto il brodo e portato a bollore, vi si versano i ravioli che sono pronti dopo circa una decina di minuti. Una volta scolati si servono versando burro fuso aromatizzato con l'erba salvia e spolverando Grana Padano DOP grattugiato.

- **Consigli:** si consiglia di preparare la pasta la sera prima.
- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.)
- **Manifestazioni correlate:** Sagra del Raviolo di Covo, la seconda domenica di ottobre.
- **Fonti:** Infodeco.it, Portale delle Denominazioni Comunali [www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=595:raviolo-nostrano-di-covo-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=595:raviolo-nostrano-di-covo-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 21/02/2017).

## Mais Spinato di Gandino

Gandino (BG)

a cura della Pro Loco di Gandino

- **Cenni storici:** Gandino è stato il primo paese in Lombardia a coltivare mais, come narra Filippo Lussana, filosofo, letterato, pittore e poeta di origine bergamasca, in un suo memoriale del 1881, in cui fa risalire la prima coltivazione di mais a Gandino nel 1632. Nello scritto si legge che sarebbe stato il nobile bellunese Benedetto Miari a portare sin qui il prezioso cereale, la cui coltivazione aveva già sperimentato con successo nelle sue terre venete dal 1617.

Oggi il Mais Spinato di Gandino è un prodotto tipico assai conosciuto e utilizzato in numerose ricette: dalle farine per la polenta ai prodotti da forno, salati e dolci, tra cui il Pan Spinato, le Perle di Gandino, la farina Melgotto, la Spinetta, le Chiacchiere Salate, la Delizia salata e il Fior di Spinato alle Verdure, il Biscotto Melgotto e tanti altri.

- **Ubicazione:** Gandino è un antico borgo della Valle Seriana, a 550 m sul livello del mare e a circa 25 km dal capoluogo orobico. Ricco di fascino storico e architettonico che si può riscontrare nell'impianto medievale che lo caratterizza, Gandino conta numerose chiese antiche contenenti gioielli di arte sacra. Il terri-

torio circostante si presta inoltre ad escursioni di ogni tipo, tra natura e avventura. Un luogo perfetto per assaporare cultura, storia e tradizioni e gustare prodotti di qualità a base di Mais Spinato di Gandino.

- **Particolarità:** granello con apice appuntito (spinato), struttura vitrea e compatta, colore giallo deciso, profumo intenso con note di farina cotta e un sapore dolce e gradevole accompagnato da un aroma intenso e persistente sono le caratteristiche di questa varietà di mais.
- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).
- **Fonti:** Infodeco.it, Il portale delle Denominazioni Comunali [www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=724:mais-spinato-di-gandino-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=724:mais-spinato-di-gandino-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 21/02/2017). Mais Spinato [www.mais-spinato.com/it/](http://www.mais-spinato.com/it/) (consultato il 21/02/2017). Comune di Gandino [www.comune.gandino.bg.it/](http://www.comune.gandino.bg.it/)(consultato il 21/02/2017).

## Bertagnì di Gandino

Gandino (BG)

a cura della Pro Loco di Gandino

- **Cenni storici:** nella bergamasca il *bertagnì* è il baccalà, cioè il merluzzo conservato sotto sale. Il termine stoccafisso designava invece il merluzzo essiccato all'aria. In vendita in molti negozi e sulle bancarelle del mercato veniva consumato con maggior frequenza in alcuni periodi dell'anno come nel periodo della quaresima. Per riconoscere un buon baccalà bisogna verificare le dimensioni che devono essere superiori ai 40 cm e il colore che deve essere bianco-panna. Inoltre, se non è stato dissalato, deve essere messo in acqua fredda, spazzolato per togliere la maggior parte di sale e lasciato in ammollo per un tempo che varia dalle 12 alle 24 ore a seconda dei metodi di salatura. Bollito o fritto rappresenta la base per speciali piatti che grazie all'unione di altri prodotti locali valorizzano la creatività e la cultura di ciascun territorio. È il caso del bertagnì di Gandino, piatto legato al mais di Gandino, prodotto De.Co. dal quale si ottiene un'ottima farina utilizzata in questa speciale ricetta. Un piatto fresco che ben accompagna l'arrivo dell'estate.

- **Ingredienti:**

- 800 g di baccalà ammollato
- 100 g di farina gialla fine
- sale
- abbondante olio per friggere

- **Preparazione:** dopo aver sgocciolato il baccalà, tagliarlo a pezzi, asciugarlo e passarlo nella farina da polenta. Nel frattempo, scaldare in una padella larga abbondante olio per farvi friggere i pezzi di baccalà (pochi alla volta), 5 minuti per parte. Infine sgocciolarli su carta assorbente, salare leggermente e servire in tavola.
- **Manifestazioni correlate:** numerose sono a Gandino le manifestazioni legate alla valorizzazione dei piatti a base di mais spinato come si può evincere dal sito [www.mais-spinato.com/it/](http://www.mais-spinato.com/it/).
- **Fonti:** Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

## Castagnole di Gandino

Gandino (BG)

a cura della Pro Loco di Gandino

- **Cenni storici:** tante le tradizioni culinarie che contraddistinguono questo paese all'inizio della Valle Seriana che vanta la prima coltivazione di mais in Lombardia. Ogni stagione e ogni mese, a seconda delle tipicità colturali e culturali, sono contrassegnati dalla presenza di un prodotto o piatto caratteristico. È il caso delle Castagnole di Gandino, tanto amate nel periodo di febbraio in onore, ma non solo, del Carnevale.
- **Ingredienti:**
  - 2 uova
  - 430 g di farina
  - ½ bicchiere di marsala
  - 100 g di zucchero
  - 50 g di burro
  - 100 g di uva passa
  - pezzetti di mela q.b.
  - ½ busta di lievito
- **Preparazione:** mescolare uova e zucchero in una terrina e incorporarvi farina e burro fuso. Quindi aggiungere marsala e uvette amalgamando il tutto con la mezza bustina di lievito. Creare delle palline e cuocerle in olio di semi ben caldo facendole friggere fino a quando non sono croccanti e hanno raggiunto un colore scuro.

- **Consigli:** guarnire con zucchero o codette di cioccolato, meglio se colorate.
- **Manifestazioni correlate:** feste di Carnevale.
- **Fonti:** comune di Gandino [www.gandino.it/event/carnevale-gandinese-1](http://www.gandino.it/event/carnevale-gandinese-1) (consultato il 17/03/2017).

## Maiasa di Gromo

Gromo (BG)

a cura della Pro Loco di Gandino

- **Cenni storici:** come vuole la tradizione dei tempi più antichi, il Venerdì Santo a Gromo si mangia soltanto la *Maiasa*, una specialità gastronomica veramente singolare a base di prodotti tipici locali. Si tratta di una specie di torta a base di farina gialla, cipolle, fichi secchi e mele, condita con olio e cotta nel forno. “Mangiare la *Maiasa*” significa annunciare, secondo la tradizione di Gromo, che la Quaresima è finita. Il paese di Gromo, conosciuto nell’antichità per le miniere di ferro e di argento e per le fabbriche di armi bianche, sorge su un promontorio roccioso immerso in un ambiente naturale unico e suggestivo, tra prati ed abetaie. Rientra nel circuito de “I Borghi più belli d’Italia” ed ha conquistato la Bandiera arancione del Touring Club Italiano.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina bianca
- una manciata di farina gialla
- 150 g di zucchero
- 400 g di fichi secchi
- ½ l di latte
- 25 g di lievito di birra
- sale q.b.
- ½ bicchiere di olio di oliva o semi
- 2 uova intere
- ½ porro
- ½ cipolla
- uvetta passa a piacere (facoltativo)

- **Preparazione:** far rosolare il porro e la cipolla con un po’ d’olio e lasciar raffreddare. In una terrina impastare farina, zucchero, uova, latte, lievito sciolto in un poco di latte tiepido, avendo cura che il composto risulti morbido come l’im-

pasto degli gnocchi. Lasciare lievitare per  $\frac{3}{4}$  d'ora e solo dopo aggiungere all'impasto fichi in piccoli pezzi, olio, cipolla e porro. Impastare e mettere in una tortiera oleata, cosparsa di farina gialla (a piacere). Lasciare lievitare ancora per  $\frac{3}{4}$  d'ora, cuocere nel forno già caldo a 200 °C per un'ora.

- **Consigli:** si consiglia di gustare il prodotto il giorno dopo la cottura.
- **Fonti:** [www.valseriana.eu/territorio/gromo/](http://www.valseriana.eu/territorio/gromo/) (consultato il 25/02/2017).

## La Patata di Martinengo

Martinengo

a cura della Pro Loco di Martinengo

- **Cenni storici:** il recupero di zone tradizionalmente vocate alla coltivazione della patata va visto nell'ottica di valorizzare un prodotto che, seppur di nicchia, riscuote un sempre maggior interesse e apprezzamento da parte del consumatore. In questo contesto si colloca la “patata di Martinengo”, un tempo largamente coltivata su tutto il territorio comunale, tanto da caratterizzare gli abitanti con il soprannome “i patatù de Martineg”. La produzione era tale da essere venduta sui mercati di Bergamo e di Milano, dove la patata di Martinengo era ampiamente conosciuta e apprezzata. La patata insieme alle insalate grasse, costituisce il “Giacimento Gastronomico” del comune di Martinengo, così come rilevato da uno studio e censimento di Luigi Veronelli, una ricchezza del territorio da valorizzare con la creazione di un marchio, una certificazione della produzione garantita dall'amministrazione comunale (Denominazione di origine comunale), per tutelare i sapori e i prodotti di questa terra.
- **Ubicazione:** al centro della Bassa Bergamasca Orientale, Martinengo include nel suo territorio il fiume Serio e, grazie all'abbondanza di acqua e al terreno argilloso, ha da sempre una forte vocazione agricola. Martinengo ha anche una storia antica che, partendo dai Romani, passa dai Longobardi, cui si deve il nome della città, per arrivare alla Repubblica di Venezia e a Bartolomeo Colleoni. La vita antica e recente di Martinengo è legata a personalità famose e meno famose, a partire dal Colleoni, che hanno avuto spicco non solo nella bergamasca.
- **Particolarità:** la patata di Martinengo ha polpa bianca, adatta al consumo fresco, con eccelse qualità organolettiche date dal connubio tra il microclima e il terreno. La varietà più conosciuta è la Kennebec, una semi-tardiva caratterizzata da tuberi grossi tondovali, buccia giallo chiaro liscia, pasta bianca, occhi superficia-

li, cespo con foglie grandi che copre bene e resiste alla siccità; per quanto riguarda l'utilizzazione è resistente alla cottura, di colore mediamente fermo, non adatta per fritti in quanto ha un contenuto in sostanza secca mediocre. Oggi viene coltivata negli orti del Paese e in qualche piccolo appezzamento vicino alle cascine, al fine di produrre patate destinate all'autoconsumo o alla cessione a parenti o amici. Dovendo stimare la superficie totale attualmente coltivata, la si può indicare in circa 0,5 ha, per una produzione annua complessiva di circa 15t.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).
- **Manifestazioni correlate:** dal 2003 ad oggi l'amministrazione comunale si avvale della Pro Loco per valorizzare la patata. Tra le numerose iniziative ricordiamo la bicicletata natura e gusto consistente in percorsi ciclabili fino alle aziende produttrici di patate con visita delle stesse e interazione tra produttore e consumatore dalla semina alla raccolta e vendita in azienda. Inoltre, sagre e feste a tema dove i produttori espongono in centro storico il prodotto accompagnato da rievocazioni storiche in costume medievale, visite guidate con degustazione della patata cucinata da famosi chef e partecipazione a fiere nazionale completano il ricco calendario di eventi in programma per la valorizzazione di questo prodotto.
- **Fonti:** Proloco di Martinengo <http://martinengo.org/borgo-medioevale-bergamio-lombardia/territorio-serio-bassa-bergamasca/>.

## Gnocchi in salsa verde con Patata di Martinengo

Martinengo

a cura della Pro Loco di Martinengo

- **Cenni storici:** questo piatto appartiene alla tradizione culinaria di Martinengo, comune situato nella pianura bergamasca orientale, ricco di storia e cultura che si manifesta sia negli splendidi paesaggi dove si respira ancora un'aria contadina, sia nelle affascinanti architetture storiche, religiose e civili. E l'elemento base di questa pietanza è il prodotto tipico della zona, ovvero la famosa Patata di Martinengo, ampiamente coltivata e diffusa su tutto il territorio comunale, tanto da caratterizzare gli abitanti con il simpatico soprannome di *Patatù de Martineng*. Ma oggi questo prodotto tipico della pianura bergamasca non ha più confini, conosciuto e largamente utilizzato ormai in tutta la regione e oltre.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 400 g di patate pasta bianca
- 200 g di spinaci
- 100 g di farina
- 1 tazza di latte scremato
- 1 uovo
- noce moscata, sale, pepe q.b.
- 200 g di ricotta

- **Preparazione:** lessare le patate, sbucciarle e setacciarle. Raccogliere poi la purea in una larga fondina e immergervi l'uovo precedentemente sbattuto con sale, pepe e noce moscata. Ispessire il composto ottenuto aggiungendo manciate di farina e manipolando con cura. Quando il composto è diventato omogeneo e di media consistenza, lasciarlo a riposo per circa 20 minuti. Di seguito, prenderne piccole quantità e formare tanti filoncini grossi come un dito, da tagliare poi a tocchetti di circa 3 cm. Passarli poi sui rebbi di una forchetta per ottenere gnocchetti a forma di conchiglia. Quindi lessare gli spinaci e tritarli finemente. Mescolare la purea alla ricotta e lavorare tutto in una ciotola con un mestolo di legno aggiungendo, poco alla volta, anche il latte e un pizzico di sale. Ottenuta una crema omogenea e fluida, lessare gli gnocchi, sgocciolarli e condirli con la salsa, spolverandoli con un po' di pepe prima di servirli.

- **Consigli:** si consiglia di servire gli gnocchi appena fatti.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** numerose sono le manifestazioni dedicate alla Patata di Martinengo che prevedono numerose degustazioni tra cui anche quella degli gnocchi in salsa verde. Dal 2003, l'amministrazione comunale di Martinengo si avvale della Pro Loco per valorizzare questo prodotto. Oltre alla partecipazione ad eventi locali, nazionali e internazionali una manifestazione caratteristica che si svolge a settembre di ogni anno proprio a Martinengo è la Festa della Patata di Martinengo.

## Capù di Parre

Parre (BG)

a cura della Pro Loco di Parre

- **Cenni storici:** la leggenda narra che in un piccolo casolare della Valle Seriana viveva una povera famiglia che per sopravvivere vendeva i capponi ai ricchi della

Bergamasca. Il figlio di questi umili genitori si lamentava continuamente perché non poteva assaggiare le prelibatezze che venivano preparate per i signori benestanti. E così un giorno la madre intenerita, prese una pallina di ripieno, l'avvolse in una foglia di verza, la fece bollire e poi la presentò al figlio: così nacque il *capù* (cappone in dialetto bergamasco), ovvero una polpetta avvolta in foglie di verza. La ricetta tipica di Parre prevede un ripieno di magro. La spiegazione per il fatto che questi piatti così diversi tra loro abbiano un nome comune è dovuta a questo vecchio aneddoto contadino, una sorta di “imbroglio a fine di bene” per regalare ai bambini tanti sorrisi e pance ristolte.

• **Ingredienti (per 4 persone – circa 20 fagottini):**

- 20 g di prezzemolo tritato
- 80 g di pane grattugiato in casa
- 160 g di formaggio Grana Padano grattugiato
- 1 uovo
- 3 g di sale fino
- cannella q.b.
- noce moscata q.b.
- latte q.b.
- foglie di verza

• **Preparazione:** per ottenere il ripieno grattugiare il pane e il Grana Padano ed amalgamarli su un piano di lavoro insieme alle spezie. Far sciogliere poi il burro unendo aglio e prezzemolo finemente tritati. Rimpastare gli ingredienti tutti insieme aggiungendovi il latte e l'uovo, fino ad ottenere un composto morbido ed omogeneo (eventualmente ripetere l'operazione di amalgama fino ad ottenere l'impasto desiderato). A questo punto far riposare l'impasto in frigorifero per 30 minuti. Lessare in acqua salata le foglie interne della verza per circa 8-10 minuti facendo attenzione che non si rompano, scolarle e stenderle sopra un canovaccio. Riprendere il ripieno e ricavare delle palline grosse come una noce ed avvolgere ciascuna pallina in una foglia di verza. I Capù vanno bolliti con abbondante acqua, un pezzo di lardo e un pezzo di bollito, le verdure e sale per circa 30 minuti.

• **Consigli:** rispetto ai tradizionali Capù alla bergamasca, quelli di Parre hanno lo stesso ripieno di magro degli *Scarpinocc*, proprio perché è un ripieno povero, tipico delle zone di produzione.

• **Manifestazioni correlate:** il gruppo folkloristico Lampiusa propone una sagra interamente dedicata ai Capù che si svolge nell'ultima domenica di luglio e primi d'agosto.



# Scarpinòcc de Par

Parre (BG)

a cura della Pro Loco di Parre

- **Cenni storici:** gli *Scarpinòcc* sono una specialità tradizionale degli abitanti di Parre. Il nome si riferisce alla forma che richiama vagamente quella delle calzature artigianali di panno in uso fino a qualche decennio fa in questo paese. Nati in un contesto rurale, gli *Scarpinòcc* sembrano simili ai casoncelli, ma in realtà differiscono da questi per il ripieno che non è formato né da carni, né da salumi. Composto da formaggio e pane grattugiato, esso prende infatti un colore giallo, portando con sé anche pigmenti verdastri derivanti dalla presenza di prezzemolo e altre spezie. Si tratta di una ricetta povera che ha accompagnato lungo i secoli tutte le occasioni di festa del paese.

Inoltre gli *Scarpinòcc de Par* sono da sempre molto apprezzati e proposti anche da ristoranti di alto livello. Questo prodotto ha ricevuto il riconoscimento dei marchi di qualità “Bergamo, Città dei Mille... sapori”, ideato e promosso dalla Camera di Commercio di Bergamo.

- **Ingredienti di base:**

*Per la pasta*

- farina di grano tenero
- uova
- latte
- burro

*Per il ripieno*

- formaggio grattugiato (Grana Padano)
- pane grattugiato
- prezzemolo
- burro
- sale fino
- uova
- spezie
- latte

- **Preparazione:** per ottenere il ripieno grattugiare il pane e il Grana Padano ed amalgamarli su un piano di lavoro insieme alle spezie. Far sciogliere poi il burro unendo aglio e prezzemolo finemente tritati. Rimpastare gli ingredienti tutti insieme aggiungendovi il latte e le uova, fino ad ottenere un composto morbido ed omogeneo (eventualmente ripetere l’operazione di amalgama fino

ad ottenere l'impasto desiderato). Per la preparazione della pasta amalgamare farina, burro, uova e latte fino ad ottenere un composto omogeneo che deve essere lavorato fino ad ottenere una sfoglia di spessore massimo pari a circa 0,6 mm che viene frazionata in dischi di diametro oscillante dai 6 agli 8 cm al centro dei quali viene collocato il ripieno. Tali operazioni possono essere svolte manualmente, utilizzando un apposito tavolo di lavorazione, un mattarello ed una rotella tagliapasta o meccanicamente tramite sfogliatrice e/o raviolatrice.

Nel caso di lavorazione manuale il disco di pasta viene prima ripiegato sul ripieno in modo da formare una mezza luna, chiuso ai bordi premendo con le dita in maniera da evitare la fuoriuscita del ripieno ed infine, schiacciato al centro con l'indice, in modo da ricavarne una forma che assomigli a quella di una caramella. Infine cuocere in acqua abbondante e condire con burro fuso, salvia e formaggio grattugiato.

- **Consigli:** la lavorazione degli *Scarpinòcc de Par* necessita dei macchinari comunemente impiegati nei laboratori per la produzione di paste fresche alimentari. Tuttavia, la lavorazione del prodotto si caratterizza, per la presenza di una buona dose di manualità, in particolare nelle fasi della preparazione del ripieno e della realizzazione del prodotto (collocazione del ripieno sul dischetto di pasta e successiva lavorazione), cosa che conferisce al prodotto finale un alto valore di artigianalità.
- **Classificazione:** questo piatto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** indispensabili su ogni mensa per la festa del Patrono (S. Pietro, il 29 giugno), da anni vengono anche proposti alla degustazione di villeggianti e turisti nell'ambito della Sagra degli Scarpinòcc, organizzata dalla Pro Loco di Parre ogni terzo week-end di agosto alla quale partecipano oltre 15.000 persone in tre giorni.

## I Bertù di San Lorenzo

Rovetta (BG)

a cura della Pro Loco di Rovetta

- **Cenni storici:** *i Bertù di San Lorenzo* possono essere considerati una variante dei casunsei (i ravioli bergamaschi) la cui particolarità sta principalmente nel ripieno semplice e a base di soli salumi e nella forma, un po' più elaborata. I Bertù vanno considerati un piatto 'ricco' dal punto di vista sia gustativo che nutrizio-

nale, tanto è vero che in passato (ma ancora oggi) non mancavano mai sulle tavole della grandi feste. Al contempo è però un piatto che quasi tutte le famiglie, ancor più se contadine o dedite alla pastorizia, potevano di tanto in tanto permettersi, grazie agli ingredienti locali in genere disponibili.

In particolare, appartengono alla tradizionale festa de “La Mare” che si svolge a San Lorenzo il 7 ottobre di ogni anno. Secondo la scrittrice Ottorina Perna Bozzi, “La Mare” è una delle numerose feste paesane e religiose istituite per ringraziare la Madonna del Rosario protettrice dei soldati cristiani (fra cui molti bergamaschi) nella battaglia di Lepanto, che si concluse con la gloriosa vittoria contro i turchi del 7 ottobre 1571. Al termine delle celebrazioni e festeggiamenti, si consumava la tipica mangiata in compagnia, dalla quale scaturì la tradizione dei Bertù. L’interesse per questo piatto tipico della tradizione di Rovetta nacque da un cuoco e imprenditore statunitense che contattò il comune di Rovetta per averne informazioni, poiché la ricetta compariva nel volume *Encyclopedia of pasta* di Oretta Zanini De Vita. Dovendo trovare riscontri necessari, furono contattati diversi anziani abitanti di San Lorenzo che contribuirono a fornire anche le informazioni necessarie a definire il prodotto e la sua preparazione. Furono infatti proprio gli abitanti della comunità di San Lorenzo, costituita da numerose famiglie di pastori dedite all’allevamento, a raccontare la tradizione collegata all’allevamento degli animali e alla produzione di carni, una delle principali risorse della zona almeno fino agli anni ’50 e ’60. I pastori facevano uso di un particolare dialetto, il Gai, che ricorreva spesso a vocaboli e suoni talvolta molto diversi dal dialetto bergamasco. E fra questi c’è anche il termine *berta*, ovvero orecchio: va da sé che il Bertù sta ad indicare un orecchio grande.

La sfoglia di pasta che accoglie il cuore di ripieno viene in genere ripiegata a mezza luna, forma questa che ricorda sia il simbolo presente sulla bandiera dei Turchi sconfitti a Lepanto sia, molto più prosaicamente, l’orecchio di un asino. A contribuire poi a quest’ultima similitudine c’è lo schiacciamento della noce di ripieno centrale e il sollevamento laterale di due alette di pasta.

#### • **Ingredienti:**

*Per la pasta*

- farina
- qualche uovo

*Per il ripieno*

- cotechino bergamasco, conosciuto anche con il nome di salamella
- formaggio grana
- uova
- pan grattato
- sale e pepe

### *Per il condimento*

- burro
  - pancetta a dadini rosolata
  - salvia
- **Preparazione:** per la sfoglia, setacciare la farina con un pizzico di sale, aggiungere uova e acqua tiepida per ottenere un composto solido ed elastico, dal quale creare un panetto che dovrà essere lasciato riposare per circa 30 minuti. Per il ripieno, porre il cotechino spellato e fatto a pezzettini in un soffritto di burro, aglio e cipolla tritati. Dopo aver versato il tutto in una marmitta, aggiungervi il parmigiano, pane grattugiato, prezzemolo tritato e un uovo. Lavorare il composto con sale e pepe e amalgamarlo bene aggiungendo, se necessario, acqua o latte. A questo punto è possibile preparare i Bertù. Con la sfoglia sottile tirata, creare dei quadrati di circa 10 cm e al centro di ognuno riporvi il ripieno. Piegarne a metà i quadrati pressando leggermente i bordi e poi ripiegare nuovamente. Premere poi con il dito il cuore del raviolo dove è contenuto il ripieno e sollevare verticalmente le due alette laterali. Cuocere in acqua salata i Bertù e scolarli al dente.
  - **Consigli:** servire con un condimento di pancetta a dadini rosolata con burro e salvia. E per finire, una spolverata di parmigiano.
  - **Classificazione:** questo piatto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
  - **Manifestazioni correlate:** Sagra dei Bertù di Rovetta (agosto) [www.valseriana.eu/eventi/5-sagra-dei-bertu/](http://www.valseriana.eu/eventi/5-sagra-dei-bertu/).

## Polenta di Mais Rostrato Rosso di Rovetta

Rovetta (BG)

a cura della Pro Loco di Rovetta

- **Cenni storici:** da quando il mais ha fatto la sua comparsa nei territori della bergamasca, la polenta è stata l'alimento più importante per la maggior parte della popolazione. Da unica fonte di sostentamento per le famiglie più povere, negli ultimi decenni si è trasformata in uno splendido accompagnamento per piatti ricchi e saporiti.

A Rovetta (700 m slm) si coltiva una particolare varietà di mais, il Rostrato Rosso di Rovetta, che si fregia del marchio De.Co. ed è iscritto ai Registri na-

zionali delle varietà sementiere da conservazione. La farina integrale che si ottiene con la macinatura a pietra è una bramata dal caldo colore giallo scuro striato di rosso che si distingue per una caratteristica granulosità e per un gusto molto spiccato. Un prodotto di qualità che ben si sposa con le eccellenze ambientali e culturali di questo Paese dell'alta Valle Seriana il cui nome deriva da Rovere, in quanto nel passato era luogo in cui si trovavano boschi di questo tipo di quercia.

- **Ingredienti:**

- acqua
- farina di mais Rostrato Rosso di Rovetta
- sale

- **Preparazione:** dopo che l'acqua salata è giunta a ebollizione, versare a pioggia la farina, avendo cura di mescolare bene la miscela affinché non si formino grumi. Quindi far cuocere la polenta a fuoco lento per oltre un'ora, avendo cura di rimestarla di tanto in tanto.

- **Consigli:** trattandosi di una farina integrale, quella di Rostrato Rosso di Rovetta non necessita dell'aggiunta di olio come a volte viene indicato in alcune ricette. Il tempo di cottura è lungo (a volte anche un'ora e mezza) perché a Rovetta si predilige una polenta corposa, che si possa tagliare a fette. Inoltre, l'ideale sarebbe disporre di un paiolo di rame e del fuoco di legna.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.)

- **Fonti:** comune di Rovetta [www.comunerovetta.gov.it](http://www.comunerovetta.gov.it) (consultato il 17 marzo 2017).

## La Torta di Treviglio o la Turta de Trei

Treviglio (BG)

a cura della Pro Loco di Treviglio

- **Cenni storici:** la Torta di Treviglio, meglio nota ai bergamaschi come *La Turta de Trei*, è un dolce tipico dell'omonimo comune bergamasco. Si tratta di un dolce semplice che può essere definito una variazione della crostata di mandorle, dal sapore antico ma dalle origini recenti. Nacque infatti nel 1990, quando vinse il concorso popolare indetto dall'Associazione Botteghe della Città di Treviglio, con l'obiettivo di trovare un dolce da associare alla festa della Madonna

delle Lacrime di fine febbraio. È un dolce delizioso e profumato a base di pasta frolla, uova, vanillina e mandorle e si potrebbe definire come la più classica “torta della nonna”, dagli ingredienti semplici e naturali, genuina, fresca e artigianale. Presenta una forma a focaccia circolare appiattita dal diametro medio di circa 24 cm, con faccia superiore convessa, irregolare, guarnita o meno con mandorle. Al taglio presenta una pasta omogenea di colore giallo granulata dalla presenza delle mandorle tritate.

- **Ingredienti:**

- 130 g di farina 00
- 60 g di zucchero
- 90 g di burro
- 1 tuorlo d'uovo
- scorza di limone q.b.
- vanillina q.b.
- 150 g di mandorle macinate
- 135 g di zucchero
- 75 g di burro
- 3 tuorli d'uovo
- 3 albumi

- **Preparazione:**

*Per la pasta frolla:* impastare la farina insieme al burro e allo zucchero ed amalgamare bene tutti gli ingredienti. Aggiungere l'uovo, la scorza di limone e la vanillina. Quando l'impasto diventa omogeneo lasciare riposare per 2 ore circa.

*Per la farcitura:* macinare le mandorle con 50 g di zucchero e montare il burro con i 3 tuorli d'uovo e altri 50 g di zucchero. Montare a parte gli albumi con i restanti 35 g di zucchero.

*Preparazione finale:* imburrare una teglia di 24 cm di diametro e foderarla con la pasta frolla. Riempirla poi con l'impasto ottenuto e cuocere il tutto a 180° per 30 minuti. Lasciare raffreddare e servire.

- **Consigli e osservazioni specifiche:** la torta oggi è prodotta dal Caffè Milano di Treviglio, situato in Piazza Manara, nel centro storico cittadino.
- **Classificazione:** questo prodotto ha ottenuto il marchio BERGAMO Città dei Mille... sapori della Camera di Commercio di Bergamo.
- **Manifestazioni correlate:** Festa della Madonna delle Lacrime – Treviglio, fine febbraio.

# Nüsècc

## Fagottino di verza e costa ripieno e stufato

Val Brembilla (BG)

a cura della Pro Loco Val Brembilla

• **Cenni storici:** dalla Val Brembilla, ricca di distese verdi, stradine e mulattiere che conducono ad alcuni tra i più significativi esempi di architettura rurale e di montagna, nasce questo piatto tipico. Il *Nüsècc* è infatti uno dei simboli della tradizione culinaria del luogo che ha accompagnato la storia di ogni generazione andando ad occupare un posto di rilievo nei ricordi di ciascuno.

Saranno forse stati i lontani tempi di carestia a favorire un'arte culinaria che "non buttasse via niente", sta di fatto che questo piatto sembra essere un chiaro esempio di cucina povera (ma gustosissima), che nasceva dagli scarti delle foglie di verza più grosse usate per fare la *cassöla* e dagli avanzi del ripieno usato per farcire i casoncelli.

• **Ingredienti:**

- foglia di verza
- foglia di costa
- pancetta
- cipolla
- pomodoro
- burro

*Per il ripieno*

- pane e formaggio grattugiati
- uova
- prezzemolo
- aglio
- carne di vitello arrostita
- brodo
- sale

• **Preparazione:** per il ripieno tritare la carne con aglio e prezzemolo. Aggiungere pane, formaggio, uova, sale e brodo, creando un impasto omogeneo. Scottare le foglie di verza e costa in acqua salata e stenderle su di un panno sovrappollandole. Farcire quindi con il ripieno ed avvolgere il tutto creando un fagottino chiuso e legato con uno spago. Infine, rosolare con burro, cipolla e pancetta, stufare con poco pomodoro e salare.

- **Consigli:** cottura a fuoco lento per circa 15 minuti. Tagliare e levare lo spago prima di servire.  
Ideale come antipasto e ottimo da accompagnare alla polenta.
- **Manifestazioni correlate:** nessuna in particolare.

## Polenta della Valle

Val Brembilla

a cura della Pro Loco di Val Brembilla

- **Cenni storici:** tra la natura incontaminata della Val Brembilla, i suoi suggestivi santuari, antichi fienili nascosti e un affascinante mondo da scoprire, si colloca una lunga tradizione contadina che ha naturalmente influenzato anche la cucina. E tra i vari piatti tipici della valle, non è mai mancata la polenta, regina della cucina bergamasca che con la Polenta della Valle, si è arricchita di ingredienti sempre più saporiti e gustosi.

Tali ingredienti sono stati sapientemente elaborati da Sonia, Chef del Ristorante La Trota, per partecipare a vari concorsi enogastronomici in diverse regioni d'Italia.

- **Ingredienti:**

- farina per polenta (integrale)
- pancetta tagliata a fette
- Taleggio DOP
- burro
- salvia
- tartufo scorzone

- **Preparazione:** una volta cotta la polenta, versare il burro in una terrina insieme a un cucchiaino di polenta, del taleggio, della pancetta tostata a fettine e una fogliolina di salvia. Ripetendo l'operazione si formeranno due strati (come accade per le lasagne). A quel punto, infornare a 180° per 15 minuti ed affettare in seguito il tartufo direttamente in superficie.

- **Consigli:** servire ben calda per gustare appieno i sapori racchiusi in questa ricca ricetta della bergamasca.





# **Prodotti e piatti tipici della provincia di Brescia**



# La cucina bresciana: un mosaico di differenti tradizioni locali

di *Alberto Vignali*

Sulle tradizioni gastronomiche bresciane si è scritto molto e a lungo la cucina di questa terra è stata vista come “di frontiera” o “minore”, con continui rimandi a quella della provincia vicina, di volta in volta Bergamo, Cremona, Mantova, Trento o Verona. Se si ripercorre la storia della provincia lombarda non è difficile individuare alcune delle influenze esterne che ha subito la cucina locale. La dominazione veneta (XV-XVII secolo) fece dei maggiori centri abitati bresciani importanti crocevia commerciali sulla rotta tra la Repubblica di San Marco e Milano e fu alla base della diffusione di prodotti come lo zafferano e le acciughe, diventati parte della cucina locale. Ad essa si aggiunsero, per i piatti elaborati, le tendenze principesche delle casate nobiliari di Mantova e Ferrara e, per quelli popolari, la semplicità della tradizione contadina della bassa Cremonese (Boroni e Bossini, 2004; Pellizzari, 2007). Tuttavia, queste influenze non giustificano una considerazione così limitata della ricca tradizione bresciana, poiché la storia insegna che anche le zone confinanti sono caratterizzate dall’interazione di uomini così come dallo scambio di prodotti. Infatti, la tradizione culinaria di un popolo si costruisce attraverso la somma di quelle vicine e lontane e non è una novità che aree simili dal punto di vista geografico abbiano elaborato una gastronomia simile, sia per le materie prime a disposizione sia per le analoghe condizioni umane.

Un tempo era opinione diffusa che quella bresciana fosse una cucina senza peculiarità, povera di prodotti e piatti come varietà e numero, citando solamente lo spiedo, la tinca, i casonsèi e la minestra di mariconde, il manzo all’olio, la salsiccia di castrato e il bagòss come rappresentativi della tradizione provinciale (Marini, 1993). Questo punto di vista è indubbiamente limitato poiché trascura il fatto che questi prodotti e piatti rappresentano zone gastronomiche ben differenti l’una dall’altra per storia e tradizioni alimentari e sottovaluta la grande ricchezza del territorio. Maggiore provincia lombarda per estensione, il bresciano è da sempre terra molto fertile e ben coltivata, sia nella pianura sia nelle valli,

e dai laghi pescosi, mentre nelle zone montuose è ricca di boschi e pascoli. Questa eterogeneità di paesaggio si è trasformata in un'importante varietà di piatti e prodotti, che i bresciani hanno saputo valorizzare. Dunque, piuttosto di un'unica tradizione culinaria comune a tutti gli abitanti della provincia, sarebbe più corretto parlare di "cucine bresciane", ovvero un grande mosaico composto da molteplici tradizioni alimentari, ognuna delle quali con le sue specialità uniche (*ibid.*). Terra ricca di sapori, la provincia di Brescia presenta una varietà gastronomica frutto delle diversità caratterizzanti tre paesaggi principali: la montagna, conosciuta per le carni ovine e caprine e i formaggi, la pianura, dove dominano gli allevamenti e le coltivazioni estensive, e i laghi prealpini, che sono famosi per agrumi, olive e un'abbondante fauna lacustre. Una tradizione che vede come protagonisti contadini, malgari e pescatori, e si basa su prodotti tipici del territorio e piatti semplici ma di qualità.

Partendo dagli alpeggi sui rilievi alpini, si scende attraversando floride vallate e ci si immerge nella tradizione casearia bresciana. Il re dei formaggi bresciani è il *Bagòss*, tipico del comune di Bagolino in Valle Sabbia, è famoso per il suo sapore intenso e aromatico. Prodotti come il *Cadolet*, lo *Stael* e il *Fatuli* rappresentano invece i pregiati caprini della Valle Camonica, dal sapore forte e inconfondibile. Di indubbia qualità e fama sono anche i formaggi della vicina Valle Trompia, tra i quali spicca il Nostrano Val Trompia, prodotto di origine vaccina a marchio DOP, che è parte della tradizione casearia della valle sin dal 1500. Oltre ai formaggi, le montagne bresciane offrono carni pregiate, come ad esempio quelle ovine utilizzate per la salsiccia di castrato della tradizione camuna e le caprine del Cuz di Corteno Golgi, piatto che trae origine da un antico metodo di conservazione della carne, o del Violino di Capra, famoso insaccato locale.

Una volta giunti nella bassa bresciana, la pianura si estende a perdita d'occhio e la cucina locale, contadina, trova i suoi ingredienti principali negli animali da allevamento e nei prodotti dell'agricoltura estensiva. Piatti come il manzo all'olio, la Bariloca di Barbariga e lo stracotto di cavallo utilizzano materie prime comuni nelle corti contadine bresciane o reperibili nei grandi mercati di bestiame che a lungo hanno reso famoso il territorio. Rilevante è l'intenso consumo di maiale che vede negli insaccati come l'*Os de stomech*, il salame di Montisola e la soppressata bresciana alcuni esempi dell'antica tradizione norcina locale. Accanto a tali prodotti si trovano le particolari farine locali e tutti quei piatti a base di pane o patate, come ad esempio i malfatti, che nascono in un contesto di carenza alimentare, dove vi era la necessità disfamarsi con quel poco che si aveva a disposizione.

Un ultimo paesaggio che caratterizza la cucina bresciana è quello dei laghi prealpini, la cui ricchezza non è data solo dalla fauna ittica. Tinche, coregoni e

aole sono tra i pesci più rappresentativi della cucina locale, ma il territorio offre anche altri preziosi prodotti, come i profumati limoni del Garda, coltivati nelle scenografiche limonaie della riviera, e gli ulivi sulle rive del lago d'Iseo e dello stesso Benaco, i cui frutti danno vita a due tipi di olio a marchio DOP.

Un discorso a parte meritano alcuni dolci della tradizione, come la persicata e il bossolà, che si sono diffusi su buona parte del territorio provinciale, diventando esempi di una sorta di cucina comune. Piatti come i casoncelli, lo spiedo e la polenta sono forse i più rappresentativi della gastronomia provinciale e vengono considerati patrimonio di tutti i bresciani, ma non bisogna dimenticare che vengono tuttora cucinati con varianti locali legate all'utilizzo di prodotti tipici.

A lungo sminuita o addirittura non considerata, oggi la cucina bresciana continua a mostrare le sue peculiarità e si può affermare che nella diversità geografica unisce le sue genti in un'unica, ricca e variegata tradizione gastronomica.

# Classificazione dei prodotti tipici della provincia di Brescia (Areale provinciale)

## Soppressata bresciana

provincia di Brescia

- **Cenni storici:** probabilmente originaria delle valli dell'Alto Garda, la produzione di questo insaccato di carne suina si è diffusa su tutto il territorio bresciano, facendo della soppressata un prodotto tipico della tradizione norcina provinciale.
- **Preparazione:** questo prodotto viene realizzato con molteplici parti del maiale, tra cui guanciale, filetto, capocollo e lonza. Il prodotto si ottiene attraverso una macinatura grossa delle parti miste del maiale, mentre guanciale e filetto vengono tagliati a cubetti con il coltello. Una volta uniti i due impasti, si aggiungono spezie, vino, aglio e sale. L'insacco avviene in budelli naturali e il prodotto può essere consumato fresco oppure dopo una stagionatura breve, fino a 30 giorni, oppure lunga, 6-15 mesi. Nel caso venga preparato come prodotto da cuocere, il procedimento implica la sostituzione del filetto con la lingua, poiché quest'ultima non si presta alla stagionatura ma si armonizza perfettamente in cottura. Il peso medio è di 1-1,5 kg al pezzo e la consistenza dell'insaccato è relativamente morbida appena prodotto, per poi indurirsi con la stagionatura. La Soppressata bresciana ha un gusto caratteristico che ricorda il salame, ma con un sapore meno raffinato.
- **Classificazione:** questo insaccato appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 03/03/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Soppressata bresciana [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=21](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=21) (consultato il 03/03/2017).

# Classificazione dei piatti tipici della provincia di Brescia (Areale provinciale)

## Bossolà bresciano

provincia di Brescia

- **Cenni storici:** questo piatto rappresenta uno dei dolci più famosi della tradizione bresciana. Probabilmente giunto nel territorio bresciano a seguito dell'espansione della Repubblica di San Marco, la ricetta del *Bossolà* è simile a quella della ciambella che molte città del nord Italia, con molteplici varianti, hanno fatto propria rinominandola. Il nome deriva da un termine veneto che indica il salvagente, sicuramente per la sua forma cilindrica con un foro al centro. Altre ipotesi suggeriscono che il nome risalga al termine utilizzato dalle popolazioni celtiche per indicare la biscia, riconoscendo nella forma di questo dolce quella di serpente attorcigliato, segno di potere e protezione nella loro cultura.

- **Ingredienti:**

- 300 g di farina bianca 00
- 200 g di fecola di patate
- 200 g di zucchero
- 200 g di burro
- 4 uova fresche
- 40 g di lievito di birra
- 1 limone biologico
- ½ bicchiere di latte
- 1 stecca di vaniglia
- sale

- **Preparazione:** scaldare il latte in un pentolino, lasciare la stecca di vaniglia in infusione per circa 30 minuti, toglierla e aggiungere lievito sbriciolato. In una terrina lavorare il burro con zucchero, tuorli, le farine precedentemente mescolate, la scorza di limone grattugiata, il latte con il lievito stemperato e, per ultimi, gli albumi montati a neve. Imburrare e infarinare uno stampo per ciambelle dai bordi alti, versarvi l'impasto e lasciar lievitare per circa un'ora in un luogo tiepido e asciutto. Infornare a forno caldo a 170 °C e cuocere per 45 minuti. Introdurre uno stuzzicadenti nell'impasto per controllare la cottura, se risulta asciutto il Bossolà è pronto.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).



# Casonsèi

provincia di Brescia

• **Cenni storici:** questo piatto è una tipica pasta ripiena nata nel territorio bresciano e aree limitrofi. Il termine deriva probabilmente dal termine latino caseus, formaggio, per la presenza fondamentale di questo ingrediente nel ripieno. Altre ipotesi fanno riferimento ai calzoncini, per la forma a ferro di cavallo propria delle versioni più antiche della ricetta. La sua prima comparsa in un testo di cucina risale al 1500 all'interno del *Baldus* di Teofilo Folengo, dove si chiarisce che questo piatto è fatto principalmente con pane e formaggio. Oggi esistono numerose varianti per quanto riguarda il ripieno, che può essere magro, con patate, insaccati, carne di manzo, ricotta, uva passa e pere, zucca e tanti altri. La ricetta tradizionale dei *Casonsèi* che viene riportata è quella magra.

• **Ingredienti (per 6 persone):**

- 300 g di parmigiano grattugiato (200 g per il ripieno e 100 g per il condimento)
- 200 g di pane grattugiato
- 500 g di farina bianca 00
- 4 uova (3 uova per la sfoglia e 1 per il ripieno)
- 180 g di burro (80 g per il ripieno e 100 g per il condimento)
- prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- un mestolo di brodo di carne
- spezie (pepe, chiodi di garofano e noce moscata)
- 10 foglie di salvia
- sale

• **Preparazione:** amalgamare gli ingredienti per la pasta e lavorarli finché si ottiene una palla di composto elastica che va lasciata riposare coperta per circa 30 minuti. In una terrina mettere parmigiano, pane e aggiungere il battuto di aglio e prezzemolo dopo averlo soffritto nel burro. A questo punto aggiungere l'uovo, le spezie, salare e mescolare con le mani aggiungendo poco a poco il brodo finché non si ottiene un composto sodo e omogeneo. Tirare una sfoglia sottile e ritagliare dei rettangoli di circa 10x12 cm, al centro dei quali va posizionata una noce di ripieno, richiudendola nella sfoglia come fosse una caramella e premendo sulle chiusure laterali in modo tale che non esca il ripieno. Lasciar riposare per qualche ora su teglie infarinate. In seguito, portare a ebollizione l'acqua in

una pentola capiente, salare e collocare i Casonsèi, che necessitano di 10 minuti di cottura. Una volta estratti con una schiumarola, impiattare e versare burro fuso aromatizzato alla salvia preparato in precedenza e cospargere di parmigiano grattugiato.

• **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

## Minestra spurca

provincia di Brescia

• **Cenni storici:** la minestra spurca è un tipico piatto diffuso in tutta la provincia di Brescia che tradizionalmente viene consumato prima dello spiedo.

• **Ingredienti:**

- gallina ruspante
- rigaglie di gallina (fegato, duroni, ecc.)
- 2 patate
- 2 porri
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 6-8 manciate di riso da minestra
- formaggio nostrano grattugiato
- sale

• **Preparazione:** lessare in acqua salata la gallina con le rigaglie per 2 ore e, mezz'ora prima del termine, aggiungere porri e patate. Lasciar raffreddare il brodo, sgrassarlo, e fare a piccoli pezzi la gallina e le rigaglie. A parte passare le patate e i porri nel passaverdura. In una pentola capiente aggiungere 2-3 mestoli di brodo a persona, la carne, la verdura e portare a ebollizione. Aggiungere una manciata di riso a persona. Poco prima di terminare la cottura aggiungere prezzemolo tritato. Servire con formaggio nostrano grattugiato.

• **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

# Polenta bresciana

provincia di Brescia

a cura della Pro Loco di Azzano Mella

- **Cenni storici:** questo antichissimo piatto a base di cereali di origine italiana ha costituito l'alimento base nell'alimentazione delle popolazioni dell'area centro-settentrionale della penisola. Dapprima cucinata con farro, segale o grano saraceno, dal XV secolo la polenta è a base di mais, cereale all'epoca importato in Europa dalle Americhe. Nel territorio bresciano questo piatto povero e poco saporito veniva usato come base alimentare, accompagnando i contadini dalla colazione, consumata con il latte, sino alla cena dove era servita con carne, pesce o zuppe. Si diffuse grazie alla facile reperibilità degli ingredienti, spesso prodotti dagli stessi contadini, e per il basso costo. Oggi esistono numerosi tipi di farina da polenta e in base alla macinatura si possono ottenere polente più tenere da abbinare per esempio a guazzetti di carne o pesce, oppure più sode, ideali per lo spiedo e gli arrostiti. Costituendo uno degli alimenti base del territorio bresciano, numerose sono le varianti locali alla ricetta base che viene proposta, a seconda degli ingredienti a disposizione.

- **Ingredienti:**

- 2 lt d'acqua
- 600 g di farina a scelta
- 20 g di sale grosso
- 1 cucchiaio di olio di oliva extravergine

- **Preparazione:** la tradizione vuole che questo piatto venga cucinato in un paiolo di rame stagnato poiché l'uso di questi metalli assicura una cottura omogenea ma ad oggi è normale anche l'utilizzo di pentole di qualità a fondo spesso. Per prima cosa riempire il paiolo d'acqua e, una volta portata a ebollizione, versare un cucchiaio d'olio extravergine di oliva, salare e versare la farina a pioggia mescolando con una frusta per evitare grumi. Quando il composto sarà abbastanza denso, mescolare con un cucchiaio di legno compiendo movimenti dall'alto verso il basso, in modo tale che la polenta cuocia uniformemente. Continuare a mescolare, o *menare* come vuole il dialetto locale, per circa 40-45 minuti a fuoco medio-basso. Alla fine rovesciare la Polenta su un tagliere di legno o in un contenitore adatto e servire calda.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

# Polenta cusa

provincia di Brescia

a cura della Pro Loco di Tremosine sul Garda

- **Cenni storici:** chiamata anche polenta pasticciata o *polenta ùta*, questa variante della classica polenta è uno dei piatti tradizionali della cucina bresciana. Si tratta di una ricetta che mescola la tradizione casearia alpina con quella mediterranea dell'olio di oliva extravergine.

- **Ingredienti:**

- farina di granoturco integrale
- olio extravergine del Garda DOP
- burro di malga
- formaggio Garda stagionato
- formaggio nostrano piccante
- sale

- **Preparazione:** questo piatto segue il procedimento di preparazione della classica polenta: in una pentola con acqua bollente versare la farina, sale in proporzione e mescolare con continuità. Raggiunta la giusta densità, aggiungere all'impasto un cucchiaio di olio extravergine di oliva del Garda DOP. La variante caratteristica di questo piatto rispetto alla polenta classica è l'aggiunta di formaggio Garda stagionato e nostrano piccante, che vengono mescolati nella polenta finché non si ottiene un composto omogeneo. Infine, impiattare la polenta e cospargerla di burro di malga fuso. Sebbene il piatto possa essere cucinato anche con una pentola dai bordi alti, il processo di cottura ideale prevede l'utilizzo di un paiolo in rame posizionato sul fuoco vivo.

- **Fonti:** Pilotti Delaini C. e Faust-Blauhut S. (1993), *Pa vi e sücheri: antiche ricette e immagini di Tremosine*, Litografia grafica, Arco (TN).

# Polenta téragna

provincia di Brescia

a cura della Pro Loco di Serle

- **Cenni storici:** questo piatto trae le sue origini dalla frugalità dei pastori e dei mandriani delle montagne bresciane. Quando giungeva il momento di lasciare gli alpeggi per far ritorno alle stalle del paese, gli allevatori erano soliti preparare l'ultimo pasto mettendo nel paiolo cioè che era rimasto delle loro scorte di farina gialla e dei formaggi prodotti in cascina. Questo miscuglio nasce per caso dall'esigenza di non sprecare nulla e dalla necessità di alleggerire il peso degli zaini. Un piatto povero che è entrato a far parte della tradizione di tutto il territorio bresciano, con l'inevitabile comparsa di numerose varianti dovute agli ingredienti, al loro dosaggio e alle procedure di cottura.

- **Ingredienti (per 6 persone):**

- 4 lt di acqua
- 800 g di farina gialla bramata
- una manciata di farina integrale di mais o di grano saraceno
- 250 g di gorgonzola DOP
- 800 g di stracchino nostrato
- 150 g di formaggio nostrano grattugiato
- 150 g di burro
- 100 g di salame, possibilmente fresco
- sale

- **Preparazione:** portare a ebollizione l'acqua in un paiolo, preferibilmente di rame, salare e versare a pioggia le farine mischiate e mescolate con la frusta per evitare che si formino grumi. Per i successivi 40-45 minuti mescolare con un cucchiaino di legno, dall'alto verso il basso, evitando che il composto si attacchi alle pareti del paiolo. Tagliare i formaggi a pezzetti non troppo piccoli e unirli alla polenta, mescolando con cura in modo tale che gli ingredienti si amalgamino. Aggiungere il formaggio grattugiato e continuare a rimestare. Nel frattempo sciogliere il burro in un tegame e aggiungere il salame quasi tritato per poi lasciar rosolare a fuoco spento. Versare la polenta in un contenitore capace e condire con il burro mescolando accuratamente.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

# Spiedo bresciano

provincia di Brescia

a cura delle Pro Loco di Azzano Mella, Toscolano Maderno e Tremosine

- **Cenni storici:** l'origine di questo piatto a base di selvaggina risale probabilmente alla dominazione longobarda del Medioevo, quando fu proibito l'abbattimento di animali di grossa taglia, lasciando campo libero alla caccia agli uccelli. Divieto reso ancor più duro dai Visconti nel XIV-XV secolo, che salvaguardarono questa imposizione con mutilazioni sui malcapitati cacciatori di frodo. Oggi la vendita e la somministrazione di volatili protetti presso esercizi pubblici è vietata dalla comunità Europea, privando questo piatto di uno dei suoi ingredienti tradizionali. Tuttavia, non esiste una sola ricetta dello spiedo bresciano, ma diverse varianti che si differenziano in base alla carne utilizzata. In seguito viene riportata una ricetta con le carni solitamente più diffuse nella preparazione di questo piatto tipico del bresciano.

- **Ingredienti:**

- carne di pollo, coniglio, maiale (lonza o coppa), uccellini (finché non ne è stato proibito l'utilizzo)
- patate
- olio di oliva extravergine
- salvia
- burro
- sale

- **Preparazione:** la spiedatura è un procedimento che normalmente comincia diverse ore prima di consumare lo spiedo, generalmente la notte prima o la mattina presto. Essa consiste nel predisporre con criterio i pezzi in modo alternato su lunghi spiedi, detti gergalmente ranfie. Le porzioni di carne devono avere una pezzatura e grammatura molto simile, in quanto durante la cottura lo spiedo deve essere bilanciato. La carne può essere salata prima di essere infilzata o successivamente, a discrezione di chi lo prepara. Partire sempre infilzando una patata e alternare foglie di salvia tra ogni presa e all'interno dei pezzi di carne, stando attenti a non schiacciare troppo le prese di carne l'una contro l'altra. Un accorgimento utile è quello di alternare prese di carne magra a quelle di carne grassa e di inserire quest'ultime vicino agli uccellini per mantenerli morbidi. La cottura solitamente avviene utilizzando legna d'ulivo oppure carbonella. Quando le braci sono pronte, inserire lo spiedo nel tambúr, il tamburo, ovvero la macchina specifica per la sua preparazione. Dopo circa 40 minuti ungere la carne con il burro e qualche foglia di salvia e raccogliere il liquido

in eccesso, verrà riutilizzato in seguito, nella leccarda posizionata sotto lo spiedo. Ogni ora circa procedere con la salatura e l'ungitura, per un totale di circa 4 volte durante tutto il procedimento. Dopo circa due ore è consigliato girare manualmente le prese di carne dall'interno verso l'esterno, in modo tale da cuocerle uniformemente. La cottura dura all'incirca 4 ore. Il processo di preparazione dello Spiedo bresciano necessita della presenza continua di una persona che controlli che le braci non si infiammino con il grasso della carne, che mantenga uniformemente distribuite le braci e che si occupi di salatura e ungitura. Il burro in eccesso viene normalmente conservato per condire la polenta che accompagna lo spiedo. Una volta terminata la cottura sfilare i pezzi di carne e sistemarli su appositi vassoi per la distribuzione.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

# Classificazione dei prodotti tipici di un'area specifica del bresciano (Area sovra comunale)

## Salsiccia di Castrato Ovino

areale comuni di Berzo Inferiore, Cividate Camuno e Malegno  
a cura del comune di Malegno

- **Cenni storici:** l'origine di questo prodotto sembra risalire alla fine dell'Ottocento, quando tale Pietro Rizzieri, macellaio di professione, si trasferì nel cantone dei Grigioni in Svizzera dove apprese l'arte della macinazione finissima della carne. Una volta tornato in Valle Camonica applicò quanto appreso alla materia prima più diffusa, la carne di castrato. Negli anni '20 del Novecento trasmise la sua ricetta a un garzone locale, Giovanni Pedersoli, che col passare degli anni contribuì alla diffusione di questo prodotto nella zona circostante. Si tratta di un prodotto stagionale, realizzato solo tra luglio e ottobre, e in tempi antichi veniva utilizzata solo carne di castrato tagliata a punta di coltello su grandi ceppi di legno.

- **Ingredienti:**

- carni magre ovine e bovine
- brodo di carne ottenuto da bollitura di ossa di castrato
- potassio nitrato
- 3% di sale
- aglio pestato
- budello naturale
- spezie

- **Preparazione:** il disciplinare De.Co. indica 2 tipi di salsiccia, Classica e Tradizionale, entrambe con almeno il 70% di carne di castrato ovino ma, mentre nella prima il restante 30% deve essere di carne ovina, nella seconda si tratta di carne bovina. La carne della Classica deve essere di razza Gigante Bergamasca mentre la Tradizionale basta che contenga carne di origine italiana. Per la produzione si monda la carne dal grasso, si taglia a pezzi e si trita, aggiungendo spezie e sale. La macinatura deve avvenire con stampo di 2 mm e l'insaccatura in budelli naturali. Le salsicce vengono legate a mano e raggiungono la circonferenza massima di 4,5-5 cm e lunghezza variabile. La salsiccia va consumata nel giro



di 4-5 giorni e cotta in acqua non salata per circa 15 minuti. La carne ha consistenza morbida e color rosso mattone.

- **Classificazione:** questo insaccato appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia ed è un prodotto De.Co.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 26/02/2017).

Disciplinare tecnico Salsiccia di Castrato De.Co. [www.malegno.it/Allegati/all\\_14988\\_disciplinare%20salsiccia%20di%20castrato%20deco.pdf](http://www.malegno.it/Allegati/all_14988_disciplinare%20salsiccia%20di%20castrato%20deco.pdf) (consultato il 26/02/2017).

## Formaggella di Tremosine

areale Comunità Montana e Parco Alto Garda Bresciano

- **Cenni storici:** questo formaggio è prodotto nel territorio della comunità montana di Brescia e Parco dell'Alto Garda dal caseificio sociale Alpe del Garda, stabilimento situato nel comune di Tremosine a 700 m di altitudine, che dal 1980 valorizza la produzione di formaggi tipici della tradizione locale.

- **Preparazione:** per questo prodotto si utilizza latte vaccino pastorizzato a 72 °C per 30 secondi e lasciato raffreddare a circa 36 °C. In seguito si procede con l'aggiunta di fermenti lattici e caglio liquido, con un tempo di coagulazione di circa 25 minuti. Una volta rotta la cagliata fino alla dimensione di grani di mais, la si scalda sino a 40 °C continuando a mescolare. Infine si agita il composto per altri 5 minuti per poi versarlo negli appositi stampi. Dopo 24 ore si passa alla salatura che avviene in salamoia e dura 24 ore. La stagionatura necessita di almeno 40 giorni in ambienti a temperatura controllata. La Formaggella di Tremosine ha forma cilindrica, diametro 16-18 cm, scalzo 5-7 cm e peso da 1,4 a 1,8 kg. La crosta è morbida, sottile e color paglierino e reca impressa la croce di Tremosine su entrambe le facce. La pasta è elastica, compatta, con scarsa occhiatura e di un giallo intenso e ha un gusto non aggressivo, sapido e deciso a causa della microflora presente nei luoghi dove viene prodotta.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 26/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella di Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=81](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=81) (consultato il 26/02/2017).

## Garda Tremosine

areale Comunità Montana e Parco Alto Garda Bresciano

- **Cenni storici:** prodotto sin dal '900 nelle latterie di Tremosine, questo formaggio prevede l'utilizzo di latte di vacca Bruna Alpina, razza il cui allevamento è da secoli radicato nel territorio del Parco dell'Alto Garda Bresciano. Tale area si estende per 40000 ettari dalle rive del lago di Garda sino alle cime prealpine che lo separano dal lago d'Idro.
- **Preparazione:** il disciplinare di questo prodotto richiede l'utilizzo di latte vaccino proveniente da 2 mungiture, pastorizzato a 72 °C per 30 secondi e lasciato raffreddare sino a circa 35 °C. In seguito si aggiungono fermenti lattici e caglio e, dopo il processo di coagulazione della durata di 25 minuti, si rompe la cagliata alle dimensioni di un chicco di riso mentre si porta la temperatura a 46 °C. Dopo una fase di riposo sotto siero per 40 minuti, si estrae il composto con teli di lino, si dispone nelle fascere e si pressa per favorire l'eliminazione del siero in eccesso. La si tiene in salamoia per circa 4 giorni. La stagionatura dura circa 12 mesi con periodici rivoltamenti e oliatura delle forme. Prima della salatura su ogni forma viene impresso il marchio Garda, la bollatura sanitaria e un codice identificativo per risalire a tutte le informazioni relative alla forma. Le forme marchiate sono tenute in salamoia per 24 ore, depositate per 90 giorni su assi di pino e successivamente stagionate su ripiani d'alluminio in sale dedicate. Il Garda Tremosine ha forma cilindrica, con diametro 32-34 cm, scalzo 8-9 cm e peso 7-8 kg. La crosta dura, liscia, untuosa e dal colore paglierino scuro mentre la pasta è dura e anch'essa color paglierino. Questo formaggio ha un sapore dolce e gradevole, con intensità che varia dalla stagionatura.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia ed è caratterizzato da una certificazione volontaria di prodotto che attesta la provenienza del latte e il disciplinare di produzione.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 26/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Garda Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=72](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=72) (consultato il 26/02/2017).

## Lattecrudo di Tremosine

areale Comunità Montana e Parco Alto Garda Bresciano

- **Cenni storici:** già dagli anni '20 si hanno notizie di questo formaggio che veniva prodotto durante il periodo di trasferimento dalle malghe in alpeggio alle latterie presenti sull'altopiano nell'area di Tremosine. Prende il suo nome dall'utilizzo di solo latte crudo nel processo di produzione, ingrediente che fermentando evolve grazie all'azione della flora batterica originaria che gli animali raccolgono nutrendosi nei pascoli.
- **Preparazione:** questo formaggio viene prodotto utilizzando latte appena munto non pastorizzato al quale vengono aggiunti fermenti lattici e caglio liquido di vitello dopo essere stato portato a temperatura di 34 °C. Il processo di coagulazione necessita di 25 minuti e in seguito la cagliata viene rotta a dimensione di un chicco di mais, mentre la temperatura si alza sino a 39 °C. Una volta versata negli stampi cilindrici la forma subirà 4 rivoltature in modo da eliminare il siero in eccesso. La salatura viene effettuata dopo 24 ore e avviene in salamoia per circa un giorno. Per una giusta stagionatura sono necessari almeno 60 giorni. Il Lattecrudo di Tremosine ha forma cilindrica, 20 cm di diametro, scalzo 7 cm e peso di circa 2,5 kg. La crosta di questo formaggio è morbida, di colore paglierino e reca stampata sulle due facce il marchio circolare riportante la denominazione ripetuta su diverse righe. La pasta è morbida untuosa e color avorio, tendente al paglierino, con occhiatura irregolare. Il latte fresco conferisce al prodotto il suo tipico profumo e sapore marcato di pascolo.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 02/03/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Lattecrudo di Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=222](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=222) (consultato il 02/03/2017).

## Àole de müra

areale Laghi del Bresciano

- **Cenni storici:** in italiano le alborelle essiccate in salamoia, sono state per secoli cibo quotidiano e fonte di reddito per gli abitanti delle aree lacustri bresciane, ma ora sono uno dei prodotti più rari poiché venduti solo da ambulanti o nei mercati rionali a causa dello scarso volume di prodotto disponibile.
- **Preparazione:** le alborelle sono pesci lacustri dal dorso bluastro, fianchi argentei e ventre bianco che misurano da 5 a 7 cm. Una volta pescati i pesci vengono messi a seccare al sole su appositi graticci finché non avvizziscono. Una volta raggiunta la condizione ideale sono poste in salamoia e lasciate a maturare per circa 50 giorni dalla prima salatura. Nel corso della preparazione la salamoia viene cambiata per fornire nuovo sale al prodotto. Infine, sono pigiate in barili a strati, alternandole con il sale, e talvolta aromatizzate con alloro e salvia. La produzione delle *Àole de müra* è essenzialmente estiva perché è il periodo tipico della pesca alle alborelle. Il gusto di questo prodotto è molto intenso, salato e forte.
- **Classificazione:** questo prodotto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 26/02/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Alborelle essiccate in salamoia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=197](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=197) (consultato il 26/02/2017).

## Limoni e cedri

areale Lago di Garda

- **Cenni storici:** agrumi originari di regioni asiatiche lontane, giunsero in Europa intorno all'anno mille grazie agli Arabi. Nel corso del XIII secolo fecero la loro comparsa sul Garda portati dalla riviera ligure e i primi a cimentarsi nella coltivazione furono i frati del convento di San Francesco di Gargnano. In un territorio che si estende tra Limone e Toscolano iniziò così la costruzione delle famose limonaie del Garda, apposite serre che consentivano la produzione, favo-

rita dai miti invernali tipici delle riviere del Benaco, di limoni, cedri e aranci, che venivano esportati in tutti gli stati Europei. Nei secoli questa attività si è radicata nella cultura gardesana e, nonostante a metà Ottocento iniziò una crisi che portò all'abbandono di molte strutture, rappresenta tuttora un'antica tradizione da salvaguardare, anche in relazione al valore architettonico unico delle limonaie. Tra le più famose vi è la Limonaia del Castel a Limone del Garda, con la sua struttura risalente al 1700 che si estendeva per 1600 mq, di cui oggi è rimasta solo una parte che nel 2004 è stata ristrutturata dall'amministrazione comunale.

- **Particolarità:** i limoni e i cedri del Garda sono famosi per il loro profumo intenso, la grande dimensione e la scorza sottile. I frutti si differenziano in base al periodo di raccolta: i limoni di giugno e luglio vengono considerati i migliori, mentre quelli di maggio e agosto sono più rugosi e meno pregiati. La regione del lago di Garda è inoltre una delle aree geografiche più a nord che possono vantare la coltivazione di un prodotto di tale qualità superiore.

- **Fonti:** Itinerari Brescia – Limonaie e oliveti del lago di Garda [www.itinerari-brescia.it/limonaie-oliveti-lago-garda/](http://www.itinerari-brescia.it/limonaie-oliveti-lago-garda/) (consultato il 14/03/2017).  
Visit Garda – I limoni [www.visitgarda.com/it/limoni-lago-garda/](http://www.visitgarda.com/it/limoni-lago-garda/) (consultato il 14/03/2017).

## Filetti di coregone con verdure

areale Lago di Garda

- **Cenni storici:** il coregone, conosciuto anche con il nome di lavarello, appartiene alla famiglia dei salmoidi. Questo pesce di lago è stato introdotto nel Garda agli inizi del Novecento, più precisamente nel 1918 e oggi è il pesce simbolo del lago e la specie ittica più popolosa del Benaco. Ingrediente comune nella cucina del gardesana è protagonista dei menù dei ristoranti e delle sagre paesane del lago di Garda.

- **Ingredienti:**

- 2 coregoni da 300 g l'uno
- 1 cipolla bionda
- 2 zucchine
- 1 gambo di sedano
- 1 pomodoro maturo
- ½ bicchiere di vino bianco

- 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva del Garda DOP
  - basilico
  - sale
  - pepe
- **Preparazione:** lavare il pesce con acqua fredda corrente, metterlo a scolare e asciugarlo con carta assorbente. Tagliare i pesci sino ad ottenere 4 filetti, rosolarli su entrambi i lati in una padella con olio extravergine di oliva del Garda DOP a temperatura, aggiungere il vino bianco, salare e pepare a piacere. Una volta evaporato il vino togliere i filetti dal fuoco e conservare al caldo. Nel frattempo rosolare le verdure tagliate fini nell'olio aggiungendo pomodoro senza buccia tagliato a dadini e basilico. Salare e continuare la cottura per qualche minuto. Una volta terminata la cottura, impiattare i filetti di coregone e le verdure calde aggiungendo un filo d'olio crudo.
  - **Fonti:** Brescia in vetrina – Ricetta dei filetti di coregone con verdure [www.bresciainvetrina.it/ricettebrescia\\_filettidicoregone.htm](http://www.bresciainvetrina.it/ricettebrescia_filettidicoregone.htm) (consultato il 08/03/2017).

## Tombea

areale di Magasa e Valvestino

- **Cenni storici:** questo prodotto, detto anche formaggio di Magasa, si produce in alpeggio nella malga di Magasa a circa 2000 m di altitudine. Qui i malgari si fermano 100 giorni per produrre questo formaggio pregiato e poco diffuso poiché specialità di soli 4 produttori. Il nome Tombea deriva da quello di una cima locale appartenente alle Prealpi bresciane.
- **Preparazione:** per la preparazione di questo formaggio si usa latte di 2 o 3 mungiture che viene scremato con la spannarola e riscaldato a circa 30 °C aggiungendo caglio. Una volta rotta la cagliata con lo spino si toglie la caldaia dal fuoco e si mescola per circa 15 minuti finché il coagulo non assume la dimensione di un chicco di riso. Il composto va quindi inserito nelle fascere e premuto con pesi di legno. La salatura avviene a secco e in piccole quantità per qualche giorno. La stagionatura dura almeno 90 giorni ma vi sono forme che maturano anche 10 anni, diventando delle perle gastronomiche. La Tombea ha forma cilindrica di diametro 35-40 cm, scalzo 10-12 cm e pesa tra gli 8 e i 15 kg. La crosta è soda, sottile e untuosa poiché sottoposta a spalmatura di olio di lino mentre la

pasta è paglierina ed elastica con una leggera occhiatura. Con la stagionatura la pasta tende a scurirsi e dopo 24 mesi raggiunge un color giallo vivace. Il sapore è dolce, con un retrogusto amarognolo e una punta di acido mentre il profumo è di latte e varie essenze che ricordano i fiori di montagna.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 04/03/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Tombea [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=77](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=77) (consultato il 04/03/2017).

## Cadolet di capra

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** è un prodotto tipico della Val Camonica, territorio che come buona parte delle aree montuose lombarde da secoli è caratterizzato dall'allevamento di capre, animali fondamentali per il sostentamento delle famiglie locali.

- **Preparazione:** questa specialità camuna viene prodotta con solo latte di capra di una o due mungiture, che viene riscaldato sino a 32-34 °C e al quale si aggiungono fermenti lattici e caglio. La coagulazione si raggiunge in circa 30 minuti e, ottenuta la cagliata, la si rompe a dimensione di una nocciola, senza riscaldarla. In seguito la si lascia compattare e si estrae disponendola negli stampi. A distanza di 6 ore l'uno dall'altro, si procede con 3 rivoltamenti. La salatura avviene mediante salamoia, circa 2 ore per ogni chilogrammo. La stagionatura è di 15-30 giorni. La forma tipica del Cadolet di capra è quadrata, con lato di 8-9 cm, scalzo 3-5 cm e peso medio di 300 g. Il prodotto presenta una pasta bianca, morbida ed elastica. Il gusto di questo formaggio è dolce, leggermente acido, e l'odore delicato e acidulo.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 25/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Cadolet di capra [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=49](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=49) (consultato il 25/02/2017).

Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 25/02/2017).

## Casatta di Corteno Golgi

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** è una formaggella che in origine era prodotta esclusivamente a Corteno Golgi, comune camuno dell'alta provincia di Brescia, che negli ultimi decenni si è diffusa in tutta la Val Camonica.

- **Preparazione:** per la produzione di questo formaggio si utilizza latte bovino scremato di razza Bruna Alpina proveniente da 2-3 mungiture, in base alla stagione, alle quali se ne aggiunge un'ultima intera. Il latte viene riscaldato sino a 36 °C e si aggiunge caglio, sino alla coagulazione che avviene in circa 25 minuti. Una volta rotta la cagliata a dimensioni di una nocciola, la si lascia riposare e la si estrae, una volta depositata sul fondo, ponendola nelle fascere, comune attrezzo ligneo dalla forma circolare. La salatura avviene a secco dopo 24 ore sulla prima faccia e dopo 48 ore sulla seconda. La stagionatura va dai 2 ai 5 mesi in base al periodo di produzione. Il diametro medio di questa formaggella è di 30 cm, scalzo 8-10 cm, e peso che va dai 3 ai 4 kg in base al quantitativo di latte utilizzato. La stagionatura prolungata conferisce al prodotto un sapore deciso, leggermente acido. La crosta è consistente e di colore giallo mentre la pasta presenta un colore paglierino e una leggera occhiatura.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 04/03/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Casatta di Corteno Golgi [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=70](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=70) (consultato il 04/03/2017).

Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 04/03/2017).



# Formaggella della Valle Camonica

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** è un prodotto che nasce dalla tradizione casearia delle montagne lombarde, in questo caso nell'area della Valle Camonica. Come altre produzioni locali, è difficile riunire sotto il termine "formaggella" i numerosi prodotti che ricadono sotto questa denominazione, date le tante varianti di questo prodotto tradizionale comparse sul territorio negli ultimi decenni. Ci si riferirà dunque a due tipi di formaggella che rappresentano la tradizione locale.
- **Preparazione Formagèla:** questo tipo di formaggella è prodotto con latte intero vaccino riscaldato a 37 °C al quale si aggiunge caglio. La lavorazione necessita di 40 minuti circa, al termine dei quali si riduce la cagliata a dimensione di una noce e, senza un ulteriore riscaldamento, si prosegue con una distribuzione diretta senza sosta negli stampi. La salatura può avvenire a secco o in salamoia dopo 24 ore. La stagionatura è di 1-3 mesi. La Formagèla ha una forma circolare, diametro 22 cm, scalzo 5 cm e peso 1,5-2 kg. Il prodotto ha una pasta morbida, di colore paglierino, che si intensifica con la stagionatura, e un sapore delicato che ricorda il burro e caratterizzato da note aromatiche.
- **Preparazione Formaèla:** il secondo tipo di formaggella è prodotto con latte vaccino parzialmente scremato e un analogo processo di coagulazione se non fosse che vi è una maggiore frammentazione della cagliata, un leggero riscaldamento e una pausa di 20 minuti prima dell'inserimento negli stampi. Anche in questo caso la salatura può avvenire a secco o in salamoia dopo 24 ore. La stagionatura è invece più lunga, 2-6 mesi. La Formaèla ha una forma circolare, diametro simile, scalzo 7-8 cm e peso maggiore, 3,5-4 kg. Il prodotto ha una pasta più elastica che tende a compattarsi con la stagionatura, acquisendo con essa note aromatiche più intense.
- **Classificazione:** la Formaggella della Valle Camonica appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 12/02/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Valle Camonica [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=101](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=101) (consultato il 12/02/2017).  
Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 12/02/2017).

# Moteli

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** questo formaggio a breve stagionatura è ottenuto con il latte della capra Bionda dell'Adamello, una razza tipica della Valle Camonica che è stata riconosciuta come autoctona dalla comunità Europea. L'animale è considerato in pericolo d'estinzione ma la tutela degli allevatori locali ne sta facilitando il ripopolamento. Le incisioni rupestri di origine camuna che caratterizzano la valle spesso raffigurano attività agricole primitive e lasciano immaginare che le tecniche di produzione di questo formaggio si siano sviluppate e affinate tra queste montagne.
- **Preparazione:** il latte intero appena munto utilizzato per questo prodotto viene sottoposto a un trattamento termico a 93 °C per ottenere la separazione delle sieroproteine. Lasciato raffreddare il composto sino a 35-38 °C, si aggiunge caglio di vitello liquido e in 30 minuti si compie il processo di coagulazione. Con un taglio incrociato la massa viene divisa in prismi della dimensione di circa 5 cm e, con l'aiuto di un colino, si estrae la massa che viene disposta negli stampi. La salatura è a secco. Il processo di stagionatura necessita di una temperatura di 15-18 °C e dura 3-15 giorni. Il *Moteli* si trova in forma cilindrica o piramidale, con altezza 9 cm, e ogni forma pesa tra i 400 e i 500 g. Il formaggio ha una pasta morbida ed elastica di colore bianco. Dal gusto fresco e dolce, il prodotto presenta un sapore leggermente acido ma delicato. Esiste una variante affumicata ma è meno conosciuta e diffusa.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 22/02/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Moteli [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=59](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=59) (consultato il 22/02/2017).

# Rosa camuna

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** prodotto di recente creazione, ha un'inconfondibile forma simile al quadrifoglio ispirata alla famosa Rosa camuna. Tale immagine è stata rinvenuta tra le numerose incisioni rupestri locali e anche la regione Lombardia l'ha adottata come simbolo ufficiale.

- **Preparazione:** per la produzione di questo formaggio si utilizza latte vaccino che, dopo essere stato conservato a 4 °C, viene riscaldato a 37,5 °C, scremato e pastorizzato. In seguito si aggiungono fermenti lattici e caglio liquido di vitello. Dopo la miscelazione viene lasciato a riposo finché non si procede con la rottura della cagliata alla dimensione di una nocciola, un'ulteriore cottura a 40-42 °C e l'inserimento diretto del composto negli appositi stampi. La salatura avviene in salamoia per 10-12 ore. La stagionatura dura 30-35 giorni. La Rosa camuna è un formaggio dalla tipica forma di quadrifoglio, con scalzo 4-6 cm e con un peso di 1,3-2 kg. La crosta è sottile, colore paglierino e al centro della facciata, inscritta in un cerchio, è impresso il simbolo della Rosa camuna. La pasta di questo formaggio è morbida, compatta e di color avorio, il sapore acidulo e il profumo ricorda il burro con marcate note fungine.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 03/03/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Rosa Camuna [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=1432](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=1432) (consultato il 03/03/2017).

Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 03/03/2017).

# Stàel

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** i formaggi di capra hanno da sempre un ruolo di primo piano all'interno della produzione casearia camuna. La presenza di questi animali in Lombardia, in particolare la capra Bionda dell'Adamello, ha origini antiche e sono ancora molto diffusi tra le montagne della Valle Camonica. Il loro latte è stato per secoli fonte di sostentamento per le famiglie locali e oggi la tradizione dei formaggi camuni è mantenuta in vita da un numero esiguo di produttori fedeli alle antiche lavorazioni.
- **Preparazione:** per questo prodotto viene utilizzato latte intero caprino di una sola mungitura che viene riscaldato ad una temperatura di 36-38 °C. Una volta aggiunto il caglio liquido di vitello si attende la formazione del coagulo, che viene rotto a dimensione di una noce. Riscaldato nuovamente fino a 42 °C, fa seguito una fase di riposo sotto siero e infine la cagliata viene estratta manualmente per essere disposta negli stampi. Le forme vengono rivoltate dopo un ora e salate in salamoia al 25%. La stagionatura necessita di un ambiente a 8-14 °C e dura 30 giorni. Lo *Stàel* ha forma cilindrica di diametro 11-15 cm, scalzo 3-5 cm e un peso di 400-500 g. La crosta è sottile, liscia e di color paglierino mentre la pasta è sempre bianca poiché l'animale non assimila i carotenoidi dell'erba di cui si nutre. Il prodotto ha una consistenza morbida ed elastica e dal gusto delicato e leggermente acidulo.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 01/03/2017).  
Formaggio.it – Stàel [www.formaggio.it/formaggio/stael-p-a-t/](http://www.formaggio.it/formaggio/stael-p-a-t/) (consultato il 01/03/2017).

# Violino

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** è un prosciutto di agnello o di capra tipico della Val Camonica e la sua produzione è considerata un'arte che nel corso dei secoli è stata tramandata.

data oralmente dai norcini locali. Il nome di questa specialità deriva dall'antico gesto di appoggiare il prosciutto alla spalla per affettarlo, tanto da assomigliare per forma e impugnatura al famoso strumento musicale.

- **Preparazione:** la produzione avviene liberando e rifilando la coscia intera dell'animale e mettendola in concia con vino, sale e spezie varie, tra cui salvia, rosmarino, chiodi di garofano, pepe o ginepro, a seconda del gusto che si vuole ottenere, per circa 3-4 giorni. In seguito si massaggia vigorosamente la coscia con il sale della concia e la si avvolge nel budello. Al giorno d'oggi vengono preferiti i budelli di cellulosa poiché aderiscono in modo migliore alla carne. Successivamente il prosciutto viene appeso e la sua stagionatura dura all'incirca 60 giorni. Il Violino è un prosciutto di colore scuro esternamente ma dalla fetta rosso chiaro con venature di grasso. Il sapore è dolciastro e, nonostante ricordi il prosciutto, mantiene il gusto particolare della carne di agnello o pecora.

- **Classificazione:** questo salume appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 03/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Violino [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=22](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=22) (consultato il 03/02/2017).

# Classificazione dei piatti tipici di un'area specifica del bresciano (Area sovra comunale)

## Fatulì della Val Savioire e Risotto con pere e Fatulì

areale Comuni di Berzo Demo, Cedegolo, Cevo, Savioire dell'Adamello e Sellero

a cura della Pro Loco di Val Savioire

- **Cenni storici:** tra le eccellenze della gastronomia camuna spicca il *Fatulì* della Val Savioire, un piccolo formaggio affumicato prodotto con il latte crudo della capra bionda dell'Adamello. Si tratta di un prodotto raro poiché gli esemplari di questa specie autoctona sono poche migliaia. Infatti fino ad alcuni anni fa l'animale era in via d'estinzione ma l'interesse per la salvaguardia del territorio ha portato al recupero dell'allevamento e agli attuali 4000 capi, permettendo che continuasse la produzione di questo prezioso formaggio. Nel dialetto antico della Val Savioire fatulì significa appunto piccolo formaggio mentre la formaggella si chiama fota. I pastori al disgelo salivano sulle montagne con le capre e, per conservarlo più a lungo, affumicavano il Fatulì bruciando il legno aromatico del ginepro.
- **Preparazione:** il disciplinare di produzione è rigoroso, il latte crudo deve provenire da una o al massimo due mungiture successive, deve essere prodotto nelle aziende locali e quando possibile con latte di malga. La capra è allevata allo stato brado o semibrado e si nutre esclusivamente di erbe locali, che danno un sapore unico. L'affumicatura avviene qualche giorno dopo la produzione, che va da febbraio a ottobre, su graticci disposti sopra il fuoco, dove si bruciano le frasche verdi del ginepro e rametti di nocciolo o faggio. Il diametro va dai 10 ai 14 cm, con scalzo 4/6 cm e un peso variabile da 3 a 5 etti per ogni pezzo. Sulla crosta ci sono i segni della grata, la pasta è elastica, chiusa o con leggera occhiatura, e il colore è giallo paglierino, più o meno intenso. La delicatezza del sapore risalta grazie agli aromi delle erbe di montagna. La stagionatura media è di circa trenta giorni, fino a sei mesi invece per l'utilizzo in scaglie o grattugiato.
- **Ingredienti de Risotto con pere e Fatulì della Val Savioire (4 persone):**
  - 300 g riso vialone nano
  - 50 g Fatulì della Val Savioire
  - 2 pere verdilungo

- 100 g porro
  - brodo di carne
  - vino bianco
  - cipolla
  - burro
  - sale
  - pepe
- **Preparazione:** pelare le pere e farle cuocere nel vino con zucchero (si possono aggiungere cannella e buccia di limone) per almeno un ora. Tagliare i porri sottili e le pere e farli rosolare nel burro; aggiungere il riso e farlo tostare. Sfumare con il vino bianco e versare il brodo fino alla cottura; salare e pepare. Mantecare con il burro e il Fatulì grattugiato o a piccoli pezzi.
  - **Consigli:** il Fatulì si può gustare anche crudo, con composte di frutta o miele.
  - **Classificazione:** il Fatulì è presidio Slow Food, prodotto agricolo tradizionale della regione Lombardia e prodotto De.Co. dell'Unione dei comuni della Val Savioere.

## Salame di Borno

areale Valle Camonica

- **Cenni storici:** così chiamato per la forma arrotondata e affusolata, non è un classico insaccato ma bensì un piatto che prende il nome dal paese di origine e si è diffuso in tutta la Valle Camonica.
- **Ingredienti:**
  - 200 g di carne di vitello macinata
  - 50 g di salame fresco
  - 50 g di cervella lessate
  - 150 g di funghi, preferibilmente porcini
  - 300 g di spinaci cotti
  - 130 g di burro (80 g per il condimento)
  - 230 g di parmigiano grattugiato (80 g per il condimento)
  - 100 g di pane grattugiato
  - 350 g di farina bianca
  - 5 uova (3 per la sfoglia e 2 per il ripieno)
  - 1 spicchio d'aglio
  - prezzemolo

- spezie
- sale

- **Preparazione:** preparare la sfoglia e farla riposare per 30 minuti. Saltare gli spinaci nel burro mentre si rosolano i funghi affettati con burro, aglio e prezzemolo in un'altra padella. In un tegame mescolare il restante burro, il macinato di vitello, il salame sminuzzato e il cervello, mescolando per una decina di minuti e salando alla fine. Mettere in una terrina le carni, i funghi, gli spinaci e aggiungere formaggio, pane, uova, spezie e sale, amalgamando tutti gli ingredienti. Tirare la sfoglia non molto sottile, disporla su un telo bianco infarinato e cospargerla di ripieno, lasciando 3-4 cm liberi sul bordo. Arrotolare la sfoglia su sé stessa chiudendo bene sui lati, utilizzando il telo per avvolgere il composto a forma di salame, i cui estremi vanno legati con dello spago. Immergere in acqua bollente salata e cucinare per un'ora. Una volta cotto, liberare il salame dal telo, impiattare, tagliare a fette di 2 cm di spessore e cospargere di parmigiano e burro fuso.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

## Silter DOP

areale Valle Camonica e Sebino Bresciano

- **Cenni storici:** questo prodotto, come molti della valle bresciana, ha origini molto antiche che risalgono almeno al XVI secolo e la sua produzione è tipica del territorio che va dalla Valle Camonica al Sebino bresciano. Il disciplinare impone che almeno l'80% del latte vaccino utilizzato provenga da vacche di razza Bruna Alpina del Monte Guglielmo e zone limitrofe. In dialetto valligiano Silter si riferisce al locale della malga dove avviene la salatura e la stagionatura del formaggio.

- **Preparazione:** nel processo di produzione si utilizza latte crudo vaccino di due mungiture, delle quali la serale ha riposato 12 ore ed è scremata per affioramento. Il composto viene scaldato a 36-37 °C, si aggiunge caglio di vitello e in 40 minuti si ottiene la coagulazione. La cagliata viene rotta alle dimensioni di un chicco di riso e riscaldata a 45-46 °C, sosta sotto siero per 20-60 minuti per poi venir estratta e posizionata in fascere per la pressatura. La prima marcatura è impressa direttamente dalla fasciatura sullo scalzo e consiste in una serie di figure antropomorfe simili a quelle delle incisioni rupestri, una stella alpina sui la-



ti, e al centro bollo CE, data e lotto di produzione. In seguito si procede con una sgocciolatura mediante rivoltamenti multipli. La salatura avviene dopo 24 ore a secco o in salamoia. La stagionatura va dai 6 ai 24 mesi. A 100 giorni dalla produzione vi è la seconda marchiatura impressa a fuoco su una faccia: una scena di aratura tratta dalle incisioni rupestri, la scritta Siler ad arco che la sovrasta e due stelle alpine in corrispondenza della prima e l'ultima lettera del nome. Il Siler ha una forma cilindrica con diametro 34-40 cm, scanzo 8-10 cm e peso dai 5 ai 6 kg. La crosta è liscia, dura e color paglierino o bruna per l'utilizzo di olio di lino che la protegge dagli acari e mantiene la morbidezza. La pasta è semidura e di un colore che dal giallo s'incurisce con la stagionatura. Il sapore da lattico, dolce e aromatico va intensificandosi con la stagionatura.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia e vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 21/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Silter [http://ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/gestionedocumentale/Siltersenzacorn.\\_784\\_25928.pdf](http://ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/gestionedocumentale/Siltersenzacorn._784_25928.pdf) (consultato il 21/02/2017).

Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 21/02/2017).

## Strachet

areale Valle Camonica, Valle Trompia e Savio

- **Cenni storici:** questo formaggio rientra nella famiglia delle classiche formagge a pasta morbida preparate con latte vaccino, una specialità delle zone montuose lombarde.

- **Preparazione:** in origine questo prodotto veniva preparato con latte fresco di mungitura, oggi alcuni produttori utilizzano latte di due mungiture, la prima delle quali leggermente sgrassata per affioramento. Una volta scaldato a 36-38 °C si aggiunge il caglio per poi rompere il prodotto della coagulazione a dimensione di nocciola. Dopo aver riposato 15 minuti nel siero, la cagliata viene estratta e posizionata su un telo di lino sul tavolo spersore. In seguito viene tagliata la for-

ma con un coltello, optando per forme quadrate o triangolari. La salatura avviene dopo 1-2 giorni, a secco e su entrambi i lati in un'unica volta. La stagionatura è di circa 15 giorni ma può essere prolungata. Una forma di *Strachet* pesa 1,2-1,5 kg. La crosta è sottile, rigata e di colore paglierino o biancastro mentre la pasta è compatta e il colore varia dal bianco al paglierino in base alla stagionatura. Formaggio dal profumo di latte, ha un sapore dolce e delicato.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 24/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Strachet [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=52](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=52) (consultato il 24/02/2017).

## Formaggella della Val Sabbia

areale Valle Sabbia

- **Cenni storici:** questo prodotto appartiene alla famiglia delle formaggelle di latte vaccino a pasta morbida, una tipologia di formaggio di origine antica e molto diffusa nelle valli lombarde.

- **Preparazione:** per la produzione di questo prodotto caseario si utilizza latte intero pastorizzato che viene scaldato ad una temperatura di 38 °C e vi si aggiungono fermenti lattici, *Penicilium candidum* (classica muffetta bianca) e caglio liquido. Una volta che si forma il coagulo si riscalda nuovamente il composto attraverso un processo chiamato semicottura sino a raggiungere i 41 °C e in seguito si rompe la cagliata a dimensioni di una nocciola. Dopo averla lasciata riposare, si estrae la cagliata e la si versa nelle apposite formine. La salatura avviene in salamoia. La stagionatura oscilla dai 30 ai 60 giorni. La formaggella della Val Sabbia ha una forma cilindrica di diametro 18 cm, scalzo 5-6 cm e peso di 1,7-1,8 kg. La crosta è sottile di colore giallo-bianco mentre la pasta è morbida, di colore bianco e senza occhiature. Il gusto è dolce e pieno con un intenso profumo di latte.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 23/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Val Sabbia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=74](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=74) (consultato il 23/02/2017).

## Formaggella della Val Trompia

areale Valle Trompia

- **Cenni storici:** prodotto originario di un'area montana conosciuta per le nobili tradizioni casearie sin dall'epoca Romana, si differenzia da numerosi altri prodotti che prendono il nome di formaggella per piccoli particolari o aromi utilizzati nel processo di preparazione.

- **Preparazione:** il processo di produzione di questo formaggio si basa sull'utilizzo di latte intero vaccino a cui si aggiungono batteri lattici. Il latte subisce un trattamento detto di termizzazione che consiste in una lenta pastorizzazione a 62 °C per circa 30 minuti. La coagulazione avviene a una temperatura di 35-38 °C, al termine della quale si procede con la rottura del coagulo fino alle dimensioni di una nocciola. La salatura avviene a secco e la stagionatura necessita di 20-25 giorni per essere completata. La Formaggella della Val Trompia è di forma cilindrica, diametro 20-25 cm, scalzo 4 cm e peso di 1,8-2 kg. La crosta è elastica, sottile e di colore paglierino mentre la pasta color avorio è morbida e untuosa, con occhiatura sparsa. Al gusto risulta dolce, delicata e aromatica, mentre il profumo è quello dell'erba di montagna.

- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 23/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Val Trompia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=47](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=47) (consultato il 23/02/2017).

# Nostrano Val Trompia DOP

areale Valle Trompia

- **Cenni storici:** il nome stesso simboleggia il forte legame con il territorio di origine, dove artigiani esperti portano avanti gli usi della tradizione casearia locale. Questo formaggio ha una storia antica testimoniata da fonti risalenti al 1500 e altre il 1800 che descrivono nel dettaglio le metodologie di allevamento e di produzione.
- **Preparazione:** il latte utilizzato deve essere per almeno il 90% di vacche di razza Bruna, che vengono mantenute in alpeggio tra giugno e settembre e si cibano in gran parte di erba e fieno di prato polifita. Il latte, proveniente da massimo 4 diverse mungiture, deve essere parzialmente scremato e traferito nella caldaia di rame utilizzata per la coagulazione, che avviene con l'aggiunta di caglio di vitello. La cagliata viene rotta a dimensione di un chicco di riso e miscelata con la rotella, utensile tradizionale in legno. Prima della cottura a 47-52 °C, si aggiunge lo zafferano. Una volta cotta, la cagliata viene trasferita nelle fascere dotate del contrassegno specifico che marchia lo scalzo. La stagionatura dura almeno 12 mesi, durante i quali le forme vengono continuamente rivoltate, e a partire dal terzo mese la crosta viene sottoposta a rasatura e oliatura con olio di lino ogni 7-20 giorni per impedire la perdita di umidità. Il Nostrano Val Trompia DOP ha forma cilindrica, diametro tra i 30 e i 45 cm e scalzo tra gli 8 e i 12 cm. La crosta è dura e di colore variabile tra il giallo-bruno e il rossastro, mentre la pasta è dura e color giallo paglierino per l'aggiunta dello zafferano. Il sapore è intenso e pieno, con note pungenti al protrarsi della stagionatura.
- **Classificazione:** questo formaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia e vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).
- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 13/03/2017).  
Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Nostrano Val Trompia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=757](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=757) (consultato il 13/03/2017).

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Brescia

## Pì Fasacc'

Artogne (BS)

a cura della Pro Loco di Artogne

• **Cenni storici:** ricetta tipica della località di Piazze, una piccola frazione montana del comune di Artogne. Simili ai casoncelli, prendono questo nome perché la chiusura del disco di pasta attorno al ripieno viene fatta in modo che assomiglino ai bimbi neonati che un tempo venivano avvolti nelle fasce. Questo piatto veniva imbandito in ogni famiglia in occasione della Festa Patronale del 5 Agosto (Madonna della Neve). Si narra che persino i predicatori che salivano a Piazze per la Messa Solenne delle ore 11, accorciassero i tempi della cerimonia per evitare che i fedeli giungessero in ritardo al pranzo, rischiando di far rosolare troppo il condimento. Antica usanza che si è andata perdendo dal dopoguerra, è stata riportata in auge da oltre 15 anni dal gruppo "Amici di Piazze".

• **Ingredienti:**

- 1/3 di Parmigiano Reggiano
- 1/3 di formaggio nostrano
- 1/3 di pane grattugiato
- 1 kg di farina bianca
- Parmigiano Reggiano
- olio extravergine di oliva
- uova
- prezzemolo
- aglio
- brodo
- soffritto di salvia e burro
- sale

• **Preparazione:** disporre a fontana la farina e incorporare l'uovo, un po' d'acqua e qualche goccia d'olio; salare e lavorare fin quando il composto non risulta liscio ed omogeneo. Lasciare riposare per 30 minuti l'impasto. Nel frattempo preparare il ripieno impastando gli ingredienti con brodo di carne e un soffritto di salvia e burro. Una volta stesa la sfoglia, creare dei dischi utilizzando un bicchiere, porre al centro di ogni disco una pallina di ripieno e chiudere intrecciando i bordi.

ciando i lembi della pasta facendo attenzione a sigillare bene i bordi. Per la cottura mettere sul fuoco una pentola con acqua salata e, una volta a bollore, abbassare la fiamma prima di buttare i *Pi Fasacc'*. Rialzare leggermente la fiamma per riportare l'acqua a un bollore leggero e lasciar cuocere per circa 10 minuti. Condire il piatto cospargendo di formaggio e di burro di malga precedentemente rosolato a lungo con la salvia (5 minuti circa o comunque finché non diventa dorato).

- **Consigli:** il tempo di cottura dei *Pi Fasacc'* è molto variabile poiché dipende dallo spessore della pasta.
- **Manifestazioni correlate:** ogni anno nella prima metà di agosto si svolge la Sagra dei *Pi Fasacc'* nell'ambito delle celebrazioni collegate alla Festa Patronale.

## Farina La Bresciana

Azzano Mella (BS)

a cura della Pro Loco di Azzano Mella

- **Cenni storici:** la lavorazione del mais presso il Molino Bresciano di Giuseppe Coffinardi vanta una tradizione lunga più di un secolo. Da tre generazioni la farina bramata "La Bresciana" viene prodotta dalla macinatura della sola parte vitrea del mais giallo coltivato nelle campagne locali, seguendo criteri che rispettano la tradizione molitoria pur utilizzando tecnologie all'avanguardia. Il mais di qualità coltivato e selezionato unito alla passione e professionalità che caratterizza il lavoro della famiglia Coffinardi, assicura un prodotto che l'amministrazione di Azzano Mella ha voluto valorizzare e premiare con la certificazione De.Co.
- **Particolarità:** farina dall'aspetto giallo intenso, di consistenza granulare al tatto e cristallina allo scorrimento. Utilizzata in cucina soprattutto per la preparazione della classica polenta bresciana, è un ingrediente fondamentale anche per la preparazione industriale di snack a base di mais.
- **Classificazione:** prodotto De.Co.
- **Manifestazioni correlate:** ogni prima domenica di ottobre si svolge la manifestazione Autunno in cascina, ospitata dalla famiglia Coffinardi, dove tra i piatti tipici viene servita la polenta cucinata con la farina La Bresciana.
- **Fonti:** Molino bresciano di Coffinardi Giuseppe [www.molinobresciano.it/](http://www.molinobresciano.it/) (consultato il 15/03/2017).

## Zafferano di Desenzano o Zafferano del Garda

Bacino Chiese-Garda (BS)

a cura del Coordinamento Pro Loco Bresciane bacino Chiese-Garda

- **Cenni storici:** l'utilizzo dello zafferano ha origini antiche, circa 3000 anni fa. Fu sotto il dominio della Serenissima Repubblica di Venezia nel basso Garda che si iniziò ad utilizzare il prezioso "oro giallo" per le proprietà farmaceutiche, come colorante di tessuti e in cucina. Le caratteristiche pedoclimatiche del territorio, grazie anche al particolare microclima che rende l'inverno particolarmente mite, si sono rivelate adatte alla coltivazione della pregiata spezia insieme alle eccellenze di vini DOC e olio DOP. Negli ultimi 15 anni, proprio nelle colline moreniche che circondano la parte meridionale del Garda si sono sviluppati diversi zafferaneti, in particolare a Pozzolengo, Padenghe e Desenzano del Garda.
- **Particolarità:** lo zafferano è una spezia che si ottiene dagli stimmi del fiore del *Crocus sativus*, conosciuto anche come zafferano vero, una pianta della famiglia delle iridacee. Fin dall'antichità vengono attribuite allo zafferano proprietà benefiche. Secondo Ippocrate era ottimo contro i reumatismi, e da sempre gli si attribuiscono anche proprietà afrodisiache, antitumorali e antidepressive. Scientificamente è risaputo che è ricco di vitamina B (B1, B2), che attiva il metabolismo ed è quindi digestivo. Per il suo contenuto di caroteni (8%, mille volte quello della carota) è uno dei più potenti antiossidanti naturali. Lo zafferano combatte i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento cellulare. Il prodotto puro è venduto in stimmi e può essere polverizzato successivamente.
- **Consigli:** per utilizzare lo zafferano puro, è necessario lasciarlo stemperare in acqua calda (o latte o brodo) per 40/60 minuti. Lo zafferano va aggiunto alle pietanze a fine cottura. La dose da utilizzare è di norma 6-7 stimmi a persona.

## Risotto allo zafferano con pesce persico

Bacino Chiese-Garda (BS)

a cura del Coordinamento Pro Loco Bresciane bacino Chiese-Garda

- **Cenni storici:** il persico reale, o più semplicemente il pesce persico, è un pesce che vive nei fondali sassosi delle acque del Garda. Caratterizzato da una pinna dorsale spinosa e pinne rosse e gialle, nel Garda raggiunge un peso massimo di 2

kg. È un pesce dalle carni pregiatissime, solitamente usato per secondi piatti, in genere fatto a filetti e cucinato alla griglia o fritto, oppure cucinato con una salsa a base di aglio, olio, sale, limone e prezzemolo.

- **Ingredienti:**

- Zafferano del Garda in stimmi
- Pesce persico del Garda
- Riso Vialone nano o Carnaroli
- cipolla per soffritto
- brodo
- sale
- burro di Tremosine

- **Preparazione:** preparare un risotto tradizionale con soffritto di cipolla e brodo vegetale. Stemperare in acqua calda (o latte o brodo) per 40/60 minuti gli stimmi di zafferano puro che andrà aggiunto solo a fine cottura. Sfilettare in foglie sottili il Persico e friggerlo dopo averlo infarinato. Il pesce andrà posizionato intero e caldo sopra il risotto allo zafferano.

- **Consigli:** per un risotto allo zafferano per 4 persone (300 g di riso) usare 0,2 g di stimmi di zafferano, pari a circa un cucchiaino da caffè abbondante, ovvero 6/7 stimmi a persona.

## Bagòss e Malfatti al Bagoss con burro di malga versato

Bagolino (BG)

a cura della Pro Loco di Bagolino

- **Cenni storici:** formaggio tipico del comune di Bagolino, prende il nome dal termine dialettale con cui si indicano gli abitanti locali. L'origine di questo prodotto risale probabilmente al XVI secolo quando il luogo di produzione era situato sulla frontiera della Repubblica di Venezia. Da questo si spiega l'aggiunta di zafferano che non è un prodotto locale ma una spezia comune per i mercanti veneziani che commerciavano in tutto il mondo. Il Bagòss è un formaggio tipico di montagna prodotto secondo metodi tradizionali praticati da secoli. Quello autentico è prodotto solo a Bagolino in 28 piccole aziende a conduzione familiare e tutte le mandrie coinvolte vengono portate al pascolo durante la stagione estiva nei 22 alpeggi locali.



- **Preparazione:** il *Bagòss* è un formaggio a forma cilindrica (diametro 40-55, scanzo 10-12 cm) a pasta semicotta che necessita di un rigido disciplinare di produzione per ottenere il marchio autentico e potere usare il nome di Bagòss. Il latte utilizzato per la produzione del formaggio deve provenire da vacche di razza bruna allevate a Bagolino e alimentate con fieno locale. Il latte viene filtrato usando dei rametti e degli aghi di abete, che comunque garantiscono gli opportuni standard di igiene nel processo di lavorazione. Il latte viene cotto dentro un grande pentolone di rame, su fuoco vivo alimentato a legna; l'aggiunta di zafferano conferisce un profumo caratteristico, nonché il suo tipico colore giallo. La produzione di una singola forma di formaggio del peso di 16- 20 kg richiede circa tre ore e, per poter essere venduto, necessita dai 12 ai 24 mesi di maturazione. Durante l'invecchiamento ogni forma di formaggio deve essere girata, spazzolata frequentemente e oleata con olio di semi di lino.

- **Classificazione:** il Bagòss appartiene ai prodotti agroalimentari tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Ingredienti:**

- Bagòss stagionato
- spinaci selvatici
- burro di malga
- ortiche
- pane grattugiato
- prezzemolo
- uova
- aglio
- sale
- pepe

- **Preparazione:** seguire la preparazione del malfatto e condire con burro di malga sciolto e scaglie di formaggio Bagòss.

- **Consigli:** nei periodi in cui non erano reperibili le erbe selvatiche risultavano bianchi e chiamati Mereconde.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 13/02/2017).

Cooperativa Valle di Bagolino – Formaggio Bagòss [www.bagossbagolino.it/il-bagoss/](http://www.bagossbagolino.it/il-bagoss/) (consultato il 13/02/2017).

## Farina di Barbariga

Barbariga (BS)

a cura della Pro Loco di Barbariga

- **Cenni storici:** la varietà di mais utilizzata per questa farina è la Marano classe 300, rigorosamente coltivata a Barbariga. Il molino locale è originario del XIV secolo e fu costruito come pila di riso data la grande diffusione di risaie nella zona. Dopo notevoli trasformazioni nel corso anni, attorno al 1970 è stato dotato di nuovi cilindri per la macinatura con cui viene portata avanti la produzione di questa farina tipica.
- **Particolarità:** si tratta di una farina macinata a pietra, di aspetto giallo rossastro, integrale e di consistenza fine. La produzione del macinato avviene mediante l'introduzione del mais essiccato nella tramoggia con passaggio nel mulino a pietra, rigorosamente a freddo. Si tratta di una macinazione di tipo tradizionale, dove le macine sono azionate dalla forza motrice dell'acqua tramite una ruota.
- **Classificazione:** prodotto De.Co.
- **Fonti:** Disciplinare di produzione della farina di Barbariga De.Co. [www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf](http://www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf) (consultato il 06/03/2017).

## Bariloca di Barbariga

Barbariga (BS)

a cura della Pro Loco di Barbariga

- **Cenni storici:** l'origine di questa ricetta sembra risalire a quando alla fine dell'Ottocento il futuro re d'Italia Vittorio Emanuele III sposò la principessa Elena del Montenegro. Una legge che favoriva la libera circolazione permise l'immigrazione di molti montenegrini, che durante la prima e la seconda guerra mondiale si trasferirono a Barbariga. Piatto della tradizione culinaria montenegrina era la gallina con le patate, ma siccome a Barbariga vi erano molte risaie, nella dieta di queste persone provenienti dai Balcani venne inserito un nuovo ingrediente da affiancare al pollame. Da qui nasce questa ricetta dalle origini italo-montenegrine.

- **Ingredienti:**

- 1 gallina
- 500 g di riso
- 300 g di funghi chiodini o porcini
- 50 g di burro
- 2 cipolle piccole
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- aglio a spicchi
- un bicchiere di vino bianco
- 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- prezzemolo
- pepe
- sale

- **Preparazione:** pulire la gallina e tagliarla a pezzi. Mettere in una pentola la testa, le ali e il collo del pennuto e unire la carota, il sedano e ricoprire di acqua salando. Mettere sul fuoco a bollire finché si ottiene un brodo saporito. In una casseruola capiente soffriggere in olio la cipolla tritata finemente e far rosolare i restanti pezzi di gallina, versando il vino e regolando di sale e pepe. Procedere con la cottura a fuoco lento e nel frattempo far soffriggere in una pentola a parte aglio, aggiungendo funghi e, a cottura ultimata, il prezzemolo tritato. Cucinare il risotto con il brodo preparato in precedenza e, a metà cottura, aggiungere i funghi trifolati. Verso fine cottura aggiungere i pezzi di gallina e mescolare, versando un po' di brodo sino a fine cottura, per poi mantecare con il burro e impiattare.

- **Classificazione:** prodotto De.Co.

- **Manifestazioni correlate:** alcuni ristoranti locali hanno istituito un appuntamento settimanale durante l'autunno dedicato a questo piatto tradizionale proponendo un menù fisso.

- **Fonti:** Disciplinare di produzione della Bariloca di Barbariga De.Co. [www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf](http://www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf) (consultato il 06/03/2017).

# Farina tipica del Garda

Bedizzole (BS)

a cura della Pro Loco di Bedizzole

- **Cenni storici:** in Bedizzole, un antico mulino del XIII secolo macina a pietra granoturco vitreo selezionato per ricavarne una pregiata farina per polenta. La cooperativa “Farine tipiche del Garda” produce questo prodotto dal 2009, nel rispetto della tradizione molitoria bresciana. La storia di questa farina ha origine a metà degli anni Novanta quando un gruppo di appassionati delle tradizioni locali avviarono la ricerca e il recupero di specie di mais autoctone ormai scomparse o abbandonate, come ad esempio l’Ottofile rosso. Tra di loro vi erano alcuni agronomi, professionisti dell’alimentazione, mugnai e agricoltori esperti riguardo al mais e la sua coltivazione. Attraverso la ricerca e vari tentativi, si è ottenuta una farina prodotta con granoturco di frattura vitrea, cioè con meno amido e più proteine rispetto alle varietà più diffuse. L’alta qualità del prodotto è incrementata e mantenuta dalle peculiarità del luogo scelto per la semina, le colline moreniche del lago di Garda, che forniscono un microclima ottimo per la coltivazione, ma anche dalle tecniche di coltivazione adottate, gli accorgimenti nell’uso di fertilizzanti come il letame maturo, il processo di essiccazione e le specifiche tecniche di molitura.

- **Preparazione:** il granoturco, adeguatamente essiccato, viene macinato integralmente, compreso il germe, a bassa velocità. Si utilizza una macina in pietra della metà dell’Ottocento che si trova all’interno del Vecchio Mulino di Bedizzole.

Per la preparazione della polenta si consiglia l’utilizzo di 500 g di farina ogni 2 litri d’acqua e un cucchiaino di sale grosso. Una volta portata a ebollizione l’acqua, aggiungere il sale e un filo d’olio extravergine di oliva. In seguito versare la farina agitandola con la frusta e cuocere per 60 minuti mescolando di tanto in tanto. In caso si utilizzi il paiolo elettrico si consiglia un quantitativo d’acqua maggiore rispetto a quello utilizzato mescolando la polenta a mano.

- **Classificazione:** prodotto De.Co.

- **Fonti:** Farine tipiche del lago di Garda [www.farinedelgarda.it/](http://www.farinedelgarda.it/) (consultato il 11/03/2017).

# Rane e bose

Borgosatollo (BS)

a cura della Pro Loco di Borgosatollo

- **Cenni storici:** rane e bose sono stati per lungo tempo animali di facile reperimento dato il numero di risorgive presenti sul territorio. Fino a metà del secolo scorso molte erano le famiglie locali che ancora basavano il loro sostentamento sulla cattura di questi animali, che venivano poi venduti ai due ristoranti del paese, “da Clara” e “alla Pesa”, oppure ai clienti privati che ne facevano richiesta. Le donne, velocissime, pulivano le rane ancora vive, tagliando loro la testa e le zampe anteriori, spellandole e incrociando le zampe posteriori. I pescatori invece catturavano le bose con il guadino sul fondo delle risorgive. Rane e bose sono da sempre molto care agli abitanti di Borgosatollo poiché ingredienti principali dei piatti della cucina tradizionale.

- **Ingredienti (per 4 persone) per il Risotto di rane:**

- 200 g di rane in carne
- 300 g di riso carnaroli
- 2 carote
- 2 cipolle
- 2 coste di sedano
- 50 g di Grana Padano DOP
- vino bianco Lugana
- aglio
- prezzemolo
- olio extravergine di oliva
- burro
- sale grosso

- **Preparazione:** preparare il brodo vegetale con due carote, una cipolla, due coste di sedano e far bollire per 15 minuti, salare, quindi aggiungere le rane, che non necessitano una lunga cottura. Scolare le rane e spolparle mentre si soffrigge l'altra cipolla tagliata sottile in olio e burro. Aggiungere il riso, tostare per 2 minuti e sfumare con il vino bianco per poi aggiungere il brodo vegetale, un mestolo alla volta ogni volta che il riso si asciuga. Quando il risotto è quasi a cottura aggiungere uno spicchio d'aglio e il prezzemolo tagliati finissimi, quindi la polpa delle rane. Mescolare bene, spegnere il fuoco e mantecare con Grana Padano DOP e burro. Far riposare 2-3 minuti a pentola coperta e mescolare nuovamente per sgranare il riso prima di servire.

- **Classificazione:** piatto in corso di acquisizione della denominazione De.Co.

## Pa', salam e grignos

Calvisano (BS)

a cura della Pro Loco di Calvisano

- **Cenni storici:** a Calvisano il pane è protagonista della leggenda de “il pane di San Michele” poiché si narra che il 29 settembre 1109 l'arcangelo Michele portò in paese un carro di pane che salvò la popolazione stremata dalla fame e da un lungo assedio.

L'antica tradizione norcina bresciana fa del salame un prodotto tipico in una provincia per molto tempo cuore del commercio di bestiame.

I *grignos*, detti anche crepide o radichiella selvatica e spesso confusi con il tarassaco, crescono in cespi aderenti al terreno e hanno foglie lunghe, strette e frastagliate dal gusto amaro. Questa pianta erbacea ha diverse proprietà: disintossicante, diuretica, depurativa del sangue e ipoglicemizzante. Al giorno d'oggi si consiglia di raccogliere i grignos lontano da strade e campi coltivati per il rischio che abbiano assorbito agenti antiparassitari o concimi chimici.

La Pro Loco locale, in collaborazione con un istituto professionale locale, ha ideato il pane ai grignos, valorizzando due elementi tipici della tradizione.

- **Ingredienti:**

- pane
- salame
- grignos

- **Preparazione:** tagliare il salame a fette sottili con un coltello e farcire il pane, aggiungendo i grignos freschi, accuratamente lavati.

## Storione di Calvisano al pomodoro, basilico e olio del Garda

Calvisano (BS)

a cura della Pro Loco di Calvisano

- **Cenni storici:** lo storione è tra i più grandi pesci d'acqua dolce diffusi in Europa ed è famoso per le sue carni e le sue uova, che subiscono un particolare processo di lavorazione per diventare pregiato caviale. Da più di 40 anni Calvisano

ospita uno degli allevamenti di storioni più estesi d'Europa e un'imponente produzione di caviale che viene esportato in tutto il mondo. Molto diffuso nei corsi d'acqua lombardi, ora l'animale vive quasi esclusivamente negli allevamenti specializzati.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 4 tranci di storione
- 2 pomodori tagliati alla Julienne
- 3 foglie di basilico
- olio extravergine di oliva del Garda DOP
- sale grosso

- **Preparazione:** lavare i tranci di storione con acqua fredda e asciugarli con carta assorbente. Procedere alla cottura al vapore per 5-10 minuti in modo che la polpa mantenga una buona consistenza. A cottura ultimata impiattare i tranci e coprire con i pomodori precedentemente passati in padella con olio, sale e basilico. Versare un filo di olio extravergine di oliva del Garda DOP crudo e guarnire con sale grosso.

- **Fonti:** Ricetta fornita dal Ristorante “Al gambero” di Calvisano.

## Gnoc an cola

Capo di Ponte (BS)

a cura della Pro Loco di Capo di Ponte

- **Cenni storici:** gli abitanti di Capo di Ponte vengono soprannominati *Patricc*, termine dialettale che si riferisce al pane tritato, che nelle abitazioni povere non mancava mai. I *Gnoc an cola* sono un'antica ricetta povera che era conosciuta e diffusa poiché permetteva di riciclare il pane vecchio, unito ad altri ingredienti semplici e facilmente reperibili nelle valli bresciane.

- **Ingredienti per l'impasto (per 4 persone):**

- 2 pani comuni raffermiti
- ½ litro di latte (o brodo di carne)
- 300 g di farina bianca 00
- formaggio stagionato
- 3 uova
- erbe costa
- spezie

- burro
- salvia
- aglio

- **Preparazione:** mettere a bagno il pane secco spezzettato con il latte (anche la sera precedente) o il brodo caldo. Cuocere le erbe costa in poca acqua salata e lasciarle raffreddare. Una volta tagliate, unire le erbe al pane e mescolare con le mani, assicurandosi di schiacciare bene l’impasto. Aggiungere al composto uova, farina, un pizzico di sale, cannella e noce moscata, e impastare nuovamente, lasciando in seguito riposare per qualche ora. Portare l’acqua ad ebollizione, salarla e immergere l’impasto utilizzando un cucchiaio; se la massa si stacca senza problemi dal cucchiaio è segno di una corretta consistenza dell’impasto. Nel momento in cui gli gnocchi galleggiano significa che sono pronti per essere serviti. Condire con burro fuso e salvia, uno spicchio d’aglio e una spolverata di formaggio stagionato grattugiato.

- **Consigli:** se l’impasto risultasse colloso si consiglia di aggiungere un secondo uovo e farina quanto basta.

## Malfatto di Carpenedolo

Carpenedolo (BS)

a cura della Pro Loco di Carpenedolo

- **Cenni storici:** piatto povero figlio del “non sprecare nulla”, necessità che da sempre ha caratterizzato la cucina contadina. Si narra che i carpenedolesi doversero spesso fronteggiare la penuria di cibo inventando ricette con gli ingredienti che si trovavano nei campi e che potevano variare a seconda della stagione. Da decenni il Malfatto è presente sulle tavole delle famiglie e dei ristoranti locali e si narra che i cacciatori della zona erano soliti raccogliere ceste di erbe nei campi e portarle nelle osterie per fare merenda a base di malfatti. Non esiste una sola ricetta originale data la stagionalità degli ingredienti.

- **Ingredienti per l’impasto:**

- erbe spontanee e stagionali come tarassaco, dente di leone, foglie di papavero, ortica o cicoria selvatica
- verdure a scelta tra spinaci, bietole e coste
- pane raffermo
- uova



- Grana Padano DOP
- noce moscata
- amaretti
- cipolla
- burro
- salvia

- **Preparazione:** prendere le erbe di campo e le verdure a disposizione, mondarle e portarle a bollire. Asciugare bene il tutto strizzandolo, sminuzzarlo e mescolare con il pane raffermo grattugiato, uova, Grana Padano DOP, una grattugiata di noce moscata, amaretti sbriciolati e il soffritto di una cipolla dorata, ottenendo l'impasto base della ricetta. Distribuire la farina su una spianatoia, prendere una parte di impasto, formare un lungo cilindro dallo spessore di 1 cm e spezzettarlo a mano in misura di qualche cm con un sapiente tocco deciso per dare una forma appuntita alle estremità; in alternativa si può usare un coltello. Una volta preparati e lasciati riposare infarinati su un vassoio, vengono gettati in acqua bollente e scolati quando il Malfatto viene a galla. Da condire con burro fuso e salvia precedentemente sciolti in un pentolino a parte. Servire dopo aver aggiunto una spolverata di Grana Padano DOP grattugiato.

- **Consigli:** il poter utilizzare diverse tipologie di erbe selvatiche e verdure fa sì che questo piatto abbia sapori nuovi e inaspettati a seconda di chi lo prepara.

- **Classificazione:** prodotto De.Co.

- **Manifestazioni correlate:** l'ultima settimana di agosto si svolge la Fiera di San Bartolomeo e Sagra del Malfatto.

## Torta Secca di Carpenedolo

Carpenedolo (BS)

a cura della Pro Loco di Carpenedolo

- **Cenni storici:** l'origine di questa ricetta è imprecisata, ma da molti decenni viene preparata soprattutto nel periodo autunnale. Carpenedolo, paese da sempre legato alle tradizioni contadine, soleva festeggiare la fine dei lavori nei campi e l'uccisione del maiale con questo dolce dagli ingredienti semplici e diffusi in ogni casa. In origine si presentava in forma quadrata, finché alla fine degli anni

Sessanta, per motivi commerciali, assunse una forma a “stecca”. La si poteva trovare in tutte le osterie, bettole e nei rari caffè, conservata in grossi vasi di vetro con coperchio e la si poteva degustare intingendola in un buon bicchiere di vino, nella grappa o nel marsala. Ai più può ricordare la sbrisolona mantovana e non c’è da stupirsi data la vicinanza dei luoghi d’origine. Il nome di questo dolce deriva dalla sua tipica consistenza, un naturale risultato dei semplici ingredienti. Col tempo e le esigenze del mercato le mandorle hanno sostituito i noccioli di pesca o albicocca e il burro in parte lo strutto, anche se quest’ultimo viene ancora usato in piccole dosi.

- **Ingredienti per l’impasto:**

- farina bianca di grano tenero
- farina gialla di granoturco
- mandorle
- strutto
- zucchero
- burro
- sale

- **Preparazione:** sciogliere il burro in un pentolino a fuoco lento in modo tale che non bolla e tritare le mandorle in pezzetti non troppo fini. Mescolare tutti gli ingredienti e, una volta ottenuto un impasto omogeneo, stenderlo su una teglia facendo attenzione a pressarlo a mano con vigore per raggiungere una certa compattezza. Cuocere in forno ben caldo e lasciar raffreddare prima di consumarla. Tagliare la torta in stecche di misura tra i 4 e gli 8 cm.

- **Classificazione:** prodotto De.Co.

## Risotto al Franciacorta DOCG

Cazzago San Martino

a cura della Pro Loco di Cazzago San Martino

- **Cenni storici:** questo piatto nasce agli inizi degli anni ’80, periodo in cui il Franciacorta DOCG viene riconosciuto come spumante di grande qualità. Territorio della Franciacorta che ha un’importante tradizione vinicola sin dal XVI secolo e nel 1995 è luogo di origine del primo brut italiano a ottenere il riconoscimento di garanzia DOCG. Per diversificare il piatto è consuetudine utilizzare anche altri tipi di Franciacorta come il Millesimato o il Saten.

Per ciò che riguarda gli ingredienti, alla ricetta tradizionale possono essere aggiunti altri ingredienti a discrezione dello chef come pesce, crostacei, tartufo, agrumi e altro ancora. In questo caso è stato abbinato il Fatulì, un formaggio tipico della Valle Camonica.

- **Ingredienti:**

- riso carnaroli
- Franciacorta Brut spumante DOCG
- fatulì
- olio extravergine di oliva del Garda DOP
- brodo di carne
- Parmigiano Reggiano DOP
- prezzemolo fresco

- **Preparazione:** versare un cucchiaio d'olio in una pentola su fuoco lento e aggiungere il riso per tostarlo. Aggiungere il Franciacorta Brut DOCG per interrompere la tostatura del riso e intervallarlo a qualche mestolo di brodo di carne nel proseguimento della cottura del riso. Procedere con l'aggiunta di pezzetti di formaggio fatulì e continuare a mescolare. Quando il riso ha quasi raggiunto la consistenza ideale, togliere la pentola dal fuoco e mantecare con burro. Impiattare cospargendo di Parmigiano Reggiano DOP e prezzemolo fresco tritato.

- **Manifestazioni correlate:** il piatto viene proposto dai ristoratori locali durante la rassegna botanica “Franciacorta in fiore”, che si svolge ogni terzo fine settimana di maggio presso il borgo medievale di Bornato, frazione di Cazzago San Martino.

## Persicata con le pesche di Collebeato

Collebeato (BS)

a cura della Pro Loco di Collebeato

- **Cenni storici:** il nome di questo piatto deriva dal termine dialettale *pèrsech*, pesche. La persicata è una ricetta che sembra abbia origini molto antiche, epoca romana, ed esotiche, la Persia, regione asiatica da cui arrivano le pesche, ingrediente principale di questo dolce tipico della tradizione bresciana. La leggenda locale narra invece di una madre di Collebeato che, volendo far assaggiare le pesche del paese al figlio che era in guerra, glielne inviò sotto forma di gelatina in modo tale

che si conservassero più a lungo. Un piatto semplice tipico della cucina contadina, nato per godere dei sapori e profumi dei prodotti del periodo estivo-primaverile anche durante l'inverno. Famose sono le pesche di Collebeato, *Pèrsech dé Cobiàt*, una varietà canadese della pesca che fu importata nel 1919 dal cav. Filippo Rovetta e la cui coltivazione diede un forte sviluppo all'economia locale.

- **Ingredienti:**

- 1 kg di pesche di Collebeato
- 800 g di zucchero

- **Preparazione:** lavare accuratamente le pesche, pelarle e tagliarle a pezzi. Raccolgere la polpa in un tegame non prima di averla pesata, in modo tale da poter stabilire le proporzioni dello zucchero che andrà aggiunto (800 g per 1 kg di pesche). Cuocere le pesche lentamente aggiungendo acqua e continuando a mescolare con un cucchiaio di legno sino a ridurle in purea. Una volta aggiunto lo zucchero, continuare a mescolare per amalgamare il tutto e versarlo in un tegame facendo uno strato di circa 3 cm. Mettere il tegame su fuoco basso e mescolare con una spatola; quando il composto diventerà talmente appiccicoso da rimanere attaccato alla spatola, toglierlo dal fuoco e versarlo su un foglio di carta forno, stenderlo e dare una forma rettangolare dello spessore di circa 2 cm. Lasciar asciugare per circa due giorni in un luogo areato per poi capovolgere il composto e lasciar riposare per altri due giorni. Al termine tagliare la persicata in cubetti.

- **Consigli:** una volta tagliati i cubetti di persicata possono essere passati nello zucchero.

- **Manifestazioni correlate:** ogni nel mese di luglio si svolge la Festa dei Pèrsech, manifestazione in onore del tipico prodotto locale.

## Salmi di lepre

Corte Franca (BS)

a cura della Pro Loco di Corte Franca

- **Cenni storici:** a Corte Franca, paese ricco di ville e palazzi, i nobili bresciani e i loro ospiti andavano per dar vita a incontri culturali e partecipare a battute di caccia. La cacciagione, soprattutto lepri, veniva consumata in compagnia, accompagnata da un buon bicchiere di vino. Per questo il Salmi di lepre, già nell'Ottocento, divenne un piatto tipico della tradizione culinaria locale.

- **Ingredienti:**

- 1 lepre di medio peso
- vino rosso
- sedano
- cipolla
- carota
- burro
- 2 foglie di alloro
- salvia
- rosmarino
- chiodi di garofano
- peperoncino in polvere
- sale
- aglio
- pepe

- **Preparazione:** pulire e tagliare la lepre a pezzi e metterla a marinare con sedano, cipolla e carota tagliate a pezzetti, alloro, salvia, rosmarino, chiodi di garofano, peperoncino e un paio di spicchi d'aglio. Coprire il tutto con il vino rosso e lasciar riposare per circa due giorni. Togliere la carne dalla fusione e rosolarla in pentola a fuoco basso con olio, burro e cipolla. Aggiungere la marinatura, salare e pepare quanto basta. Continuare la cottura a fuoco basso per circa due ore, togliere le verdure e passarle al setaccio per poi aggiungerle successivamente alla lepre. Ultimare la cottura sino a quando la carne si stacca dall'osso, segnale che si è raggiunta la consistenza ideale.

- **Consigli:** piatto da servire caldo con polenta oppure come sugo di una tagliatella all'uovo.

## Cuz di Corteno Golgi

Corteno Golgi (BS)

- **Cenni storici:** più che un vero e proprio piatto, il *Cuz* è un'antica modalità per conservare le carni e la sua origine sembra risalire al periodo delle invasioni da parte delle tribù ungheresi secoli fa. Nella tradizione il Cuz veniva conservato in otri di legno o terracotta e, dopo essere stato salato e ricoperto con il grasso di cottura, veniva riutilizzato durante l'inverno come ingrediente per la minestra. Oggi il Cuz è presente in tutte le sagre paesane della zona, dove, chi lo cuci-

na, aggiunge sempre qualche ingrediente segreto, dando vita a molteplici varianti della ricetta originale.

- **Ingredienti:**

- carne di Pecora di Corteno di almeno 3 anni di età a pezzi
- grasso di pecora
- aglio
- salvia
- sale

- **Preparazione:** mettere il grasso di pecora sul fondo del tegame, quindi la carne, la salvia, l'aglio e il sale formando degli strati sino all'esaurimento degli ingredienti e infine aggiungere acqua sino a livello della carne. Mettere a cuocere a fuoco lento con l'aggiunta di sale e senza mescolare, ma semplicemente muovendo ogni tanto la carne per evitare che si attacchi al tegame. La cottura dura circa 3-4 ore, sino a che la forchetta penetra agevolmente la carne. Servire con polenta ed eventualmente aggiungendo un paio di cucchiaini di ricotta di capra affumicata.

- **Consigli:** il piatto va cucinato in un tegame di rame a bordi alti di grandi dimensioni e la cottura ideale è sulla stufa a legna oppure su focolare con il pentolone attaccato alla catena come si faceva in passato.

- **Manifestazioni correlate:** il Cuz è un piatto tipico presente in tutte le sagre della valle di S. Antonio e valli limitrofi.

- **Fonti:** Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 22/02/2017).

Rifugi della regione Lombardia – Il Cuz di Corteno Golgi

[www.rifugi.lombardia.it/attivita/enogastronomia/il-cuz-piatto-tipico-di-corteno-golgi.html](http://www.rifugi.lombardia.it/attivita/enogastronomia/il-cuz-piatto-tipico-di-corteno-golgi.html) (consultato il 22/02/2017).

## “Cadonsèi de San Paol” Ravioli di San Paolo

Esine (BS)

a cura della Pro Loco di Esine

- **Cenni storici:** nel passato questo piatto si mangiava quasi solamente il giorno di San Paolo, patrono del Comune di Esine. Un tempo consumare questa vivan-

da rappresentava un lusso, sottolineato da un modo di dire che l'oblio del tempo tende a far dimenticare: “Na süpéra dè cadonsèi la fa tremà la cülem del tè” (una zuppiera colma di cadonsèi fa tremare il colmo del tetto).

- **Ingredienti:**

- verza semicotte
- uova
- burro
- formaggio nostrano grattugiato
- pane grattugiato
- aglio (che poi viene tolto)
- noce moscata
- sale

- **Preparazione:** una noce di questo ripieno viene posta in un cerchio di pasta dal diametro di circa 6,5 cm (ricavato pressando i bordi di un bicchiere sopra una striscia di pasta spianata a spessore di pochi millimetri). In seguito si chiudono facendo coincidere gli orli del cerchio di pasta e, con estrema abilità delle dita, si creano sette piegature o “capitine”. È questa una peculiarità dei cadonsèi di San Paolo, frutto dell’abile manualità delle massaie esinesi tramandata di madre in figlia. Tra le piccole intercapedini creatisi tra le ondulazioni della pasta, si raccoglieranno il formaggio ed il burro versato nella fase del condimento.

- **Consigli:** si ricorda come la tradizione voglia che i cadonsèi di San Paolo vengano serviti nello stesso piatto con una fetta di polenta calda di farina di mais spinoso nero.

- **Vino consigliato:** un vino rosso di Valle Camonica quale ad esempio il Cammunorum.

## Tirot di Felonica

Felonica (BS)

a cura della Pro Loco di Felonica

- **Cenni storici:** ecco una ricetta contadina, “povera” ma squisita. Il Tirot è una schiacciata morbida a base di cipolla, preparata e usata soprattutto come colazione e pranzo nelle campagne.nel passato

- **Ingredienti:**

- farina

- lievito madre
- strutto
- olio di oliva
- cipolla
- **Preparazione:** viene impastato questo preparato fino a livello “coloso” e poi steso nelle teglie. L’impasto, tirato a mano, da cui il nome “tirot”, viene messo in forno dopo lievitazione a 240 °C per 45 minuti
- **Consigli:** si consiglia di degustare il Tirot sorseggiando del Lambrusco.
- **Classificazione:** il Tirot di Felonica è riconosciuto “Presidio SLOW FOOD”.

## Polenta con cotechino

Flero (BS)

a cura della Pro Loco di Flero

- **Cenni storici:** il comune di Flero ha nel suo stemma tre pannocchie appese, proprio così come era possibile vedere sotto i porticati o le logge delle cascine nel secolo scorso, a testimonianza di una comunità tipicamente rurale ora profondamente trasformata, ma che può e deve recuperare i prodotti e i gusti della terra. La Farina di Furmintù del comune di Flero nasce infatti da un’iniziativa comunale del 2011 di riqualificare i terreni agricoli facendoli diventare risorse per il paese, allo scopo di ritrovare radici culturali quasi perse. Vengono quindi utilizzate a tale scopo tre diverse varietà di granoturco coltivate su terreni comunali al fine di ottenere una particolare farina di mais semiviteo, integrale e macinata a pietra: la Farina di Furmintù. I semi da cui derivano le tre varietà di mais sono stati custoditi per tanti anni in un terreno e un alloggio comunale da “agricoltori custodi” che oggi ce li restituiscono in una farina granulosa, picchiettata da tanti colori più chiari e più scuri, con l’odore tipico di polenta, sapore gradevole e dolce aroma.

- **Ingredienti:**

- Farina di Furmintù di Flero
- acqua
- sale
- cotechino)
- salumi vari (salame, coppa per la variante con salumi e spinaci)
- spinaci (per la variante con salumi e spinaci)



- **Preparazione:** mettere il cotechino in una pentola, ricoprirlo di acqua e farlo cuocere per circa 3 ore coprendo la pentola con un coperchio. Per la polenta, mettere a bollire acqua salata in un paiolo, poi aggiungere lentamente la Farina di Furmintù a pioggia, mescolando con una frusta per evitare i grumi, cuocere per almeno 45 minuti rimescolando di continuo.

Per la variante con spinaci, mentre si preparano cotechino e polenta, sbollentare gli spinaci in una pentola aggiungendo solo un pizzico di sale. Una volta cotti lasciarli riposare in un colapasta e poi spadellarli con un goccio di olio e una noce di burro.

Servire la polenta con una fetta di cotechino (o con i salumi) e gli spinaci.

- **Consigli:** degustare con un vino DOC locale, Capriano del colle rosso, che si produce nei comuni di Capriano del Colle, Poncarale e Flero.

- **Manifestazioni correlate:** festa della Polenta a Flero, a fine settembre [www.facebook.com/proloco.flero.5/](http://www.facebook.com/proloco.flero.5/).

- **Fonti:** *Corriere della Sera*, cronaca Brescia, 29 maggio 2015

## Tinca al forno di Clusane

Iseo, frazione di Clusane

- **Cenni storici:** pesce d'acqua dolce appartenente alla famiglia delle *Cyprinidae*, la tinca ha un corpo tozzo con grosse pinne carnose e raggiunge i 30-50 cm di lunghezza e i 4 kg di peso. Come recita un cartello all'ingresso di questa frazione del comune di Iseo, Clusane è il paese della Tinca al forno. Questa ricetta semplice e dalle umili origini è un vanto della cucina tradizionale locale, dove si utilizzava questo pesce molto diffuso nelle acque del lago d'Iseo. Molte erano le famiglie che guadagnavano da vivere con la pesca e la tinca veniva cucinata in diversi modi, soprattutto in base alle materie prime che si avevano a disposizione.

- **Ingredienti:**

- 4 tinche da 300-400 g l'una
- 100 g di burro
- 200 g di pane raffermo grattugiato
- 200 g di Grana Padano DOP
- olio extravergine di oliva del Garda DOP
- uno spicchio d'aglio

- un ciuffetto di prezzemolo
- spezie (cannella, pepe, alloro, noce moscata e chiodi di garofano)
- sale

• **Preparazione:** eviscerare la tinca, lavarla con acqua fredda corrente e lasciarla scolare. Tritare il prezzemolo con l'aglio e mescolare in una terrina con formaggio, pane grattugiato, sale, pepe, spezie e due cucchiaini di olio di oliva. Utilizzare il composto ottenuto per la farcitura del pesce, richiuderlo e passarlo nel ripieno rimasto. Dopo aver unto con olio e burro una teglia da forno in terracotta, disporre le tinche e su di esse disporre qualche pezzetto di burro, un po' di sale, spezie e una foglia di alloro. Aggiungere al fondo di cottura olio e un mestolo di acqua calda. Mettere in forno caldo a 220 °C per un'ora, ungendo di tanto in tanto i pesci con il loro intingolo senza muoverli.

• **Manifestazioni correlate:** ogni anno la terza settimana di luglio viene proposta la "Settimana della Tinca al Forno", durante la quale tutti i ristoranti associati propongono la degustazione in un menù a prezzo fisso della loro ricetta di Tinca al forno.

• **Fonti:** Antica Trattoria del Gallo, Clusane d'Iseo – Ricetta della Tinca al forno [www.anticatrattoriadelgallo.com/le-nostre-specialita/ricetta-della-tinca.html](http://www.anticatrattoriadelgallo.com/le-nostre-specialita/ricetta-della-tinca.html) (consultato il 10/03/2017).

## L'Os de Stomech e il Risotto con l'Os de Stomech

Lonato del Garda (BS)

a cura della Pro Loco di Lonato del Garda

• **Cenni storici:** i mastri norcini di Lonato del Garda, chiamati copadür, da sempre realizzavano l'*Os de Stomech* nelle campagne per essere mangiato nei momenti di festa. Si tratta di un salame che veniva consumato anche direttamente nei campi durante la trebbiatura o la vendemmia. L'insaccato era motivo di aggregazione sociale e di convivio. L'Os de Stomech si compone tradizionalmente di una parte grassa e una magra con all'interno tutto il taglio attorno allo sterno del maiale, osso incluso.

• **Ingredienti per l'Os de Stomech:**

- carne di maiale grassa (lardo e pancetta priva di grasso)
- carne di maiale magra
- sterno del maiale

- salnitro
- grappa giovane non aromatica
- vino rosso
- aglio
- spezie e aromi naturali

- **Preparazione:** l'insaccato è composto dalla parte grassa e magra delle carni con cui si produce che vengono mondate, ridotte a pezzetti, macinate e condite con sale, spezie, aromi naturali, salnitro e grappa giovane non aromatica. L'osso dello sterno viene messo in concia con sale, spezie, vino rosso e spicchi d'aglio a macerare per alcune ore. Successivamente l'osso viene tagliato a pezzetti e inserito, insieme all'impasto, nella vescica del maiale fino a riempimento. Il tutto viene legato a formare otto spicchi e messo a stagionare per non più di 40 giorni.

- **Consigli:** da degustare con polenta e raperonzoli.

- **Classificazione:** prodotto De.Co.

- **Cenni storici del Risotto con l'Os de Stomech:** un piatto tipico della cucina povera delle famiglie lonatesi che nasce per ridurre al minimo lo spreco alimentare. Una ricetta che unisce il riso alle carni utilizzate nell'Os de Stomech, forse influenzati dalla vicina ricetta del riso alla pilota mantovano.

- **Ingredienti per il Riso con l'Os de Stomech:**

- riso carnaroli
- Os de Stomech
- burro
- Grana Padano DOP
- cipolla bianca
- vino bianco fermo
- brodo di carne

- **Preparazione:** far bollire l'Os de Stomech (De.Co.) in abbondante acqua per il tempo necessario in base alla pezzatura (mediamente 3-4 ore) e sbriciolarlo in pezzi medio-piccoli. A parte preparare il brodo di carne. In una casseruola far soffriggere il burro, aggiungere la cipolla e farla imbiondire e unire il riso tostandolo. Sfumare con il vino bianco e cominciare a bagnare con il brodo precedentemente preparato aggiungendone quando evapora. Dopo circa 10 min aggiungere l'Os de Stomech e continuare la cottura per altri 5 min circa. Togliere dal fuoco e mantecare con burro e il Grana Padano DOP. Servire cosperso di Grana Padano DOP grattugiato.

# Salame di Montisola

Monte Isola (BS)

- **Cenni storici:** specialità di Monte Isola, che con i suoi 600 m di altitudine è la più alta isola lacustre d'Europa. La particolarità di questo insaccato di suino è la lavorazione, che avviene esclusivamente a mano. Oggi solo due salumifici, entrambi sull'isola, producono questa gustosa specialità.

- **Ingredienti:**

- carne suina (lonza, coppa, filetto o coscia)
- aglio spremuto
- spezie e aromi naturali
- budello naturale
- sale

- **Preparazione:** questo insaccato prevede che la carne utilizzata per la sua produzione sia rigorosamente tagliata al coltello, senza l'utilizzo di tritacarne. I pezzi di carne vengono miscelati con spezie, aromi naturali e aglio spremuto e messi a riposare nel vino. Si ottiene un impasto omogeneo che viene insaccato nel budello naturale, legato e sottoposto ad un'attenta pungitura per evitare la formazione di eventuali bolle d'aria. Dopo 5-6 giorni, il salame viene appeso per una notte al soffitto in un'apposita stanza chiamata cà del salam (casa del salame), una cantina antica con muri di pietra non intonacati e soffitto a volte dove viene acceso un fuoco per bruciare legno di ginepro. Questo processo di leggera affumicatura conferisce un gradevole e particolare gusto al prodotto e mantiene la temperatura tiepida durante la notte. La stagionatura dura all'incirca 30 giorni, dopo la quale il salame può essere mangiato. Nel caso si decida di procedere con la stagionatura, il prodotto viene ricoperto da grasso di maiale liquefatto e aromatizzato (sugna) e conservato in luoghi freschi e asciutti. In alcuni casi il salame viene anche riposto in anfore di terracotta con coperchio di legno. Il Salame di Montisola ha forma cilindrica con un diametro che va dai 5 agli 8 cm e peso 500-800 g. Il prodotto si presenta abbastanza morbido e di colore scuro a causa della stagionatura. Il gusto caratteristico è affumicato, dolce e speziato, con un forte aroma dovuto alla miscela di spezie e all'affumicatura.

- **Classificazione:** questo prodotto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Salame di Montisola [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=23](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=23) (consultato il 15/02/2017).

Il mondo dei salumi: il salame di Montisola [www.mondodelgusto.it/notizie/10339/mondo-dei-salumi-salame-montisola](http://www.mondodelgusto.it/notizie/10339/mondo-dei-salumi-salame-montisola) (consultato il 15/02/2017).

# Stracotto di cavallo

Montichiari (BS)

a cura della Pro Loco di Montichiari

- **Cenni storici:** il piatto, preparato per le grandi ricorrenze, nasce da una lunga tradizione contadina. L'utilizzo della carne di cavallo è da sempre molto diffuso nella zona e incentivato dalla presenza del famoso mercato del bestiame di Montichiari che è stato a lungo un punto di riferimento nel settore dell'allevamento a livello regionale.

- **Ingredienti:**

- sottospalla di cavallo intera
- vino rosso corposo
- cipolle
- carote
- sedano
- farina bianca 00
- chiodi di garofano
- olio extravergine di oliva
- alloro
- ginepro
- aglio
- pepe
- sale

- **Preparazione:** lavare la carne sotto acqua corrente, asciugarla e batterla con il batticarne per ammorbidirla prima di tagliarla a pezzetti. Mettere la carne in visione nel vino con tutti gli aromi e le verdure tagliate a pezzetti per tre giorni in frigorifero.

Ridurre le verdure in purea, infarinare la carne e mettere il tutto in una pentola capiente con olio di oliva; salare e pepare. Procedere con una cottura a fiamma bassa finché il vino non sarà evaporato e l'intingolo non avrà raggiunto la densità desiderata (circa 3 ore). Per una migliore riuscita del piatto la cottura dovrebbe avvenire in due tempi distinti con un intervallo di qualche ora, o meglio di una notte intera.

- **Consigli:** pietanza da consumare accompagnata da polenta fresca oppure come condimento base per primi piatti.

## Aole fritte

Padenghe del Garda (BS)

a cura della Pro Loco di Padenghe del Garda

- **Cenni storici:** le aole, o alborelle, sono state per lungo tempo una delle qualità di pesce più comune nel lago di Garda. A livello gastronomico le aole sono state di primaria importanza per gli antichi abitanti della riviera bresciana, diventando un pesce simbolo della cucina tipica delle località affacciate sul lago.

- **Ingredienti:**

- 500 g di aole fresche (possibilmente appena pescate)
- 150 g di farina bianca 00
- olio extravergine di oliva Garda DOP
- prezzemolo
- sale

- **Preparazione:** lavare accuratamente le aole e asciugarle con carta assorbente. Passarle velocemente nella farina e nel frattempo mettere sul fuoco una padella capiente con olio extravergine di oliva abbondante. Una volta portato l'olio a temperatura, aggiungere il pesce e friggerlo senza mescolarlo, per evitare che i pesci si sbriciolino. Raggiunta la cottura, circa 2 minuti, sistemare le aole su diversi fogli di carta assorbente per togliere l'olio in eccesso. Impiattare su un piatto da portata, salandole e accompagnandole con una salsa a base di olio di oliva extravergine del Garda DOP e prezzemolo tritato.

- **Consigli:** possono essere servite anche con polenta fresca oppure con cipolla tagliata finissima e limone.

## Salame Morenico di Pozzolengo

Pozzolengo (BS)

a cura della Pro Loco di Pozzolengo

- **Cenni storici:** insaccato unico nel suo genere (si distingue infatti da quello bresciano, veronese e mantovano), in quanto particolarmente legato al territorio d'origine e nel quale vengono riproposti i gesti rituali e i procedimenti antichi. La produzione del salame e quindi l'allevamento del maiale nel territorio pozzolenghese ha una tradizione molto antica. Il ritrovamento di numerosi do-

cumenti cinematografici e fotografici riferibili all'epoca più recente e le tante testimonianze tramandate da numerosi norcini ne attestano l'antica tradizione artigianale e contadina legata al territorio.

- **Ingredienti:**

- carne fresca di suino di età non inferiore a 9 mesi
- tagli di carne magra (70-75%)
- tagli di carne grassa (25-30%)
- sale (25-28%)
- vino rosso prodotto nella carne
- budello di suino
- salnitro
- Grana Padano DOP
- pepe nero macinato grosso
- chiodi di garofano
- aglio

- **Preparazione:** il Salame Morenico è un insaccato crudo di puro suino, ottenuto dai tagli di carne di suini di età non inferiore a nove mesi, allevati sulle colline moreniche del Garda, e appare come un cilindro legato con uno spago. Per cominciare il processo di preparazione bisogna schiacciare l'aglio e farlo marinare nel vino a fuoco lento (la ricetta originale prevedeva che fosse fatto sulla stufa). Contemporaneamente mescolare la carne, unire il sale, il pepe, il salnitro e il Grana Padano DOP, infine filtrare con un colino il vino aromatizzato dall'aglio e unirlo all'impasto del salame. Insaccare il tutto nelle budella e mettere ad asciugare per qualche settimana. In passato i salami venivano fatti asciugare ed affumicare leggermente in cucina, dove c'era la stufa o addirittura nella cappa del camino. Lo spago viene arrotolato attorno in modo da formare maglie di circa 2 cm. Il prodotto finale è lungo 25-35 cm, di diametro 6-10 cm, e il peso è compreso generalmente tra gli 800 e i 1500 g. La superficie esterna è di colore bianco-grigiastro. Al taglio l'impasto appare compatto a grana media, con una netta distinzione tra il colore rosso vivo della carne magra e quello bianco del grasso. La consistenza è asciutta in quanto viene lasciato a stagionare per almeno 55-60 giorni. È particolarmente apprezzato per la sua digeribilità e leggerezza, non è grasso e nemmeno eccessivamente speziato.

# Scalitù

Preseglie (BS)

a cura della Pro Loco di Preseglie

- **Cenni storici:** ricetta tipica della provincia di Brescia, lo *Scalitù* è un dolce che viene cucinato sin dall'Ottocento. Piatto povero della tradizione contadina, si diffonde grazie alla sua semplicità. Simile a una torta, ma anche a un biscotto, è un piatto che assume una forma allungata o di ciambella, mentre nel periodo pasquale veniva cucinato a forma di colomba.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina bianca
- 3 uova
- 200 g di zucchero
- 150 g di burro
- 1 bustina di lievito
- sale

- **Preparazione:** dopo aver impastato lievito e farina con dell'acqua tiepida e lasciato riposare una notte, su una spianatoia aggiungere al composto le uova, il burro ammorbidito, lo zucchero e un pizzico di sale. Procedere impastando il tutto per circa 15 minuti, aggiungendo un po' di latte tiepido se necessario. Ricavare dall'impasto delle ciambellette o dei panetti ovali e disporli su una teglia da forno unta e leggermente infarinata, dove riposeranno in un luogo tiepido sino a che non saranno lievitati raddoppiando il loro volume. Spenellare con del tuorlo sbattuto e spolverare con dello zucchero. Sino agli anni Sessanta i dolci venivano posti in una padella che veniva posizionata direttamente sulle braci e alcune di esse venivano posizionate sopra il coperchio. Oggi si preferisce utilizzare il forno e la cottura ideale è a 200 °C per circa 40 minuti.

- **Consigli:** lo Scalitù cotto sulle braci è più caratteristico e conferisce al piatto il suo aspetto e sapore tradizionale, un po' annerito e dal gusto più deciso. La cottura in forno rende il piatto più simile alla classica ciambella dal sapore più delicato.



# Manzo all'olio

Rovato (BS)

- **Cenni storici:** antica ricetta bresciana la cui origine sembra risalire alla seconda metà del XVI secolo, come si legge nella raccolta di Donna Veronica Porcellaga (1554-1593), reperto più antico legato a questo piatto. La donna apparteneva a una nobile famiglia originaria del lago d'Iseo che si occupava del commercio di bestiame. Il motivo per cui questa pietanza viene ideata nel territorio di Rovato sembra legato alla posizione strategica della cittadina che, nell'epoca della Repubblica di San Marco, si trovava sull'asse di scambio Venezia-Milano. Infatti, su questa direttrice transitavano anche prodotti legati al mare che poi sono diventati ingredienti fondamentali di questo piatto come le acciughe.

- **Ingredienti (per 6 persone):**

- 1,5 kg di cappello del prete di manzo
- 250 g di olio extravergine di oliva
- 3 carote
- 3 coste di sedano verde
- 1 grossa cipolla
- 4 spicchi d'aglio
- farina bianca 00
- vino bianco secco
- 10 acciughe desalate e sfilettate
- capperi desalati
- mazzetto di prezzemolo
- sale

- **Preparazione:** incidere il pezzo di carne in maniera trasversale su tutti i lati per formare delle tasche in cui introdurre acciughe desalate e sfilettate con un pezzetto d'aglio. Terminata l'operazione infarinare la carne e farla rosolare su tutti i lati in una casseruola con un paio di cucchiai di olio extravergine di oliva portati a temperatura finché non si ottiene una sottile crosta. Togliere la casseruola dal fuoco e aggiungere cipolla, carote e sedano tagliate grossolanamente, aglio e i filetti di acciughe avanzati. Unire il tutto con olio e vino bianco secco, per poi aggiungere tanta acqua da coprire quasi completamente la carne. Mettere sul fuoco, portare a bollire e regolare la fiamma per mantenere un leggero bollire per 2 ore e mezza circa. A cottura avvenuta mettere la carne su un piatto a raffreddare e passare al setaccio (a maglia larga) il fondo di cottura aggiungendo capperi e prezzemolo. Versare il sugo ottenuto su fette di manzo di circa 4-5 cm e servire con polenta fresca.

- **Manifestazioni correlate:** novembre è il “mese del manzo all’olio”, periodo in cui nella cittadina capitale della Franciacorta i ristoratori offrono diversi menù a base del tipico piatto locale.

- **Fonti:** Brescia a tavola – Ricetta dal Manzo all’olio [www.bresciaatavola.it/it-IT/ricette\\_della\\_tradizione/manzo\\_all\\_olio\\_](http://www.bresciaatavola.it/it-IT/ricette_della_tradizione/manzo_all_olio_) (consultato il 04/03/2017).

Qui Brescia – Manzo all’olio, 500 anni di storia in un piatto [www.quibrescia.it/cms/2012/03/22/manzo-allolio-500-anni-di-storia-in-un-piatto/](http://www.quibrescia.it/cms/2012/03/22/manzo-allolio-500-anni-di-storia-in-un-piatto/) (consultato il 04/03/2017).

## Marroncello di Serle e Bacalà coi Marù

Serle (BS)

a cura della Pro Loco di Serle

- **Cenni storici sul marrone:** fino alla fine del secolo scorso era fiorente a Serle la coltivazione delle castagne e in particolare dei marroni, richiestissimi sui mercati ortofrutticoli in quanto considerati un’eccellenza per il profumo ed il sapore, soprattutto sotto forma di caldarroste. L’industria dolciaria e la pasticceria bresciana ne facevano un largo utilizzo. Con l’abbandono della montagna nei primi anni del nuovo secolo da parte dei figli dei vecchi contadini, vi è stato un calo nella produzione e un deperimento delle piante che non venivano più seguite come in passato. L’intervento di alcuni esperti attraverso drastiche potature è riuscito a salvare la specie mantenendo una produzione però appena sufficiente a soddisfare la richiesta; allo stesso tempo un insetto di origine asiatica ha causato la moria di numerosi esemplari nella zona e in gran parte della provincia. La recente introduzione di un insetto antagonista dovrebbe permettere un recupero nella produzione nei prossimi 5 anni. Con i marroni locali si produce il rinomato Marroncello di Serle, una crema alcolica tipica della zona.

- **Ingredienti dell’antica ricetta:**

- 2 kg di marroni
- 1 lt di grappa
- 800 ml di acqua
- 1 kg di zucchero

- **Ingredienti della ricetta moderna:**

- farina di marroni
- alcool puro

- latte intero
- acqua
- **Preparazione dell'antica ricetta:** lessare, sbucciare e pelare i marroni, per poi versarli in un recipiente coprendoli con la grappa, rimestando il tutto sino a che non diviene poltiglia. Dopo 20 giorni di riposo, filtrare il composto e aggiungerlo ad uno sciroppo preparato con zucchero e acqua. Una volta imbottigliato il tutto in un contenitore ermetico, lasciar riposare in un luogo asciutto per un mese.
- **Preparazione della ricetta moderna:** far macerare la farina di marroni in alcool puro per 15 giorni con l'aggiunta di latte intero e di zucchero. Una volta filtrato e lavorato, il composto diviene un liquore cremoso, dalla tonalità marroncino chiaro e con una gradazione alcolica di circa 18%.
- **Consigli:** per una miglior degustazione servire freddo.

## Taglierini col Pès Pèsec

Sirmione (BS)

a cura della Pro Loco di Sirmione

- **Cenni storici:** il *Pès Pèsec*, o pesce persico, è una specie diffusa nel lago di Garda che vive nei fondali sassosi e da sempre è fonte di sostentamento per gli abitanti della riviera. I taglierini sono una tipologia di pasta lunga simile alle tagliatelle ma dalle dimensioni più fini. I taglierini col Pès Pèsec sono un piatto tipico della tradizione locale che unisce il pesce di lago con il profumo dei cedri, prodotto rinomato della riviera del lago di Garda.

- **Ingredienti:**

- taglierini all'uovo
- filetti di Pès Pèsec
- farina bianca 00
- olio extravergine di oliva Garda DOP
- pomodorini ciliegino
- prezzemolo
- sale

- **Preparazione:** lavare accuratamente i filetti di Pès Pèsec e asciugarli con carta assorbente. Lavare un cedro proveniente da coltivazione biologica locale, grat-

tugiarne la buccia e mescolarla con la farina. Nel frattempo mettere sul fuoco una padella capiente con olio extravergine d'oliva e cuocervi a fuoco basso i filetti di Pès Pèsec passati velocemente nella farina al profumo di cedro finché dorati. Cuocere i taglierini al dente in acqua poco salata e, una volta scolati, saltarli in padella con il pesce persico e aggiungere i pomodorini tagliati fini e prezzemolo quanto basta.

- **Consigli:** una volta impiattato aggiungere un filo di olio extra vergine di oliva Garda DOP.

## Budì de most

Soiano del Lago (BS)

a cura della Pro Loco di Soiano del Lago

- **Cenni storici:** il budì de most non era un cibo consueto, ma accompagnava il solo periodo della vendemmia: tra settembre e ottobre. Successivamente si è iniziato a mettere il mosto in bottiglie a chiusura ermetica e a farle sterilizzare. Al giorno d'oggi, per gli amanti del Budì de most, la cosa è diventata più semplice: si conserva il mosto in congelatore così da poterne godere per tutto l'anno. Anticamente, il budì de most, veniva messo in grandi stampi tipici dove erano rappresentate in rilievo scene bucoliche sicché, una volta sformato, risultasse molto decorativo.

- **Ingredienti:**

- 1 litro di mosto di uva nera, oppure di uva fragola (uva americana)
- 100 g di farina bianca possibilmente “o”

- **Preparazione:** procurarsi il mosto appena pigiato e pulirlo dalle impurità e dai semi filtrandolo con un colino. Unire la farina stemperandola con una frusta e facendo attenzione a non fare grumi. Mettere sul fuoco sempre mescolando e portare a ebollizione. Dopo cinque minuti spegnere il fuoco e versare il “budì de most” in singoli stampi e lasciare raffreddare.

- **Consigli:** il budì de most va mangiato assolutamente freddo. Si può accompagnare a dei formaggi. Inoltre è buonissimo accompagnato ad una coulis di fragole e cointreau. Se abbinato a dei formaggi si consiglia del vino bianco. Se viene gustato come dolce si può abbinare a vino sia bianco sia rosso, il più dolce dell'annata.

# Calsù

Temù (BS)

a cura della Pro Loco di Temù

- **Cenni storici:** piatto della tradizione camuna frutto di una cucina contadina povera che utilizzava ingredienti semplici e facilmente reperibili come le patate, le uova e le carni del bestiame tipico degli allevamenti locali.

- **Ingredienti per il ripieno (circa 120 Calsù):**

- 3 kg di patate
- 1 kg di carne macinata mista (manzo, vitello o maiale)
- 2 hg di pane grattugiato
- 1 kg di farina bianca
- 1 cipolla
- 5 uova (4 per la pasta)
- sale
- spezie

- **Preparazione:** sbucciare le patate, lessarle per circa 30 minuti finché si ottiene una media consistenza. Rosolare la carne macinata in padella e lasciarla raffreddare. In una terrina schiacciare le patate, aggiungere carne, pane grattugiato, uova, sale e spezie, e impastare fino a ottenere un composto morbido e uniforme. Nel frattempo impastare farina, uova e acqua fino a ottenere una pasta soda e omogenea, stenderla a mano o con la macchina fino al raggiungimento di una sfoglia spessa 2 mm e segnare dei cerchi di misura non eccedente gli 8-9 cm. Porre all'interno dei dischi di pasta piccole palline di ripieno del diametro di circa 3 cm, avvolgere la pasta su se stessa e ritagliare quella in eccedenza. Dare al prodotto la tipica forma del Calsù, ovvero quella di un piccolo panzerotto schiacciato al centro. Cuocere in acqua salata per circa 8 minuti, finché il Calsù non sale in superficie, scolare e servire con burro fuso camuno, salvia e Grana Padano DOP.

- **Fonti:** Cookaround – Ricetta Calsù <http://forum-ricette.cookaround.com/threads/152490-primo-piatto-CALSU> (consultato 12/02/2017).

# Gnocc de la cua

Temù (BS)

a cura della Pro Loco di Temù

- **Cenni storici:** piatto della tradizione camuna che, come molte altre specialità locali, si basa sull'utilizzo di ingredienti semplici e facilmente reperibili negli orti e dagli allevamenti dei contadini locali.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 400 g farina bianca 00
- 300 cc latte
- 300 g di ortiche
- 2 patate medie
- 2 uova
- pane raffermo
- 1 cipolla
- 100 g formaggio grattugiato tipo Silter DOP
- burro di malga
- salvia
- sale
- pepe

- **Preparazione:** fare a pezzi il pane raffermo in una terrina aggiungendo il latte e le ortiche lessate e tritate in maniera grossolana, lasciando riposare il tutto per un paio d'ore. Eliminare il latte in eccesso da pane e ortiche e unirle alle patate, lessate e tagliate in precedenza, uova, farina, sale e pepe. Lavorare il composto finché non si ottiene una massa compatta. Far bollire una pentola d'acqua salata e, utilizzando la punta di un cucchiaino bagnato, immergere piccoli gnocchetti di composto nell'acqua. Una volta che gli gnocchi vengono a galla sono da recuperare con una schiumarola, adagiare su un piatto da portata e si aggiunge formaggio grattugiato. In un tegame dorare la cipolla, il burro e la salvia e versare il composto sugli gnocchi caldi.

- **Fonti:** Turismo Valle Camonica – Ricetta Gnocc de la cua [www.turismovallecamonica.it/it/content/gnocc-de-la-c%C3%B9a](http://www.turismovallecamonica.it/it/content/gnocc-de-la-c%C3%B9a) (consultato il 04/02/2017).

# Capù

Tremosine sul Garda (BS)

a cura della Pro Loco di Tremosine sul Garda

- **Cenni storici:** antipasto della tradizione composto da pochi e semplici ingredienti tipici della cucina contadina locale. Gli ingredienti facilmente reperibili e la facilità di preparazione l'hanno reso un piatto comune nella dieta contadina del secolo scorso.

- **Ingredienti:**

- 500 g di coste
- 1 mazzo di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- 2 panini secchi grattugiati
- 3 cucchiaini di formaggio grattugiato
- 3 uova
- sale fino

- **Preparazione:** lavare, strizzare e tagliare le coste sottilissime, lasciando da parte alcune foglie di grandi dimensioni. Tritare il prezzemolo con l'aglio e mescolare in una terrina aggiungendo coste, pane grattugiato, formaggio, uova e sale. Una volta ottenuto un composto omogeneo, dividerlo in parti, avvolgerle nelle foglie grandi precedentemente messe da parte e legare il tutto con filo o spago. La cottura avviene in acqua bollente non salata e necessita di circa 20 minuti. Una volta scolati e impiattati, i *Capù* vanno tagliati e conditi con un filo di olio di oliva.

- **Fonti:** Pilotti Delaini C. e Faust-Blauhut S. (1993), *Pa vi e sücheri: antiche ricette e immagini di Tremosine*, Litografia grafica, Arco (TN).

# Spongadì e colomba con l'öf en del cül

Tremosine sul Garda (BS)

a cura della Pro Loco di Tremosine sul Garda

- **Cenni storici:** è ancora consuetudine nelle case e nei forni della zona preparare lo *Spongadì* a forma di colomba, un dolce che viene consumato tradizionalmente durante il periodo pasquale.

- **Ingredienti (per 2 Spongadì e 2 colombe):**

- 1 kg di farina bianca 00
- 250 g di burro
- 5 uova
- 1 pizzico di sale
- latte
- 30 g di cremor tartaro e bicarbonato
- zucchero a granelli

- **Preparazione:** impastare farina, burro sciolto, uova, sale, latte, cremor tartaro e bicarbonato insieme finché si ottiene un composto compatto e omogeneo. Lo Spongadì è solitamente a forma di esse o di ciambella. La forma di colomba si ottiene tirando un filone lungo di pasta che si annoda al centro, dove si pone un uovo che durante la cottura diventa sodo, da qui l'espressione con l'*öfen del cül*, con l'uovo nel sedere. Procedere con tre tagli sulla coda appiattita da un lato e dare la forma della testa dall'altro capo del filone, mettendo due fagioli al posto degli occhi. In seguito pennellare l'impasto con un po' di latte in modo tale da far aderire bene lo zucchero a granelli. La cottura un tempo avveniva nella padella sulle braci, oggi si può utilizzare il forno come per una normale torta.

- **Fonti:** Pilotti Delaini C. e Faust-Blauhut S. (1993), *Pa vi e sücheri: antiche ricette e immagini di Tremosine*, Litografia grafica, Arco (TN).





# **Prodotti e piatti tipici della provincia di Cremona**



# La cucina cremonese: tre poli per una “dolce” convergenza

di *Andrea Germani*

La provincia di Cremona si sviluppa su un territorio particolarmente eterogeneo per la sua moderata estensione; l'area è difatti delimitata dal fiume Po a sud, che sancisce il confine con la regione Emilia-Romagna, dal fiume Oglio a est, che la separa dalle terre bresciane e mantovane, e dal fiume Adda a ovest, che segna il confine con le province di Lodi e Milano. Situata nel cuore della Pianura Padana, la provincia di Cremona si differenzia nel suo interno in tre aree culturalmente, e gastronomicamente, connotate, tutte aree influenzate dalle tradizioni culinarie delle vicine terre: l'area di Crema e del cremasco, l'area di Cremona e del cremonese e l'area di Casalmaggiore e del casalasco.

L'area cremonese risente degli influssi emiliani e milanesi nella sua cucina; da queste parti è possibile mangiare il cotechino, i marubini in brodo – “cugini” degli anolini parmigiani e piacentini e parenti lontani dei tortellini bolognesi – ma anche il brodo di carne e i bolliti, specialità lombarde che a Cremona assumono dei tratti particolari che li rendono unici, come la presenza di quattro tipi differenti di carne per produrre i famosi “tre brodi”. Ma sarebbe ingiusto ridurre l'arte culinaria cremonese a mera imitazione dei prodotti delle aree limitrofe; l'umanista cremonese Bartolomeo Sacchi, vissuto nel Quattrocento, è l'autore di un libro che ha saputo riconoscere alla gastronomia la dignità di una forma d'arte: il *De honesta voluptate et valetudine* del 1474. La sua scelta di nobilitare l'arte culinaria è maturata in un contesto incredibilmente stimolante per i buongustai; Cremona vanta prodotti unici e inimitabili, come la mostarda di frutta, il torrone, i dolci a base di mandorle e le salsicce di pura carne bovina. Ancora oggi, sei secoli dopo il Sacchi, Cremona gode di una certa fama in tutto il territorio nazionale per i suoi dolci e per i suoi prodotti a base di carne.

Differente ma compatibile con quella cremonese è la cucina cremasca; famosa anch'essa per i suoi dolci – la Treccia d'oro su tutti – e per i suoi curiosi accostamenti. Spezie, amaretti, e uva sultanina si incontrano con uovo, sale e parmigiano nei tortelli cremaschi; il formaggio stagionato a pasta cruda Salva si

armonizza con il sapore acidulo dei peperoni verdi sotto aceto (le tighe); cacao, zucchero e burro si sposano con una vasta gamma di spezie, solitamente usate nei piatti salati, nella preparazione del biscotto mostaccino, ingrediente essenziale per la preparazione dei tortelli.

Infine, il casalasco, quel pezzetto di Lombardia racchiuso fra Po e Oglio, dove si sono consolidati piatti affini a quelli della gastronomia della vicina Mantova: i blisgòn, tortelli di zucca i cui ingredienti vogliono unire la tradizione mantovana, zucca e amaretti, a quella cremonese, la mostarda di Cremona. O anche l'insalata di Faraona, animale consumato in vari modi in tutta la provincia. Ma nel casalasco si avverte anche il lascito della cucina povera di tutte quelle famiglie che vivevano nei pressi dei due fiumi: mugnai, pescatori, contadini. In zona è difatti possibile mangiare gli gnòc a la mulinera, fatti di sola acqua e farina e conditi con un umile sugo di patate e fagioli.

Se c'è un punto di incontro di tutte le "cucine" della provincia di Cremona è forse il dolce; le tre aree, in particolar modo quella cremonese e cremasca, sono rinomate per i suoi dolci – dal Bussolano di Soresina, una delle "capitali" italiane dei latticini, alla Torta Turunina di Cremona, che omaggia l'arte cittadina del torrone – e per i suoi piatti in cui convergono dolce e salato senza mai risultare sgradevoli. La carne lessa con la mostarda, la conserva di mele cotogne zuccherate con l'aggiunta della senape, la pasta ripiena di prodotti dolci; persino il cotechino qua è dolce, tanto da essere chiamato "cotechino vaniglia".

In questo capitolo si vuole offrire una panoramica della cucina della provincia cremonese nel rispetto delle differenze e delle convergenze di prodotti e tradizioni. Il lavoro qui presentato non può esaurire l'intera tradizione gastronomica dell'area in questione; un lavoro simile è impensabile per ogni area d'Italia data l'enorme mole di piatti, prodotti e variazioni locali che differenziano la stessa pietanza da provincia a provincia, da città a città, da famiglia a famiglia.

# Classificazione dei prodotti tipici della provincia di Cremona (Areale provinciale)

## Cotechino cremonese vaniglia

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** il cotechino è un insaccato particolarmente diffuso nel nord Italia: si crede sia originario del Friuli, anche se la leggenda vuole che sia stato inventato dai cittadini di Mirandola (MO) per conservare meglio le carni di maiale durante l'assedio della città a inizio Cinquecento ad opera di Papa Giulio II della Rovere. Il nome deriva dalla cotica, la cotenna del maiale, e le caratteristiche del salume cambiano da città a città, da regione a regione, a seconda dei metodi di lavorazione affinati nei secoli dagli abitanti di un dato luogo. Il cotechino cremonese vaniglia è piuttosto particolare, il nome stesso incuriosisce perché da l'idea che sia aromatizzato. In realtà il termine "vaniglia" non sta a indicare la presenza di vaniglia nell'impasto bensì un sapore dolce e delicato dovuto alla presenza di una ridotta quantità di parti magre del maiale e un periodo di stagionatura piuttosto breve. L'aspetto è differente da quello del cotechino emiliano: più piccolo, a forma di "boccia", con una consistenza medio-fine e un peso tutto sommato ridotto, circa un chilogrammo.

- **Ingredienti:**

- carni magre di suino, guanciaie, parti della testa, cotenna
- vino Barbera
- sale, zucchero, pepe e spezie

- **Elaborazione e preparazione:** si macinano le carni a grana media e si condisce l'impasto con sale, zucchero, vino e una concia di aromi naturali tenuti in infusione nel vino Barbera. A questa fase segue l'insaccatura in vescica o budello, l'asciugatura e una breve stagionatura, 15-20 giorni in tutto. Una volta pronto per il consumo comincia la fase di cottura: dopo averlo lasciato una notte in ammollo, in una bacinella riempita con acqua fredda, si inseriscono 2 o 3 stuzzicadenti nei vari quadranti e lo si pone in una pentola con altra acqua fredda. La cottura va fatta a fuoco lento e necessita almeno tre ore, cui segue un raffreddamento che va fatto all'interno dell'acqua di cottura.

- **Consigli:** come per gli altri cotechini della tradizione natalizia anche il cotechino cremonese si consuma solitamente con lenticchie o, in alternativa, con purè o polenta.

- **Fonti:** Turismo Cremona, pagina dedicata alle bellezze e ai prodotti tipici cremonesi [www.turismocremona.it/index.php/risorse/scheda/id/409](http://www.turismocremona.it/index.php/risorse/scheda/id/409) (consultato il 14/03/2017).

Andiamo a tavola, sito dedicato alla gastronomia della provincia di Cremona [www.andiamoatavola.it/prodotti\\_tipici/cotechino-cremonese-vaniglia/](http://www.andiamoatavola.it/prodotti_tipici/cotechino-cremonese-vaniglia/) (consultato il 14/03/2017).

## Marubini

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** i Marubini – *Marubèen* in dialetto cremonese, probabilmente derivato da *maroon*, castagna, dato che la forma e le dimensioni sono all'incirca quelle di una castagna – sono uno dei prodotti per eccellenza della tradizione gastronomica cremonese. Si tratta di un tipo di pasta ripiena simile ai tortellini emiliani, oggi riconosciuta come prodotto agroalimentare tradizionale lombardo. Si consumano durante il periodo natalizio. La tradizione vuole che nel 1414 il Signore di Cremona, Cabrino Fondulo, invitò in città il Papa e l'imperatore Sigismondo di Lussemburgo con l'intento di sbarazzarsi di loro gettandoli dal torrazzo. Un piatto di marubini in brodo doveva essere il loro ultimo piacere prima di morire ma i due, tanto apprezzarono la pasta ripiena, iniziarono a tessere le lodi del prodotto sino a convincere Cabrino a desistere dall'impresa. Da quel momento cominciò a diffondersi un motto fra i popolani: *en piàt de marubèen el fà resuscitàa àan i mòort* (un piatto di marubini fa resuscitare anche i morti).

- **Ubicazione:** sono prodotti e consumati in egual misura, all'incirca, in tutta la provincia di Cremona. Si mangiano anche nel piacentino, nei comuni nei pressi del Po al confine con la Lombardia; già dalla città di Piacenza in poi il prodotto locale sono gli *anolini*, molto simili ai marubini cremonesi.

- **Particolarità:** la forma può variare, possono essere tondeggianti o quadrati o anche a mezzaluna; l'eterogeneità della forma, e le ripercussioni che questo ha sul sapore e la consistenza, li differenzia da tortellini, cappelletti e altri tipi di pasta ripiena del centro-nord, solitamente prodotti seguendo un modello di forma standardizzato. La "cremonesità" del prodotto è dovuta dalla presenza di pesto di salame cremonese fresco nell'impasto di carne con cui sono riempiti, impasto a cui vanno aggiunte altre carni oltre al Grana Padano, le uova e la nocce moscata. Si mangiano immersi nei famosi "tre brodi" cremonesi, altro aspetto peculiare e unico che li differenzia da altre paste ripiene, cotte e consumato all'interno del canonico brodo di carne di manzo o di cappono.

- **Classificazione:** PAT.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017). Per un codice della cucina lombarda [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Info De.Co.

[www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=479:i-marubini-in-brodo-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=479:i-marubini-in-brodo-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 14/03/2017).

## Salsiccia di Cremona

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** la salsiccia cremonese risale ai tempi degli antichi romani, già all'epoca il territorio cremonese era famoso per la produzione di salsicce. La peculiarità di questa salsiccia era l'uso della carne bovina, contrariamente a quanto avveniva in molti altri territori d'Italia dove si prediligeva la carne suina. Ludovico Cavitelli, storico cremonese vissuto nel XVI secolo, attribuì nel 1583 proprio ai cremonesi la pratica di confezionare salsicce tanto con carne suina quanto con carne bovina. Ad oggi la Salsiccia di Cremona di pure carne bovina è una delle salsicce di bovino più famose d'Italia.
- **Ubicazione:** prodotta in tutta la provincia di Cremona, particolarmente nella città di Cremona stessa seppur gli allevamenti si trovino per la maggior parte nel territorio provinciale.
- **Particolarità:** la presenza di carne bovina la rende particolare rispetto all'incredibile varietà di salsicce italiane di carne suina; la Salsiccia di Cremona è composta solamente da carne magra di bovino (quarti anteriori degli animali), zenzero, cannella e pepe, senza sale né conservanti. Il bovino proviene da allevamenti sparsi in tutto il territorio provinciale ed è alimentato con prodotti privi di OGM.
- **Classificazione:** De.Co.
- **Fonti:** Info De.Co., sito sui prodotti e i piatti riconosciuti dal marchio De.Co. [www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=481:la-salsiccia-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=481:la-salsiccia-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 14/03/2017). Cremonacitta, pagina dedicata al turismo e alla gastronomia a Cremona [www.cremonacitta.it/it/gusto\\_e\\_sapori\\_a\\_cremona/prodotti\\_de\\_co\\_a\\_cremona\\_la\\_salsiccia\\_cremonese\\_sc\\_54.htm](http://www.cremonacitta.it/it/gusto_e_sapori_a_cremona/prodotti_de_co_a_cremona_la_salsiccia_cremonese_sc_54.htm) (consultato il 14/03/2017).



# Classificazione dei piatti tipici della provincia di Cremona (Areale provinciale)

## Baci di Cremona

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** i Baci di Cremona sono conosciuti in tutta la provincia anche con il nome dialettale *Bazèen de Cremùna* o, nel territorio di Isola Dovarese, come Baci del Palio poiché si consumano principalmente in occasione del palio cittadino. Devono il nome caratteristico alla forma con cui si presentano, due biscotti accoppiati e tenuti insieme da marmellata, o cioccolato, che ricordano delle labbra carnose unite nell'intento di dare un bacio appassionato.

- **Ingredienti:**

- 300 g di mandorle
- 300 g di burro a temperatura ambiente
- 300 g di zucchero
- 300 g di farina tipo 00
- confettura q.b.
- zucchero a velo

- **Preparazione:** mettete le mandorle nell'acqua calda e successivamente sbucciatele; mettetele poi a tostare in forno per 10-15 minuti e tritatele assieme a un po' di zucchero una volta tostate. Impastate tutti gli ingredienti fino a che non avrete un composto omogeneo, fatene dei pezzetti e appallottolateli fino a formare delle sfere grandi come noci, adagiatele su carta da forno e infornatele a 160° per circa 15 minuti. In cottura diventeranno delle semisfere che unirete a coppie grazie alla confettura che farà da collante.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Sito ufficiale ERG East Lombardy [www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1176-i-baci-di-cremona/](http://www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1176-i-baci-di-cremona/) (consultato il 14/03/2017).

## Bunbunenn (o Bissolanini)

provincia di Cremona

a cura della “Bottega del Biscotto dei Fratelli Castellucchio” di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** i *Bunbunenn* (o Bissolanini) sono un biscotto diffuso in tutto il territorio della provincia di Cremona; nati come biscotti tipici del periodo carnevalesco oggi è possibile trovarli tutto l’anno.

- **Ingredienti:**

- farina tipo 00
- uova
- zucchero
- burro
- scorza di limone

- **Preparazione:** dopo aver preparato un impasto omogeneo con tutti gli ingredienti si proceda a stendere l’impasto mantenendo lo spessore di 1 cm. Successivamente si provvederà a tagliare i biscotti tramite delle formine, solitamente si usa la forma circolare ma non esiste una forma ben definita, dipende dalla fantasia del cuoco. Una volta concluso questo passaggio disporre i biscotti in una teglia oleata con burro fuso e spennellarli con zucchero e albume d’uovo prima di cuocerli in forno per 15-20 minuti circa.

- **Consigli:** si suggerisce di consumarli nel giro di due mesi e di non esporli troppo all’aria data l’assenza di conservanti. Sono piuttosto utilizzati per accompagnare il tè visto che ricordano i biscotti al burro tipici della Gran Bretagna.

## Bussolano di Soresina

provincia di Cremona

a cura di Giorgio Armelloni volontario della Pro Loco di Soresina

- **Cenni storici:** il Bussolano è un dolce piuttosto diffuso nella provincia di Cremona, si differenzia dal suo omonimo consumato nella provincia di Mantova principalmente per la consistenza e la morbidezza; il Bussolano mantovano è famoso per la sua durezza (dovuta all’assenza di lievito) che impone di accompagnarlo con latte o lambrusco dolce fino ad arrivare ad inzupparlo nel liquido al fine di ammorbidirlo quanto basta per poter essere consumato. Il

Bussolano è un dolce tipico natalizio soresinese più che cremonese, per quanto diffuso in tutta la provincia, poiché per la sua preparazione si utilizza da sempre il burro di Soresina, cittadina conosciuta in tutta Italia per la produzione di eccellenti latticini.

- **Ingredienti:**

- 100 g di farina manitoba
- 45 ml d'acqua
- 14 g di lievito fresco
- 250 g di farina tipo 00
- 100 g di zucchero
- 150 g di burro Soresina a temperatura ambiente
- 3 uova
- ½ cucchiaino di sale
- 1 bustina di vanillina
- zucchero in granella q.b.

- **Preparazione:** la preparazione si divide in due giornate: la prima giornata, verso sera, preparate un impasto con la farina manitoba, l'acqua e 2 g di lievito fresco. La mattina seguente aggiungete 250 g di farina, i restanti 12 g di lievito fresco, 75 dei 150 g di burro Soresina, 3 uova e 50 dei 100 g di zucchero. Impastate il tutto fino ad ottenere un composto molto morbido che dovrà essere lasciato a riposare e lievitare per due ore circa, fino al raddoppio. Successivamente aggiungete i restanti 50 g di zucchero e i restanti 75 g di burro, il sale e la vanillina. Impastate nuovamente e lasciate lievitare una seconda volta, un'ora in tutto, per un secondo raddoppio. Mettete l'impasto in una tortiera con il buco ricoperta di carta da forno bagnata e lasciate lievitare ancora, fin quasi all'orlo dello stampo. Cospargete l'impasto di zucchero in granella ed infornate a 175° per circa 30 minuti.

## Castagnaccio di Cremona

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** il Castagnaccio è un dolce piuttosto diffuso in tutta la penisola italiana; l'abbondante presenza di castagne in alcune zone d'Italia, soprattutto nei territori appenninici, è la ragione che si cela dietro la grande diffusione di questo dolce, la cui ricetta varia da zona a zona. Ad oggi il castagnaccio è riconosciuto tra i prodotti agroalimentari tradizionali su proposta delle regioni Emilia-Romagna, Lazio, Liguria, Piemonte e Toscana. La versione cremonese, nota anche con il nome di *Castagnaccio patùna*, nasce nel 1953 a Castelleone (CR) come

evoluzione di una ricetta povera che prevedeva la sola presenza di farina di castagne e acqua. Il dolce, oggi arricchito di zucchero e rosmarino, è moderatamente diffuso in tutta la provincia. La presenza del rosmarino, curiosa per un dolce, deriva dalla superstizione che attribuiva all'arbusto un significato amoroso; il giovane che avesse mangiato questo dolce offerto da una ragazza se ne sarebbe innamorato. La produzione del dolce inizia intorno al 10 ottobre e si conclude i primi giorni di dicembre.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina di castagne
- acqua q.b.
- 1 cucchiaino di zucchero
- rosmarino q.b.

- **Preparazione:** si mescolano gli ingredienti fino a ottenere un impasto cremoso e omogeneo che viene poi adagiato in una teglia e lasciato cuocere in forno ben caldo per 30 minuti circa.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Andiamo a tavola, sito dedicato alla gastronomia della provincia di Cremona [www.andiamoatavola.it/la-ricetta-del-castagnaccio-patuna/](http://www.andiamoatavola.it/la-ricetta-del-castagnaccio-patuna/) (consultato il 14/03/2017).

## Conserva senapata

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** la provincia cremonese è piuttosto nota in Italia per la produzione di conserve di frutta; le tre tipologie maggiormente diffuse sono la mostarda di Cremona, la cotognata e la Conserva senapata, che si differenzia dalla seconda per l'aggiunta della senape che le conferisce un retrogusto piccante e da alla conserva, pur sempre molto dolce, un sapore e un odore di senape piuttosto intensi. L'invenzione delle conserve cremonesi è da attribuirsi ai monaci locali che si adoperavano a trovare delle soluzioni per non buttare via la frutta non consumata durante la stagione estiva/autunnale. Le conserve, inoltre, erano una garanzia per le stagioni più "magre": l'alto contenuto zuccherino e la lunga conservazione potevano rivelarsi una salvezza durante i periodi di carestia. Oltre a ciò c'è da considerare tutta la questione degli abbinamenti; molti prodotti gras-

si della bassa lombarda (i cotechini, i salumi, i bolliti e i formaggi stagionati) si sposano alla perfezione con il sapore dolce (e in alcuni casi agrodolce o piccante) delle conserve di frutta.

- **Ingredienti:**

- mele cotogne
- olio essenziale di senape
- pectina
- zucchero

- **Preparazione:** dopo aver pulito, stracotto e creato una purea dalle mele cotogne, assieme allo zucchero e alla pectina, procedete alla “senapatura” emulsionando la purea all’olio essenziale di senape. Successivamente inserite in confezioni cilindriche di legno e lasciatele riposare a lungo.

- **Consigli:** si può consumare semplicemente spalmata sul pane assieme a un po’ di burro o al naturale ma l’accostamento suggerito dalla cucina cremonese è con bolliti e carni grasse e saporite così da valorizzare il sapore delle carni, “stemperare” il sapore fortemente zuccherino della conserva senapata e aggiungere una nota piccante alle carni, grazie alla presenza della senape.

- **Fonti:** 100 km da Milano, sito dedicato a turismo, eventi e prodotti tipici di Milano e dintorni [www.100kmdamilano.it/conserva-senapata/](http://www.100kmdamilano.it/conserva-senapata/) (consultato il 14/03/2017).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

## Cotognata

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** la cotognata è una conserva tipica del cremonese che ha molte affinità e somiglianze con altre due conserve di mele cotogne, una siciliana e una salentina. Tracce della conserva di mele cotogne sono ritrovabili in alcuni testi di cucina medievale e, andando ancora più indietro, si può risalire sino all’antica Grecia; la mela cotogna era difatti il frutto consacrato alla dea Afrodite, simbolo di amore e fertilità. Ma la “cremonesità” della cotognata sarebbe comprovata da un documento moderno: una lettera datata 1572 che autorizza gli ambasciatori cremonesi a esportare la cotognata e il torrone (altro dolce cremonese) fuori dai confini cittadini. Dopo un periodo di “silenzio” la cotognata è stata riporta-

tata in auge da Augusto Fieschi che nel 1867 ha ricominciato a produrla. Recentemente si è aggiunta alla cotognata classica una variante più aspra e meno dolce, resa tale dalla miscela di mele cotogne con mele dolci, arance e limoni canditi.

- **Ingredienti:**

- mele cotogne
- zucchero
- gelificante
- scorza di agrumi canditi

- **Preparazione:** la preparazione è piuttosto semplice e consiste nella pulitura delle mele cotogne, la preparazione della purea, la cottura e l'aggiunta di zucchero e scorze d'agrumi. Una volta cotto e raffreddato viene conservato in scatole di legno. Si può consumare tagliato a fette o spalmato su pane o altri alimenti.

- **Fonti:** Fieschi 1867, produttore cremonese di mostarda e torrone [www.fieschi1867.com/blog/la-cotognata-di-cremona/](http://www.fieschi1867.com/blog/la-cotognata-di-cremona/) (consultato il 14/03/2017). Turismo Cremona, pagina dedicata alle bellezze e ai prodotti tipici cremonesi [www.turismocremona.it/index.php/risorse/scheda/id/416](http://www.turismocremona.it/index.php/risorse/scheda/id/416) (consultato il 14/03/2017). Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

## Croccante

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** il Croccante di Cremona è, assieme al torrone, uno dei dolci più tipici della città, è conosciuto anche con il nome dialettale *stracadèent* a causa della sua durezza. La prima ricetta del Croccante giunta fino a noi è stata riportata da Pellegrino Artusi nel volume del 1891 *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*; il croccante era stato già citato in un testo spagnolo del Quattrocento, e questo lascerebbe pensare che si tratti di un dolce spagnolo, anche se molti credono fosse un dolce tipico del sud-Italia di derivazione araba. Non abbiamo notizie certe su come e quando si sia affermata la tradizione del Croccante a Cremona, sta di fatto che per tutta l'era contemporanea il dolce è stato conosciuto in Italia nella sua versione cremonese.

- **Ingredienti:**

- miele
- albume

- zucchero
  - frutta secca (principalmente mandorle o nocciole)
  - sciroppo di glucosio
- **Preparazione:** si caramella lo zucchero, facendolo cuocere a lungo in una casseruola fino a che non ha assunto una consistenza liquida dal colore biondiccio. Si aggiungono in seguito gli altri ingredienti (ricordandosi di sbucciare e tostare leggermente la frutta secca) ad esclusione dello sciroppo di glucosio, questo sarà aggiunto, una volta ultimata la cottura, sopra il croccante già cotto al fine di creare uno strato zuccherino e lucido che cosparga tutto il dolce. Una volta “allisciato” e lasciato raffreddare il croccante è pronto per essere consumato.
  - **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).  
Sito ufficiale ERG East Lombardy [www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1381-croccante-di-cremona/](http://www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1381-croccante-di-cremona/) (consultato il 14/03/2017).

## Faraona alla creta

provincia di Cremona

a cura della trattoria “Caffè la Crepa” di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** uno dei documenti più importanti, riuscito a rendere la faraona alla creta famosa a livello nazionale, è un documentario di Mario Soldati del 1956, *Viaggio lungo la valle del Po alla ricerca di cibi genuini*. In questo documentario l'autore si avventura nel paese di San Martino in Beliseto, nel comune di Castelverde, per scoprire il piatto, presentatogli dal proprietario di una trattoria locale che si vanta di essere uno dei leader nella preparazione della faraona alla creta. Altri documenti più datati ci suggeriscono elementi ancora più importanti intorno alla diffusione e probabile paternità della ricetta: Luigi Ciniselli (1803-1878), primario dell'ospedale di Cremona, ci racconta di un albergo ubicato dietro alla chiesa di San Domenico, demolita nel 1868, che preparava la deliziosa e curiosa pietanza; in questo caso il proprietario della locanda sosteneva di essere l'unico possessore della ricetta. Difficile stabilire chi inventò il piatto, chi possedesse la versione originale e chi la preparasse nel modo migliore; nel cremonese sono presenti fornaci per la cottura dell'argilla proveniente dal fiume Po sin dai tempi dei romani, già nel medioevo si era standardizzata e regolamentata la produzione di mattoni e tegole di creta, è ipotizzabile che il piatto fosse conosciuto già fra i lavoratori delle fornaci.

- **Ingredienti:**

- una faraona intera
- 100 g di burro
- sale e pepe (sia nero sia bianco)
- lauro secco
- chiodi di garofano
- rosmarino secco
- basilico secco
- noce moscata
- ginepro
- cannella

- **Preparazione:** la peculiarità della faraona alla creta è, ancor più della preparazione, la cottura: una volta pulita e sciacquata la faraona va spennellata con una mistura cremosa formata da burro sciolto e tutte le spezie tritate in un mortaio, dopodiché la si accartoccia con carta da forno e si cosparge il cartoccio con uno strato di tre centimetri di creta. Il tutto va infornato e lasciato a cuocere per più di tre ore, nel documentario di Mario Soldati si parla addirittura di sei ore di cottura a temperatura non troppo alta. Una volta conclusa la cottura si deve rompere la creta con un martello e estrarre il cartoccio contenente la faraona, cotta e pronta per essere mangiata.

- **Consigli:** oggi risulta pressochè impossibile a molte famiglie riuscire a seguire la ricetta tradizionale, che richiede la presenza di forni a legna e creta in abbondanza. La versione “moderna” della ricetta prevede la cottura all’interno di una casseruola di creta che verrà infornata e, ovviamente, non distrutta una volta conclusa la fase di cottura.

- **Fonti:** Si rimanda al video del documentario di Mario Soldati: [www.youtube.com/watch?v=u05bKv9MwG8&t=172s](http://www.youtube.com/watch?v=u05bKv9MwG8&t=172s) (consultato il 15/03/2017).

## Graffione

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** i graffioni sono cioccolatini ripieni di ciliegia immersa nel maraschino (o ciliegie sotto spirito), un dolce che unisce due tradizioni italiane relative all’ultima parte del pasto: il consumo di dolci e di liquori. Il Graffione è diffuso oggi in tutto il territorio dell’Italia settentrionale ed ha un parente



stretto che si chiama Boero; i due cioccolatini hanno ispirato un prodotto della Ferrero conosciuto in tutto il mondo: il Mon Chéri. Il cioccolatino cremonese sembra essersi diffuso durante la dominazione austriaca e fu tramandato di generazione in generazione dai pasticceri cremonesi dopo l'unità d'Italia, arrivando ai giorni nostri. Il nome Graffione deriverebbe dalla forma irregolare, conferita dalla lavorazione a mano e dai graffi ottenuti mediante un particolare movimento della mano. Furono ribattezzati dai cremonesi *Sgrafegnòon*, termine dialettale usato per definire le ciliegie duracine, frutti che crescono su piante di ciliegio alte fino a venti metri.

- **Ingredienti:**

- ciliegie sotto spirito
- zucchero fondente
- cioccolato fondente

- **Preparazione:** passate le ciliegie sotto spirito nello zucchero fondente dopo averle lasciate asciugare su un foglio di carta da forno. In seguito immergetele in due occasioni nel cioccolato fondente fuso, a ogni immersione fate corrispondere un'asciugatura di qualche minuto. Una volta conclusa questa pratica fatele rotolare sopra una griglia o un setaccio per produrre il graffio caratteristico, lasciatele dunque riposare.

- **Consigli:** la versione suggerita è quella più "casareccia", per provare la versione più elaborata, con l'aggiunta di maraschino, si suggerisce di rivolgersi alle numerose pasticcerie cremonesi che producono questo cioccolatino.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Sito ufficiale ERG East Lombardy [www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1382-graffioni/](http://www.eastlombardy.it/it/dettagli-oggetto/1382-graffioni/) (consultato il 14/03/2017).

## Marubini in brodo

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** la prima attestazione dei Marubini in brodo risale al 1414, anno in cui si tenne a Cremona un pranzo fra Cabrino Fondulo, signore della città, e il Papa e l'imperatore Sigismondo di Lussemburgo. Per quanto la storia faccia apparire i marubini in brodo come un piatto per nobili essi hanno avuto una larga diffusione anche fra gli strati più umili della popolazione. Questi erano so-

liti consumarli solamente durante il periodo natalizio, i cui pasti erano talmente importanti che le famiglie risparmiavano tutto l'anno per potersi permettere un piatto prelibato quale i marubini in brodo o, meglio, ai tre brodi. La tradizione cremonese vuole difatti che vengano cotti in tre tipi diversi di brodo: brodo di carne di vitello, di manzo e di pollo, e brodo di salame da pentola, un salame fresco lombardo utilizzato per i brodi.

- **Ingredienti (per 6 persone):**

- 2 lt di brodo di carne (ottenuto tramite la cottura delle carni in acqua fredda, in tre differenti pentole, con l'aggiunta delle consuete verdure da brodo)
- 250 g di carne magra di manzo
- 250 g di pasta di salame Cremona IGP
- 250 g di carne di vitello
- 100 g di Grana Padano DOP grattugiato
- 7 uova
- 5 g di noce moscata
- 10 g di pangrattato
- 400 g di farina di grano tenero
- sale q.b.
- pepe q.b.

- **Preparazione:** tritate la carne di manzo stufata con cipolle e vino rosso, la pasta di salame e la carne di vitello arrostita; mettetele dunque in una ciotola aggiungendo il Grana, la noce moscata grattugiata, pangrattato, sale e pepe e mescolate il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Stendete la sfoglia e ricavate delle sfoglie di 5 cm di diametro; disponete su metà di esse il ripieno a forma di palette e sovrapponetevi un'altra sfoglia di pasta. Premete con le dita sul bordo di ogni marubino e arriacciatelo di modo da chiuderlo bene. Dopo aver unito i tre brodi in un unico pentolone portate ad ebollizione, quindi cuocete per qualche minuto i marubini e serviteli con il brodo.

- **Manifestazioni correlate:** ad agosto a Casteldidone si tiene la Sagra del Marubino.

- **Classificazione:** De.Co. dal 2007.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Info De.Co., sito sui prodotti e i piatti riconosciuti dal marchio De.Co.

[www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=479:i-marubini-in-brodo-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=479:i-marubini-in-brodo-di-cremona&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 14/03/2017).

# Mostarda di Cremona

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** nel I secolo d.C. Lucio Giunio Columella, nel suo *De Rustica*, parlava di un preparato simile alla mostarda; quattordici secoli dopo il cremonese Bartolomeo Sacchi, detto “il Platina”, espone la ricetta della mostarda nel suo *De honesta voluptate et valetitudine*. Due secoli dopo, circa, il modenese Alessandro Tassoni nella *Secchia rapita* allude a una mostarda e, nel 1780, si fa riferimento, in un libro francese, alla mostarda di frutta cremonese, portata oltralpe da Caterina De’ Medici, sposa nel 1533 del futuro re di Francia Enrico II di Valois. Come è evidente la mostarda ha riscosso successo nei secoli fra i buongustai di tutta Europa, per quanto ne esistano numerose varianti (sono famose le mostarde di Mantova, Vicenza, Bologna o quelle piemontesi e siciliane) e un omonimo francese – la *moutarde*, che però indica la senape – la mostarda cremonese è ad oggi la mostarda più famosa d’Italia e, forse, del mondo.

- **Ingredienti:**

- frutta candita (pere, cedro, clementina, ciliegie rosse, fichi, albicocche)
- sciroppo
- senape

- **Preparazione:** tagliate in pezzi grossolani la frutta troppo grande e mantene- te intera quella più piccola; mettete il tutto a macerare nello sciroppo per 24 ore. A questo punto mettete la frutta in un pentolino con poca acqua lasciando bol- lire per alcuni minuti. Dopo una giornata di riposo ripetete l’operazione per due volte e, infine, aggiungete la senape al composto e invasate in recipienti a chiusu- ra ermetica. Sterilizzate e conservate al buio fino al consumo.

- **Consigli:** come per la cotognata e la conserva senapata si suggerisce il consu- mo assieme a cibi dai sapori forti ma contrapposti, come salumi o formaggi. Un classico della cucina cremonese è la mostarda unita alla carne lessa.

- **Manifestazioni correlate:** da due anni a Mantova, Cremona, Milano e Pavia si svolge il “Festival della mostarda”, evento gastronomico dedicato alla conserva di frutta in tutte le sue varianti regionali e nazionali.

- **Fonti:** Fieschi 1867, produttore cremonese di mostarda e torrone (consultato il 14/03/2017).

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali (consultato il 15/03/2017).

## Ossetti

provincia di Cremona

a cura della “Bottega del Biscotto dei Fratelli Castellucchio” di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** il nome del biscotto rimanda proprio alle ossa; il richiamo macabro è dovuto al periodo in cui i dolci venivano solitamente prodotti, i giorni delle festività dei morti. Effettivamente i biscotti, nella forma e nel colore, ricordano vagamente alcune ossa umane. Attualmente è possibile trovare il dolce tutto l'anno nelle pasticcerie di Cremona e provincia.
- **Ingredienti:**
  - farina 00
  - mandorle
  - albume d'uovo
  - zucchero
  - vino bianco
- **Preparazione:** create un impasto con farina, zucchero e albume, aggiungetevi le mandorle (precedentemente tritate) e mescolate; successivamente aggiungete il vino e formate un impasto omogeneo che verrà tagliato in strisce di 4/5 cm da infornare.
- **Consigli:** si suggerisce di evitare il contatto con l'aria data l'assenza di conservanti. Dalla preparazione i biscotti sono edibili per due mesi circa.

## Torrone di Cremona

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** il Torrone di Cremona rappresenta il prodotto principale dell'antica arte dolciaria cremonese. La leggenda fa risalire la nascita del dolce alle nozze tra i milanesi Bianca Maria Visconti e Francesco Sforza che ebbero luogo a Cremona il 25 ottobre 1441. Per l'occasione i cuochi crearono un dolce che rappresentasse il “torrione”, la torre duecentesca della cattedrale, divenuto simbolo cittadino. Il dolce ebbe immediato successo; già nel Cinquecento era riconosciuto come uno dei prodotti tipici cittadini e veniva donato alle autorità spagnole ed al senato di Milano in occasione delle festività natalizie. Una delle più antiche ricette ritrovate, forse la più antica in assoluto, è contenuta in un

manoscritto del XVII secolo. Il dolce nella contemporaneità è diventato, assieme alle conserve di frutta e al croccante, uno dei simboli della gastronomia cremonese. Oggi la maggior parte del torrone è prodotto industrialmente ma esistono ancora pasticceri e artigiani che si dedicano alla produzione casalinga del prodotto.

- **Ingredienti:**

- miele
- zucchero e/o sciroppo di zucchero
- mandorle o nocciole
- albume d'uovo
- cioccolato fondente (solo per alcuni tipi)
- ostia (solo per alcuni tipi)

- **Preparazione:** mentre si riscalda il miele a fiamma bassa, a cui verrà poi aggiunto lo zucchero, si montino a neve gli albumi d'uovo. Una volta aggiunto l'albume al composto di miele e zucchero si mescoli fino ad ottenere un impasto omogeneo e si continui la cottura. In seguito si aggiunga la frutta secca (sbucciata e eventualmente tostata) e si crei un impasto da distribuire su un foglio d'ostia disposto in una teglia; al livellamento della parte superiore seguirà l'aggiunta di un secondo foglio d'ostia e il raffreddamento che renderà il torrone duro e croccante.

- **Consigli:** il torrone di qualità si conserva per quasi due anni e deve infrangersi alla caduta su un corpo duro in tanti pezzetti e schegge, non deve risultare elastico ma, anzi, deve sciogliersi in bocca.

- **Manifestazioni correlate:** a novembre si svolge a Cremona la “Festa del Torrone”, una rassegna annuale che interessa tutte le aree principali della città di Cremona.

- **Classificazione:** De.Co.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali

[www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

Viaggio tra i sapori della Lombardia [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/Viaggio%20tra%20i%20sapori%20della%20Lombardia\\_13383\\_930.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/Viaggio%20tra%20i%20sapori%20della%20Lombardia_13383_930.pdf) (consultato il 15/03/2017).

# Torta di mandorle

provincia di Cremona

- **Cenni storici:** la torta di mandorle, detta anche Torta Cremona, è uno dei tanti dolci cremonesi a base di mandorle. La scelta delle mandorle nella pasticceria cremonese non è casuale: esse riuscivano a conservarsi a lungo tempo senza che il sapore venisse compromesso e riuscivano a “resistere” all’umidità e al freddo di alcuni territori della provincia di Cremona, a differenza di altri frutti che per essere conservati venivano lavorati assieme allo zucchero diventando mostarde o conserve di vario tipo. La mandorla simboleggia il dolce fresco e casalingo cremonese ed è uno degli ingredienti nella preparazione di molte prelibatezze pasticciere locali. Esistono varie ricette e differenze di ingredienti fra una ricetta e l’altra, alcune pasticcerie hanno personalizzato il dolce proprio grazie a questa possibilità di scelta.

- **Ingredienti:**

- farina tipo 0
- zucchero
- lievito in polvere
- uova
- mandorle sbucciate
- marmellata a scelta
- vaniglia
- burro
- aroma di mandorla amara

- **Preparazione:** fate un impasto omogeneo con farina, zucchero, uovo e burro e l’aroma di mandorla amara. Successivamente stendete l’impasto sul fondo di uno stampo a cerchio apribile, distribuendovi parte della marmellata, e versate sopra di esso il ripieno: un composto di tuorli d’uovo sbattuti, zucchero, vaniglia e mandorle assieme agli albumi di uovo, montati a neve, mescolati a zucchero, burro e lievito in polvere. Cospargete il tutto con zucchero a velo e la marmellata restante formando una griglia a rombi. Infornate a forno abbastanza caldo e cuocete per meno di un’ora.

- **Fonti:** Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017).

# Classificazione dei piatti tipici di un'area specifica del cremonese (Area sovra comunale)

## Gnòc à la mulinèra

areale comuni del Casalasco

• **Cenni storici:** gli *gnòc à la mulinèra* sono un piatto tipico del casalasco e dei territori in prossimità del punto di confluenza dell'Oglio nel Po. Per *mulinèra* si intende il “mugnaio”, ovvero il lavoratore addetto alla trasformazione dei cereali in farina grazie ai mulini ad acqua, presenti in grandissimo numero sulle rive del Po fino agli anni Quaranta del Novecento. I mulini fluviali del Po oggi sono pressoché scomparsi. Il piatto fu inventato proprio dai mugnai del casalasco che avevano acqua e farina in abbondanza mentre patate e uova (utilizzate per fare gli gnocchi in molte altre parti d'Italia) scarseggiavano. La storia di questo piatto è giunta fino a noi grazie a Teresa Padova, una signora di Fossacaprara che gestiva una piccola osteria in cui il piatto veniva servito; il padre, il mugnaio Giovanni detto Vincenzone, sembra essere stato uno dei precursori di questo prodotto, tramandato di generazione in generazione e recuperato oggi grazie agli organizzatori della sagra di Fossacaprara che hanno riproposto il piatto nel 2013, anno della scomparsa di Teresa, ultima “ambasciatrice” degli *gnòc*.

• **Ingredienti (per 4 persone):**

- 200 g di farina
- acqua bollente a 100 °C
- un pizzico di sale

• **Elaborazione:** preparate una fontana di farina e versate delicatamente nel centro l'acqua bollente (aggiungendo un pizzico di sale) per procedere con l'impasto, eseguito lentamente e con l'ausilio di una forchetta o un coltello, che sarà ultimato quando sarà omogeneo ed elastico. Lasciate qualche minuto a raffreddare e procedete alla lavorazione: stendete delle fila di impasto del diametro di 2 cm circa e sezionatele in parti di 3-4 cm. La fase successiva è quella più delicata e più importante di tutta la lavorazione: strisciate con tre dita il filoncino di impasto di modo da arricciare la pasta su sé stessa, il risultato dovrebbe essere un filoncino arrotolato a chiocciola. Lo gnocco a questo punto è pronto, si può procedere alla cottura in acqua bollente.

- **Consigli:** essendo un piatto largamente in uso fra le famiglie povere si usava consumarlo assieme a un filo d'olio e un sugo di fagioli e patate a cui poteva venire anche aggiunta la passata di pomodoro. Emblematica la scelta di condire con le patate per "compensare" l'assenza di queste nella preparazione dello gnocco, tuberi probabilmente presenti nelle case dei mugnai del Po, non abbastanza per farci gli gnocchi ma quanto basta per fungere da loro condimento. Si consiglia, inoltre, di cuocere gli gnocchi non appena conclusa la fase di preparazione dei medesimi, di modo da evitare che si secchino.
- **Fonti:** Premiate Trattorie Italiane <https://premiatetrattorieitaliane.com/2013/10/02/gnoc-a-la-mulinera/> (consultato il 14/03/2017).

## Insalata di faraona alla Stefani

areale comuni del Casalasco

a cura della trattoria "Caffè la Crepa" di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** Bartolomeo Stefani fu capocuoco presso la corte dei Gonzaga a Mantova nel XVII secolo. Nel 1662 pubblicò il libro *L'arte di ben cucinare* dedicandolo ad Ottavio Gonzaga, principe di Vescovato, cittadina nel cremonese. La faraona è un animale consumato da secoli nei territori della provincia di Cremona, è piuttosto nota a Cremona e dintorni la *faraona alla Stradivari*, piatto dedicato al grande liutaio cremonese. Questa variante qui presentata vuole essere un incontro fra la cucina mantovana-gonzaghesca (un noto piatto del mantovano è *l'insalata di cappone alla Stefani*) e quello dei territori del cremonese e del casalasco, per l'appunto la faraona. Il piatto oggi può essere gustato alla trattoria "Caffè la Crepa", cucinato dallo chef Franco Malinverno.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- mezza faraona allevata a terra
- olio EVO
- 4 noci di burro
- 4 foglie di salvia
- 2 rametti di rosmarino
- 80 g di canditi (cedro e arancia)
- 20 g di uvetta secca
- 8 pomodorini datterini
- sale
- pepe



- aceto balsamico
- insalata a piacere

• **Preparazione:** sistemate in una teglia la mezza faraona (non disossata) con burro, salvia, rosmarino, olio, sale e pepe e cuocetela in forno alla temperatura di 160 °C, per un'ora circa, coperta da carta stagnola di modo da conservarne il vapore. Questa operazione serve a conferire morbidezza e succosità alla carne. Una volta terminata la cottura disossate la faraona e tagliatela in piccoli pezzi. Prendete una ciotola dove metterete l'insalata assieme a canditi, pomodorini divisi in quattro parti, uvetta, sale, pepe e poco aceto balsamico. Unite il tutto alla faraona disossata e impiattate decorando secondo i vostri gusti.

• **Consigli:** ideale come antipasto o secondo leggero; la frutta secca, i canditi e l'aceto balsamico sono a discrezione del consumatore, ma si consiglia sempre di non esagerare, soprattutto con l'aceto, per evitare di coprire il particolare sapore della carne di faraona.

## Pipètò (o nusèt)

areale comuni del Cremasco

• **Cenni storici:** si hanno poche notizie sulle origini di questo piatto povero di origine presumibilmente contadina. Il nome deriva dal verbo dialettale cremasco *pipà* (pipare) ovvero stufare lentamente, come si usava fare con la verza, lasciandola stufare per ore fino a disfarsi completamente. L'altro nome con cui è conosciuto il piatto, *nusèt*, deriva da *nùs*, il termine cremasco con cui si indica la noce moscata, spezia con cui si condisce la verza.

• **Ingredienti:**

- verza
- Grana Padano grattugiato
- uovo (intero)
- aglio
- un pizzico di spezie miste (cannella, chiodi di garofano ecc.)
- burro
- noce moscata
- sale

• **Preparazione:** pulite la verza e rimuovete le coste centrali, successivamente scottate le foglie in acqua bollente; procedete scolando e strizzando la verza si-

no a togliere più acqua possibile di modo da ottenere una sorta di purea di verza. Scaldate in un tegame abbastanza ampio il burro con dell'aglio pestato e unite la verza assieme alle spezie, il sale e la noce moscata. Lasciate cuocere per mezz'ora circa mescolando in continuazione per evitare che si attacchi al fondo della padella; a cottura quasi ultimata unite quattro o cinque cucchiaini di grana grattugiato e un uovo sbattuto, continuate a mescolare lasciando il tegame sul fuoco per altri due o tre minuti.

- **Consigli:** essendo un piatto invernale si suggerisce di servirlo molto caldo accompagnato da bolliti cremaschi e formaggi locali.

## Salva con le tighe

areale comuni del Cremasco

- **Cenni storici:** il Salva cremasco è un formaggio DOP di latte vaccino a pasta cruda e lunga stagionatura diffuso in tutta la parte orientale della Lombardia. Il nome deriverebbe dall'esigenza di salvare il latte in eccesso prodotto all'inizio della stagione estiva quando le mucche consumavano una maggiore quantità di erba e, dunque, producevano una maggiore quantità di latte. L'aggiunta delle tighe – peperoni verdi locali conservati sotto aceto – è avvenuta in un momento storico non identificato con precisione, probabilmente già quando gli allevatori cremaschi producevano il formaggio nelle cascine di campagna. Il piatto è consumato nel territorio di Crema da lungo tempo ed è diventato uno dei piatti principali della gastronomia cremasca.

- **Ingredienti:**

- 250 g di salva
- 150 g di tighe
- olio EVO
- pepe nero
- aceto bianco

- **Preparazione:** pulite i peperoni togliendo i semi e tagliateli a fettine, successivamente versateli in un pentolino e copriteli d'acqua. Aggiungete un bicchiere di aceto e fateli sbollentare a fuoco vivo per una decina di minuti, in seguito scolateli e lasciateli raffreddare. Tagliate il salva a quadretti di 1 cm circa per lato e, una volta che i peperoni si sono raffreddati per bene, aggiungetelo alle tighe. Lasciate raffreddare, eventualmente in frigorifero, e servite

dopo aver condito con un filo di olio EVO e pepe nero in grani macinato sul momento.

- **Classificazione:** De.Co.

## Scaloppe di fegato grasso d'oca alla cremasca

areale comuni del Cremasco

- **Cenni storici:** l'allevamento dell'oca era assai diffuso nel territorio cremasco. Fino al primo dopoguerra il fegato d'oca ingrassata veniva venduto a Crema in un apposito mercatino in riva al fossato del fiume Serio dove un banditore ne fissava il prezzo per gli acquirenti della città e dei territori vicini, soprattutto quelli provenienti da Milano. L'uso del fegato e di tutte le altre parti dell'oca trovano ampio impiego nella cucina cremasca anche se oggi il suo uso è piuttosto ridotto.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 500 g di fegato grasso d'oca

- **Preparazione:** la preparazione è particolarmente semplice: è sufficiente scaldare un tegame senza aggiungere olio o grassi e porvi il fegato d'oca precedentemente tagliato in fette sottili (scaloppe). A questo punto scottate le scaloppe girandole di tanto in tanto. Una volta conclusa la fase di cottura aggiungete un pizzico di sale e adagiatele su polenta o purè di patate che ne ricevono i preziosi umori e ne esaltano i sapori.

- **Consigli:** non attardatevi troppo, l'intera fase di preparazione richiede pochi minuti.

## Spongarda di Crema

areale comuni del Cremasco

- **Cenni storici:** la Spongarda ha origini antiche, lo storico cremasco Pietro Terini sostiene che il dolce fosse già presente in un banchetto nel 1526 offerto da Malatesta Baglioni; fonti più affidabili, una vecchia ricetta posseduta dal pastic-

cere Pier Luigi Radaelli, daterebbero la prima apparizione ufficiale della ricetta all'anno 1755. Il ripieno del dolce ha probabilmente origini rinascimentali, vista la presenza delle spezie tra gli ingredienti. Crema risulta l'unica città lombarda dove è testimoniata la presenza della torta "Spongarda" (dal latino *spongia*: spugna) quale dolce di nobile tradizione; esistono difatti dolci simili, tanto nella composizione quanto nel nome, a Brescello (RE), la *Spongata*, e a Sarzana (SP), la *Spungata*.

- **Ingredienti:**

- 3 kg di farina bianca
- burro (sciolto in acqua bollente)
- vaniglia
- uva sultanina
- miele d'acacia
- mandorle
- noci di Sorrento
- nocciole piemontesi
- fichi secchi
- cedro diamante (tagliato a cubetti)
- frutta secca (tostata e sminuzzata)
- spezie miste

- **Particolarità:** la Spongarda si presenta come una torta bassa di pasta compatta elegantemente pizzicata e traforata sui lati e sulla superficie. L'involucro di pasta racchiude un ricco ripieno di frutta secca, canditi e spezie. La preparazione è piuttosto laboriosa, l'assemblaggio degli ingredienti citati avviene in un tegame di coccio dove rimarrà per un periodo non inferiore alle 48 ore al fine di completarne la maturazione. Proprio a causa della macchinosità della preparazione nel 2009 alcune pasticcerie cremasche si sono unite nella "Congrega della Spongarda" per tutelarne la produzione, secondo la ricetta originale, e la diffusione fuori dai confini del Cremasco.

- **Consigli:** si consuma solitamente nel periodo natalizio e, più in generale, nella stagione invernale; si suggerisce a tal proposito di accompagnarla con una tazza di tè nero caldo, se consumata a merenda, o con un vino dolce corposo, se consumata a fine pasto. Si conserva particolarmente bene, può essere consumata anche molti giorni dopo la preparazione.

- **Classificazione:** PAT dal 2014.

# Torta Bertolina

areale comuni del Cremasco

- **Cenni storici:** la Torta Bertolina affonda le sue origini nell'Ottocento, per quanto ci siano accenni a una sorta di focaccia dolce piuttosto simile già in alcuni documenti del Seicento: Giuseppe Bresciani nel 1638 parlava di questa focaccia nel suo *Diario curioso di quello che s'osserva giornalmente nella Città di Cremona tanto nelle cose spirituali che temporali*. Il nome sembra derivare dalla statua di Berta, portata in processione il 14 agosto già dal XVI secolo. Il periodo dell'anno del dolce è il mese di settembre; la torta difatti si fonda sull'uva americana, o uva fragola, importata in Italia nella modernità grazie alla sua capacità di resistere a alcuni funghi e insetti che stavano devastando le viti locali.

- **Ingredienti:**

- ½ kg di farina bianca
- 2 uova
- zucchero q.b.
- latte
- lievito
- olio
- uva fragola q.b.

- **Preparazione:** create una fontana di farina e inserite nel centro un tuorlo d'uovo, un uovo intero, un cubetto di lievito sciolto in un bicchiere di latte e dell'olio. Impastate tutto creando un composto omogeneo; oliate una tortiera e aggiungete uno strato di impasto che verrà ricoperto di uva fragola e zucchero. Aggiungete un altro strato di impasto sopra la farcitura d'uva e versate sopra l'ultimo strato di olio e zucchero mescolati. Lasciate lievitare nella tortiera quindi cuocete il tutto a 180 °C per dieci minuti.

- **Manifestazioni correlate:** a settembre si tiene a Crema la Festa della Bertolina, nata per omaggiare il dolce locale che circola proprio in quel periodo dell'anno, da fine agosto a fine settembre.

- **Classificazione:** De.Co.

# Tortelli cremaschi

areale comuni del Cremasco

- **Cenni storici:** i Tortelli cremaschi rappresentano la pasta ripiena principale dei territori di Crema e dintorni; essi sono diffusi quasi esclusivamente nella Diocesi di Crema, oggi composta da 63 parrocchie, che fu sottoposta alla dominazione veneziana per più di tre secoli. La presenza di spezie fa pensare a influenze esterne, probabilmente dalla vicina Mantova in cui le spezie erano in uso già durante il rinascimento, così come gli amaretti, arrivati probabilmente dall'area dell'altomilanese; da quella zona provengono difatti i famosi amaretti di Saronno. La ricetta attuale si è consolidata verso la fine dell'Ottocento. Nel 1931 la *Guida gastronomica d'Italia* del Touring Club Italiano li consacrava a specialità cremasca per eccellenza, assieme alla Spongarda di Crema.

- **Ingredienti:**

- 500 g di farina tipo 0
- sale
- acqua tiepida
- 200 g di amaretti scuri confezionati con cacao amaro
- 100 g di uva sultanina
- 50 g di cedro candito
- 100 g di Grana Padano grattugiato
- 1 biscotto mostaccino
- 1 uovo intero
- scorza di limone
- noce moscata
- anice o marsala
- una mentina grattugiata
- brodo

- **Elaborazione:** impastate la farina assieme all'acqua calda fino a formare un composto elastico di colore bigio. Successivamente si tirerà la sfoglia dalla quale si ricaveranno dischi di pasta utilizzando il bordo di un bicchiere. Pestate gli amaretti e tritate gli altri ingredienti unendoli all'uovo, amalgamate bene e lasciate riposare l'impasto per un giorno. Riempite i dischi di pasta, serrate i bordi e pizzicate i lembi.

- **Manifestazioni correlate:** ad agosto si tiene la “Tortellata Cremasca”, manifestazione che celebra il prodotto; sospesa nel 2013 per problemi organizzativi ha ripreso nell'anno 2014 grazie anche alla collaborazione di un agriturismo e altre associazioni locali.

# Bollito di Cremona

areale comuni del Cremonese

- **Cenni storici:** Cremona è una città piuttosto nota nel settentrione per i suoi brodi e per le carni lessate, accompagnate da conserve e salse tipiche del territorio cremonese. Ne esistono alcune varianti, tutte sorte all'interno delle famiglie numerose che nel periodo natalizio, in cui erano solite riunirsi, si dedicavano alla lavorazione di tutte le carni presenti in casa. Il bollito più famoso a Cremona è il derivato dei "tre brodi" in cui vengono cotti i marubini: brodo di bovino adulto e pollame (cappone o gallina), brodo di vitello e brodo di salame da pentola. Ideale per banchetti da più di 12 persone, è accompagnato ancora oggi da salse e contorni ideati appositamente per il bollito – come la salsa verde agrodolce con prezzemolo, pomodoro e aceto – o accostato alla celeberrima mostarda cremonese, la cui dolcezza bilancia il gusto pieno e intenso delle carni bollite e salate.

- **Ingredienti:**

- carni magre di manzo
- pollo, gallina o cappone
- testina e lingua di vitello
- salame da pentola
- verdure da brodo a scelta (carote, sedano, cipolle...)
- aromi a scelta (alloro, chiodi di garofano, pepe a grani...)
- acqua
- sale

- **Preparazione:** serviranno tre pentole per la preparazione di questi brodi: una per il manzo e il pollame, una per il vitello e l'ultima per il salame da pentola. Le tre carni hanno differenti tempi di cottura e necessitano una differente aromatizzazione di verdure e odori, il bilanciamento dei sapori varia a seconda dei gusti; essenziale è far raggiungere la cottura contemporaneamente. Si tenga presente che il salame da pentola necessita poche decine di minuti mentre manzo e pollame solitamente impiegano più di due ore per la cottura. Una volta pronti i brodi si prelevano i pezzi di carne più gustosi e li si accompagna con le salse, le conserve alla senape o la mostarda cremonese.

- **Manifestazioni correlate:** a novembre nella città di Cremona si teneva la Festa del gran bollito cremonese, l'evento è stato annullato qualche anno fa e non si è più tenuto.

- **Fonti:** Andiamo a tavola, sito dedicato alla gastronomia della provincia di Cremona [www.andiamoatavola.it/prodotti\\_tipici/gran-bollito-cremonese/](http://www.andiamoatavola.it/prodotti_tipici/gran-bollito-cremonese/) (consultato il 15/03/2017).

Nuovo codice cucina Lombardia [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 15/03/2017).

## Büseca

areale comuni del Gera d'Adda

a cura della Pro Loco di Rivolta d'Adda

• **Cenni storici:** la büseca è un piatto tipico delle fiere patronali, come quella di Sant'Apollonia, e dei giorni di mercato invernali. È il classico piatto adatto ai periodi freddi dell'anno, si mangia da moltissimo tempo nei territori della Gera d'Adda; si suol dire di questo piatto che “più cuoce e più è buono”.

• **Ingredienti:**

- 800 g di trippa di vitello
- 20 g di burro
- 1 cucchiaio di olio
- 1 cipolla
- 2 gambi di sedano
- 2 carote
- salvia
- alloro
- ½ bicchiere di vino bianco
- 1 cucchiaio di salsa di pomodoro
- 2 lt di brodo vegetale
- 200 g di fagioli bianchi di Spagna
- Grana Padano DOP
- sale
- pepe

• **Preparazione:** tagliate a listarelle la trippa precedentemente scottata in acqua bollente. Nel frattempo fate rosolare la cipolla con olio e le erbe aromatiche e, una volta che questa si è ingiallita, aggiungete le verdure sminuzzate. Dopo dieci minuti di cottura unite la trippa e il vino; a questo punto potete coprire la trippa con del brodo caldo in cui sciogliere il pomodoro, regolate di sale e proseguite la cottura a pentola coperta per due ore circa. Cuocete in una pentola a parte i fagioli e versateli a cottura ultimata nella pentola della trippa; lasciate cuocere per altri dieci minuti. Servite assieme a una spolverata di Grana Padano.



## Fretada Rugnusa

areale comuni del Gera d'Adda  
a cura della Pro Loco di Rivolta d'Adda

• **Cenni storici:** come altri piatti diffusi nella Gera d'Adda questa pietanza si basa su prodotti piuttosto comuni nel territorio boschivo e agricolo delle terre bagnate dal fiume Adda. La carne di maiale non era molto usata prima della produzione su scala industriale; il maiale veniva ucciso dalle famiglie contadine in autunno e rappresentava l'unica riserva di carne. Per tale motivo gli abitanti dei villaggi nei pressi dell'Adda impararono a lavorare la carne in molteplici maniere, in modo da sfruttarla al meglio assicurandosi una vasta gamma di prodotti, soprattutto insaccati, da consumare durante i mesi più freddi.

• **Ingredienti:**

- 8 uova
- 15-20 fette di salame
- Grana Padano DOP q.b.
- olio
- sale

• **Preparazione:** spellate il salame e fatelo a pezzettini da unire alle uova che verranno sbattute, assieme al Grana e al sale, per formare un composto liquido omogeneo. Scaldate l'olio in una padella antiaderente e aggiungete il composto cuocendolo come si fa per la frittata comune; si consiglia di girare la frittata a metà cottura.

## Rüsümada

areale comuni del Gera d'Adda  
a cura della Pro Loco di Rivolta d'Adda

• **Cenni storici:** la *Rüsümada* è un'antica bevanda, diffusa principalmente nella Lombardia settentrionale ma anche nei territori della Gera d'Adda. La radice dialettale del nome rimanda al rosso d'uovo (*rüss d'oof*); la sua preparazione è molto simile a quella dello zabaione. Oggi è quasi scomparsa per quanto sia semplice e veloce da preparare e abbia delle proprietà benefiche che in passato l'avevano resa un importante protettivo dai malanni da raffreddamento.

- **Ingredienti:**

- 4 uova
- 4 cucchiari di zucchero
- 4 bicchieri di vino rosso

- **Preparazione:** sbattete i tuorli d'uovo in una terrina. Montate a neve l'albume assieme allo zucchero ed aggiungete i tuorli, continuate a sbattere e aggiungete il vino. Quando sarà diventato un composto omogeneo liquido dal colore rosa scuro sarà pronto per essere servito.

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Cremona

## Ufela

Calvatone (CR)

a cura della Pro Loco di Calvatone

in collaborazione con la pasticceria “Dolce Follia” di Calvatone

- **Cenni storici:** l’Ufela viene prodotta per la prima volta nel 1927 presso l’attività del mastro fornaio Antonio Crema; l’attività nel 1965 passa alla figlia Luigia Crema e a sua volta alla nipote Lucilla Corbari che, assieme al marito Maurizio Bardella, ha contribuito alla diffusione del dolce e al riconoscimento come prodotto tipico locale.
- **Ingredienti:**
  - farina di frumento tipo 00
  - burro
  - acqua
  - sale
- **Preparazione:** la preparazione è piuttosto lunga e composta di vari impasti e differenti fasi di lavorazione: la ricetta è attualmente segreta e si tramanda di generazione in generazione.
- **Consigli e osservazioni specifiche:** essendo molto leggera la sfoglia di cui si compone, l’Ufela si abbina bene sia con il dolce sia con il salato. È prodotto solo a Calvatone, piccolo comune di 1300 abitanti nei pressi del fiume Oglio, motivo per cui ha una diffusione piuttosto limitata.
- **Classificazione:** PAT.

# Blisgòn

Casalmaggiore (CR)

a cura della Pro Loco di Casalmaggiore

- **Cenni storici:** la ricetta del tortello di zucca è molto antica e costituisce, probabilmente, una rielaborazione popolare del più nobile agnolino, tipico del mantovano, eseguita utilizzando ingredienti a basso costo. Le sue origini si perdono nella più antica storia gastronomica: non vi è, infatti, traccia nei documenti storici intorno all'origine e all'epoca in cui si è iniziato a produrre questo piatto, ma i tortelli di zucca sono senz'ombra di dubbio uno degli elementi che maggiormente identifica il territorio. Il curioso nome deriva dal termine dialettale *blisgèr*, che significa "scivolare".

- **Ingredienti:**

- farina di tipo 00
- uova
- sale
- amaretti
- zucca
- mostarda di Cremona
- burro
- Grana Padano DOP

- **Preparazione:** pulite la zucca togliendo via buccia e semi, tagliatela dunque in pezzi grossi e cuocetela su una teglia in forno a 150 °C. Passarla in seguito al setaccio unendovi gli amaretti sbriciolati finemente, la mostarda tritata e un pizzico di sale. Preparate la pasta creando un impasto omogeneo di farina, uova e sale; dopo aver lasciato riposare l'impasto procedete alla stesura su un piano con un mattarello, disponete sopra la pasta dei piccoli mucchi di ripieno, dunque ritagliate la pasta necessaria per chiudere il tortello. Cuocete, infine, in acqua bollente e condite con burro fuso e Grana Padano grattugiato.

- **Consigli e osservazioni specifiche:** solitamente i Blisgòn si condiscono con burro e salvia ma si usa anche mangiarli accompagnati da un sugo di pomodoro.

- **Manifestazioni correlate:** in novembre, in occasione della Fiera di San Carlo, si svolge la "Sagra del Cotechino e del Blisgòn"; l'evento riunisce due delle prelibatezze più importanti della cucina casalasca.

- **Classificazione:** De.Co. dal 2010.

# Chisulì

Crema (CR)

- **Cenni storici:** i *Chisulì* sono un piatto piuttosto povero diffuso a Crema sin da tempi antichi, oggi è pressochè impossibile ricostruirne la storia precisa ma sappiamo che da sempre si consumano nel periodo di carnevale. Come alcuni tipi di frappe/chiacchiere, e come gli strufoli, i Chisulì sono un dolce fritto carnevalesco consumato quasi esclusivamente durante quel periodo dell'anno.

- **Ingredienti:**

- farina tipo 0
- 1 uovo
- zucchero semolato
- scorza di limone
- lievito di birra
- latte
- sale
- bicarbonato di sodio
- uvetta (o pezzetti di mela)
- olio (per a frittura)

- **Preparazione:** amalgamate gli ingredienti fino ad ottenere una pastella morbida e semiliquida. Predisponente un tegame con abbondante olio per friggere, portate l'olio a temperatura molto alta e immergete la pastella a cucchiariate (un cucchiaino alla volta) fino a che non sia completa la doratura della frittella. Scolate, zuccherate e disponete su carta da cucina.

# Biscotto mostaccino

Crema (CR)

- **Cenni storici:** il mostaccino è un biscotto speziato diffuso a Crema da secoli: ingrediente essenziale per la preparazione del tortello cremasco, è stato prodotto sin dal XIX secolo dalla ditta Tadini di Crema e, successivamente, dalla pasticceria Radaelli, sempre di Crema. Il biscotto è rinomato per il suo sapore intrigante e speziato, poco comune per un biscotto di pasticceria, e per la sua

durezza: per quanto sia frequentemente utilizzato per la preparazione dei tortelli viene utilizzato anche come digestivo o come alimento per merende e colazioni.

- **Ingredienti:**

- farina tipo 0
- zucchero
- acqua
- fecola di patate
- uova
- mandorle
- cacao
- burro
- cannella
- semi di coriandolo
- noce moscata
- semi carvi
- chiodi di garofano
- macis
- anice stellato

- **Elaborazione:** pestate tutte le spezie in un mortaio, ad eccezione della cannella e della noce moscata che andranno grattugiate; mescolate le spezie a farina, acqua, zucchero, fecola e uova e create un impasto omogeneo che verrà successivamente steso con un mattarello. Create con l'aiuto di un coltello i biscotti, dando loro la tradizionale forma di foglia, e disponeteli in una teglia con carta da forno inumidita; cuocete il tutto a forno caldo per venti minuti.

## Treccia d'oro

Crema (CR)

- **Cenni storici:** la Treccia d'oro è un dolce piuttosto giovane, fu inventata fra il 1937 e il 1938, e presentata per la prima volta alla fiera di Padova, dal pasticciere Zironda che aprì pochi anni dopo la "Pasticceria Zironda" a Crema. Vittorio Macalli, apprendista presso la suddetta pasticceria, subentrò al maestro Zironda e continuò la produzione del dolce contribuendo alla sua diffusione; nel 1954 aprirà una pasticceria in Piazza Garibaldi a Crema dandole il nome della famosa treccia. Ormai la treccia d'oro è entrata nella tradizione

cremasca ed è diventato uno dei simboli della tradizione dolciaria locale: vanta ben due certificazioni, il marchio De.Co. e la presenza nella lista dei prodotti tipici lombardi.

- **Ingredienti:** il peso del dolce varia da un chilogrammo a un chilo e duecento grammi e si presenta a forma di treccia. Gli ingredienti di base sono:
  - farina tipo 00
  - burro
  - zucchero
  - sale
  - uova
  - lievito di birra
  - vanillina
  - arancio e cedro canditi
  - uva sultanina
  - acqua
  - zucchero a velo per la copertura
- **Preparazione:** la ricetta ad oggi è segreta e gelosamente custodita dalla pasticceria “Treccia d’oro” di Crema.
- **Consigli:** la treccia d’oro va mangiata da sola ma si accompagna bene alla crema al mascarpone o alla crema inglese. Si suggerisce di consumarla leggermente tiepida e consumarla nel giro di un paio di settimane dall’acquisto.
- **Classificazione:** PAT dal 7 aprile 2000, De.Co. dal 2011.

## Torta Turunina

Cremona (CR)

a cura della “Pasticceria Betti” di Cremona

- **Cenni storici:** la Torta Turunina non è un dolce che vanta una storia secolare, a differenza di altri prodotti della pasticceria cremonese; essa è nata difatti alla fine degli anni Novanta dall’idea di un gruppo di pasticceri cremonesi che, in occasione di una delle prime edizioni della Festa del Torrone, ha voluto omaggiare la città con un dolce che richiamasse il famoso torrone. Ne nacque un dolce che fra gli ingredienti presenta proprio la granella di torrone e nel nome richiama la specialità cremonese.
- **Ingredienti:**
  - burro
  - uova

- zucchero
- farina tipo 00
- miele
- torrone
- lievito

- **Preparazione:** la preparazione è la stessa della torta paradiso; montate a neve il burro con lo zucchero e, una volta amalgamato il tutto, unite le uova. Dopo aver ottenuto un composto omogeneo aggiungete il miele, nel frattempo setacciate la farina e il lievito. Unite la farina alla granella di torrone e aggiungete il tutto al composto montato, così da creare una pastella che verrà inserita in appositi stampi di forma rettangolare. Infornate e cuocete per tre quarti d'ora a 170 °C, a fine cottura glassate la torta con il miele e ricopritela con ulteriore granella di torrone.

- **Classificazione:** De.Co. dal 19 dicembre 2007.

## Gnocchi di patate

Derovere (CR)

a cura della Pro Loco di Derovere

- **Cenni storici:** gli gnocchi di patate sono uno dei prodotti più antichi e rappresentativi del territorio deroverese; le patate furono, assieme alla polenta, uno degli alimenti più consumati dai contadini del luogo che preparavano gli gnocchi di patate utilizzando anche le uova, con l'intento di rendere il prodotto nutriente e proteico. Poco distante, nel casalasco e nei territori bagnati dal Po e dall'Oglio, gli gnocchi sono piuttosto differenti visto che non presentano né uova né patate fra gli ingredienti ma solamente acqua e farina.

- **Ingredienti:**

- farina bianca
- patate
- uova
- sale

- **Elaborazione:** lessate le patate e schiacciatele, unite il tutto alla farina e alle uova aggiungendo un pizzico di sale; create un impasto omogeneo e fatelo a strisce che taglierete in pezzetti che, lavorati su un letto di farina, diventeranno gli gnocchi, pronti per essere cotti in acqua bollente e mangiati.



- **Manifestazioni correlate:** fra la fine di aprile e l'inizio di maggio (indicativamente fra la Festa della Liberazione e il Primo Maggio) si tiene a Derovere la Sagra dello Gnocco, rassegna che attira persone dal cremonese e dal casalasco e dove è possibile gustare gli gnocchi di Derovere con i condimenti locali: gorgonzola, ragù o zucca.

## Gnòc à la mulinera con pesto selvatico di Isola Dovarese

Isola Dovarese (CR)

a cura della trattoria “Caffè la Crepa” di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** gli *gnòc à la mulinèra* (traducibile in italiano con gli “gnocchi del mugnaio”) sono un piatto tipico del casalasco e, genericamente, di tutti i territori che si trovano in prossimità del punto di confluenza dell’Oglio nel Po, ovvero la parte orientale della provincia di Cremona, delimitata a sud dal confine con l’Emilia e a est con i confini della provincia di Mantova. Il nome del piatto deriva dai suoi ideatori, i mugnai che popolavano le sponde dei due fiumi: non a caso gli “gnocchi del mugnaio” sono composti esclusivamente da acqua e farina, due dei pochi ingredienti che non mancavano mai sulla tavola delle povere famiglie di mugnai del casalasco. Il piatto qui presentato nasce dall’incontro di più prodotti locali – gli gnocchi *à la mulinèra* e le erbe che si trovano nel pesto selvatico locale, tutte largamente usate nel territorio di Isola Dovarese – combinati sapientemente dalla famiglia Malinverno che da generazioni gestisce la trattoria “Caffè la Crepa” e propone questo piatto a clienti e commensali.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 200 g di farina 00
- acqua bollente a 100 °C
- sale
- malva
- borragine
- bietole
- rucola
- pinoli
- erba San Pietro
- olio EVO
- ½ spicchio d’aglio
- Grana Padano DOP

- **Preparazione:** preparate una fontana di farina e vuotate nel centro l'acqua bollente (con l'aggiunta di un pizzico di sale) impastando lentamente, aiutandovi con una forchetta o un coltello, sino ad ottenere un impasto elastico e omogeneo. Lasciate raffreddare l'impasto per qualche minuto. Procedete dunque alla lavorazione stendendo delle fila dal diametro di 2 cm l'una, circa, e dividete il tutto in pezzetti di 3-4 cm di lunghezza. Stirate con tre dita i pezzi di impasto arrotolando la pasta su sé stessa sino a formare dei piccoli filoncini leggermente arrotolati. Una volta terminata questa fase si proceda subito alla cottura in abbondante acqua bollente, salata con sale grosso. Due-tre minuti di cottura sono sufficienti. Per quanto riguarda il pesto: sbollentate le erbe, ad esclusione dell'erba San Pietro, e successivamente strizzatele per riporle poi in un recipiente cilindrico assieme all'erba San Pietro. Frullate il tutto assieme a pinoli, olio, sale e aglio, come per il pesto genovese. Arrivati a questo punto unite gli gnocchi con il condimento e eventualmente aggiungete una spolverata di formaggio grattugiato o dell'olio.
- **Consigli:** si suggerisce di non aspettare troppo tempo fra la preparazione degli gnocchi e la loro cottura così da evitare che i medesimi si seccino.

## Isolini

Isola Dovarese (CR)

a cura della “Bottega del Biscotto dei Fratelli Castellucchio” di Isola Dovarese

- **Cenni storici:** gli isolini sono dei biscotti piuttosto recenti; ideati da Davide e Enrico Castellucchio negli anni Ottanta, si sono diffusi rapidamente in tutto il territorio cremonese fino a diventare un prodotto tipico della pasticceria locale. Il nome rimanda a Isola Dovarese, comune dove opera la pasticceria dei fratelli Castellucchio e dove è nato il biscotto isolino. I due fratelli hanno registrato il marchio “Isolini” nel 1999 eleggendolo così a prodotto di alta qualità.
- **Ingredienti:**
  - farina 00
  - burro
  - zucchero
  - uova
  - nocciole
  - marmellata di albicocche

- **Elaborazione:** gli isolini sono dei biscotti di forma oblunga, ottenuti da un impasto di farina, nocciole e burro, infarciti dalla marmellata di albicocche e ricoperti da una glassa croccante e molto dolce. Come per molti biscotti della pasticceria cremonese le fasi di lavorazione prevedono la creazione di un impasto, suddiviso in strisce di qualche centimetro che verranno successivamente infornate.
- **Consigli:** data l'assenza di conservanti si suggerisce di evitare il contatto con l'aria e consumarli nel giro di due mesi dalla preparazione.

## Radici di Soncino

Soncino (CR)

a cura della Pro Loco di Soncino

- **Cenni storici:** le radici di Soncino erano già presenti sui banchetti dei nobili dell'Italia settentrionale, la conferma arriva da dipinti che ritraggono il prodotto assieme a ortaggi tipici e cacciagione. Ad oggi non si hanno informazioni precise sull'arrivo delle radici amare a Soncino. Ci si può affidare alla sola testimonianza dei discendenti delle famiglie Zuccotti e Grazioli, produttori da molti anni di radici e di altri ortaggi sul territorio Soncinese. Una delle prime pubblicazioni inerenti all'argomento, ad opera del Prof. Belloni, affermava che Genova fosse l'area originaria del prodotto denominato "Barbe di Genova" o "Cicoria a grosse radici di Genova". Recenti ricerche da parte di un gruppo di esperti del settore affermano che le radici hanno una provenienza olandese; tuttora in Olanda viene prodotta un'insalata composta dalle foglie dal sapore amarognolo, simile a quello delle radici amare. Il prodotto ha cominciato a diffondersi dentro e fuori il territorio soncinese solamente nel XX secolo grazie alle summenzionate famiglie Zuccotti e Grazioli che avviarono la coltivazione del prodotto su larga scala.
- **Particolarità:** le radici di Soncino fanno parte del genere *cichorium* della famiglia delle *asteracee*. Le cicorie di Soncino fanno parte della specie *intybus* (l'altra specie è l'*endivia*, specie cui appartiene la famosa indivia) e, più nello specifico, del gruppo di "cicorie da cottura" della categoria delle cicorie da radici; dello stesso gruppo fa parte anche la cicoria di Chiavari. Le radici di Soncino appaiono di colore bianco sporco e presentano una forma che ricorda quella di una lunga carota; il sapore è particolarmente amaro e necessitano una lunga fase di preparazione prima di poter essere consumate.

- **Manifestazioni correlate:** a ottobre si svolge a Soncino una sagra tutta dedicata alle radici locali, qui è possibile assaggiare tutti i piatti a base di radici di Soncino.
- **Classificazione:** De.Co. dal 2016.

## Scorzonerà all'acciuga

Soncino (CR)

a cura della Pro Loco di Soncino

• **Cenni storici:** il piatto in questione è abbastanza recente: la produzione su larga scala della radice è un fenomeno che ha interessato il territorio soncinese solo nella contemporaneità. L'unione con le acciughe, prodotto moderatamente diffuso nei mercati del cremonese, è giunta proprio nell'era contemporanea.

• **Ingredienti:**

- 500 g di Radici di Soncino (scorzonerà)
- 2 acciughe
- capperi (un cucchiaino)
- aceto di vino bianco (un cucchiaio)
- olio EVO (4 cucchiaini)
- succo di limone (un cucchiaio)
- timo
- origano
- rosmarino
- salvia

• **Preparazione:** pelate e lavate le radici, successivamente tagliatele a fettine in senso verticale e lessatele in acqua bollente con l'aggiunta del succo di limone, fate cuocere il tutto per 20 minuti circa. Nel frattempo lavate le acciughe per dissalarle, togliete la lisca e tritatele; mettetele in seguito in un tegame con l'olio e fate rosolare a fuoco moderato, mescolando di tanto in tanto, assieme ai capperi tritati e l'aceto. Una volta evaporato quest'ultimo togliete il tegame dal fuoco. Scolate le radici e disponetele sul piatto condendole con la salsa di acciughe; aggiungete gli aromi freschi e servite.

• **Consigli o osservazioni specifiche:** dopo aver pelato e lavato le radici, queste tendono ad ossidare. Si consiglia di procedere in breve tempo a lessarle per evitare la reazione.

## Cotechino in camicia

Soresina (CR)

a cura di Giorgio Armelloni volontario della Pro Loco di Soresina

• **Cenni storici:** non si conoscono le origini esatte di questo piatto, tuttavia il cotechino è particolarmente diffuso nel territorio cremonese e cremasco – a Cremona la versione “vaniglia” in particolare, conosciuta in tutto il territorio provinciale – questa è una variante soresinese diffusasi nella contemporaneità e oggi preparata da trattorie locali e dalle famiglie del paese di Soresina.

• **Ingredienti:**

- un cotechino da 500/600 g
- 500 g di polpa di manzo
- 2 carote
- una costa di sedano
- una cipolla
- uno spicchio d’aglio
- 4 patate (come contorno)
- 1 litro di brodo di carne

• **Preparazione:** fate cuocere il cotechino il giorno prima della preparazione. Preparate la carne ben aperta e ben battuta a bistecca, spellate il cotechino e adagiatelo sulla carne e arrotolate a salame, legate e infarinate. In un tegame abbastanza alto preparate il soffritto con olio, burro e le verdure tagliate molto fini (ad esclusione delle patate). Togliete le verdure dal tegame e al loro posto metete il “salame” lasciandolo rosolare leggermente da tutte le parti così che possa scaldarsi omogeneamente; aggiungete un pizzico di sale e il brodo di carne. Riponete le verdure e le patate intere sbucciate. Fate cuocere per un’ora a fuoco molto basso, a cottura ultimata ponete il salame a fette su un piatto e guarnite la carne con le patate e le verdure colate dal brodo.

## Güsa Fer

Soresina (CR)

a cura di Giorgio Armelloni volontario della Pro Loco di Soresina

• **Cenni storici:** il *Güsa Fer* è conosciuto a Soresina per essere la ricetta del lunedì sera. Da oltre 500 anni il lunedì è giorno di mercato a Soresina e lì i sore-

sinesi avevano la possibilità di acquistare le acciughe provenienti dai territori di mare per preparare questo piatto. I più facoltosi potevano permettersi di sostituire l'aringa con l'acciuga.

- **Ingredienti:**

- 4 acciughe salate
- 3 spicchi di aglio
- ½ bicchiere di olio EVO
- prezzemolo
- aceto (un cucchiaino)

- **Preparazione:** lavate bene le acciughe salate e filettatele; fate rosolare nell'olio gli spicchi d'aglio e aggiungete i filetti di acciuga. Una volta che l'acciuga è quasi sciolta aggiungete prezzemolo e aceto. Servite la salsa ottenuta su una fetta di polenta abbrustolita o su un crostino di pane.

## Regò

Soresina (CR)

a cura di Giorgio Armelloni volontario della Pro Loco di Soresina

- **Cenni storici:** questo piatto esemplifica alla perfezione il concetto per cui non si deve “buttare via nulla” di ciò che si usa in cucina. Le famiglie contadine che avevano degli animali da allevamento nel soresinese erano soliti, nel periodo pasquale o natalizio, *tiraghe el col a la galina, al capòn o al galèt* (tirare il collo alla gallina, al cappone o al galletto) e mettere da parte tutto ciò che solitamente andava buttato. L'animale usato, difatti, veniva preparato privandolo di testa, collo, zampe e interiora. Proprio le interiora (fegato, cuore, stomaco, rognoni e intestino) assieme a collo, testa e zampe servono per preparare il Regò.

- **Ingredienti:**

- testa e collo di gallina, cappone o galletto
- zampe
- cuore, fegato e rognoni
- stomaco
- intestino
- carote
- sedano
- cipolle
- pomodori freschi pelati

- prezzemolo
- rosmarino
- salvia
- aglio
- alloro
- ½ bicchiere di olio EVO
- ½ di vino bianco secco
- ½ litro di brodo
- 3 fettine di lardo o pancetta stesa

• **Preparazione:** fiammeggiate testa e collo e tagliateli a pezzetti; scottate le zampe e spellatele. Dopo aver lavato bene cuore, fegato e rognoni tagliateli a pezzi piccoli. Pulite lo stomaco rimuovendo ciò che si trova all'interno e successivamente tagliatelo a fettine; fate lo stesso lavoro di pulizia e ritaglio con l'intestino. Si suggerisce di usare l'aceto per pulirlo. Preparate un soffritto con olio, pancetta e tutti gli aromi; rosolate testa, collo, zampe, stomaco e intestino; unite sedano e carote e spruzzate il tutto con vino bianco. Successivamente unite i pomodori pelati a pezzi e il brodo lasciando cuocere il tutto per circa un'ora. Se dovesse asciugarsi troppo aggiungete altro brodo. Dieci minuti prima della fine dell'ora di cottura aggiungete il cuore, il fegato e i rognoni, salate il tutto e servite con polenta fumante.

# **Prodotti e piatti tipici della provincia di Mantova**





# La cucina mantovana: di carne, di campo, di acqua dolce

di Paola Sposetti

Nel mantovano il cibo è stato e sarà sempre sinonimo di convivialità. Infatti, fino a pochi anni fa, a metà mattina i lavoratori facevano un intervallo e due chiacchiere davanti ad un piatto di trippe, sempre pronte nelle Osterie. Inoltre, prima dell'inizio di una cena, i commensali si ritrovavano davanti al camino acceso per scambiarsi opinioni e gustare il Sorbir d'Agnoli, questo originale antipasto-aperitivo a base di Agnoli con il brodo e l'aggiunta di Lambrusco. Se all'inizio del pranzo o della cena veniva proposto il Tortello di Zucca, sapiente connubio fra dolce e salato, a base di Zucca Mantovana, reperibile su tutto il territorio, o Zucca Cappello del Prete, tipica del Basso Mantovano, la ricorrenza doveva essere speciale. Oggi, al contrario, essendo cambiati i tempi si mangiano più di frequente. Anzi, le tipologie di tortelli che si possono assaggiare sono molteplici: nell'Alto Mantovano il Tortello Amaro la fa da padrone, mentre quello a base di ciliegia ha un sapore dolce, tanto quanto il Turtèl Sguasaròt, tipico del Basso Mantovano, che grazie al suo gusto dolciastro può essere servito, a discrezione, come primo piatto o come dessert. Siccome la cucina mantovana è in continua e costante evoluzione, sono state recentemente proposte anche nuove varietà di tortelli, come i Fior di Verza con salsa di rape rosse.

Parlando però di primi piatti tipici e con una lunga storia alle spalle – già i Gonzaga ne avevano compreso l'importanza – va ricordato il riso coltivato in un'area specifica confinante con il veneto. La varietà più diffusa è il Vialone Nano, utilizzato poi in cucina per realizzare il Risotto alla Pilota oppure il Risòt Menà. Mentre il primo presuppone che il chicco debba tenere la cottura, anche per molte ore dopo la sua preparazione, quindi debba presentarsi sgranato (in origine doveva andare incontro alle esigenze dei lavoratori del riso, i pilotini, che non avevano un orario fisso di rientro e necessitavano di un buon piatto sempre pronto), il secondo deve essere morbido grazie alla presenza del brodo che viene costantemente aggiunto in fase di cottura.

Nelle risaie, soprattutto un tempo, era facile reperire dei piccoli pesci (*psina*) o i gamberetti d'acqua dolce (*saltarei*) che venivano usati come condimento del riso stesso o nelle frittate. Nei corsi d'acqua che caratterizzano la provincia, soprattutto nel fiume Po e Mincio, si pescano anche il luccio, proposto in particolar modo nella zona di Rivalta sul Mincio nella versione in salsa o in bianco, ed i pesci gatto con i quali si condisce il riso.

Il risotto, come tutti i primi piatti, viene impreziosito dal formaggio grattugiato. La provincia di Mantova vanta la possibilità di utilizzarne ben due tipi assai rinomati e qui prodotti: il Grana Padano, circoscritto nella zona a nord del confine naturale del Po, ed il Parmigiano Reggiano, presente nell'area destra del fiume Po. Naturalmente possono essere impiegati in svariati modi sulla tavola, per esempio verso fine pasto abbinati con la Mostarda Mantovana, rigorosamente fatta con pere (quelle IGP, prodotte nel Basso Mantovano) e/o mele.

Per rendere unico un piatto ci sono diverse modalità, per esempio attraverso l'aggiunta di un ingrediente ricercato: il tartufo bianco, tubero presente in una tartufaia naturale sita fra Felonica e Quistello, lungo la riva destra del fiume Po e della sua golena. Ecco allora l'abbinamento del tartufo con i Bigoli con Salsiccia cotti nel Lambrusco o la particolarissima Tartartufo di Borgofranco sul Po. Un altro esempio: per rendere particolare una semplice pastasciutta, la si condisce con il Ragù di anatra muta di San Benedetto Po.

Fra i secondi di carne più caratteristici ci sono lo Stracotto d'Asino e tutti i prodotti derivati dal maiale, prezioso animale sempre presente in ogni cascina mantovana e sapientemente lavorato dal masalì per ottenere: il Salame, in tutte le sue varianti (con la lingua, pancettato, ...), le Salamelle, il Cotechino, le Greppole e i Ciccioni Mantovani, fino ad arrivare al *Gras Pistà* da mettere sulla Polenta, alimento molto diffuso in passato fra la gente comune. In tempi recenti, invece, per accompagnare la degustazione di salumi e formaggi sono molto utilizzate la *Chisulina* (schiacciatina), il *Tiròt* (schiacciata a base di cipolla, quella di Sermide è la più conosciuta) e il *Fugasi* (pane senza lievito).

La cucina mantovana nasce povera, con primi piatti come la Mariconda, la Panada o i *Capunsèi* (questi ultimi richiamano il ripieno del cappone, del quale la gente comune di un tempo doveva accontentarsi); con secondi piatti come le Lumache in Umido e con dolci semplici come il *Fiapòn*, la *Patuna* o il *Mirtol*. Tutti ancora oggi presenti, forse modificati con l'aggiunta di qualche aroma in più, che allora non ci si poteva permettere. Col passare del tempo la cucina si arricchisce: pochi secoli fa arrivano nella città di Mantova l'Anello di Monaco e la Torta Helvetia. Ben più radicate sul territorio la Torta Sbrisolona, riuscita alla perfezione solo se rompendola con un pugno al centro si sbriciola, e la Torta Margherita, fino a pochi anni fa realizzata in modo particolare per Pasqua dato che la Colomba ancora non era così diffusa come oggi. Molte altre torte, come quella di San Biagio di Cavriana o la Dolceresa di Ceresara, possono allietare la fine del pranzo.

Si deduce quindi che questa sia una provincia dalle mille sfumature culinarie, dalle molteplici proposte ad ogni livello – dall'antipasto al dolce – con svariate possibilità per allietare il palato imparando a conoscerne, nel contempo, la storia e le tradizioni talvolta legate alla nobile famiglia Gonzaga talvolta dettate dalle esigenze delle famiglie presenti sul territorio.

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici della provincia di Mantova (Areale provinciale)

## Zucca Mantovana

- **Cenni storici:** frutto della famiglia delle cucurbitacee, originaria dell'America centrale, la zucca è alla base di molti piatti tradizionali della cucina mantovana, come i tortelli, gli gnocchi ed il risotto di zucca. Accanto alle sue numerose virtù, la zucca ha anche ispirato favole e composizioni letterarie, con forti simbolismi nell'immaginazione di artisti e scrittori. Ad esempio Giuseppe Pederiali narra la storia di un viaggio iniziatico compiuto nel Medioevo da Sant'Anselmo – patrono della città di Mantova – nella pianura mantovana. Nel percorso fra tentazioni diaboliche e paludi infernali, il santo è alla ricerca di una zucca gigantesca che possa sfamare la popolazione di un intero villaggio, oppressa da malattie e carestia. Ma l'enorme ortaggio è custodito da una creatura mostruosa, il Bigatto, su cui però l'astuzia del santo riuscirà a prevalere, sottraendo un prezioso ed enorme seme della zucca, da far coltivare alle sue genti.

- **Ubicazione:** coltivata nell'intera provincia di Mantova.

- **Particolarità:** la zucca è una pianta rustica, che durante la crescita necessita di grandi quantità d'acqua, al contrario di quanto avviene in fase di maturazione. Le varietà maggiormente coltivate sono *Cucurbita maxima*, che è il tipo più comune, di forma globosa schiacciata ai poli (nelle varietà Piacentina e Mantovana, di colore verde-grigio; Marina di Chioggia, di colore verde e peso attorno agli 8 kg; Americana, giallo-verde e costoluta; Turbante, con parte superiore di colore arancio vivo e parte inferiore biancastra); *Cucurbita moscata* di forma allungata (nelle varietà Ungherese o Violino con buccia giallo-arancio e peso dai 2 ai 6 kg); *Delicata*, ibrido con buccia verde vivo, liscia e molto precoce. L'epoca di semina è variabile, ma in genere va da fine aprile a inizio maggio. I frutti maturano dal principio dell'estate sino ad autunno inoltrato. Caratterizzata da polpa pastosa e dura, con sapore dolciastro, la zucca è un prodotto dai mille pregi. Ha un bassissimo apporto calorico dovuto all'alta concentrazione di acqua, è povera di zuccheri semplici, per cui è leggera, ed è ricca di vitamine A e C; ha proprietà calmanti, antiossidanti, digestive, rinfrescanti, lassative e diuretiche. Una zucca di buona qualità si riconosce perché, una volta tagliata, non si presenta secca in superficie, mentre lo spessore della polpa è direttamente proporzionale alla qualità. Se la si vuole conservare a lungo, dopo la raccolta biso-

gna farla asciugare al sole per qualche tempo, ed è necessario tenerla in luogo fresco e asciutto.

- **Classificazione:** questo ortaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Zucca [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=156](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=156) (consultato il 22/02/2017).

## Agnolini e Sorbir d'Agnoli o bevr'in vin

- **Cenni storici:** nel menu tradizionale mantovano non ci sono antipasti particolari, se non il salame ed i formaggi Parmigiano Reggiano e Grana Padano. Il bevr'in vin, ovvero bere nel vino, è una tradizione antica citata anche da Merlin Cocai (Teofilo Folengo), che i mantovani riconoscono da secoli come una cosa che *giùsta a stòmacc*, un modo per preparare lo stomaco al pranzo che verrà; per questo potrebbe essere definito l'antipasto-aperitivo mantovano per eccellenza. Nei ristoranti, per favorire la comprensibilità dei menu ai turisti, viene spesso denominato Sorbir d'Agnoli. Si tratta di una minestra, un matrimonio riuscito fra un buon brodo di gallina o carne, versato in una scodella, nella quale ci sono anche gli Agnoli e il vino. La tradizione vuole che, in attesa dell'arrivo delle donne che apparecchiavano la tavola, questo piatto andasse mangiato in piedi davanti al camino acceso dandosi vicendevolmente le spalle, per evitare la vista agli altri commensali, ritenendosi poco piacevole il colore del brodo mescolato al vino rosso. Per la ricchezza dei propri ingredienti, gli Agnolini venivano preparati pochissime volte, precisamente per Natale, Pasqua ed il primo dell'anno. Proprio per questo venivano anche detti la "minestra di Natale"; a tal proposito si propone una ricetta tipica di queste zone, gli *Agnoli in brodo di cappone*, fornita dal Ristorante Novecento di Guidizzolo.

- **Ingredienti per Agnoli in brodo di cappone (per 8-10 persone):**

*Per il brodo*

- 1 cappone pulito
- 2 gambe di Sedano
- 1 cipolla bianca
- 2 carote
- 1 spicchio d'aglio
- sale e pepe in grani q.b.

### *Per la sfoglia*

- 400 g di farina 00
- 100 g di semola di grano duro
- 6 tuorli
- 2 uova intere

### *Per il ripieno*

- 250 g di guanciale
- 250 g di Salamelle Mantovane
- 250 g di lonza
- 250 g di polpa di manzo magro
- 200 g di magoncini di pollo
- 200 g di polpa di cappone (ricavata dal brodo)
- 350 g di Parmigiano Reggiano
- 2 uova intere
- 1 bottiglia di vino rosso corposo
- 1 stecca di cannella
- 5 chiodi di garofano
- brodo di cappone

• **Preparazione:** si prepara il brodo cuocendo il cappone con le sue verdure per circa 2-3 ore a fuoco moderato. Mettere in pentola tutta la carne tagliata a dadoni e le spezie. Coprirla poi con il vino e con un po' di brodo. Salare leggermente e cuocere fino all'assorbimento della maggior parte del liquido. Raffreddare e togliere le spezie. Tagliare la carne finemente al coltello, filtrare il liquido di cottura ed aggiungere all'impasto insieme a due uova e al Parmigiano.

Preparare la sfoglia e ritagliarla in quadratini di circa 4 cm. Mettere il ripieno e chiudere gli Agnoli. Cuocere nel brodo di cappone sgrassato e bollente per alcuni minuti. Servire con una spolverata di Parmigiano Reggiano. *Variante:* il bevr'in vin si ottiene versando in una tazza con due manici o in una scodella il brodo bollente con pochi Agnoli cotti e aggiungendo mezzo o al massimo un bicchiere di Lambrusco.

• **Consigli:** la temperatura del bevr'in vin verrà diminuita dal commensale aggiungendo a piacere vino rosso di forte corpo, preferibilmente frizzante, come il Lambrusco. Tale operazione viene anche definita “negàr i agnoi in d'l'acqua scura”, cioè annegare gli Agnoli nell'acqua scura.

• **Manifestazioni correlate:** Festa del Lambrusco di Viadana a maggio.

• **Fonti:** Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cernlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).  
Ristorante Novecento, Via Solferino 118, Guidizzolo (MN).

## Anello di Monaco

• **Cenni storici:** l'Anello di Monaco è un dolce di pasta lievitata che ha l'aspetto di un panettone con un buco in mezzo, ricoperto di glassa reale. Arrivato alla fine dell'Ottocento a Mantova dalla Germania, da Monaco appunto, è uno dei discendenti del *Kugelhupf*. Il merito è dello svizzero Samson Putter, un pasticciere artigiano, che aprì un negozio in città e iniziò a produrre dolci che si rifacevano alla scuola dolciaria mitteleuropea. Oggi lo si trova nelle pasticcerie e nei forni del centro che si occupano della sua produzione, poiché il suo procedimento di preparazione è lungo e complesso, quindi particolarmente complicato da realizzare in maniera casalinga.

• **Ingredienti:**

*Per l'impasto*

- 500 g di farina bianca
- 70 g di lievito di birra
- 4 uova
- 140 g di burro o strutto
- 1 cucchiaio e mezzo di zucchero
- 1 presa di sale
- buccia di limone
- 1 bicchiere di latte tiepido

*Per il ripieno*

- 250 g di noci sgusciate
- 150 g di zucchero
- 10 cucchiaini di acqua
- 2 chiare d'uovo

• **Preparazione:** sciogliere in una tazza il lievito di birra con un cucchiaio di zucchero, un cucchiaio colmo di farina e pochissimo latte tiepido. Coprire bene il panetto di farina facendo sopra la croce e metterlo in un posto tiepido. Intanto che lievita preparare il ripieno con noci sgusciate e zucchero. Portare ad ebollizione lo zucchero con l'acqua prestando attenzione a non fare caramellare lo zucchero. Mescolare con le noci tritate finemente. Quando l'impasto è freddo aggiungere le chiare d'uovo montate a neve. Si riprende il panetto lievitato e, in una zuppiera, si mescola con la farina, sale, buccia di limone, due tuorli, due uova intere ed il burro. Impastare subito tirando le mani verso l'alto, finché l'impasto non si stacca. Coprire ancora e lasciare lievitare una seconda volta; dopo circa mezz'ora versare la pasta su di un'asse infarinata. Dar-

le la forma circolare, alta circa due dita, spalmare il ripieno, arrotolare e mettere in uno stampo pesante (rame) e circolare, bene imburrato. Mettere in forno freddo e tenere per circa 40 minuti a calore piuttosto elevato. A cottura ultimata (il dolce deve essere rosso sopra) spegnere il forno e lasciarlo aperto per 5'. Quando si toglie, ancora nel recipiente, si spalma sopra una glassa fatta con due etti di zucchero a velo in pochissima acqua, addensata leggermente sul fuoco.

- **Consigli:** al ripieno possono essere aggiunti 100 g di noci, 100 g di zucchero, 4 cucchiaini di panna liquida o 100 g di noci e 50 g di uvetta tritata.
- **Classificazione:** questo dolce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del "dolce" a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.  
Per un codice della cucina lombarda, IIIa edizione, Milano, 2011  
[www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 03/01/2017).

## Anguilla ai ferri

- **Cenni storici:** come ingrediente di rilievo della cucina popolare tipicamente mantovana, l'Anguilla affonda le proprie radici in un passato lontanissimo, emancipatosi in significativi passaggi che trasformarono il piatto povero di pescatori e contadini in ambito servizio di cucina nei più prestigiosi banchetti. Ad esempio quelli dei Gonzaga, che già nel Quattro e Cinquecento evidenziano un rilevante consumo di anguille arrosto, allo spiedo, o in diverse altre versioni. Oggi come cinque secoli or sono la mutazione è palpabile: catturata in risaie, nei fossi o nel Mincio, da consumarsi parcamente con pane o polenta, è divenuta un piatto da gourmet, pur mantenendo un formidabile legame con il territorio, esaltando di fatto la cucina di terra e di acqua. Questo piatto è talmente apprezzato che oggi, nelle trattorie di campagna dove si serve pesce d'acqua dolce, trova un posto di preminenza nel menu.
- **Ingredienti (per 6 persone):**
  - 700 g di anguille piccole
  - olio d'oliva
  - sale



- **Preparazione:** lavare le anguille con farina di granturco e aceto, per togliere il viscido. Sciacquarle con l'acqua corrente. Tagliare a pezzi, senza spellare. Questi verranno poi aperti a libro per togliere l'osso. Ungerli poi con poco olio e metterli sulla graticola calda facendo attenzione che si arrostiscano delicatamente da ambo le parti. Le anguille sono cotte quando la pelle è completamente sgrassata e asciutta.
- **Consigli:** accompagnare con polenta.
- **Manifestazioni correlate:** a luglio festa del pesce a Rivalta sul Mincio (Rodigo).
- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Bussolano

- **Cenni storici:** le origini di questo dolce si fanno risalire al XVII secolo, ma in verità sono molto più antiche, dato che se ne trova traccia nei carteggi gonzaigheschi fra il marchese Federico I Gonzaga ed il figlio Giovanni. Inoltre Isabella d'Este ne elogia la bontà, tant'è che i suoi figli lo adorano. Il *busulà*, la ciambella o meglio – come afferma il vocabolario bresciano e toscano del 1759 – il “cibo di farina intrisa coll'ova fatto a foggia di anello” è affine al *chisöl* per ingredienti. Il termine Bussolano viene fatto risalire al latino *bucellatum* cioè galletta, biscotto, pane dei soldati. Nelle campagne era il dolce tipico preparato per Natale, insieme al Sugolo; essendo asciutto e abbastanza duro – perché un tempo non si utilizzava il lievito – veniva accompagnato dal vino e, a volte, vi veniva addirittura inzuppato.
- **Ingredienti:**
  - 500 g di farina
  - 150 g di zucchero
  - 150 g di strutto
  - 3 uova
  - 1 bustina di lievito per dolci
  - scorza di limone
  - sale
  - latte (se necessario)

- **Preparazione:** disporre la farina a fontana su una spianatoia, inserire nel mezzo lo zucchero e lo strutto, amalgamare con le mani e aggiungere poi le uova, la scorza grattugiata del limone, il lievito e il sale. Mescolare bene gli ingredienti e, se l'impasto ottenuto è troppo compatto, aggiungere un po' di latte. Mettere il composto nello stampo imburato, pennellare con un po' di latte e cospargere con dello zucchero in granella; cuocere a 180 °C per 30'.
- **Consigli:** un tempo era utilizzato solo ed esclusivamente lo strutto o, quando scarseggiava, il grasso che il cotechino liberava durante la cottura (e gli aromi delle spezie che condivano il cotechino erano l'unico profumo del dolce). Oggi ne esiste una versione *light* che prevede l'impiego del burro o della margarina vegetale. Per quanto riguarda invece l'aroma si può sostituire la scorza di limone con un bicchierino di liquore di anice.
- **Classificazione:** questo dolce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Lusenti D., Rossi P., Zanotti P. (a cura di) (2014), *Non solo polenta. La tradizione alto mantovana si racconta*, Zanotti Editore, Castiglione delle Stiviere (MN).

## Chisulina

- **Cenni storici:** conosciuta fin dai tempi dei Gonzaga la *Chisulina*, ovvero la schiacciatina, è un prodotto da forno salato di forma rettangolare, tipico della tradizione agricola. Era l'antico alimento dei contadini, che la consumavano al posto del pane durante i lavori in campagna. La più antica testimonianza sulla schiacciatina è rintracciabile nel poema Baldus, pubblicato nel 1517, dal famoso letterato mantovano Teofilo Folengo «Hic quoque Fornari schizzadas atque fugazzas». Le schizzadas erano fatte con ingredienti basilari, solo farina, acqua e sale, ed erano cotte sotto la cenere del focolare. Oggi la Chisulina si trova in tutta la provincia di Mantova ed è ricercata per la sua semplice bontà.
- **Ingredienti:**
  - 600 g di acqua
  - 1 kg di farina tipo 0
  - 30 g di sale
  - 200 g di strutto
  - 30 g di lievito

- **Preparazione:** mescolare acqua, sale, farina tipo 0, strutto e lievito, ottenendo un composto omogeneo. L'impasto viene lasciato riposare, poiché deve lievitare per una o due ore. In seguito è tirato su di una teglia per essere messo a cottura (15-20 minuti in forno a 200 °C). Una volta pronto avrà lo spessore di pochi millimetri.
- **Consigli:** tagliarla a pezzi di forma quadrata o rettangolare e consumarla come snack o stuzzichino. Si presta particolarmente ad essere accostata alla degustazione di salumi.
- **Classificazione:** questo prodotto da forno appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** La “chisolina” mantovana a cura dell'Associazione SapereSapori [www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/Article-View/articleId/87551/La-chisolina-mantovana.aspx#.WlYieVxfY\\_g](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/Article-View/articleId/87551/La-chisolina-mantovana.aspx#.WlYieVxfY_g) (consultato il 23/01/2017).

## Frittata con la Psina

- **Cenni storici:** la frittata è un'elaborazione culinaria che non ha una sua collocazione precisa e definitiva in ambito conviviale. Si tratta di un piatto *universale*, che sulla tavola si presenta attraverso cento proposizioni, sempre diverse, stuzzicanti, mutando il contenuto di accompagnamento. Nel mantovano viene abbinata alla *Psina* o ai *Saltarei*, pesciolini tipici di questa provincia. Questi sono assolutamente da friggere, prima di versarli nell'uovo e nel formaggio; un tempo venivano pescati andando per fossi con una bilancia. Erano un gustoso companatico, ad esempio amalgamati nella frittata, affondati in una fumante polenta o mescolati ad un morbido e profumato risotto. Oggi il ruolo della frittata sulla mensa è mutato: molto spesso viene presentata in veste di stuzzichini da antipasto o da buffet rustico, perdendo il sapore antico di cibo che aveva contraddistinto la sua stagione più prospera.
- **Ingredienti per l'impasto:**
  - 1 uovo a testa
  - 1 cucchiaino scarso di Grana Padano grattugiato
  - burro
  - pepe
  - sale

- olio
- Psina (pesce piccolo d'acqua dolce)
- **Preparazione:** montare le uova col grana, aggiungere i complementi e friggere a fuoco vivo in abbondante burro, voltando la frittata a metà cottura. Le uova devono rassodarsi e prendere un bel colore dorato. La Psina va lavata e fritta intera in olio abbondante. Poi va mescolata all'impasto prima di versarlo in pentola. *Variante:* al posto della Psina si possono utilizzare i *Saltarei* (gamberetti di fiume), che lavati e scottati devono essere asciugati bene e passati nella farina bianca, facendo attenzione che se ne depositi solo un velo. Devono essere fritti interi, in abbondante olio d'oliva, fino a che non raggiungono un delicato color dorato. Scolarli e farli asciugare su carta assorbente. Comporre il piatto sovrapponendo la frittura di Saltarei sulla frittata precedentemente preparata.
- **Consigli:** oggi voltare la frittata è abbastanza semplice grazie all'uso delle paddle antiaderenti; un tempo la si tagliava prima in quattro, a croce, e poi si girava delicatamente ogni fetta.
- **Manifestazioni correlate:** la Frittata con la Psina si può trovare alla storica festa del pesce organizzata dal 1979 dal Comitato Manifestazioni di Roncoferraro (vedi <http://comironcoferraro.blogspot.it> consultato il 06/01/2017); la Frittata con i Saltarei si può trovare alla Festa del Saltarel organizzata dal 1990 dal Comitato Manifestazioni di Barbassolo, frazione di Roncoferraro (vedi [www.prolocodironcoferraro.it/calendario\\_9.html](http://www.prolocodironcoferraro.it/calendario_9.html) consultato il 06/01/2017).
- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Greppole

- **Cenni storici:** le Greppole sono una specialità alimentare, un prodotto tradizionale di tutta la Lombardia – ma particolarmente diffuso nel mantovano – che affonda le sue radici nella più antica tradizione padana. Una variante delle Greppole sono i *ciccioli mantovani*, presenti dal 1234 sulle tavole di pavesi e mantovani, figli di un'economia agricola che traeva dagli animali delle cascine il massimo delle risorse. Oggi sono presenti in un territorio molto più esteso, ma si consiglia di gustarli presso aziende agricole e agrituristiche della zona d'origine. Si ottengono dal tessuto adiposo del maiale, composto da una struttura fatta di proteine, oltre che di lipidi, che serve a sostenere ed immagazzinare il grasso.

- **Ingredienti:**

- tessuto adiposo del maiale (pancetta o grasso sottocutaneo)
- sale
- aromi (rosmarino, alloro e pepe)

- **Preparazione:** le Greppole si preparano con il tessuto adiposo del maiale, che è tagliato a mano e riscaldato a vapore, in vasche con doppio fondo di rame, con strutto fuso per circa 2-4 ore a 130-135 °C. Successivamente vengono pressate, salate, aromatizzate e spezzate a mano o versate in stampi di differenti forme e dimensioni. La colorazione è oro-marrone scuro, consistenza croccante. *Variante:* i ciccioli si preparano con il grasso sottocutaneo, che è privato della pelle di maiale e tagliato a cubetti di 5 cm circa, i quali sono messi a cuocere in un calderone a fuoco basso e pian piano iniziano a rilasciare il proprio grasso mentre l'acqua che contengono evapora. Una volta liberate le sostanze grasse diventano sempre più piccoli e, ad un certo punto, iniziano a galleggiare nel proprio grasso. Dopo circa 6 ore di cottura diventano di colore rosa-arancio e sono pronti. Estrarli dal calderone, strizzarli all'interno di un canovaccio per togliere la maggiore quantità possibile di grasso, che corrisponde allo strutto. Pressare i ciccioli a seconda della consistenza desiderata (più si strizzano e più diventano croccanti). Hanno forma di parallelepipedo, di varia dimensione. La loro consistenza è morbida, l'aspetto gelatinoso ed il gusto è quello caratteristico del grasso suino.

- **Consigli:** le Greppole possono essere consumate a fine pasto o come spuntino; si possono usare anche per preparare la schiacciata. Sia per le Greppole che per i ciccioli si predilige la consumazione del prodotto fresco, comunque non oltre i due mesi dalla produzione. I ciccioli sono particolarmente gustosi abbinati a polenta gialla e un buon bicchiere di Lambrusco.

- **Classificazione:** questi derivati del maiale appartengono ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Greppole [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=28](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=28) (consultato il 09/02/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Ciccioli mantovani [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=25](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=25) (consultato il 09/02/2017).

# Luccio in bianco alla Rivaltese e Luccio in salsa alla Rivaltese

a cura della Pro Loco Amici di Rivalta sul Mincio (Rodigo)

• **Cenni storici:** Rivalta sorge sulle acque del fiume Mincio ed è stata caratterizzata, per secoli, dall'attività di pescatori che qui ricercavano il famoso luccio, un pesce predatore che predilige i fiumi calmi, fangosi e ricchi di vegetazione. Oggi è sempre meno diffuso poiché mangia prede vive ed ha una crescita molto lenta. Per questo la sua presenza nei menu dei ristoranti mantovani può essere interpretata come ricerca e valorizzazione della tradizione. Da vent'anni a questa parte è proposto, come antipasto o secondo piatto, anche nelle trattorie mantovane, ma da sempre è l'emblema di Rivalta attraverso due ricette: Luccio in bianco ed in salsa. Anche a Pozzolo di Marmirolo esiste una versione del Luccio in salsa De.Co. dove la salsa si realizza con olio ed un battuto fine di prezzemolo, aglio, capperi, acciughe e tanta cipolla; deve essere poi fatta cuocere con un po' d'aceto a fiamma moderata e va versata a caldo sul pesce.

• **Ingredienti:**

- 1 luccio di circa 1 kg
- 2 limoni
- 1 bicchiere di aceto bianco
- 1 rametto di rosmarino
- pepe nero
- olio di oliva extravergine del lago di Garda sponda bresciana
- 1 cedro di Salò
- noce moscata
- Grana Padano grattugiato

• **Preparazione:** lavare il luccio in abbondante acqua corrente, poi immergerlo in un tegame capiente con acqua fredda e aggiungere 2 limoni tagliati a fette, 1 bicchiere di aceto bianco, 1 rametto di rosmarino. Cuocere per circa 10/12 minuti; a caldo adagiarlo su di una pirofila, cospargere di pepe nero q.b. e coprirlo con olio extravergine. Un'ora prima di servirlo in tavola aggiungere una spolveratina di noce moscata, cospargere con Grana Padano grattugiato, aggiungere un'ulteriore filo d'olio e una spremuta di ½ limone; quindi impiattare e guarnire con fettine di cedro. *Variante:* se si vuole preparare il Luccio in salsa, negli ingredienti sopra indicati bisogna eliminare: 1 limone, il cedro di Salò, l'olio extravergine ed il Grana Padano. Nella preparazione, per la cottura del pesce, si usa solo un limone. Una volta cotto lo si stende in una casseruola e si prepara la sal-

sa in questo modo: tagliare 2 cipolle, 2 pomodori pelati, 1 peperone, 1 manciata di capperi, sminuzzare 10 filetti di acciughe, grattugiare ¼ di noce moscata, aggiungere pepe nero q.b., 1 cima di rosmarino, 1 cucchiaino di zucchero, coprire con olio di semi e un bicchiere di aceto. Bollire per 30 minuti. Terminata la cottura della salsa usarla per cospargere il pesce; lasciare riposare per 24 ore.

- **Consigli:** il Luccio in bianco deve essere accompagnato da pane morbido, mentre quello in salsa deve essere servito leggermente tiepido con polenta di mais abbrustolita.
- **Classificazione:** questo pesce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** a luglio festa del pesce e del Luccio alla Rivaltese a Rivalta sul Mincio (Rodigo); a settembre Sagra del luccio in salsa di Pozzolo (Marmirolo).
- **Fonti:** Il Luccio in salsa con polenta a cura dell'Associazione SapereSapori [www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/Article-View/articleId/870/Il-luccio-in-salsa-con-polenta.aspx#.WMMNNyaQyHs](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/Article-View/articleId/870/Il-luccio-in-salsa-con-polenta.aspx#.WMMNNyaQyHs) (consultato il 10/03/2017).  
Sagra del Luccio in salsa di Pozzolo a cura della Polisportiva Pozzolese [www.polisportivapozzolese.it/gastronomia.htm](http://www.polisportivapozzolese.it/gastronomia.htm) (consultato il 10/03/2017).

## Lumache in umido alla mantovana

a cura della Pro Loco di Quingentole

- **Cenni storici:** non si ha una vera e propria datazione di questo piatto tipico della tradizione contadina che, in linea generale, abbraccia tutta l'area della provincia di Mantova. Delle lumache si sa solamente che vengono paragonate alla verdura perché si raccolgono nell'orto e, come la verdura che cresce negli orti, non costa niente. Quindi come rinunciare ad un alimento gratuito, soprattutto nei tempi passati, in cui era veramente un'ardua impresa riempire la pancia?
- **Ingredienti:**
  - lumache
  - 2 spicchi di aglio
  - prezzemolo

- vino bianco secco
  - burro
  - olio extra vergine di oliva
  - sale
  - pepe
- **Preparazione delle lumache:** fare spurgare le lumache lasciandole per 5 giorni in un contenitore aerato con mollica di pane bagnata, erbe e finocchietto freschi. Successivamente metterle a bagno con acqua, sale e aceto. Ripetere l'operazione fino a quando l'acqua risulterà priva di schiuma. Poi porre in un tegame, con acqua fredda, sul fuoco basso. Appena le lumache escono dal guscio, alzare la fiamma al massimo per farle cuocere in maniera che non si ritirino. Dopo di che sciacquarle in acqua fredda. *Ricetta:* sgusciare le lumache, precedentemente spurgate, aiutandosi con una forchettina o con uno stuzzicadenti. Eliminare il sacchetto scuro delle viscere. Poi lasciarle in ammollo per circa 2 ore nel vino bianco. Successivamente, risciacquare abbondantemente in acqua corrente. Mettere le lumache in padella con olio, burro, aglio e prezzemolo tritati per circa mezz'ora. Quindi aggiungere un bicchiere di vino bianco e lasciare stufare lentamente per circa un paio d'ore.
  - **Consigli:** servire le lumache calde accompagnate da polenta morbida.
  - **Manifestazioni correlate:** Festa della Lumaca a Villastrada (Dosolo) nel mese di maggio.

## Mirtol

- **Cenni storici:** il Mirtol o “dolce dei poveri” era un prodotto di bassa cucina che, tuttavia, riusciva a svolgere egregiamente il suo compito: calmare la fame, la fame perenne che insidiava tutti, grandi e piccoli, in ogni momento. Lo si mangiava, di solito, a merenda. Il giorno deputato coincideva con la festa del patrono di Mantova: veniva gustato da coloro che andavano in città alla fiera di S. Anselmo (18 marzo), a piedi, attraverso la campagna.
- **Ingredienti:**
  - polenta (rimasta magari dalla cena precedente)
  - farina bianca
  - lardo
  - bicarbonato



- latte
- zucchero
- **Preparazione:** impastare sull'asse gli ingredienti, di cui non ci sono delle dosi precise. Dare all'impasto una forma rotondeggiante, abbrustolire la superficie sulla graticola e finire di cuocere sotto la cenere.
- **Consigli:** solo in tempi più recenti, dato che in passato le famiglie non potevano permetterselo, si arricchisce la ricetta aumentando la dose di zucchero e aggiungendo poca uva passa, magari incorporando anche un uovo.
- **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del "dolce" a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.  
Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

## Mostarda Mantovana

a cura della Pro Loco di Quingentole

- **Cenni storici:** le prime notizie relative alla mostarda giungono da documenti gonzagheschi. La presenza di questo prodotto che, solitamente, accompagnava la selvaggina pare non potesse mancare sulle tavole dei Signori di Mantova. Gli speciali, ovvero i farmacisti del tempo, erano le figure preposte alla preparazione della mostarda, che veniva poi conservata in albarelli di vetro o di ceramica. Con il passare del tempo e l'accrescere dunque della disponibilità di zucchero e di senape, la mostarda perde il carattere di esclusività e diventa un alimento popolare, iniziando ad accompagnare prodotti di tipo povero come la zucca nei celebri Tortelli di Zucca. Ciò che rende particolare la Mostarda Mantovana è l'utilizzo di un unico tipo di frutta o verdura tagliata a pezzi o a fette, a differenza della mostarda cremonese o veneta. Come spesso accade, la ricetta varia da zona a zona e da famiglia a famiglia ma, in linea generale, rimane un prodotto che caratterizza l'intera provincia di Mantova. Di seguito la ricetta proposta da Quingentole che rispecchia in tutto e per tutto l'intero territorio mantovano, in merito alla preparazione della mostarda.
- **Ingredienti:**
  - mele o pere cotogne, oppure mele campanine piuttosto acerbe
  - 300 g di zucchero per ogni kg di frutta
  - essenza di senape o olio naturale di senape

- **Preparazione:** sbucciare la frutta e tagliarla a fette sottili. Cospargerla con lo zucchero e lasciare riposare per 24 ore. In seguito, scolarla raccogliendo lo sciroppo in una casseruola. Far bollire lo sciroppo per 10 minuti, in modo da addensarlo. Versarlo bollente sulla frutta e lasciarlo riposare per altre 24 ore. Ripetere le ultime due operazioni per altre due volte. Alla fine di questo procedimento far bollire nuovamente lo sciroppo e la frutta per qualche minuto, fino a che quest'ultima non assumerà un colore caramellato. Attenzione poiché, in gergo, far ripassare la frutta nella padella si dice *friggere*, ma non bisogna farsi ingannare: l'olio non è presente in questa ricetta! È un modo per far capire che la frutta va fatta asciugare, per ottenere il famoso color caramello, che contraddistingue la Mostarda Mantovana. Lasciarla raffreddare e pesare. Aggiungere dalle 8 alle 20 gocce di essenza di senape liquida per ogni kg di frutta cotta, a seconda di quanto piccante la si vuole ottenere. Se si utilizza l'olio naturale di senape, la quantità da considerare è circa il doppio. Mescolare e porre in vasetti di vetro a chiusura ermetica.
- **Consigli:** le massaie mantovane utilizzano anche fettine di limone per aromatizzare la salsa piccante. Queste vengono cotte insieme alla frutta. L'importante è non esagerare per non coprire completamente il sapore dell'ingrediente principale. La mostarda, oltre ad essere utilizzata per i Tortelli di Zucca, può accompagnare la degustazione di Grana Padano DOP o Parmigiano Reggiano DOP, o essere il contorno per i bolliti.
- **Classificazione:** questa mostarda appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** Festival della Mostarda di Mantova che, solitamente, si svolge ad ottobre nella città di Mantova portando il visitatore a viaggiare fra storia e curiosità, per terminare con un piccante e deciso assaggio di mostarda.

## Polenta con Gras Pistà

- **Cenni storici:** il mais, alimento principale delle popolazioni amerinde, dopo essere stato portato in Spagna da Colombo si diffonde rapidamente in Europa, in particolare nelle zone mediterranee. Se ne deduce quindi che la polenta, fatta con la farina di mais, sia stata per secoli la base della cucina mantovana. Essa non è solitamente condita o "pasticciata" in corso di preparazione; infatti viene vissuta come portata autonoma, eventualmente da abbinare

re. Gli accostamenti sottostanno alla regola per cui il cibo, più che ricercare una raffinatezza stilistica, deve soddisfare un bisogno primario: fornire molta energia a chi tutto il giorno deve faticare nei campi e nelle stalle, lavorando immerso nell'afa estiva o nella fastidiosa nebbia invernale. Per questa esigenza nasce la polenta col lardo pestato, che è un mangiare rustico, legato alla storia antica. Abbandonato dalle giovani generazioni è stato ripreso con vigore e convinzione da molti ristoranti agrituristici alla riscoperta della cucina casereccia.

- **Ingredienti per la Polenta:**

- farina di mais a grana fine
- acqua
- sale

- **Preparazione:** in un paiolo di rame appeso alla catena del focolare, mettere l'acqua necessaria e tanto sale da renderla sapida. Quando bolle aggiungere la farina rigirando velocemente con la *canèla* (bastone un poco piatto e leggermente ricurvo ad una estremità, lungo circa 50 cm) per evitare la formazione di grumi. Si ottiene così il *farinèl*, cioè una farinata molto liquida. Portare a cottura, addensando l'impasto, rigirando per circa tre quarti d'ora a fiamma non troppo alta, facendo attenzione a non bruciacchiare il fondo. Una volta cotta togliere il paiolo dalla catena e tenerlo in mezzo ad un cerchio di braci per qualche minuto, per far sì che la polenta possa staccarsi bene dalla superficie del rame. Versare con un colpo secco sull'apposito tagliere di legno, assestarla con alcune secche ed esperte scosse del tagliere e pareggiarne la superficie con la *schida* (piccola paletta di legno con manico corto, con la quale, una volta bagnata, si schiaffeggia la polenta per presentare bene e darle una migliore rotondità). Servire in tavola.

- **Ingredienti per la Polenta con Gras Pistà:**

- 1 fetta di lardo conservato sotto sale
- qualche spicchio d'aglio
- 1 paio di manciate di prezzemolo
- polenta

- **Preparazione:** prendere la fetta di lardo, dalle venature rosa. Con un coltellaccio pestarlo su un tagliere unitamente all'aglio e al prezzemolo. L'unguento ottenuto va steso sulla polenta calda, abbrustolita sulle braci di legna.

- **Consigli:** il coltellaccio va più volte scaldato sulle braci o nell'acqua bollente per evitare che il lardo vi si attacchi.

- **Fonti:** Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

## Risotto con pesce gatto

• **Cenni storici:** uno dei capitoli più significativi della tradizione gastronomica mantovana è rappresentato dai prodotti d'acqua dolce. Una cucina che ha inizio ai piedi delle colline moreniche e si espande per l'intera provincia, che non presenta solamente laghi e fiumi ma anche fossi e torrenti, spesso popolati dal pesce gatto, una qualità ittica relativamente recente e non indigena, che si sposa adeguatamente con quel riso che, nelle medesime acque e terre, trae la propria origine e sviluppo. Si tratta di un pesce difficile da trattare adeguatamente, in quanto spesso prende il gusto del suo habitat naturale, qualche volta tendente al fangoso. Tuttavia, la vecchia consuetudine dei mantovani volta a cucinare al meglio questo pesce e ad affiancarlo a prodotti della terra di grandi potenzialità – in questo caso il riso – definisce alla fine piatti di grande piacevolezza e gusto.

• **Ingredienti (per 4 persone):**

- 1 kg di pesce gatto
- scalogno, olio per la frittura
- ½ bicchiere di vino bianco
- 150 g di passata di pomodoro
- 350 g di riso vialone nano
- 2 lt di brodo vegetale
- burro
- 1 porro

• **Preparazione:** pulire e lavare bene 8 pesci gatto. Rosolare nell'olio un cucchiaio di scalogno trito, aggiungere i pesci e lasciarli rosolare. Mettere mezzo bicchiere di vino bianco e, una volta evaporato, anche la passata di pomodoro. Cuocere per pochi minuti coperto. Una volta freddo spolpare il pesce ed unirlo al suo fondo di cottura. Preparare il risotto con brodo vegetale e a metà cottura aggiungere il pesce. Mantecare con una noce di burro e cospargerlo con il bianco del porro precedentemente fatto a rondelle e fritto. *Variante:* i pesci gatto, una volta puliti, possono essere fatti lessare in acqua leggermente salata per 10 minuti. Spolparli delicatamente, avendo cura di togliere le lisce, poi sbriciolarli a mano. Aggiungere un trito finissimo di aglio e buccia di limone grattugiata senza la parte bianca, una presa di spezie e prezzemolo tritato. Coprire e lasciare riposare per 2 ore, possibilmente al caldo. Una volta cotto il riso condirlo con il sughetto formato nella pirofila del pesce; se serve aggiungere poco burro o olio e servire.

- **Consigli:** il pesce gatto deve essere rigorosamente pescato nella zona del basso mantovano, in acque fredde e pulite.
- **Manifestazioni correlate:** lo si può trovare alla storica Festa del Saltarel organizzata dal 1990 dal Comitato Manifestazioni di Barbassolo, frazione di Roncoferraro (vedi [www.prolocodironcoferraro.it/calendario\\_9.html](http://www.prolocodironcoferraro.it/calendario_9.html) consultato il 06/01/2017).
- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova, 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Salame Mantovano

a cura della Pro Loco di Viadana

- **Cenni storici:** si tratta di un salame di origini antichissime, prodotto esclusivamente in provincia di Mantova, dove l'allevamento dei maiali è, tutt'oggi, realizzato prevalentemente in funzione della successiva trasformazione in salumi ed insaccati. Già gli Etruschi consumavano carne suina nel territorio mantovano, come risulta dai ritrovamenti nella zona del Forcello, a sud di Mantova. Nel Rinascimento i Gonzaga avevano a corte dei *masin* o *masalin* (norcini), figure richieste e definite come «perfecto maestro de tal mester». Isabella d'Este era ghiotta del salame e di alcune sue varianti, come il «salame della lingua». Ancora oggi durante il periodo invernale, nel mantovano, non vi è famiglia contadina che non si dedichi a «far su il maiale», dando luogo ad una produzione eccellente, destinata esclusivamente – o quasi – all'autoconsumo. Fino a qualche anno fa la razza “romagnola” era la più diffusa perché assicurava una predominanza di tessuto adiposo rispetto a quello magro e poteva oltrepassare i 300 kg di peso; oggi invece si predilige la carne magra e le razze Landrace, di forma affusolata e con una costola in più, e l'Enduro (incrocio tra la prima razza e la Large) che è particolarmente asciutta, con un peso massimo pari a 180 kg. Proprio grazie a queste antiche tradizioni familiari, l'arte si è tramandata fino ai giorni nostri. La maestria della norcineria ed il maiale sono ancora oggi il simbolo del benessere e della ricchezza di questa terra. In modo particolare il salame è uno dei rappresentanti più illustri di una tradizione di cui i mantovani sono orgogliosi. Sicuramente assaggiare una fetta di salame del Basso Mantovano e una dell'Alto Mantovano farà immediatamente rilevare delle differenze. Persino due salami preparati nell'Alto Mantovano,

ad esempio, ma da due norcini distinti saranno diversi perché la composizione delle spezie e degli aromi è a totale discrezione di ognuno. Tuttavia, ciò che contraddistingue il Salame Mantovano da quello di altre province è l'utilizzo dell'aglio. C'è chi lo utilizza tritato all'interno dell'impasto, conferendo un sapore più deciso, e chi lo lascia per una notte all'interno del vino che viene versato nell'impasto, lasciando un sapore meno marcato. Anche nel mantovano esistono versioni senza aglio, ma sono nate solo per andare incontro alle esigenze di una parte dei consumatori. L'altra caratteristica riguarda la macinatura che deve essere fatta in maniera molto grossa (utilizzando un diametro 10 o addirittura 12).

Esistono diverse varianti del Salame Mantovano, che è tutelato dal Consorzio del salame mantovano e per cui è stato richiesto il marchio I.G.P. Qui di seguito alcuni esempi. Il Salame con la lingua, ed in maniera analoga il *Salam dlà lengua dlà moia De.Co.* di Moglia, viene consumato in primavera e specialmente nel giorno dell'Ascensione. È un salame in cui viene infilata la lingua del maiale. Dopo la stagionatura si serve lessato nell'acqua in guisa di cotechino. Essendo un prodotto consumato stagionalmente e che necessita di una complessa preparazione in cucina viene realizzato sempre meno. Il Salame pancettato, cioè un insaccato di carni magre e pancetta a grana grossa. Il Salame familiare artigianale De.Co. di Ceresara, preparato secondo un rigido disciplinare, prevede l'80% di carne magra e il 20% di lardo (non l'unto); nella concia si deve usare solo sale marino, pepe, quattro capi d'aglio, spezie, salnitro all'occorrenza. Il Salame Mantovano gentile di Villa Poma De.Co., prodotto secondo regole ferree dettate dal disciplinare fra cui l'utilizzo nell'impasto rigorosamente di sale, spezie, pepe spezzato, aglio fresco, aromi, zucchero: destrosio e saccarosio, antiossidante, conservanti. Il Salame nostrano De.Co. di Castiglione delle Stiviere che il disciplinare vuole solo aromatizzato con l'aglio, tramite la macerazione in un vino rosso fermo e corposo della zona. Si comprende dunque che ogni area, ogni paese, ogni corte abbia il proprio modo di realizzare il salame. Qui di seguito viene proposta la ricetta del Salame Mantovano o Salam casalin di Viadana.

- **Ingredienti:**

- carne suina (80% magro – 20% grasso corposo)
- sale
- spezie e aromi naturali (tra cui aglio fresco)
- antiossidante E300
- conservante E252

- **Preparazione:** la carne viene macinata e conciata. L'aglio fresco viene smorzato nel Lambrusco prima di finire nell'impasto. Quest'ultimo viene insacca-

to in budello naturale (crespone) e legato manualmente. Dopo una settimana di asciugatura, i salami vengono posti a stagionare in ambienti freschi e umidi. La stagionatura è corta per gli esemplari di piccole dimensioni (400-500 g) e si protrae fino a 3 mesi circa per quelli più robusti (900-1100 g). Al taglio il colore è rosso fragola intenso, la pasta soda ma morbida; il sapore è armonico, l'odore fragrante e complesso, con un fine aroma di aglio. L'aria umida della Pianura Padana contribuisce a formare le muffe bianche o color tortora necessarie a garantire la qualità del risultato finale.

- **Consigli:** il Salame Mantovano viene prodotto utilizzando esclusivamente carni fresche di prima scelta di suini nostrani, allevati nella zona. Una volta completata la stagionatura si raccomanda di tagliarlo a mano, a fette sottili, e di servirlo al naturale su di un tagliere in legno. Lo si può abbinare al pane a pasta dura, mostarda e formaggi.

- **Classificazione:** questo salume appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia ed è presidio Slow Food.

- **Manifestazioni correlate:** “Diamo del salame a tutti” si svolge ad aprile nella città di Mantova.

- **Fonti:** Il salame contadino tradizionale mantovano e il salame con la lingua a cura di Slow Food Mantova [www.slowfoodmantova.it/index.php/menu-sinistra/bonta/](http://www.slowfoodmantova.it/index.php/menu-sinistra/bonta/) (consultato il 09/03/2017).

Salame tipico familiare ceresarese a cura del comune di Ceresara [www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=217:il-salame-tipico-familiare-ceresarese&catid=60&Itemid=127](http://www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=217:il-salame-tipico-familiare-ceresarese&catid=60&Itemid=127) (consultato il 09/03/2017).

Disciplinare del salame tipico familiare ceresarese a cura dell'Accademia degli Scalchi [www.accademiascalchi.altervista.org/download/salamecere.pdf](http://www.accademiascalchi.altervista.org/download/salamecere.pdf) (consultato il 09/03/2017).

Scheda identificativa “salame gentile” a cura del comune di Villa Poma [www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com\\_content&task=view&id=460&Itemid=5](http://www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com_content&task=view&id=460&Itemid=5) (consultato il 09/03/2017).

Disciplinare del Salame De.Co. a cura del comune di Castiglione delle Stiviere [www.comune.castiglione.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=22425&idArea=22428&idCat=25255&ID=25255&TipoElemento=categoria](http://www.comune.castiglione.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=22425&idArea=22428&idCat=25255&ID=25255&TipoElemento=categoria) (consultato il 09/03/2017).

Manifestazione “Diamo del salame a tutti” promossa dal Consorzio agrituristico di Mantova <https://mincioedintorni.com/2016/04/28/mantova-diamo-del-salame-a-tutti-degustazione-e-giochi/> (consultato il 09/03/2017).

Bardini S. (2014), *I masalìn mantovani*, Arti Grafiche Studio 83, Vago di Lavagnolo (Vr).

## Salamelle di Mantova

• **Cenni storici:** le Salamelle di Mantova vengono tradizionalmente prodotte in tutto il territorio della provincia, nel quale però si possono trovare delle particolarità, come la Salsiccia di Vando. Prodotta a Revere secondo una vecchia ricetta mantovana del 1900, un tempo si faceva solo una volta l'anno precisamente durante le festività natalizie, macinando carne magra di maiale, pancetta, Parmigiano Reggiano, sale e spezie naturali. Si cuoceva poi ai ferri, con vino bianco. Oppure in alternativa con cipolla, pomodoro e polenta. Infine poteva essere impiegata, senza pelle, per i risotti. Invece il *pisto* o pesto è una variante delle salamelle. Si tratta di carne trita con l'aggiunta di spezie; è una pasta di salame, con tipico colore della carne imbrunita (perché senza conservanti). Si prepara macinando le carni ed il grasso dopo la loro mondatura e miscelandole con spezie e vino. Qui di seguito è proposta una ricetta di Zeno Roverato, masalin di Ceresara, che dopo avere sperimentato diverse composizioni di carne dice di avere ottenuto il miglior risultato usando le parti anatomiche in quantità pressappoco uguali. Esse, trasformate ed insaccate, sono indicate per un prodotto da consumare fresco perché conciate acquisiscono una morbidezza e fragranza superiore che rimane inalterata.

• **Ingredienti per 100 kg di pasta:**

- 25 kg di fondelli o scanelli
- 25 kg di sottospalla
- 25 kg di rifilatura coscia
- 25 kg di pancetta
- 2 kg di sale media grana
- 160-180 g di pepe spaccato 1/16°
- 1 bella pizzicata di spezie
- 120-150 g di aglio tritato
- 1 lt di vino rosso corposo
- 1 pizzico di salnitro

• **Preparazione:** mondare la carne eliminando la parte bianca molliccia, eventuali nervetti e membrane interne, tagliandola a piccoli pezzi. Stendervi sopra la pancetta, tagliata a pezzi più piccoli della carne per una migliore uniformità durante la macinatura. Macinare con piastra dell'otto e conciare come il salame, diminuendo la percentuale di sale al 2%. In una ciotola mescolare il sale, il pepe, le spezie ed il salnitro, quindi spargere sopra l'impasto. Rimestare. Alla fine versare il vino dopo averne eliminato l'aglio tritato, messo in precedenza a macerare. Tramenare ancora fintanto che il tutto sia bene amalgamato. Insac-



care le salamelle o fare dei sacchetti di pesto. Nel caso della salamella occorre una breve asciugatura. Ne deve risultare un insaccato fresco, della lunghezza di 15-20 cm e un diametro di 4 cm, del peso circa di 250 g che deve essere consumato in tempi brevi, previa cottura.

- **Consigli:** con le salamelle si prepara il risotto alla salsiccia, condito poi con Grana Padano, mentre il pesto è utilizzato per cucinare il riso al pesto.
- **Classificazione:** questo salume appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Sugolo

- **Cenni storici:** gli ingredienti del Sugolo evocano l'origine arcaica del prodotto che è riuscito a sopravvivere negli anni, nonostante le crescenti restrizioni delle norme comunitarie, insieme a numerose altre specialità mantovane. È tipico della provincia di Mantova, in particolare della fascia collinare a sud del Benaco. Questo budino di consistenza morbida e compatta è caratteristico del periodo della vendemmia, che si svolge nei mesi di settembre e ottobre. Si prepara solitamente con uva da tavola, anche se per una migliore riuscita occorrerebbe l'uva fragola o uva americana, essendo dolciastra. Ci sono due tipologie di Sugolo: uno ottenuto con l'uva cotta – presenta un colore rosso cupo – e l'altro ricavato dal mosto d'uva – dal colore più chiaro. Gli esperti affermano che il Sugolo tradizionale corrisponda solo alla prima tipologia, ovvero quello ottenuto dalla *crepàda*, ossia dagli acini d'uva spaccati durante la cottura per effetto dell'ebollizione, e non da quelli pigiati in precedenza come per la preparazione del mosto. Un tempo la *crepàda* era unita alla farina bianca e messa a cuocere in un paiolo di rame insieme ad un'enorme chiave di ferro, che si riteneva in grado di neutralizzare i rischi tossici di ossidazione dell'interno della pentola. Nelle case dei contadini si riempivano scodelle e zuppere con il Sugolo ancora bollente e si lasciava riposare fino alla produzione della pelle, cioè della pellicola che si creava per raffreddamento e rapprendimento della superficie.

- **Ingredienti:**
  - 3 kg di uva nera, preferibilmente uva fragola

- 300 g di zucchero
- 6 cucchiaini di farina bianca

• **Preparazione:** dopo avere lavato l'uva, togliere con cura gli acini dai grappoli. Riporla in una pentola e cuocere a fuoco lento fino a quando la buccia degli acini si rompe crepando. Mantenere il mosto in ebollizione per circa 15 minuti e quando si sarà raffreddato stemperare la farina un po' per volta e mescolare bene. Cuocere il Sugolo in un tegame stagnato, aggiungendo lo zucchero e continuando a mescolare per evitare che il composto si attacchi al fondo. Quando inizia a bollire e la consistenza sarà quella di una crema, versare il preparato in stampi per budino. Servire freddo.

• **Consigli:** si gusta da solo a fine pasto come dessert, ha un intenso profumo d'uva e un gusto piuttosto amarognolo. Gli intenditori dichiarano che il Sugolo migliore è quello che dopo qualche giorno lascia trapelare in superficie i cristalli di zucchero o, addirittura, è aggredito dalle muffe. Si può conservare in frigorifero anche per un mese; prima di servirlo basta togliere la muffa che si sarà certamente formata, indice di genuinità.

• **Classificazione:** questo dolce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

• **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Sugolo [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_faseo3.aspx?lang=1&ID=157](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_faseo3.aspx?lang=1&ID=157) (consultato il 07/02/2017).

## Torta delle Rose

• **Cenni storici:** la Torta delle Rose è un dolce tradizionale che si incarna a protagonista di grande qualità, oggi proposto nei più importanti ristoranti del mantovano. Va evidenziato il dibattito, ancora aperto, in merito alla vera identità di questo prodotto: c'è chi dice sia originario di Mantova e chi no. Tuttavia, una minima frequentazione dei ristoranti dell'Alto Mantovano e sudovest del Veronese depone a favore di un consumo più accentuato nel mantovano, pur se nessuno pare essere in grado di fornire prove inconfutabili che di un ceppo o dell'altro si tratti. Un esempio indiscutibile è proprio la realizzazione di questa torta a cura dell'Osteria da Pietro di Castiglione delle Stiviere, di cui si propone di seguito la ricetta. Non bisogna dimenticare che anche nel versante della provincia mantovana che confina con l'Emilia si registra

la presenza di questo dolce; per questo lo si può definire tipico della tradizione dell'intera provincia di Mantova.

- **Ingredienti per l'impasto:**

- 1 uovo intero
- 2 tuorli d'uovo
- 25 g di lievito di birra
- 50 g di zucchero
- 1 cucchiaio d'olio extravergine
- 1 noce di burro
- 1 pizzico di sale fine
- 250 g di farina 00

- **Ingredienti per la farcitura (crema al burro):**

- 100 g di zucchero
- 80 g di burro morbido
- 1 pizzico di sale
- 5 g di lievito in polvere

- **Preparazione:** in una planetaria versare la farina, le uova, l'olio, una noce di burro, un pizzico di sale, il lievito di birra e lo zucchero quindi impastare per 15 minuti. Fare riposare per altri 15'. Nel frattempo preparare in un'altra planetaria la crema al burro per la farcia; lavorare il burro ammorbidito, lo zucchero ed il lievito in polvere e un pizzico di sale. Prendere l'impasto che nel frattempo ha terminato di riposare e stenderlo con il matterello in modo da ottenere una sfoglia a forma rettangolare, spalmarvi sopra la crema al burro in modo uniforme e arrotolare la sfoglia. Tagliare il rotolo in pezzi di circa 4-5 cm di spessore e posizionali in una teglia in verticale ben uniti. Fare lievitare il tempo necessario e cuocere a 160 °C per circa 30 minuti senza mai aprire il forno.

- **Consigli:** è molto importante fare attenzione allo spazio lasciato fra una rosa e l'altra, poiché deve essere sufficiente per permettere una buona lievitazione e quindi ottenere un apprezzabile risultato finale. La Torta delle Rose è servita con zabaione al moscato in autunno-inverno ed inizio primavera; nel periodo più caldo, quindi tarda primavera ed estate, è servita con salsa alla vaniglia.

- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

Osteria da Pietro, Via Chiassi 19, Castiglione delle Stiviere (MN).

# Torta Helvetia

• **Cenni storici:** una denominazione insolita per un dolce che viene identificato con la tradizione dolciaria mantovana. Parlare di tipicità può determinare qualche sconcerto. Tuttavia è da eliminare immediatamente considerando il fatto che la sua produzione è entrata da oltre due secoli nel costume locale e, salvo qualche sporadica eccezione e sconfinamento imitativo, il suo consumo si concentra nella cinta lacustre e non va oltre il territorio mantovano. Questo dolce è portato a Mantova intorno al 1798, come bagaglio di esperienza della famiglia Putscher, originaria di Suffers, nel Cantone dei Grigioni, che apre una pasticceria nella piazza del Purgio (oggi piazza Marconi) ossia nel cuore della città, proponendo ai figli della *Tor da sùcar* altri dolci di grande impatto, quali l'Anello di Monaco, i *krapfen*, la *sachertorte* ed altre leccornie. Come sempre accade a dolci di particolare impatto e piacevolezza, la ricetta è stata manipolata e spesso mutata nelle sue componenti essenziali, fino a creare un prodotto che non ha più nulla a che vedere con l'Helvetia dei Putscher.

• **Ingredienti per la pasta (per 4-5 persone):**

- 250 g di albumi
- 500 g di farina di mandorle
- 500 g di zucchero a velo

• **Ingredienti per la farcitura:**

- panna montata
- zabaione
- gocce di cioccolato fondente

• **Preparazione:** miscelare delicatamente le chiare e montarle a neve ferma con lo zucchero a velo. Aggiungere poi la farina di mandorle. Mettere il composto in una tasca con la bocchetta fine, e formare una spirale stretta su un foglio di carta oleata. Formare così 3 dischi dello stesso diametro e infornare a forno dolce. Quando i dischi sono cotti, appena hanno preso colore, si fanno raffreddare. Si spalma il primo con lo zabaione e si sovrappone il secondo, che si spalma di nuovo con altro zabaione, si sovrappone infine il terzo. Dopo aver pareggiato i bordi, cospargere lo scalzo con altra crema, su cui fare aderire la granella di mandorle tostate. Servire a temperatura ambiente.

• **Consigli:** le salse dolci che separano i dischi possono variare; ad esempio può essere utilizzato lo zabaione su uno strato e la panna montata mescolata a gocce di cioccolato fondente sull'altro.

- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Torta Mantovana

- **Cenni storici:** la Torta Mantovana ha origini curiose. Infatti, nel 1875, due suore mantovane in pellegrinaggio verso Roma, per l'occasione del Giubileo, furono ospitate a Prato da Antonio Mattei, proprietario del famoso biscottificio pratese "Mattei". Per ricambiare il gesto cortese, le due suore decisero di donargli la ricetta della Torta Mantovana. Questo dolce divenne famoso nel momento in cui Mattei diede la ricetta a Pellegrino Artusi, il quale la inserì nel suo ricettario del 1891 dal titolo *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*. In sostanza, è originaria di Prato ma rappresenta uno dei dolci più antichi della provincia di Mantova. La sua preparazione, molto semplice, unita alla facile reperibilità degli ingredienti l'ha resa molto popolare nelle famiglie di un tempo.

- **Ingredienti:**

- 170 g di farina
- 170 g di burro
- 170 g di zucchero
- 7-8 mandorle
- 4 tuorli
- 1 uovo intero
- 1 bustina di vaniglia
- ½ bustina di lievito

- **Preparazione:** in una zuppiera montare molto bene il burro e lo zucchero. Incorporare, uno alla volta, i quattro tuorli e per ultimo l'uovo intero. Aggiungere al composto la vaniglia, il lievito ed infine la farina. Versare l'impasto in una tortiera imburrata e infarinata. Decorare in superficie con le mandorle. Infornare a 170 °C per 40'.

- **Consigli:** la vera Torta Mantovana è di forma circolare e si caratterizza, soprattutto, per il suo spessore che deve essere al massimo di 2 cm dopo la cottura. Una volta raffreddata spolverizzarla con dello zucchero a velo.

- **Classificazione:** questo dolce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del “dolce” a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.  
Lusenti D., Rossi P., Zanotti P. (a cura di) (2014), *Non solo polenta. La tradizione alto mantovana si racconta*, Zanotti Editore, Castiglione delle Stiviere (MN).

## Torta Margherita

- **Cenni storici:** nelle campagne mantovane ed anche in città, la Torta Margherita veniva presentata dalla massaia con orgoglio fino agli anni Sessanta, epoca in cui non c'erano ancora i supermercati e ci si riforniva dal fornaio per comprare gli ingredienti al fine di preparare la torta in casa. Deve probabilmente il suo nome alla forma che assume quando viene tagliata a fette radiali: grazie allo zucchero a velo spolverato in superficie ed alla colorazione gialla dell'interno, dovuta alle uova, assume infatti le sembianze di una margherita, dove ogni fetta rappresenta un petalo. Questo era il dolce delle feste: a cominciare dalla Pasqua, di cui era il dolce per antonomasia, prima che la grande distribuzione imponesse la colomba. Non è di facile realizzazione, perché è tutt'altro che scontato ottenere una torta così soffice, asciutta e gustosa partendo solo da uova, fecola di patate e zucchero, senza lievito e senza burro. Specialmente non era facile prepararla con i primi forni a gas, privi di termostato, non ventilati e in cui solo l'esperienza della cuoca, nel tempo, consentiva di mettere a punto tutte le variabili per una buona riuscita. Esiste anche una Torta Paradiso, tipica della città di Pavia, piuttosto simile ma di più facile esecuzione perché si usano il lievito ed il burro.

- **Ingredienti:**

- 8 uova
- 200 g di zucchero
- 200 g di fecola
- vanillina
- succo di mezzo limone

- **Preparazione:** montare molto a lungo i tuorli con lo zucchero, fino ad ottenere una massa gonfia e cremosa (lavorando a mano regolarsi fino a quando l'impasto è chiaro). Aggiungere gli aromi ed amalgamare con cura. Incorporare poi gli albumi, montanti a neve ferma, ed alla fine la fecola, fatta scendere lentamente a pioggia, da un setaccio a maglie fini, per evitare la formazione di grumi. Infornare in uno stampo infarinato. Cuocere in forno a 200 °C per 20 minuti circa. Servire, una volta raffreddata, ricoperta di zucchero a velo.

- **Consigli:** per quanto riguarda la temperatura del forno e la durata della cottura si va ad esperienza; una volta, infatti, era addirittura cotta nel forno del pane. Questo dolce viene solitamente lasciato riposare un giorno e poi consumato perché il giorno successivo è ancora più buono.
- **Manifestazioni correlate:** a fine febbraio-inizio marzo antica fiera di Santa Margherita, in uno dei borghi più belli d'Italia: Castellarò Lagusello (Monzambano – Mn).
- **Fonti:** Torta Margherita a cura di Mantova Notizie [www.mantovanotizie.com/cucina-mantovana/20090701-torta-margherita.php](http://www.mantovanotizie.com/cucina-mantovana/20090701-torta-margherita.php) (consultato il 16/02/2017).

## Torta Sbrisolona

• **Cenni storici:** la Torta Sbrisolona è l'ideale conclusione del menu identificativo della cucina mantovana. Il suo nome deriva dalla tendenza a sbriciolarsi, già prima della cottura, a causa della presenza della farina di mais e della non perfetta amalgamazione degli ingredienti. Nella versione base richiede uguali quantità di farina bianca, farina gialla e zucchero, empiricamente misurate a tazze; perciò è anche detta torta delle tre tazze. Risultava dura quando veniva cucinata con grassi poveri, derivati dalla schiumatura degli ossi da brodo o dell'acqua di cottura del cotechino, mentre al contrario era friabile quando venivano impiegati grassi nobili quali il burro, o meglio lo strutto. Nasce ufficialmente intorno al XVII secolo come espressione della tradizione della torta dura, come gemellaggio di dolci di altre terre e province che però non trova supporti documentari affidabili. La verità potrebbe individuarsi in una consuetudine medievale che fa proprie mandorle e noccioline amalgamate con i grassi sopraddetti, fino alla creazione di un dolce modesto e rustico nei contenuti, ma di grande bontà ed impatto emotivo.

- **Ingredienti (per 7-8 persone):**

- 1 kg di farina bianca
- 800 g di fioretto
- 1 kg di burro
- 800 g di zucchero
- 500 g di mandorle dolci sgusciate
- 1 pizzico di vanillina

- **Preparazione:** unire le farine con le mandorle e mescolare bene. A parte lavorare il burro, fatto precedentemente ammorbidire a temperatura ambiente af-

finché riesca ad inglobare tutto lo zucchero. Infine unire le farine con l'impasto di burro e zucchero. Tutte queste operazioni devono essere fatte lavorando con le mani. Ne deve risultare un composto sgranato e farinoso. Riporlo in una teglia di dimensione circolare, sistemare con le mani dandogli uno spessore uniforme e cuocere in forno a 180 °C per circa 20 minuti. Se lo si desidera cospargere, prima della cottura, con zucchero semolato.

- **Consigli:** nel rispetto della tradizione popolare la Sbrisolona non viene tagliata a fette ma spezzata con un pugno abilmente assestato al centro della torta. Se si sbriciola è perfettamente riuscita.
- **Classificazione:** questo dolce appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del “dolce” a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.  
*Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Tortelli di Zucca alla Mantovana

a cura della Pro Loco Comunale Paolino Fornara di Roncoferraro

- **Cenni storici:** i tortei de söca sono un delicato tipo di pasta ripiena dal sapore dolciastro di zucca e amaretto, tipico della provincia di Mantova. Pur essendo uno dei piatti più rappresentativi e sontuosi della cucina italiana nascono dalla necessità di “mangiare di magro” del venerdì e, soprattutto, di riciclare gli avanzi di cucina. La loro caratteristica principale: un accostamento azzardato fra dolce e salato, che si contrappone e, nel contempo, si combina. Proprio questo filo conduttore, il perfetto equilibrio fra dolcezza e sapidità, li rende unici; confezionati con quattro ingredienti tipici del territorio mantovano sono resi ancora più speciali grazie all'aggiunta di un tocco speziato d'origine rinascimentale. Appartengono alla *cucina di famiglia*, dove i segreti della sfoglia e le giuste dosi del ripieno si tramandano di generazione in generazione; vengono mangiati per la Vigilia di Natale e in altre festività tradizionali (come S. Antonio o S. Martino). Sul territorio sono presenti alcune varianti che danno spunti differenti per quanto riguarda il condimento, abbandonando dunque il classico burro e salvia. Ad esempio i Tortelli di Zucca con sugo



alla Salsiccia De.Co. di San Benedetto Po caratterizzati dal ragù di condimento che prevede il soffritto di cipolla e l'aggiunta di salsiccia sbriciolata, infine un po' di conserva di pomodoro. Oppure i Tortelli di Zucca Mantovani al burro fuso e salvia con crostini di Parmigiano Reggiano De.Co. di Villa Poma, che quando vengono impiattati sono guarniti con crostini di Parmigiano Reggiano dorati al burro.

- **Ingredienti per il ripieno dei Tortelli di Zucca (per 6 persone):**

- 1 kg di Zucca Mantovana
- 160 g di amaretti
- 160 g di Mostarda Mantovana di mele
- 180 g di formaggio grana grattugiato
- 80 g di burro
- noce moscata q.b.
- sale e pepe q.b.

- **Ingredienti per la pasta:**

- 600 g di farina bianca tipo 00
- 6 uova
- sale q.b.

- **Ingredienti per il condimento:**

- 20 g di formaggio Grana grattugiato
- 80 g di burro

- **Preparazione:** dopo aver aperto la zucca, mondarla dei semi, tagliarla a pezzi e cuocerla in forno moderato. Togliera dal forno e passarla al setaccio. Disporre la purea così ottenuta in una terrina, unire gli amaretti tritati finemente, la mostarda sminuzzata, il formaggio Grana, il sale e il pepe sino ad ottenere un composto bene asciutto. *Variante:* al ripieno si potrebbero aggiungere anche: uvetta tritata finissima e buccia grattugiata di limone. Per compattare l'impasto aggiungere pane grattugiato e biscotti secchi tritati finemente, fino ad ottenere la consistenza desiderata. Con la farina, poco sale e le uova preparare la sfoglia stendendola non troppo sottile per evitare la rottura in fase di cottura. Stenderla e tagliarla a quadrotti, distribuendo un piccolo cucchiaino di composto sui ritagli di pasta, avendo cura di chiudere bene i bordi. Cuocere in abbondante acqua salata o, meglio, in brodo di carne. Come vuole la tradizione, condirli solo con burro fuso e Grana Padano, magari aggiungendo qualche foglia di salvia. *Variante:* condire con sugo di pomodoro e burro per esaltare il contrasto tra il dolce della zucca e l'aspro del pomodoro, o con salsiccia sgranata.

- **Consigli:** il ripieno andrebbe fatto riposare per almeno 24 ore in luogo fresco, ma non in frigorifero, prima di utilizzarlo. La tradizione più antica preve-

deva la cottura della zucca bollita in acqua e, per recuperare poi la polpa, veniva avvolta in teli di cotone per eliminare l'acqua in eccesso strizzandola. Oggi si preferisce la cottura al forno, poiché ne conserva maggiormente il gusto.

- **Classificazione:** questo primo piatto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Manifestazioni correlate:** “Di zucca in zucca”, dall’8 settembre all’8 dicembre di ogni anno negli agriturismi di Mantova aderenti all’iniziativa. A luglio, alla Festa d’la Psina, a Corte Grande di Roncoferraro si possono gustare, fra i differenti piatti tipici locali, anche i Tortelli di Zucca. Informazioni tratte da <https://mincioedintorni.com/2016/07/18/roncoferraro-festa-dla-Psina-a-corte-grande/> (consultato il 05/02/2017).

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all’agricoltura e alle foreste, Lombardia – Tortelli di Zucca [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=194](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=194) (consultato il 23/02/2017).

*Per un codice della cucina lombarda*, III edizione, Milano 2011

[www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 03/01/2017).

Scheda identificativa Tortelli di Zucca conditi con la salsiccia a cura del comune di San Benedetto Po [www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria](http://www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria) (consultato il 10/03/2017).

Scheda identificativa Tortelli di Zucca a cura del comune di Villa Poma [www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com\\_content&task=view&id=460&Itemid=124](http://www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com_content&task=view&id=460&Itemid=124) (consultato il 10/03/2017).

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici di un'area specifica del mantovano (Area sovra comunale)

## Riso Vialone Nano

areale Bigarello, Castelbelforte, Castel d'Ario, Ostiglia, Roncoferraro, Roverbella, Serravalle a Po e Villimpenta

- **Cenni storici:** questa è una terra dove la coltivazione del riso, grazie all'abbondante presenza dell'acqua, ha radici molto antiche. Se ne trova traccia nell'architettura rurale, con le sue corti risicole e le aie, gli approdi per i barconi, gli impianti di essiccazione e le Pile. Le prime testimonianze di coltivazione del riso risalgono al periodo di Federico II Gonzaga (1500-1540); grazie alla realizzazione di imponenti opere di bonifica idraulica, nascono numerose corti risicole che permettono, in breve tempo, di estendere la coltivazione in tutta la sinistra Mincio. Aumentando le coltivazioni, e quindi i guadagni, aumentano anche i dazi per la concessione delle acque. Ecco dunque i primi contrasti fra produttori mantovani e veronesi per utilizzare le acque dei canali di confine. La questione viene risolta nel 1774 con un trattato circa l'uso delle acque del Tartaro. Nell'Ottocento, prima della meccanizzazione, nasce la figura della mondina, l'operaia che da maggio ad agosto, dall'alba al tramonto, lavora nei campi allagati in condizioni di grandi fatica e disagio, occupandosi di trapianto, monda, trebbiatura e raccolta del cereale. Un altro ruolo fondamentale, ancora oggi, è quello ricoperto dal "riser", che deve vigilare affinché il livello dell'acqua nella risaia sia sempre ottimale (innalzandolo o abbassandolo si favorisce il radicamento delle piantine appena nate e si combattono eventuali parassiti, limitando l'uso dei diserbi). Fino alla seconda metà dell'800 sono coltivate qualità di riso non distinte. Solo dal XX secolo si parla di selezioni, incroci e varietà. La prima è stata il "Nostrale", subito flagellata da una malattia che ne ha cancellato la produzione. Allora si pensa di selezionare, dalla provincia di Pavia, una nuova qualità: il Vialone Nero, di colore scuro e notevole taglia (135 cm circa). Tuttavia, con l'avvento della trebbiatura meccanica, questa pezzatura diventa ingombrante. Fortunatamente, nel 1925, a Vercelli si inizia ad incrociare il Vialone con il Nano (di taglia ridotta, solo 60 cm circa). Nasce dunque il Vialone Nano e viene trasferito, un decennio dopo, nel mantovano – facendo la fortuna dell'attività agricola locale.

La gastronomia ha poi reso *unica* la tecnica di preparazione di questo riso, visto il suo buon contenuto di proteina nobile che ne determina, in fase di cottura, un'elevata consistenza e una bassa collosità, esaltando i piatti della cucina mantovana.

- **Ubicazione:** la “Strada del Riso” attraversa una parte della provincia di Mantova, ovvero la sinistra del fiume Mincio ed il confine con il Veneto, dove la campagna piana è segnata da fiumi e da canali. Vere e proprie capitali del risotto sono: Bigarello, Castelbelforte, Ostiglia, Castel d’Ario, Roncoferraro, Roverbella, Serravalle a Po e Villimpenta.
- **Particolarità:** il risone, cioè il prodotto ottenuto dalla trebbiatura, prima di potere essere utilizzato in cucina deve subire una fondamentale fase detta “pilatura”, ovvero dopo l’essiccazione è sottoposto ad un processo di raffinazione realizzato in stabilimenti denominati “Pile”. Qui si ripulisce il granello dagli strati più esterni, facendolo diventare chiaro, brillante e compatto.
- **Classificazione:** questo cereale appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Fonti:** Strada del riso e dei risotti mantovani [www.stradadelrisomantovano.it/](http://www.stradadelrisomantovano.it/) (consultato il 04/01/2017).

## Risòt Menà

areale Bigarello, Castelbelforte, Castel d’Ario, Ostiglia, Roncoferraro, Roverbella, Serravalle a Po e Villimpenta

- **Cenni storici:** Mantova è la patria del riso di grande qualità, che viene cucinato e condito tradizionalmente con il *pist* o *pistùm* (impasto di tagli scelti di carne di maiale grassa e magra, in proporzioni ben stabilite, poi macinate e condite). Nell’ambito dei risotti così conditi si possono distinguere due varietà: una è quella denominata *Risòt a la pilota*, caratteristica di un’area del basso mantovano (alla sinistra del Mincio e del Po), l’altra è la versione mantecata, tipica di quasi tutto il resto della provincia. Quest’ultima trova la sua patria per eccellenza in alcuni comuni dell’Alto Mantovano situati nei pressi di Goito, i cui territori si spingono fino alle propaggini delle colline moreniche. Il disciplinare del *Risòt Menà* – anche detto *Risòt cul pist*, *Risòt cu le salamele*, *Risòt a la mantuana* o *Risòt e basta* – è stato scritto, letto e firmato il 01/01/2001 a Cerlongo di Goito, Mantova.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- 4 hg di Riso Vialone Nano Mantovano
- 3 hg di pesto o 4 Salamelle Mantovane
- ½ cipolla media, bianca
- 1 lt circa di buon brodo di carne
- ½ hg di burro
- ½ bicchiere di vino bianco secco
- 2 cucchiaini colmi di formaggio Grana Padano

- **Preparazione:** in una pentola dal fondo spesso soffriggere il burro e la cipolla tritata finemente. Quando questa è ben appassita, ma non ancora imbiandita, unire il pesto (1 kg va fatto con: 5 hg di lombo di maiale, 2,50 hg di spalla o polpa di coscia, 2,50 hg di pancetta soda, grassa e magra; passare alla piastra da 6 mm e condire con 20 g di sale, 1 spicchio grosso di aglio tritato finemente, pepe) o le salamelle scamiciate (private del budello) e sminuzzare l'impasto con i rebbi di una forchetta. Cuocere a fuoco molto basso per 10'. Alzare la fiamma, bagnare con il vino e lasciare evaporare. Versare il riso, lasciare che assorba il fondo, mettere a fuoco medio e quindi aggiungere mestoli di brodo bollente. Menare non troppo frequentemente ma con decisione affinché non si comprometta la consistenza del chicco. A 2 minuti dal termine della cottura completare con il Grana grattugiato, mescolare accuratamente per un'ultima volta, spegnere il fornello, coprire e lasciare riposare per il tempo restante. Il piatto deve risultare morbido e cotto in modo perfetto. Servire.

- **Consigli:** per menare è preferibile usare un cucchiaino di legno col quale toccare sempre il fondo della pentola, in maniera lenta e decisa ogni minuto.

- **Fonti:** Bardini S. (2004), *Risòt menà. Mangiari e memorie della civiltà contadina dell'alto mantovano*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

## Risotto alla Pilota

### Risotto Nuvolari

areale Borgofranco sul Po, Castel d'Ario, Roncoferraro e Villimpenta  
a cura delle: Pro Loco di Borgofranco sul Po,  
Pro Loco Comunale Paolino Fornara di Roncoferraro

- **Cenni storici:** il riso alla pilota, curiosa denominazione di questo piatto tipico del mantovano, ha origine dalla designazione dialettale dei braccianti delle riserie: in casteldariense infatti le riserie sono dette pile e piloti o pilarini erano

coloro che vi operavano. Poiché il lavoro nelle pile si svolgeva in modo continuativo e non c'era molto tempo da dedicare alla preparazione del pranzo, si utilizzava una tecnica che permetteva di cuocere il riso senza che fosse necessario seguirne la cottura. Una volta cotto si condivideva semplicemente con un soffritto di cipolla; oggi lo si è arricchito con il pistume. La ricetta del Risotto alla Villimpentese è stata affinata nel tempo dai cuochi villimpentesi e la Pro Loco si sta distinguendo per dinamismo e disponibilità nel valorizzare la cultura gastronomica locale anche al di fuori dai confini paesani e provinciali. Mentre la ricetta del Risotto alla Nuvolari nasce dal connubio tra il riso di Castel d'Ario, paese natale del famoso pilota Tazio Nuvolari, ed il tartufo di Borgofranco sul Po, e viene proposta durante il passaggio del Gran Premio Nuvolari. Infine una versione particolare del riso alla pilota è con l'aggiunta del Pontel (costine di maiale); un tempo veniva preparato nelle cascine in occasione della *gasaiga*, festa contadina che celebrava la conclusione della raccolta del riso.

• **Ingredienti (per 8-10 persone) per il Riso alla Pilota di Castel d'Ario De.Co.:**

- 1 kg di Riso Vialone Nano Italiano
- 1 kg di pistume
- 1,1/1,2 lt di acqua
- 80 g di burro
- 80/100 g di Grana Padano grattugiato
- sale grosso q.b.

• **Preparazione:** in un paiolo preferibilmente di rame stagnato o alluminio portare a forte ebollizione l'acqua e aggiungere il sale. Quando l'acqua bolle aggiungere il riso e tenerlo a fiamma medio-vivace, mescolando ogni tanto sul fondo per non farlo attaccare, per 4/5 minuti circa fino al completo assorbimento dell'acqua. Successivamente spostare il paiolo su un fornello più piccolo al minimo della fiamma per 15/20 minuti coprendo il recipiente con un coperchio, e con l'avvertenza di mettere un canovaccio tra il paiolo ed il coperchio facendo attenzione che non venga aperto prima del tempo sopraindicato. Trascorso il tempo scoprire il paiolo e dopo aver "girato" il riso con la stecca o con un cucchiaino di legno, coprire e far riposare ancora per una decina di minuti. Nel frattempo far cuocere il pistume (quello tipico casteldariese comprende tagli nobili di suino prosciutto compreso, freschi e non congelati, conditi con sale da concia, pepe, aglio e/o altre spezie; deve rispecchiare la pasta del tradizionale Salame Mantovano in rapporto positivo di magro rispetto al grasso) sminuzzato nel burro a fuoco abbastanza vivace finché sarà imbrunito (senza rosolarlo troppo perché non perda la sua fragranza). A cottura ultimata condire il riso mescolando il pistume, aggiungendo poco alla volta il Grana grattugiato.

*Variante per il Risotto Nuvolari:* preparare il riso e, a parte, in un tegame cuocere il pesto di salsiccia con un po' di vino. A fine cottura, aggiungere il burro al tartufo e la salsa tartufata bianca e nera; aggiustare di sale e lasciare riposare. A cottura ultimata il riso deve risultare asciutto e sgranarsi. Condirlo col sugo pronto di pesto al tartufo.

## Cipolla

areale Carbonara Po, Felonica e Sermide

- **Cenni storici:** la cipolla è stata considerata per molti secoli un alimento povero, largamente consumata in periodi di guerra e carestia. Tuttavia, durante il Rinascimento ha trovato posto sulle tavole nobiliari come elemento di spicco per le sue proprietà afrodisiache, mai ben chiarite. Oggi, invece, è apprezzata per le sue caratteristiche nutrizionali perché favorisce l'elasticità delle arterie, protegge il fegato e previene i disturbi alla prostata. Consigliata anche ai diabetici perché mantiene basso il livello di glucosio nel sangue. Coltivata in un'area specifica del mantovano è l'ingrediente principale di alcuni piatti come la Cipolla d'Oro oppure il Tiròt, cioè una focaccia impastata con strutto, farina e Cipolla che è rimasta fra i prodotti tipici locali. Inoltre, è utilizzata per sughi e torte salate, ma è ottima anche al forno.
- **Ubicazione:** nella zona compresa tra i comuni di Carbonara di Po, Sermide e Felonica.
- **Particolarità:** le tipologie di cipolla più diffuse nella zona del mantovano sopraindicata sono le seguenti. La Cipolla di Sermide o Paglierina, che ha un colore giallo paglierino, di forma globosa, un diametro di 50-80 mm e peso di 120-150 g, viene seminata in autunno e raccolta a luglio; ha proprietà diuretiche, depurative e regolatrici dell'intestino. Purtroppo ha rischiato l'estinzione poiché non è possibile conservarla per più di tre mesi; quindi gli agricoltori si sono buttati sulla coltivazione di altre specie al fine di potere sopravvivere sul mercato. Ma grazie alla sua rivalutazione, nel recente periodo, è riuscita ad arrivare sino a noi. Inoltre si coltiva la Cipolla Dorata Invernale: seminata in primavera viene raccolta fra luglio ed agosto. Ed ancora la Cipolla Maggiolina, piccola e bianca, e la Cipolla Borettana, piatta e bianca; queste ultime due varietà sono molto apprezzate nell'industria conserviera.
- **Classificazione:** questo ortaggio appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

- **Fonti:** Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Cipolla di Sermide [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=164](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=164) (consultato il 23/01/2017).

## Cipolla d'Oro

areale Carbonara Po, Felonica e Sermide  
a cura della Pro Loco di Revere

- **Cenni storici:** nel 1981 il concorso «Cipolla d'Oro città di Sermide» fu vinto dalla Chef Mara Iori con Ciro Ancelotti, presentando il piatto *Cipolla al profumo di lago* ovvero filetto di trota alla cipolla. Successivamente, fu creato il piatto Cipolla d'Oro che riscosse un grande successo ed un vero e proprio apprezzamento generale.

- **Ingredienti:**

- cipolle agostane
- burro
- fontina
- latte
- Parmigiano Reggiano
- tuorli d'uovo
- sale
- pepe
- noce moscata

- **Preparazione:** disporre le cipolle, in modo ordinato, su una placca da forno. Cuocerle a 200 °C per un'ora nel forno. Tagliare l'estremità superiore della cipolla ed estrarre la polpa, facendo attenzione a non danneggiare l'involucro, che sarà poi utilizzato come contenitore. Tritare finemente la polpa della cipolla estratta e farla appassire con il burro. Aggiungere la farina, fare tostare ed unire il latte bollente. Dopo qualche minuto di ebollizione unire la fontina tagliata a cubetti ed il Parmigiano Reggiano. Far sciogliere e lasciare intiepidire il tutto. Unire quindi i tuorli d'uovo e aggiustare di sapore. Con questo composto riempire le cipolle e fare cuocere in forno a 200 °C per 15 minuti. Servire dopo avere guarnito a piacere con coriandoli vegetali.

- **Consigli:** si presta benissimo per essere servito come antipasto. Notevole per la sua originalità, da gustare con l'utilizzo di un cucchiaino.



# Tiròt

areale Carbonara Po, Felonica e Sermide

- **Cenni storici:** si tratta di una ricetta contadina *povera*; si presenta come una schiacciata morbida a base di cipolla che veniva preparata ed usata soprattutto come colazione e pranzo nelle campagne. Si hanno notizie documentate già dal 1827, grazie a Francesco Cherubini che fece stampare il vocabolario mantovano-italiano. Il nome *Tiròt* deriva dal modo di stendere la morbida e soffice pastella che viene abilmente tirata a mano sulle teglie da forno. Un'operazione che, in passato, si svolgeva in tutte le famiglie di Felonica. Le donne preparavano di primo mattino l'impasto, per poi recarsi ai forni collettivi del paese per la cottura. Il ricordo del Tiròt viene associato alla coltivazione del suo ingrediente più significativo: la cipolla gialla di Felonica, coltura che, in passato, era alla base dell'economia di numerose famiglie. Infatti dai primi dell'800 fino agli anni Settanta del secolo scorso il Tiròt veniva preparato solo da maggio a settembre, periodo di raccolta delle cipolle bionde, una varietà dolce e dorata che per quasi duecento anni è stata la principale fonte di reddito degli abitanti di Felonica e del vicino comune di Sermide. Oggi il Tiròt viene consumato come antipasto o insieme ai salumi tipici mantovani (Ciccioli o Greppole, Salame, ...) e caratterizza dunque, principalmente, i comuni di Felonica e Sermide, ma si può definire tipico di tutto il Basso Mantovano.

- **Ingredienti:**

- farina
- lievito madre
- strutto
- olio di oliva
- cipolla

- **Preparazione:** viene impastato questo preparato fino ad ottenere un "livello colloso" e poi è steso nelle teglie, tirato a mano (da qui il nome di Tiròt). Informato, dopo la lievitazione, a 240 °C per 45'.

- **Consigli:** bisogna notare che è l'aroma intenso della cipolla a caratterizzare il Tiròt, il quale si presenta al palato dolce ma molto sapido. Per apprezzare al meglio queste caratteristiche e l'equilibrio tra croccantezza e morbidezza dell'impasto è consigliabile consumare il Tiròt appena sfornato.

- **Classificazione:** dal 2013 riconosciuto presidio slow food, per tutelare i piccoli produttori e salvare i prodotti tradizionali di qualità.

- **Manifestazioni correlate:** Fiera del Tiròt di Felonica, verso metà agosto.

# Caldi Dolci e Torta di Tagliatelle

areale Città di Mantova

• **Cenni storici:** i Caldi Dolci vengono proposti dalle pasticcerie della città di Mantova, ma si preparano anche nelle case. Sono molto rappresentativi delle abitudini alimentari mantovane. Le basi sono infatti la farina di mais ed il burro, un sorta di polenta dolce condita, poi aromatizzata. Tipici del giorno dei morti (2 novembre), tiepidi e morbidi, sono l'ideale per rinfrancarsi dopo i primi freddi dell'autunno e guardare con serenità all'inverno che arriva. Le loro origini sono misteriose; si pensa che inizialmente fossero dolci, a dispetto del nome, salati (all'interno c'erano le *gropole*). Un altro dolce che contraddistingue questa provincia è la Torta di Tagliatelle. Si tratta di una delle torte più note e apprezzate dai mantovani, in special modo nella città di Mantova, ma non solo dato che a San Benedetto Po è stata riconosciuta De.Co. nel 2013. L'origine di questa curiosa delizia, che viene dalla tradizione rurale e rimanda alla pasta delle tagliatelle fatta in casa, è ancora sconosciuta.

• **Ingredienti Caldi Dolci:**

- 250 g di farina gialla fioretto (la parte più fine)
- 1 lt di latte
- 1 dl di vino cotto
- 100 g di burro
- 100 g di pinoli
- 100 g di zucchero
- scorza di limone grattugiata
- cannella
- 4 chiodi di garofano
- 1 pizzico di sale

• **Preparazione:** far bollire il latte con tutti gli ingredienti tranne il fioretto. Quando il latte bolle, aggiungere la farina a pioggia mescolando in continuazione, facendo attenzione a non formare grumi. Cuocere a fuoco lento per circa mezz'ora, sempre mescolando. Fare raffreddare la polentina dolce e formare, lavorando con le mani, palline dalle dimensioni medio grandi, a cui va data la forma di una polpetta allungata.

• **Ingredienti Torta di Tagliatelle:**

- 200 g di farina bianca
- 200 g di burro
- 200 g di mandorle dolci

– 150 g di zucchero

– 2 uova

• **Preparazione:** tirare una sfoglia molto sottile con la farina e le uova. Lasciarla riposare circa mezz'ora, poi arrotolarla e tagliarla finemente formando delle tagliatelline, che si dovranno aprire e fare asciugare prima di procedere con la torta. Per preparare il ripieno, invece, montare il burro con lo zucchero e aggiungere le mandorle precedentemente tostate e tritate. Imburrare una tortiera quindi infarinarla; disporre uno strato di tagliatelle e una parte del composto preparato, proseguire alternando gli strati sino ad esaurimento degli ingredienti, aggiungendo fiocchetti di burro. Infornare per circa 30 minuti a temperatura media. *Variante:* nel ripieno si possono aggiungere Vermouth o Alchermes, amaretti tritati, cacao dolce e vanillina.

• **Consigli:** mentre si preparano i Caldi Dolci le mani vanno bagnate in continuazione per evitare che l'impasto si attacchi. Passarli in forno, ad una temperatura media, per farli asciugare affinché prendano una leggera doratura. Si possono cospargere con zucchero a velo. Preferibilmente vanno serviti ancora caldi.

• **Classificazione:** la Torta di Tagliatelle appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

• **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del "dolce" a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.

*Mantova gustosa*, a cura del comune di Mantova, anno 2016 [www.turismo.mantova.it/uploads/file/fce372ff9bfb63307efcc4c7ce8bc171.pdf](http://www.turismo.mantova.it/uploads/file/fce372ff9bfb63307efcc4c7ce8bc171.pdf) (consultato il 20/01/2017).

Lusenti D., Rossi P., Zanotti P. (a cura di) (2014), *Non solo polenta. La tradizione alto mantovana si racconta*, Zanotti Editore, Castiglione delle Stiviere (MN).

## Fiapòn

areale Felonica, Sermide e Basso Mantovano

• **Cenni storici:** è un dolce povero della tradizione contadina mantovana, che veniva preparato per recuperare gli avanzi della polenta. Quest'ultima, fredda, veniva lavorata con farina e zucchero ed aromatizzata con la scorza di limone, ottenendo un impasto da stendere e friggere in padella, con poco grasso. Le origini del nome derivano dal termine dialettale *fiap*, cioè floscio ed avvizzito; si riferiscono alla sua consistenza, molto morbida. Queste frittelle dolci di polenta,

tipiche di Sermide, Felonica, ed in generale del Basso Mantovano, si consumavano per merenda nelle case contadine e si risolveva così il problema degli avanzi – se mai ce ne fossero stati – di polenta. Ma attenzione: nelle campagne di un tempo non era sicuramente un piatto da tutti i giorni, scandiva solo le occasioni liete. Oggi la ricetta è stata leggermente modificata rispetto a quella, poverissima, delle origini.

- **Ingredienti:**

- 1 kg di polenta
- 100 g di zucchero
- scorza di limone grattugiata
- farina q.b.
- strutto per ungere la teglia

- **Preparazione:** tagliare la polenta del giorno prima riducendola in poltiglia con la forchetta (oppure, se si preferisce, preparare la polenta il giorno stesso). Poi, mescolarla con lo zucchero e la scorza di limone. Manipolarla aggiungendo il quantitativo di farina bianca strettamente necessario per legare il tutto. L'impasto viene steso in una teglia, formando uno strato alto circa due dita. Si cuoce a fuoco vivace e quando, dall'odore, sembra cotto si taglia in otto spicchi che si voltano uno per uno, per completare la cottura sull'altro lato. Si servono caldi, con una spolverata di zucchero sopra.

- **Consigli:** il Fiapòn deve risultare croccante esternamente e morbido all'interno, e va mangiato tassativamente caldo o almeno tiepido. Il grasso di cottura deve essere piuttosto scarso perché il *Fiapòn* deve friggere ma anche rosolare. L'aggiunta che oggi giorno può essere fatta, dato che i tempi sono notevolmente cambiati rispetto a quando è stato ideato, è la seguente: una manciata di uvetta e/o qualche pinolo, che si possono inserire nel composto.

- **Fonti:** Fiapon mantovani a cura dell'Associazione SapereSapori

[www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/511/categoryId/19/I-Fiapon-mantovani.aspx#.WlYYuVxfY\\_g](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/511/categoryId/19/I-Fiapon-mantovani.aspx#.WlYYuVxfY_g) (consultato il 23/01/2017).

Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

# Turtèl sguasaròt

areale Oltrepo mantovano  
a cura della Pro Loco di Quingentole

• **Cenni storici:** ricetta dal gusto dolce, già in uso nel periodo rinascimentale a Mantova, grazie al cuoco Bartolomeo Stefani che operò alla corte gonzaghesca nel XVII secolo. Il suo nome deriva dal fatto che il condimento deve essere abbondante, ovvero i tortelli devono effettivamente *sguazzare* nel loro sugo, ricavato dal mosto cotto chiamato *Saba*, meritandosi dunque l'appellativo di *minestra dei Turtèj Sguazzaròt*. Oggi viene proposto soprattutto nella zona dell'Oltrepo mantovano e, grazie ad una sfida lanciata dalla Confraternita del *Turtèl Sguasaròt*, ogni anno i comuni di Sermide, Felonica, Carbonara, Borgofranco e Magnacavallo partecipano ad un concorso per stabilire quale sia la versione migliore.

• **Ingredienti:**

*Per la salsa Savor*

- ½ limone
- 50 g di gherigli di noci
- 1,50 kg di frutta di stagione (pere, mele, pere volpine, mele cotogne)
- 2 lt di mosto d'uva
- 450 g di zucchero

*Per preparare il Saba*

- 3 lt di mosto d'uva bianca

*Per i turtèj:*

- 400 g di farina
- 2 uova
- 250 di fagioli freschi
- 250 di Savor
- Saba
- sale

• **Preparazione:**

*Per la salsa Savor*

sbucciare la frutta e tagliarla a dadini. Sbollentare le noci, spellarle e tritarle. Versare il mosto in una pentola e farlo bollire lentamente finché non si ridurrà il volume della metà. Aggiungere frutta, noci, scorza grattugiata di limoni e zucchero. Fare bollire a fuoco basso per circa 6-7 ore. *Preparazione per il Saba:* filtrare bene il mosto e metterlo a bollire a fuoco lento per 2 ore, mescolando di tanto in tanto per non farlo attaccare. Sarà pronto quando assumerà

la consistenza di uno sciroppo e sarà  $\frac{1}{3}$  della quantità iniziale. *Preparazione per i Turtèj*: cuocere i fagioli per circa 1 ora in acqua salata, poi passarli e lasciarli raffreddare. Unire la purea di fagioli e metà del Savor e lasciare riposare il composto per un giorno intero. Il giorno seguente preparare la pasta per i tortelli con farina, un uovo intero ed un albume; aggiungere poca acqua tiepida necessaria ad ottenere un impasto sodo ma lavorabile. Lasciarlo riposare per circa mezz'ora. Tirare la pasta in modo da ottenere una sfoglia, poi con una rotellina dentellata ritagliarla in modo da ottenere rettangoli di circa 9x4 cm. Porre al centro il ripieno, ripiegarli su sé stessi e sigillare accuratamente i bordi con le dita. Cuocerli in acqua salata e porli ad asciugare su di un'asse inclinata. In una zuppiera condire i tortelli con Savor caldo allungato con un po' di Saba. Servirli ben caldi. *Varianti*: è possibile aggiungere castagne secche e fagioli nell'impasto del ripieno, oppure la mostarda. Nella salsa di condimento può essere messa anche la marmellata di prugne.

- **Consigli**: può essere gustato sia caldo, come primo piatto, che freddo, come dessert. Per conservare sia il Savor che il Saba metterli ancora bollenti in vasetti di vetro, chiudendoli ermeticamente e capovolgendoli per 10 minuti per creare il sottovuoto.
- **Classificazione**: questo primo piatto o dessert appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.

## Melone Mantovano IGP

areale produzione Melone Mantovano IGP

- **Cenni storici**: la reputazione del Melone nel Mantovano è antica, come risulta dalle documentazioni storiche che risalgono alla fine del Quattrocento, oltre che dai diversi scritti e da testimonianze facenti parte dell'archivio dei Gonzaga di Mantova, in cui si riportano notizie dettagliate degli «appezzamenti destinati ai meloni provenienti da queste terre». L'importanza della coltivazione di tale frutto nella zona geografica di produzione è provata anche da reperti architettonici e iconografici risalenti, ad esempio al 1579, che testimoniano la presenza di un oratorio dedicato a “Santa Maria del Melone”, nella centralissima via Cavour di Mantova. Tali testimonianze attestano anche l'abilità degli agricoltori della zona nella scelta delle varietà e nell'adozione delle tecniche colturali più idonee alla produzione di frutti di buona qualità; capacità che si è mantenuta ininterrottamente sino a oggi.

- **Ubicazione:** fra le diverse province facenti parte del Consorzio si trovano le seguenti zone produttive (comprendenti l'intero territorio amministrativo): per la provincia di Mantova i comuni di Borgoforte (la delimitazione dell'area di produzione è da intendersi ad est il Ponte sul fiume Po quindi, proseguendo verso nord, la SS 62; poi verso ovest il Dugale Gherardo sino al confine con il comune di Curtatone), Carbonara di Po, Castellucchio, Cavriana, Ceresara, Commessaggio, Dosolo, Felonica, Gazoldo degli Ippoliti, Gazzuolo, Goyto, Magnacavallo, Marcaria (la delimitazione dell'area di produzione sud è la SS 10 Padana Inferiore), Mariana Mantovana, Piubega, Poggio Rusco, Pomponesco, Quistello, Redonesco, Rivarolo Mantovano, Rodigo, Sabbioneta, San Benedetto Po, San Martino dall'Argine, Sermide e Viadana; per la provincia di Cremona i comuni di Casalmaggiore, Casteldidone, Gussola, Martignana di Po, Rivarolo del Re ed Uniti, San Giovanni in Croce, Solarolo Rainerio e Spineda.

- **Particolarità:** il disciplinare di produzione stabilisce che debbano essere coltivate le seguenti varietà botaniche: *Cucumis melo* L.: varietà *cantalupensis* (melone cantalupo) e varietà *reticulatus* (melone retato). L'IGP Melone Mantovano è rappresentata dalle seguenti tipologie di frutto: liscio o retato (con o senza incisione della fetta), con pezzature minime di 800 g e massimo 2.000 g in peso e 10 cm di diametro. Dolcezza, durezza (intesa come consistenza), fibrosità e succosità sono le caratteristiche sensoriali che descrivono e distinguono i frutti del Melone mantovano, mentre l'odore di fungo e di polpa di anguria, l'aroma di tiglio e l'aroma di zucchini sono i descrittori peculiari rilevabili dal profilo sensoriale delle cultivar tipiche della zona di produzione. Recentemente, oltre ad essere consumato nella stagione estiva ha trovato impiego in molte ricette accostandosi, ad esempio, al risotto mantovano.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Identificazione Geografica Protetta (IGP).

- **Fonti:** Melone Mantovano [www.melonemantovano.it/](http://www.melonemantovano.it/) (consultato il 02/01/2017).

## Parmigiano Reggiano DOP

areale produzione Parmigiano Reggiano DOP (Mantova)

- **Cenni storici:** le origini del Parmigiano Reggiano risalgono al Medioevo, intorno al XII secolo, grazie alla lavorazione del latte nei monasteri benedettini e cistercensi, che fungevano quindi anche da caselli, collocati nella zona fra Parma

e Reggio Emilia (ossia nel cuore del comprensorio di produzione formato dalle province di Mantova – destra Po – Bologna, Modena, Parma e Reggio Emilia). Questa ricetta viene approntata al fine di trasformare le eccedenze di latte che in quel territorio ci si trovava a dovere gestire, trovando quindi la migliore soluzione possibile. Oggi viene prodotto con gli stessi ingredienti di allora, negli stessi luoghi e con gli stessi sapienti gesti rituali. I maestri casari producono questo formaggio con il latte della zona d'origine, caglio naturale, sale e nessun additivo, nei 350 piccoli caseifici artigianali della zona tipica. Da più di settant'anni viene salvaguardato dal Consorzio di tutela.

- **Ubicazione:** fra le differenti province di produzione si trova anche quella di Mantova, circoscritta alla sola area destra del fiume Po.
- **Particolarità:** è un formaggio a pasta dura, cotta e a lenta maturazione, prodotto con latte vaccino, crudo, parzialmente scremato per affioramento naturale. Il latte non può essere sottoposto a trattamenti termici e deve provenire da vacche la cui alimentazione si basa sull'impiego di foraggi ottenuti nella zona di origine. La stagionatura deve protrarsi per almeno 12 mesi. La forma del Parmigiano Reggiano deve essere cilindrica, a scalzo leggermente convesso o quasi dritto. Il diametro delle facce piane compreso fra 35 e 45 cm, altezza dello scalzo fra 20 e 26 cm; peso minimo 30 kg. La crosta di colore paglierino naturale, spessa circa 6 mm, mentre il colore della pasta da leggermente paglierino a paglierino. L'aroma ed il sapore di quest'ultima: fragrante, delicato, saporito ma non piccante; la sua struttura: minutamente granulosa, frattura a scaglia. Se assaggiando un pezzo di Parmigiano Reggiano si sentono dei granellini sotto ai denti si tratta della *tirosina*, ovvero cristalli di un aminoacido che quando è in forma libera e concentrata, insieme agli altri, viene liberata dai processi di scomposizione delle proteine ad opera degli enzimi. Questo è un indice di buona stagionatura, che può essere verificato dall'esperienza diretta di ciascuno. Il Parmigiano Reggiano è utilizzabile in cucina per la preparazione di molte pietanze ed è particolarmente indicato nella dieta di bimbi neonati grazie ai suoi effetti prebiotici, riuscendo a modulare la flora intestinale che svolge importanti funzioni metaboliche ed evita le infezioni batteriche.
- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Denominazione di Origine Protetta (DOP).
- **Fonti:** Parmigiano Reggiano [www.parmigiano-reggiano.it/](http://www.parmigiano-reggiano.it/) (consultato il 02/01/2017).



# Pera Mantovana IGP

areale produzione Pera Mantovana IGP

- **Cenni storici:** questo frutto viene coltivato fin dal Medioevo e arriva sino ai giorni nostri grazie a sapienti innesti ed incroci. La coltivazione della Pera nel mantovano è una pratica molto antica, ed il primo a citarla è Plinio il Vecchio. Nel 1475 rappresenta la coltura più diffusa ed importante, anche se esclusiva di nobili ed ecclesiastici, che nei giardini dei monasteri o nei broli delle corti signorili praticano diversi incroci ottenendo frutti sempre più gustosi. La produzione però è destinata all'autoconsumo o al mercato locale per la difficoltà nella conservazione e nel trasporto. Tutto cambia dopo l'unità d'Italia e nel primo dopoguerra, anche grazie alle innovazioni tecnologiche nel settore della conservazione e dei trasporti. Oggi la forma di coltivazione prevalente è quella del vaso emiliano, della palmetta e del fusetto. La produzione unitaria massima è di 350 quintali per ettaro.
- **Ubicazione:** la zona di produzione della Pera Mantovana comprende l'intero territorio dei comuni di Sabbioneta, Commessaggio, Viadana, Pomponesco, Dosolo, Gazzuolo, Suzzara, Borgoforte, Morteggiana, Bagnolo San Vito, Virgilio, Sustinente, Gonzaga, Pegognaga, Moglia, S.Benedetto Po, Quistello, Quingentole, San Giacomo delle Segnate, San Giovanni del Dosso, Schivenoglia, Pieve di Coriano, Revere, Ostiglia, Serravalle a Po, Villa Poma, Poggio Rusco, Magnacavallo, Borgofranco sul Po, Carbonara di Po, Sermide e Felonica.
- **Particolarità:** le varietà della Pera Mantovana coltivata sono sei: Abate Fetel (buccia verde chiaro-giallastra e rugginosità intorno al peduncolo), Conference (colore verde-giallastra, con rugginosità diffusa), Decana del Comizio (liscia, di colore verde chiaro-giallastro e rosa), Kaiser (buccia ruvida e rugginosa), Max Red Barlett (colore di fondo giallo, quasi completamente coperto da sovracoloro rosso vivo, spesso striato) e William (buccia liscia, di colore giallo-rosato). Sono tutte caratterizzate da un sapore dolce, più o meno aromatico, ma si distinguono per il colore e la rugosità della buccia. Ogni varietà ha un proprio periodo di coltivazione. Il peso medio varia dai 158 g della Conference ai 260 della Abate. Esse vengono commercializzate nel periodo compreso tra il 1 agosto ed il 31 maggio dell'anno successivo, a seconda del tipo. La Pera Mantovana ha proprietà diuretiche, depuratrici, regolatrici intestinali ed è possibile consumarne anche un quantitativo elevato senza introdurre né troppe calorie né troppi zuccheri (dato che si identificano, per la maggior parte, in fruttosio, per cui il consumo è consentito anche ai diabetici). È un classico della tradizione contadina l'abbinamento con Grana Padano e Parmigiano Reggiano, oltre che l'impiego nella produzione della mostarda.

- **Classificazione:** prodotto che vanta la certificazione di Identificazione Geografica Protetta (IGP). La Cooperativa Ortofrutticola Mantovana (CORMA) ed altri soci hanno fondato il Consorzio Pera Tipica Mantovana creando il marchio Perwiva per tutelarne e promuoverne la produzione.
- **Fonti:** Disciplinare Pera Mantovana [www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeAttachment.php/L/IT/D/.../pdf](http://www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeAttachment.php/L/IT/D/.../pdf) (consultato il 02/01/2017).

## Tartufo Bianco

areale riva destra del fiume Po, da Felonica a Quistello

- **Cenni storici:** raccontare la storia del tartufo significa risalire alla notte dei tempi. In Europa è conosciuto almeno da 2000 anni, come testimonia, ad esempio, il capitolo che Plinio il Vecchio gli ha voluto dedicare in *Naturalis Historia*. Solo nel 1788 Vittorio Pico, nella sua *Melethemata Inauguralia*, delinea per la prima volta le caratteristiche del Tartufo Bianco con il nome di *Tuber magnatum*. Bisognerà attendere il 1831, quando Carlo Vittadini descrive scientificamente le specie di tartufo presenti in Lombardia con *Monographia Tubercularum*, contribuendo alla nascita dell'idnologia, la scienza che studia i funghi e i tartufi ipogei in genere. Il Basso Mantovano, dove il paesaggio è pianeggiante e di origine alluvionale, è una tartufaia naturale per il *Tuber magnatum Pico* o Tartufo Bianco pregiato. Questa zona, segnata dallo stretto rapporto con il fiume Po e la sua golena, compresa fra i 28 e 5 metri sul livello del mare, trova l'epicentro tartufigeno nel comune di Borgofranco sul Po. La raccolta del tartufo è definita da un calendario ben preciso e per una ricerca fruttuosa è importante per il tartufaio scegliere un bravo cane, appositamente addestrato, dotato di buon fiuto e resistenza. L'Associazione Strada del Tartufo Mantovano nasce alla fine del 2003 e ha sede a Borgofranco sul Po, presso il Municipio. Non ha scopo di lucro, bensì di affermare l'identità storica, culturale, ambientale, economica e sociale della "Strada del Tartufo Mantovano". Ha permesso al comune in cui ha sede di entrare a far parte del ristretto gruppo delle Città del Tartufo italiane. Ecco quali sono i comuni o gli enti ad essa associati: Associazione Trifulin Mantuan a Borgofranco sul Po, comune di Borgofranco sul Po, comune di Carbonara di Po, comune di Felonica, comune di Magnacavallo, comune di Pieve di Coriano, comune di Poggio Rusco, comune di Quistello, comune di Revere, comune di San Giacomo delle Segnate, comune di Schivenoglia, comune di San Giovanni del Dosso, comune di Sermide, comune di Villa Poma, comune di Quingentole, provincia di Mantova, Consorzio Oltrepo Mantovano, Asso-

ciazione Pro Loco Borgofranco sul Po, Associazione Pro Loco Carbonara di Po, Associazione Pro Loco Revere.

- **Ubicazione:** nel territorio a sud della provincia di Mantova esiste una tartufoia naturale del *Tuber magnatum* Pico, il pregiatissimo Tartufo Bianco, che più precisamente si estende da Felonica a Quistello, lungo la riva destra del fiume Po e della sua golena.
- **Particolarità:** considerato il diamante della cucina, secondo i più bravi chef l'abbinamento che meglio ne esalta l'aroma ed il profumo è quello con l'uovo all'occhio di bue. Ma non solo. È molto utilizzato con risotti e tagliatelle, conferisce ai tipici Tortelli di Zucca Mantovani un retrogusto sfizioso, insaporisce e profuma la fonduta di formaggio; è possibile anche utilizzarlo al gratin con le patate o all'imperiale con il vino rosso o alla contadina marinato in acquavite e infine sobbollito allo sherry.
- **Fonti:** Le oasi mantovane del tartufo a cura della Strada del tartufo <http://stradadeltartufo.org> (consultato il 29/12/2016)  
Tuberfood - fiera nazionale del Tartufo Bianco di Borgofranco sul Po [www.tuberfood.it/](http://www.tuberfood.it/)(consultato il 29/12/2016).

## Capunsèi

areale Solferino e colline moreniche del Garda  
a cura della Confraternita dei Capunsèi di Solferino

- **Cenni storici:** il piatto più celebre e caratteristico delle Colline Moreniche del Garda è il *Capunsèl*, arrivato con tutta probabilità a fine Settecento quando degli emigranti tirolesi si stanziarono in un borgo di Cereta (frazione di Volta Mantovana) ancora oggi detto Tirolo. Inoltre, si ha notizia di un presidio militare austriaco a Volta, nella prima metà dell'Ottocento, considerato che il fiume Mincio era la demarcazione di confine. La leggenda narra che un soldato austriaco confidò la ricetta ad una donna del paese. In sostanza pare che i Capunsèi siano una sorta di trasformazione dei canederli o dei *knödel*, gnocchi tipici dell'Alto Adige, aventi ingredienti simili ma non identici. Per questo altri sostengono che erano già presenti nell'Alto Mantovano in epoche precedenti. Giunti, forse, dalla provincia bresciana (ancora oggi esiste un piatto denominato *capù senza ale* molto simile ai Capunsèi) avente una situazione economica difficile tanto quanto quella mantovana, e dunque bisognosa di un piatto povero. Il nome potrebbe derivare dal fatto che i contadini non avrebbero voluto farsi mancare nulla, almeno nei

giorni di festa, ma non avevano le possibilità poiché il cappone era consumato solo dai Signori. A loro rimaneva il suo ripieno detto “piccolo cappone o capunsèl”. A seconda delle differenti zone dell’Alto Mantovano si può trovare una variante nominale. Un esempio per tutti: gli *Strangolini* di Ponti sul Mincio. Invece, a Solferino, il nome Capunsèl rimane saldo ma se ne trova una versione che affonda le sue radici in epoca gonzaghesca. La Confraternita del Capunsèl di Solferino ha inteso promuoverlo e tutelarlo. Per cui, questa specialità di origini popolari ha assunto importanza culinaria quando alcuni ristoranti, di vecchia tradizione, hanno deciso di inserire questo primo piatto nei loro menu. Ciò che distingue il Capunsèl di Solferino da quelli preparati negli altri comuni è l’aggiunta di amaretti sbriciolati all’impasto. Di seguito viene proposta questa singolare ricetta.

- **Ingredienti (per 5 persone):**

- 400 g di pane grattugiato
- 200 g di burro fuso (150 g per l’impasto, 50 g per il condimento)
- ½ lt di brodo di carne
- 5/6 amaretti
- 1 spicchio di aglio schiacciato
- foglie di salvia
- noce moscata
- 200 g di formaggio Grana grattugiato
- 2 uova intere

- **Preparazione:** scottare il pane con il burro fuso bollente. Aggiungere il brodo e mescolare con un cucchiaino di legno. Lasciare riposare l’impasto e, quando sarà freddo, aggiungere gli amaretti ben tritati, la noce moscata, l’aglio ed il formaggio Grana grattugiato. Per amalgamare il tutto aggiungere le uova. Prendere una piccola quantità d’impasto e lavorarla con le mani cercando di creare una forma affusolata con i bordi schiacciati. Procedere poi alla cottura: immergere circa 30/40 Capunsèl nel brodo bollente di carne o di dado. Dopo 20/30 secondi sono cotti. Raccoglierli dalla pentola con l’aiuto di un mestolo forato ed adagiarli nel piatto. Servirli con burro fuso al sapore di salvia e abbondante formaggio Grana grattugiato.

- **Consigli:** utilizzare il pane avanzato, che altrimenti andrebbe buttato.
- **Classificazione:** questo primo piatto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia.
- **Manifestazioni correlate:** ogni primo fine settimana di luglio si svolge la Grande Festa del Capunsèl a Solferino.
- **Fonti:** Bardini S. (2007), *I capunsei*, Editoriale Sometti, Mantova.

# Classificazione dei prodotti e piatti tipici di uno specifico comune della provincia di Mantova

## Tartartufo

Borgofranco sul Po (MN)

a cura della Pro Loco di Borgofranco sul Po

- **Cenni storici:** la ricetta Tartartufo o tartare al tartufo nasce nel 2014 al fine di proporre un nuovo piatto in degustazione presso il Festivalletteratura che ogni anno, dal 1997, si svolge agli inizi di settembre nella città di Mantova.
- **Ingredienti (per circa 10-12 persone):**
  - 1 kg di carne di manzo tritata
  - 40 g di carpaccio o lamelle di tartufo bianchetto
  - 40 g di salsa bianca di tartufo
  - 3 o 4 scaglie di caciotta al tartufo
  - olio
  - limone
  - sale
  - pepe
- **Preparazione:** tritare la carne di manzo, quindi mescolarla con le lamelle di bianchetto e la salsa bianca di tartufo; condire con olio, un po' di limone, sale e pepe. Prendere uno stampino (coppapasta), metterlo su di un piatto e riempirlo con un cucchiaino premendo. Togliere lo stampino e mettere sopra le scaglie di caciotta al tartufo, decorando con un giro d'olio.
- **Consigli:** trattandosi prevalentemente di carne cruda, il piatto va preparato e consumato immediatamente, pena l'ossidazione della carne ed un conseguente inscurimento della stessa.
- **Manifestazioni correlate:** Tuberfood, fiera nazionale del Tartufo Bianco di Borgofranco sul Po [www.tuberfood.it](http://www.tuberfood.it) (consultato il 20/01/2017).

# Torta del Buon Umore

Castel Goffredo (MN)

a cura della Pro Loco di Castel Goffredo

- **Cenni storici:** da tanti anni, nelle case del paese di Castel Goffredo, si prepara questa torta che comunemente era chiamata *torta amara*, avente come ingrediente principale la famosa “erba amara”, appunto. Da una decina d’anni, la Pro Loco ha deciso di rinominarla “rubando” uno dei tanti nomi dell’erba amara, o meglio della Balsamita Major, in questo caso ispirata alla dolcezza del prodotto. Ecco allora che da erba del buon umore nasce la denominazione di Torta del Buon Umore.

- **Ingredienti:**

- erba amara (Balsamita Major Desf)
- burro
- zucchero
- farina
- uova
- fecola
- lievito

- **Preparazione:** montare le uova con lo zucchero ed aggiungere il burro e l’erba amara finemente tritata. Aggiungere poi la farina, la fecola ed il lievito setacciati. Amalgamare bene il tutto e cuocere in forno a 180 °C.

- **Consigli:** l’ideale sarebbe guarnirla con cioccolato fondente. In alternativa, però, potrebbe essere usata una crema a base di cioccolato.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** la festa del Tortello Amaro di Castel Goffredo si svolge ogni giovedì, venerdì, sabato e domenica della terza settimana di giugno di ogni anno, presso il Parco La Fontanella di Castel Goffredo. Qui, oltre a diversi prodotti aventi come ingrediente base l’erba amara, si può trovare anche la Torta del Buon Umore.

# Tortello Amaro

Castel Goffredo (MN)

a cura della Pro Loco di Castel Goffredo

- **Cenni storici:** sin dal Rinascimento si è a conoscenza di ricette di pasta ripiena con “dentro ogni ben di Dio”, anche se ufficialmente le ricerche risalgono al Settecento, ricostruendo percorsi legati al sapere delle massaie locali. La ricetta originale, decretata nel 2006, è stata selezionata dalla Pro Loco tra le molte assaggiate. È stata scelta quella della sig.ra Ida Favalli, ultra novantenne, che era scritta su uno straccio di carta tramandato di madre in figlia.

- **Ingredienti (per 4 persone):**

- erba amara (Balsamita Major Desf)
- bietole
- uova
- pane magro
- noce moscata
- salvia
- Grana Padano
- cipolla
- aglio
- sale

- **Preparazione:** cuocere le bietole e macinarle finemente, quindi soffriggere nel burro salvia, cipolla ed aglio. Aggiungere il tutto alle bietole assieme alle uova, formaggio, pane grattugiato, noce moscata e sale. Amalgamare l’insieme ed infine inserire il q.b. di erba amara macinata cruda. Quindi preparare la sfoglia all’uovo finissima tagliuzzata a quadrotti di circa 5 cm per lato; farcirli con 8 g di ripieno e piegare il quadrotto a metà formando un triangolo con una pinzatura sul cuore del ripieno. Cuocere i tortelli in acqua salata bollente, versarli nel piatto e condirli con una spolverata di grana grattugiato, un cucchiaino di burro fuso e salvia croccante.

- **Consigli:** bisogna prestare attenzione nel dosaggio dell’erba amara, che spesso cambia la propria intensità aromatica mese dopo mese.

- **Classificazione:** questo primo piatto appartiene ai Prodotti Agroalimentari Tradizionali certificati dalla regione Lombardia; nel 2016 premiato da Slow Food diventando una delle comunità del Cibo del mondo.

- **Manifestazioni correlate:** la festa del Tortello Amaro di Castel Goffredo si svolge ogni giovedì, venerdì, sabato e domenica della terza settimana di giugno di ogni anno, presso il Parco La Fontanella di Castel Goffredo.

## Anello di San Luigi Gonzaga

Castiglione delle Stiviere (MN)

- **Cenni storici:** si tratta di una semplice ciambella, soffice e profumata, ricoperta di strati di mandorle croccanti spruzzate di zucchero velato. Il nome di questo dolce tipico di Castiglione delle Stiviere prende spunto dalla forma del colletto, la gorgiera spagnoleggiante, che soleva indossare il principe Luigi Gonzaga divenuto famoso per la sua rinuncia al potere al fine di seguire la sua vocazione e per avere accolto una richiesta d'aiuto, da parte di un appestato, che gli costò la vita. Grazie a questo nobile gesto fu nominato Santo e Patrono mondiale della gioventù, poiché morì molto giovane. In suo onore è dunque stata creata questa delizia per il palato.

- **Ingredienti (per 4-5 persone):**

- 1 uovo
- 70 g di burro
- 250 g di farina di mandorle
- 70 g di zucchero
- ½ bustina di lievito per dolci
- zucchero velato

- **Preparazione:** impastare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto sodo. Imburrare ed infarinare una teglia per ciambelle e disporvi l'impasto. Cuocere a 170 °C per 30'. Far raffreddare e cospargere con mandorle croccanti e zucchero a velo.

- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

## Torta di San Biagio

Cavriana (MN)

- **Cenni storici:** il 3 febbraio si celebra la benedizione della gola, impartita in chiesa dal sacerdote per mezzo di due candele incrociate sotto il mento e si ricorda San Biagio, patrono di Cavriana. La torta prende il nome dal santo e viene preparata appositamente, da più di 450 anni, per questa festa all'insegna dell'e-



nogastronomia. Si racconta che la ricetta sia stata dettata dai pastori che svernavano nella zona, con il loro gregge. Quasi certamente, invece, si tratta di una delle ricette più originali dell'Alto Mantovano, che alla preparazione di un dolce casereccio univa le mandorle provenienti dai numerosi alberi che un tempo crescevano nei cortili, nei viali di campagna o allo stato selvatico. Un perfetto dolce della tradizione contadina, nobilitato solo in tempi più recenti dall'aggiunta dell'esotico cioccolato.

- **Ingredienti (per 4-5 persone):**

*Per la pasta*

- 400 g di farina bianca
- 80 g di burro o strutto
- 80 g di zucchero
- vanillina

*Per il ripieno*

- 300 g di mandorle sbucciate
- 100 g di zucchero
- 2 uova
- 100 g di cioccolato fondente tritato
- scorza di limone grattugiata

- **Preparazione:** realizzare la pasta frolla amalgamando gli ingredienti con l'aggiunta di un po' di vino bianco, se occorre. Tritare finemente le mandorle ed unire gli altri ingredienti del ripieno mescolandoli bene. Stendere 2/3 della pasta nella tortiera di forma circolare, versarvi sopra il ripieno, stendendolo bene e decorare con la pasta rimanente tagliata a striscioline, in modo da ottenere dei rombi. Cuocere in forno a 150 °C per circa 30'.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** in occasione della Fiera di San Biagio, che si svolge a inizio febbraio, si prepara una maxi torta del diametro di oltre 3 metri, che viene tagliata e offerta da figuranti in abiti rinascimentali al pubblico convenuto in Piazza Castello a Cavriana.

- **Fonti:** Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del "dolce" a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.

*Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008  
[www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggiditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).

Lusenti D., Rossi P., Zanotti P. (a cura di) (2014), *Non solo polenta. La tradizione alto mantovana si racconta*, Zanotti Editore, Castiglione delle Stiviere (MN).  
Torta di San Biagio De.Co. a cura del comune di Cavriana

[www.comune.cavriana.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=270:cavriana-le-attivita-e-i-suoi-prodotti&catid=38:notizie-rilevanti](http://www.comune.cavriana.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=270:cavriana-le-attivita-e-i-suoi-prodotti&catid=38:notizie-rilevanti) (consultato il 03/03/2017).

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Torta di San Biagio [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=217](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=217) (consultato il 03/03/2017).

## Tortello di Ciliegia della Possenta e Dolceresa

Ceresara (MN)

- **Cenni storici:** il Tortello di Ciliegia nasce da un'idea dell'Amministrazione Comunale di Ceresara nel 2006, in collaborazione con il cuoco Lucillo Soncini e poi perfezionato con l'ausilio dell'Accademia Gonzaghese degli Scalchi. Sebbene non esista alcuna prova definitiva sulla confezione di una pasta ripiena avente come ingrediente principale la ciliegia, è certo che più di una massaia l'abbia preparata vista la presenza significativa del frutto sul territorio (oggi si contano circa 4.000 ciliegi). Invece le origini della Dolceresa sono da ricercare nell'arte dolciaria di Giovanni Barzetti, pasticciere a Ceresara dal 1936 al 1945 e, successivamente, fondatore della nota industria dolciaria di Castiglione delle Stiviere. Sebbene in quegli anni il cioccolato fosse elitario, tentò di portarlo nelle case della gente di Ceresara attraverso il suo negozio e in parte vi riuscì. Negli anni Sessanta Enzo Bendoni avviò l'attività di pasticceria raccogliendo la fama che aveva accompagnato Barzetti, ed avendo una felice intuizione. Una domenica di giugno pensò di unire in uno stesso dolce il cioccolato, entrato nella tradizione del paese, ed il composto di ciliegie. Inizialmente la torta non aveva un nome; solo negli ultimi anni è stata perfezionata dal figlio, Marco, e valorizzata attraverso la denominazione Dolceresa.

- **Ingredienti per il Tortello di Ciliegia della Possenta:**

- composta e/o confettura di ciliegia
- mostarda di frutta e ortaggi
- ricotta
- pane grattugiato
- Grana Padano grattugiato
- sale
- spezie
- (vino cotto)

- **Preparazione:** preparare la sfoglia di pasta all'uovo aggiungendo gocce di succo di ciliegia e di rapa rossa per ottenere la colorazione rossastra. Mettere all'interno della sfoglia tagliata a quadratini il ripieno e piegare i tortelli a forma triangolare. Cuocere in acqua salata e servire con una spolverata di formaggio e burro fuso.

- **Ingredienti per la Dolceresa:**

- cioccolato
- ciliegie
- composta di ciliegie
- uova
- burro
- zucchero
- mandorle macinate
- farina
- lievito

- **Preparazione:** montare burro, zucchero e mandorle. Aggiungere pian piano le uova. Poi mettere delicatamente il cioccolato sciolto, la farina ed il lievito. Per ultimo l'albume montato a neve. A questo punto l'impasto è terminato. Nella tortiera si dispone un primo strato, poi le ciliegie e la composta e si copre con l'altra metà dell'impasto. Infornare a 180 °C per circa 30'. Una volta raffreddato si glassa con il cioccolato.

- **Classificazione:** prodotti a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** Fiera della Possenta, a marzo, e Festa della Saresa, a giugno, a Ceresara.

- **Fonti:** Tortello di Ciliegia della Possenta a cura del comune di Ceresara [www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=218:il-tortello-di-cilegia-della-possenta&catid=60&Itemid=127](http://www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=218:il-tortello-di-cilegia-della-possenta&catid=60&Itemid=127) (consultato il 03/03/2017).

Tortello della Possenta di Ceresara De.Co. a cura della Compagnia delle Torri [www.compagniadelleborri.it/Tortellodellapossenta.html](http://www.compagniadelleborri.it/Tortellodellapossenta.html) (consultato il 03/03/2017).  
Disciplinare del Tortello della Possenta di Ceresara in collaborazione con Accademia degli Scalchi [www.academiascalchi.altervista.org/download/cigliegiatortello.pdf](http://www.academiascalchi.altervista.org/download/cigliegiatortello.pdf) (consultato il 03/03/2017).

Dolceresa: la torta De.Co. di Ceresara a cura di Alto Mantovano on-line <http://areauno.sisamspa.it/index.php/rubriche/cucina2/28-dolceresa-la-torta-de-co-di-ceresara> (consultato il 03/03/2017).

Pasticceria Bondoni, Via Roma 16, Ceresara (MN).

# Stracotto d'Asino alla Belfortese

Gazzuolo frazione di Belforte (MN)

• **Cenni storici:** delle tante osterie e piccole trattorie che esistevano un tempo a Belforte e che proponevano piatti tipici legati al territorio, oggi non ne rimane che una: la trattoria “Da Ginen”. Da qui arriva una ricetta, di seguito riportata, che caratterizza dunque l’aspetto gastronomico per eccellenza di Belforte. Patria dello Stracotto d’Asino o cavallo, viene citato dal conte Nuvoletti, fondatore dell’Accademia Italiana della Cucina, nei suoi numerosi scritti sulla tradizione gastronomica mantovana. Il piatto ha la sua origine ben radicata in una particolare situazione: quando si commerciava il bestiame al mercato di Montichiari (BS). Infatti parte del prezzo di vendita del bestiame veniva pagato con tagli di carne meno pregiati, di cavallo o di asino. In seguito, sia per aromatizzarli che per renderli più teneri, erano prima di tutto messi a riposo con vino e verdure per un giorno, dopo di che venivano fatti cuocere a fuoco lento per molto tempo, circa dieci o dodici ore (da qui il termine Stracotto) per renderli teneri.

• **Ingredienti:**

- 1 kg di carne d’asino
- 2 cipolle
- 1 carota
- 2 coste di sedano
- aglio e prezzemolo tritati
- 50 g di burro
- 50 g di olio d’oliva
- 40 g di concentrato di pomodoro
- 3 chiodi di garofano
- sale
- pepe nero
- 3 bicchieri grandi di vino bianco

• **Preparazione:** mettere in una casseruola a fondo pesante il burro, l’olio e le cipolle tritate. Soffriggere e aggiungere la carne tagliata a pezzi grossi, assieme al concentrato di pomodoro, i chiodi di garofano macinati, il pepe, il sale e le verdure tritate. Versare il vino bianco, fintanto che la carne affiori. Coprire la pentola con il coperchio. Cuocere a fuoco lentissimo per circa 4 ore.

• **Consigli:** usato anche come ragù nei primi piatti, lo Stracotto d’Asino va mangiato con la polenta abbrustolita.

- **Manifestazioni correlate:** a fine luglio Festa della rana e dello Stracotto d'Asino a Belforte di Gazuolo.
- **Fonti:** Festa della Rana e dello Stracotto d'Asino a cura del Circolo la Torre di Belforte [www.circololatorre.it/](http://www.circololatorre.it/) (consultato il 02/03/2017).

## Risotto con i Luartìs e Patuna

Goito (MN)

- **Cenni storici:** i *Luartìs* sono i germogli del luppolo selvatico (*humulus lupulus*), conosciuti anche come asparago selvatico e si trovano, in primavera, nelle campagne mantovane e della pianura lombarda, lungo le rive dei fossi o in mezzo ai rovi. Qui di seguito viene proposta la ricetta del Risotto con i Luartìs di Giuliana Casara e Cimino di Massimbona (Goito). La *Patuna*, o castagnaccio, è invece un dolce semplice a base di farina di castagne molto diffuso nel mantovano. Per decenni è stato sinonimo di merenda per i bambini; venduta per poche lire a fette o realizzata direttamente nella “versione piccola” prendendo il nome di *papasi*. Nel dopoguerra veniva acquistata, la domenica, dal fruttivendolo che teneva aperto il suo negozio appositamente per permettere alla gente di acquistare questo dolce: un lusso che ci si poteva permettere, almeno una volta a settimana.

- **Ingredienti per il Risotto con i Luartìs:**

- Riso Vialone Nano
- brodo
- olio
- burro
- erba cipollina o cipolla
- Luartìs
- Grana Padano grattugiato (a piacere)

- **Preparazione:** cuocere il Riso Vialone Nano in un brodo leggero, fatto con poca carne. Preparare poi il condimento mettendo in un tegame l'olio, il burro in buona quantità, l'erba cipollina tritata o la cipolla affettata molto sottilmente. Aggiungere poco dado di carne. Quando il soffritto è ambrato unire i Luartìs e fare cuocere per poco tempo. Poi macinare il tutto. Condire il risotto a 5 minuti dal termine della cottura. Dare vivacità con un poco di pepe mulinato al momento. A piacimento aggiungere il formaggio.

- **Ingredienti per la Patuna:**

- 500 g di farina di castagne
- 2 pizzichi di sale
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- acqua q.b.

- **Preparazione:** versare in una ciotola la farina, il sale e l'olio. Bagnare con l'acqua necessaria ad ottenere una crema liquida e senza grumi. Versarla nella teglia da forno (nello spessore di 1 cm o poco più), unta di olio e infornare a 180 °C per circa 45'. Le piccole crepe che si saranno formate sul dolce indicano che la cottura è giunta al termine. *Varianti:* al posto dell'acqua si può usare il latte; si può inoltre unire all'impasto dell'uvetta ammollata, o noci tritate e pinoli.

- **Fonti:** Cucina tradizionale goitese a cura del comune di Goito

[www.comune.goito.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=144&Itemid=279](http://www.comune.goito.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=144&Itemid=279) (consultato il 03/03/2017).

Luartis a cura di Mincio & Dintorni <https://mincioedintorni.com/enogastronomia/le-ricette/> (consultato il 04/03/2017)-

Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

## Pancetta Steccata

Guidizzolo (MN)

a cura della Pro Loco di Guidizzolo

- **Cenni storici:** le corti di campagna guidizzolesi abitate, fino a poco tempo fa, oltre che dai proprietari da numerose altre famiglie che fungevano da lavoratori (braccianti, addetti alla stalla) allevavano il proprio maiale trattandolo con riguardo, perché dal suo sacrificio, oltre ai salumi, si ricavava il condimento – lardo e strutto – per tutto l'anno. Questa genuina tradizione familiare della maialatura si rinnovava ogni anno, a partire dal giorno di San Martino (11 novembre) proseguendo fino a febbraio, ed era svolta dal *masali*. I guidizzolesi, particolarmente amanti dei salumi casalinghi tradizionali, sono da sempre più orientati verso la fragranza della pancetta con cotenna. Già nel 1853 Luigi Ruggeri, guardia imperiale austriaca, fonda l'omonimo storico salumificio. Tramandato di generazione in generazione, dopo circa un secolo di prestigiosa attività, il pronipote Ruggero, con spirito innovativo, ha la brillante

intuizione di mettere la pancetta tradizionale tra due stecche di legno, legate ben strette per renderla ancora più compatta, riducendo la possibilità d'infiltrazioni d'aria, quindi avendo la garanzia di una stagionatura prolungata, con conseguente miglioramento della qualità. Negli anni Cinquanta del secolo scorso nasce dunque ufficialmente la Pancetta Steccata, subito apprezzata sul mercato nazionale.

- **Ingredienti:**

- pancetta fresca
- sale marino medio
- pepe nero spaccato
- misto spezie: chiodi di garofano, cannella e noce moscata
- vino rosso corposo dei Colli Morenici
- aglio
- nitrato di potassio (salnitro)

- **Preparazione:** dopo avere collocato la pancetta in un recipiente adatto, si prepara la concia (sale marino 3-4%, pepe nero spaccato 0,15-20%, misto spezie, aglio messo a macerare per una notte in vino rosso corposo, nitrato di potassio 0,015% - facoltativo) mescolando gli ingredienti in proporzione al peso e distribuendola sopra a spaglio. Attendere il tempo necessario finché la carne, per effetto del sale, avrà ceduto la parte di liquido che va eliminato. Aggiungere il vino filtrato con un canovaccio per trattenere l'aglio, che sarà poi strizzato per dare solo l'aroma. *Variante:* salare la pancetta nella giusta proporzione e massaggiare; una volta formato il liquido eliminarlo, aromatizzare con pepe, spezie e aggiungere il vino come sopra.

Tolta la pancetta dalla marinatura eliminare la concia in eccesso, piegarla a libro e, in base alla rifilatura, cucirla (in questo caso è necessaria la stuccatura con sugna e pepe) o legarla. Poi eseguire la steccatura con rami robusti di olmo, faggio, carpino o nocciolo, spaccati a metà e tagliati più lunghi della pancetta per poterli legare stretti tra di loro alle due estremità.

- **Consigli:** la stagionatura va da un minimo di 6 mesi ad 1 anno e oltre. Se ricavata da un maiale di oltre un anno di vita e ben conservata, può arrivare anche oltre i 2 anni.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

# Quaglia Arrosto

Guidizzolo (MN)

a cura della Pro Loco di Guidizzolo

• **Cenni storici:** negli anni Cinquanta del secolo scorso, a Guidizzolo, esisteva la *Quagliaia*, ovvero un osservatorio che monitorava la migrazione delle quaglie. Era situata fra Guidizzolo e Cavriana, sulla via che porta al Monte delle Tre Galline, oggi divenuta zona abitativa denominata Quagliara. Tramite l'Istituto di Biologia e Zoologia dell'Università di Bologna si studiavano, attraverso gli anelli applicati alle zampe delle quaglie, i movimenti di queste ultime (l'osservatorio più vicino a quello di Guidizzolo si trovava a Udine). Gli anelli venivano recapitati a Bologna dove potevano essere fatte considerazioni sulla provenienza, velocità, distanza percorsa delle quaglie. Per catturarle si usava il richiamo, cioè due gabbie sopra un palo con dentro una quaglia ciascuna (maschio e femmina), separate dunque e rese cieche con un cappuccio nero. In queste condizioni il loro canto era continuo e attirava altre quaglie che, affamate, entravano nel *bartaël* (una rete molto lunga, alta circa 2 metri e chiusa infondo a cul-de-sac, al cui interno si coltivavano la malica e il sorgo che le attraeva). Verso la fine degli anni Cinquanta questo studio viene ultimato e la Quagliaia chiusa. Tuttavia, nel 1964, un gruppo di amici guidizzolesi decide di allestire un appostamento fisso in questa località, cambiandone la finalità da studio a caccia della quaglia con conseguente fine culinario.

• **Ingredienti:**

- 1 quaglia da 200 g circa
- 70/80 g di pesto di suino delle Colline Moreniche
- 100 g di pancetta fresca tagliata a dadini
- 60/70 g di pancetta fresca tagliata a fette, spessore 2 mm c.a.
- 2/3 g di sale
- 15 g di burro
- 25/30 cc di olio di semi
- 40 cc di vino bianco delle Colline Moreniche
- un pizzico di pepe macinato
- un pizzico di spezie varie: chiodi di garofano, cannella, noce moscata, coriandolo, anice stellato; a piacere: salvia rosmarino e alloro

• **Preparazione:** pulire la quaglia, privandola delle interiora, e togliere bene la peluria rimasta. Lavare con acqua corrente fredda, asciugare accuratamente usando un canovaccio. Riempirla con il pesto ed avvolgerla con la fetta di pancetta, fermandola con uno stuzzicadenti. Disporre la quaglia in una teglia da



forno, aggiungere la pancetta a dadini, burro, sale e pepe, un pizzico di spezie e l'olio. Infornare a 200 °C. Durante la cottura girarla almeno due volte e irrorarla con vino bianco, finché non sarà ben rosolata.

- **Consigli:** per meglio gustare la fragranza di questo piatto servire la Quaglia ben calda con polenta fresca.
- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).
- **Manifestazioni correlate:** Sagra di ottobre a Guidizzolo (il primo fine settimana d'ottobre).

## Fugasì

Monzambano (MN)

- **Cenni storici:** si tratta di un antico pane senza lievito che veniva prodotto nelle famiglie contadine d'inverno quando cioè gli ingredienti principali, strutto e farina, erano disponibili. Una volta pronto veniva messo ad asciugare all'interno dei sacchi di farina ed era in grado di durare per tutta la stagione fredda. Ne esiste anche una versione dolce, meno nota rispetto a quella tradizionale salata, che viene realizzata solamente il 3 febbraio, in occasione di San Biagio.  *Variante nominale: Fogassìn di Ponti sul Mincio.*

- **Ingredienti (per 4-5 persone):**

- 1/2 kg di strutto
- 13 cucchiaini di zucchero
- lievito
- 1 pizzico di sale
- scorza grattugiata di 2 limoni
- 2 bicchieri di vino bianco secco
- 1,300 kg di farina bianca

- **Preparazione:** impastare lo strutto con tutti gli altri ingredienti; dividere l'impasto in piccole porzioni e dare a ciascuna una forma circolare. Metterle su una graticola, precedentemente riscaldata. Il Fugasì va cotto molto lentamente, per un'ora, avendo l'accortezza di girarlo di tanto in tanto per ottenere una doratura omogenea.

- **Consigli:** può essere gustato freddo o scaldato e mangiato con sopra il Salame Mantovano, il formaggio tenero o ogni altro condimento a piacimento.

- **Manifestazioni correlate:** si può trovare tutto il tempo dell'anno al bar Dorsé di Castellaro Lagusello (Monzambano), uno dei borghi più belli d'Italia.
- **Fonti:** *Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017).  
Intervista a Baroni Enrico titolare del bar Dorsé a Castellaro Lagusello [www.culturando.tv/joomla/puntate/fugasi-di-castellaro](http://www.culturando.tv/joomla/puntate/fugasi-di-castellaro) (consultato il 04/01/2017).

## Panada

Poggio Rusco (MN)

a cura della Pro Loco di Poggio Rusco

- **Cenni storici:** piatto documentato da tempi antichissimi, di origini contadine, che utilizzava il pane raffermo di cui non andava sprecata nemmeno una briciola. Solitamente preparato nella stagione invernale, era adatto per il consumo di tutta la famiglia (dai neonati in fase di svezzamento sino alle persone anziane perché si poteva semplicemente deglutire, senza bisogno di masticare).
- **Ingredienti:**
  - brodo di carne fatto con la gallina ruspante di cortile
  - pane raffermo
  - croste di Parmigiano Reggiano
  - olio di oliva
  - sale
  - una spolverata di formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato
- **Preparazione:** bollire la gallina per una paio d'ore insieme alle croste di Parmigiano Reggiano. Spegnerne il fuoco e togliere la carne lessa. Aggiungere quindi il pane raffermo sbriciolato e un cucchiaio di olio d'oliva; cuocere a fuoco bassissimo, sino a consistenza colloidale, quindi spolverare con Parmigiano Reggiano grattugiato. Infine amalgamare il tutto e servire velocemente.
- **Consigli:** poiché la Panada tende ad attaccare sul fondo della pentola, utilizzarne una di ferro, ma non smaltata. Si raccomanda di preparare il piatto e consumarlo immediatamente.
- **Fonti:** Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizione riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).

Pancotto o Panada a cura di regione Lombardia [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Page&childpagename=DG\\_Agricoltura%2FMILayout&cid=1213566233453&packedargs=TemplateDestinazione%3DMIRedazionaleDettaglio2Col%26assetid%3D1213569872091%26assettype%3DRedazionale\\_P%26idPagina%3D1213566233453&pagename=DG\\_AGRWrapper](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Page&childpagename=DG_Agricoltura%2FMILayout&cid=1213566233453&packedargs=TemplateDestinazione%3DMIRedazionaleDettaglio2Col%26assetid%3D1213569872091%26assettype%3DRedazionale_P%26idPagina%3D1213566233453&pagename=DG_AGRWrapper) (consultato il 04/03/2017).

## Zucca Cappello del Prete

Quistello (MN)

a cura della Pro Loco di Quistello

- **Cenni storici:** nel mantovano regna la zucca detta Cappello del Prete (*Cucurbita Maxima*) sin dall'epoca dei Gonzaga. Tuttavia, in base a ricerche effettuate nell'area di Quistello è stato possibile definire con maggior precisione l'inizio della sua coltivazione verso metà dell'Ottocento. Trova spazio nella cucina tradizionale come ingrediente principale in uno dei piatti tipici di Quistello, ovvero i Tortelli alla Quistellese.
- **Ubicazione:** la zona di origine di questa particolare varietà di zucca coincide con il territorio di conservazione individuato nei comuni di: Marcaria, Borgo Virgilio, Bagnolo San Vito, Roncoferraro, Villimpenta, Sustinente, Serravalle a Po, Ostiglia, Viadana, Pomponesco, Dosolo, Motteggiana, Suzzara, San Benedetto Po, Pegognaga, Gonzaga, Moglia, San Giacomo delle Segnate, San Giovanni del Dosso, Quistello, Schivenoglia, Quingentole, Pieve di Coriano, Revere, Borgofranco sul Po, Carbonara di Po, Villa Poma, Magnacavallo, Poggio Rusco, Sermide e Felonica. La conservazione in purezza di questa varietà di zucca è effettuata presso l'Azienda Agricola Calciolari Giuliano e Lorenzo a San Rocco di Quistello e la Società Agricola Olianina di Bombarda Ferdinando e Mantovani Agnese e CSS a Villa Poma.
- **Particolarità:** viene seminata ad aprile e raccolta, a mano, verso fine settembre. Il nome popolare di questa zucca deriva dalla sua forma a turbante: si presenta infatti a due falde, con la parte superiore più sviluppata, che somiglia appunto a quella di un vecchio cappello da prete. La buccia deve essere grigia chiara, lucente, liscia, priva di escrescenze, gibbosità e ogni altro difetto evidente. Il peduncolo deve essere lignificato almeno al 50% come unico indice visibile all'esterno di maturazione ottimale. La polpa, di colore giallo-arancio, è di consistenza soda e poco fibrosa, mentre il sapore è dolce con leggero retro-

gusto di nocciola tipico delle zucche. Tali caratteristiche la rendono ideale per la preparazione di piatti tradizionali mantovani come i tortelli, gli gnocchi ed il risotto. Il peso non deve essere inferiore a 800 g. È ammessa la sola coltivazione in campo aperto, ed è proibito il ritorno della coltura sullo stesso terreno per i successivi 4 anni. Va conservata ad una temperatura compresa fra 10-12 °C e 22 °C, in un luogo asciutto e non esposto a luce diretta.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.). Inoltre, sulla Gazzetta Ufficiale dell'11 marzo 2015 è stata pubblicata l'iscrizione della zucca mantovana Cappello del Prete nei registri delle varietà dei prodotti sementieri, alla sezione «varietà da conservazione» del registro nazionale delle varietà di specie agrarie e ortive.
- **Fonti:** Zucca Cappello del Prete entra nel registro prodotti sementieri [www.provincia.mantova.it/context.jsp?ID\\_LINK=41&page=1617&area=0&id\\_context=10668](http://www.provincia.mantova.it/context.jsp?ID_LINK=41&page=1617&area=0&id_context=10668) (consultato il 25/01/2017).

## Tortello alla Quistellese fatto con la Zucca Cappello del Prete

Quistello (MN)

a cura della Pro Loco di Quistello

- **Cenni storici:** la zucca Cappello del Prete è l'ingrediente fondamentale di questo piatto. Il comune di Quistello ne vanta una coltivazione in purezza poiché è stata utilizzata una semente autoctona e storica di proprietà di un'azienda agricola locale.
- **Ingredienti (per 4 persone):**
  - 600 g di zucca Cappello del Prete
  - 300 g di amaretti
  - 100 g di Parmigiano Reggiano
  - ½ cucchiaino di noce moscata
  - buccia di limone
- **Preparazione:**

*Per il ripieno*

la zucca va pulita, tagliata a pezzi e messa in forno a 220 °C. Quando, saggian-dola con la forchetta, questa entra agevolmente nella polpa significa che è cotta. Lasciare raffreddare nel forno perchè si asciughi. Quindi separare la polpa dal-

la buccia e schiacciarla fino a purea con una forchetta o uno schiaccia patate. A parte pestare gli amaretti. Unirli alla polpa di zucca mescolando bene ed aggiungere il Parmigiano Reggiano, la noce moscata e la buccia di limone, privata del bianco, tritata. Unire il tutto. Si può regolare la consistenza, qualora il ripieno risultasse troppo morbido, aggiungendo del pane grattugiato o del formaggio. Lasciare riposare 24 ore in frigorifero. *Preparazione per la pasta:* la sfoglia va preparata con 2 hg di farina, 2 uova intere ed un pizzico di sale. Impastare e fare delle strisce che poi verranno tagliate a quadri di almeno 5 cm di lato. Depositare al centro dei quadretti una pallina di ripieno, quindi sigillare il contenuto.

- **Consigli:** per dare alla pasta la classica forma del *tortello panciuto* prendere le cocche del triangolo e richiuderle attorno al dito.
- **Manifestazioni correlate:** Festa della zucca, che si svolge ad ottobre a Quistello.

## Vin Cot

Quistello (MN)

a cura della Pro Loco di Quistello

- **Cenni storici:** il *Vin Cot* o mosto cotto ha origini antiche, che risalgono al XIV secolo. Nel caso specifico di Quistello la base di partenza è il mosto di uva Lambrusco del territorio di Vicariato, dove la ricerca storica si concentra nel tramandare il procedimento di cottura di generazione in generazione. È un prodotto ad alta concentrazione di zuccheri d'uva e senza alcool. Si presenta con un colore marrone scuro, densità 35/40 gradi baumé, gusto dolce, ma con un retrogusto tannico ed un leggero profumo di caramello.
- **Ingredienti:** mosto d'uva quale Lambrusco Grappello Ruberti di Quistello (l'uva viene coltivata solo ed esclusivamente nella zona di produzione IGP Quistello).
- **Preparazione:** il mosto, appena pigiato, viene messo in un *paiolo* e fatto ridurre a fuoco lento fino a un quarto o un quinto del volume, a seconda dell'annata, assumendo una consistenza cremosa, idonea per essere utilizzata come condimento o come componente in cucina per la preparazione di diversi piatti della tradizione. Il prodotto, una volta ottenuta la giusta densità, viene fatto raffreddare e conservato in recipienti sigillati in luogo asciutto e al riparo da luce e fonti di calore, finché non viene messo in bottiglie di vetro.
- **Consigli:** è un ottimo condimento sia per piatti a base di carni rosse o bianche, sia per insalate. Lo si può utilizzare anche per dolci come i Turtèj sguasaròt,

o come decorazione per gelati e granite, oppure aggiungerlo all'acqua per ottenere una bibita rinfrescante.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).
- **Manifestazioni correlate:** durante tutto l'anno reperibile presso la Cantina Soc. Coop. Agr. di Quistello.

## Bigoli con Salsiccia e Tartufo cotti nel Lambrusco e Zucca Marinata

Revere (MN)

a cura della Pro Loco di Revere

- **Cenni storici:** la ricetta dei Bigoli con Salsiccia e Tartufo cotti nel Lambrusco è ventennale ed è stata ideata, poi realizzata, dagli chef Gianni Addonizio e Gabriele Zapparoli del ristorante *Il Tartufo di Revere*. Ingrediente fondamentale di questa preparazione è il tartufo bianco, pregiato prodotto tipico della terra mantovana, che si riconosce per il suo profumo intenso ed aromatico, così come per il suo sapore leggermente piccante. In questo primo piatto si decide di abbinarlo ai bigoli ed alla salsiccia. Pochi ingredienti, ma di qualità, per ottenere un gusto deciso e sorprendente. Anche la Zucca Marinata, a base appunto di zucca, eccellenza tipica mantovana, non ha una lunga tradizione. La si può definire relativamente recente poiché è stata concepita nei primi anni 2000 e, successivamente, ha subito una rielaborazione. Qui di seguito viene riportata la versione definitiva.

- **Ingredienti per i Bigoli con Salsiccia e Tartufo cotti nel Lambrusco:**

- bigoli al torchio (pasta all'uovo)
- acqua
- Lambrusco Mantovano
- salsiccia
- cipolla
- cucchiaio di olio extravergine di oliva
- vino bianco
- noce di burro
- Parmigiano Reggiano grattugiato
- Tartufo Bianco fresco

- **Preparazione:** in una casseruola portare ad ebollizione l'acqua unita al Lambrusco Mantovano per cuocervi la pasta. Mentre i bigoli cuociono, a parte, in una

padella grande, tostare la cipolla tritata finemente con l'olio; aggiungervi la salsiccia sgranata, rosolarla, sfumare con il vino bianco e lasciarlo evaporare. Scolare i bigoli e metterli nella padella con il condimento, aggiungere la noce di burro, il Parmigiano grattugiato e una parte del tartufo. Saltarli in modo che si uniscano bene con il condimento e servire il restante tartufo tagliato a fette sottili.

- **Ingredienti per la Zucca Marinata:**

- zucca gialla
- zucchero
- aceto di vino bianco
- chiodi di garofano
- stecca di cannella
- scorza di limone
- pizzico di sale

- **Preparazione:** tagliare la zucca a cubetti, sciogliere lo zucchero nell'aceto ed unire tutti gli ingredienti in una pentola di acciaio. Lasciare marinare per 24 ore. Mettere sul fuoco e fare cuocere per 30 minuti dal momento in cui comincia a bollire. Far raffreddare la zucca nella marinatura e porla nei vasetti. Lasciarla riposare almeno 48 ore prima di servirla.

- **Consigli:** il metodo che caratterizza la preparazione dei bigoli è il torchio, dentro cui viene inserito l'impasto di uova, farina e acqua. Una volta ottenuta la tipica forma di spaghetti, i bigoli vanno lasciati asciugare spolverizzandoli con farina gialla. Per quanto riguarda la Zucca Marinata invece si suggerisce di gustarla come aperitivo o antipasto, accompagnata da formaggi.

## Risotto con i Saltarei

Roncoferraro (MN)

a cura della Pro Loco Comunale Paolino Fornara di Roncoferraro

- **Cenni storici:** nel Cinquecento i Gonzaga, Signori di Mantova, intuirono che coltivare il riso a Roncoferraro, ricco di canali irrigui, è una scommessa vincente. Da allora, fino ad oggi, questo cereale viene cotto in una maniera singolare, cioè *alla pilota*, al fine di poterlo servire anche molte ore dopo la cottura. Infatti fino a poco tempo fa c'era la necessità di venire incontro alle esigenze dei lavoratori del riso, i pilotini, che non avevano un orario fisso di rientro. Per fare in modo che al loro ritorno dalla campagna ci fosse già un piatto pronto per essere mangia-

to e la consistenza, il gusto fossero accettabili nasce appunto il bisogno di mantenere questo tipo di cottura, già in uso in tempi passati, e che arriva fino ai giorni nostri. Risulta dunque naturale che il riso, in questa zona, venga associato ad un condimento facilmente reperibile nei fossi delle risaie: i *Saltarei*, o gamberetti d'acqua dolce, sono lunghi pochi centimetri e vivono nei fondali. Un tempo molto più diffusi rispetto ad oggi venivano catturati e cucinati insieme al riso.

- **Ingredienti:**

- Riso Vialone Nano
- Saltarei
- carpa o pesce gatto
- olio
- aglio
- prezzemolo

- **Preparazione:** il riso viene cotto non nel brodo, ma nell'acqua che viene dosata con la giusta quantità di riso fino al suo completo assorbimento, in modo da lasciare il chicco asciutto. Il risotto quindi si presenta sgranato, e non mantecato. I Saltarei vengono infarinati e fritti in olio di semi, poi aggiunti al termine della cottura del riso. In alcuni casi si condisce con l'olio di frittura, in altri con un sugo di polpa di pesce d'acqua dolce (carpa o pesce gatto) e con aglio e prezzemolo.

- **Consigli:** la tradizione vuole che il riso venga cotto in un paiolo di rame, al fine di mantenere il calore più a lungo possibile.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** lo si può trovare alla ormai storica Festa del Saltarel organizzata dal 1990 dal Comitato Manifestazioni di Barbassolo, frazione di Roncoferraro, vedi [www.prolocodironcoferraro.it/calendario\\_9.html](http://www.prolocodironcoferraro.it/calendario_9.html) (consultato il 06/01/2017).

## Risotto con la Psina

Roncoferraro (MN)

a cura della Pro Loco Comunale Paolino Fornara di Roncoferraro

- **Cenni storici:** sin dal Cinquecento, il riso inizia a caratterizzare il paesaggio e l'economia del territorio di Roncoferraro costellato da parecchie corti e da canali. Grandi fautori di questa metamorfosi i Gonzaga, che trovano nel riso



una coltura dal reddito straordinario per l'epoca, sapendo sfruttare un'ottimale condizione naturale del terreno. Il riso coltivato in loco, anticamente come ai giorni nostri, è cotto alla pilota, termine che rimanda agli antichi lavoratori del riso, i pilotini, che lavorano all'interno della pila, luogo dove ancora oggi è prodotto e raffinato il riso. I pilotini, avendo poco tempo da dedicare alla preparazione dei pasti, cuocevano il riso non nel brodo, bensì nell'acqua, dosandola con la giusta quantità di riso, fino al suo completo assorbimento, così da lasciare il chicco asciutto. In questo erano facilitati dalla qualità del riso che, cotto nel tradizionale paiolo di rame, poteva essere servito in tavola per parecchie ore dopo la cottura, venendo quindi incontro alle esigenze dei lavoratori delle corti. La Psina è un termine dialettale che, per i mantovani, indica il pesce di piccole dimensioni che si trova nelle risaie o nei fossi, di solito le aole o le alborelle, un tempo molto più facili da reperire. I pesciolini devono essere fritti e i più rispettosi della tradizione usano l'olio di frittura come condimento, lasciando in un piatto a parte i piccoli pesci; altri, invece, li amalgamano nel risotto.

- **Ingredienti:**

- Riso Vialone Nano
- Psina
- olio
- burro
- aromi naturali
- formaggio Grana Padano grattugiato

- **Preparazione:** il riso viene cotto non nel brodo, ma nell'acqua che viene dosata con la giusta quantità di riso fino al suo completo assorbimento, in modo da lasciare il chicco asciutto. Il risotto quindi si presenta sgranato, e non mantecato. La frittura di *Psina*, preparata a parte, viene aggiunta al termine della cottura del riso. L'olio di frittura serve come condimento, con aggiunta di olio/burro e formaggio Grana.

- **Consigli:** il riso da utilizzare è quello a granelli tozzi e lo si trova, sul territorio, in sette riserie.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** lo si può trovare alla storica festa del pesce organizzata dal 1979 dal Comitato Manifestazioni di Roncoferraro, vedi <http://comironcoferraro.blogspot.it> (consultato il 06/01/2017).

# Filòs

Sabbioneta (MN)

a cura della Pro Loco di Sabbioneta

• **Cenni storici:** la cucina rurale sabbionetana è caratterizzata da piatti poveri, semplici e all'insegna del risparmio, nati da quell'economia tipica delle famiglie contadine, che si radicava nell'abitudine di non sprecare. Forse, più che un'abitudine potrebbe essere definita una necessità: quello di cui si poteva disporre era veramente poco. Quindi anche i dolci casalinghi vengono realizzati con ingredienti non propriamente nobili. I *Filòs* nascono per fare memoria di questo impasto grezzo e povero, che veniva preparato dalle donne ed impreciosito con quel poco che era disponibile. Questi biscotti ricordano anche un'abitudine delle famiglie contadine: ritrovarsi, a fine giornata, per fare *filas*, ovvero chiacchierare, diremo noi oggi, ma non solo. Ci si scambiava le impressioni della giornata trascorsa, ci si consigliava sul lavoro del giorno dopo, ci si divertiva con quel poco che si aveva a disposizione, ma soprattutto le persone più anziane tramandavano verbalmente ai giovani le loro esperienze, tradizioni, usi e costumi.

• **Ingredienti:**

- farina di mais
- farina di grano tenero macinata a pietra
- burro
- uova
- zucchero
- noci
- nocciole
- pinoli
- caramelle di menta dura
- cioccolato

• **Preparazione:** in una bacinella lavorare burro e zucchero; unire le uova e, per finire, le farine. Quando il composto è omogeneo, suddividerlo in diversi panetti di uguale peso e aggiungere ad ognuno uno degli ingredienti rimasti. Fare riposare un poco al fresco, quindi infornare i biscotti. Cuocere in forno a 170 °C per circa 20'.

• **Consigli:** prima di infornare diversificare le forme dei biscotti per ogni gusto, così saranno più facilmente riconoscibili.

# Tortelli di Zucca alla Sabbionetana

Sabbioneta (MN)

a cura della Pro Loco di Sabbioneta

- **Cenni storici:** appaiono scritti nel primo ricettario pubblicato nel 1544 a firma di Cristoforo Messisbugo, cuoco di origine ferrarese alla Corte dei Gonzaga per 25 anni. Presenti anche nella tradizione familiare, solitamente consumati la sera della vigilia di Natale.

- **Ingredienti per 10 persone:**

*Per il ripieno*

- 3 kg (peso lordo) di zucca ben matura
- 400 g di mostarda di mele e/o pere
- 250 g di amaretti
- 80 g di Grana Padano o Parmigiano Reggiano
- pane grattugiato

*Per la sfoglia*

- 900 g di farina di grano tenero
- 9 uova
- un pizzico di sale

*Per il condimento*

- scalogno o cipolla
- burro
- olio
- passata di pomodoro
- erbe aromatiche

- **Preparazione:** pulire la zucca senza pelarla. Affettarla ed infornarla per 10 minuti circa su una placca a 180 °C. Levare la scorza e schiacciarla nel passaverdura; trasferirla in una ciotola unendo amaretti, mostarda tritata fine, formaggio, un'abbondante grattugiata di noce moscata, pepe ed un pizzico di sale. Lasciare riposare il ripieno, coperto, per qualche ora. Fare la pasta fresca. Stenderla sottile e disporre dei mucchietti di composto delle dimensioni di una piccola noce. Ripiegare il margine di pasta, premendolo con le dita e tagliare i tortelli rettangolari con la rotella, drizzarli e chiuderli. Lessarli per 4 minuti, versarli in una zuppiera con fiocchetti di burro e soffritto rosso di pomodoro, condirli e cospargerli con abbondante formaggio. Lasciarli riposare per 5 minuti tenendo la zuppiera immersa a metà in una casseruola d'acqua calda e coperta con un asciugamano e un coperchio.

- **Consigli:** ottimi anche il giorno dopo ripassati in padella con un filo d'olio.

# Ragu di anatra muta

San Benedetto Po (MN)

- **Cenni storici:** l'anatra muta trova il suo habitat naturale negli stagni, canali ed acquitrini tipici del paesaggio mantovano. Non di rado era allevata anche nelle corti, insieme agli altri animali domestici. Il Ragu di anatra muta viene preparato a San Benedetto Po principalmente in occasione della Sagra dal Nèdar, manifestazione istituita per commemorare la consacrazione della Basilica del paese realizzata da Giulio Romano, avvenuta i primi d'ottobre dell'anno 1536. Per onorare l'evento, ogni anno dal 1971, le piazze del comune si animano con questa fiera e in ogni famiglia si prepara un piatto di pasta fatta in casa condito con questo sugo.

- **Ingredienti:**

- anatra muta, meglio se selvatica
- carote
- sedano
- cipolla
- 1 bicchiere di vino bianco
- olio
- burro o lardo

- **Preparazione:** mettere l'anatra in acqua calda per toglierle le penne. Poi farla bollire in acqua per 5 minuti con un po' di cipolla per togliere il sapore di selvatico. A parte, in un pentolino, preparare olio, noce di lardo, verdure e sfumare con un bicchiere di vino bianco. Quando l'anatra è cotta spolparla e pestarla sull'asse con un coltello grosso. Passare al setaccio le verdure del soffritto e aggiungere l'anatra. Lasciare cuocere il tutto per qualche minuto.

- **Classificazione:** prodotto a Denominazione Comunale (De.Co.).

- **Manifestazioni correlate:** Sagra dal Nèdar ogni prima domenica del mese di ottobre a San Benedetto Po.

- **Fonti:** Scheda identificativa del Ragu di anatra muta a cura del comune di San Benedetto Po [www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria](http://www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria) (consultato il 05/03/2017).

# Risotto alla Villimpentese De.Co.

## Risotto alla Villimpentese con “pontel”

Villimpenta (MN)

a cura della Pro Loco di Villimpenta

• **Cenni storici:** comune dell'est mantovano a ridosso del veronese, Villimpenta è terra di confine, solcata dal fiume Tione, caratterizzata dal Castello Scaligero e da un'antica Villa dei Gonzaga. Altri edifici storici da menzionare sono la Biblioteca Comunale in stile Liberty, la Chiesa di San Michele Arcangelo, il Santuario della Madonnina e la Chiesa di San Bartolomeo Apostolo. In questa piccola realtà ogni anno, a giugno, si svolge la “Festa del Risotto di Villimpenta”, ormai riconosciuta come la più grande manifestazione culinaria della provincia, tappa obbligata ad ogni edizione di migliaia di buongustai provenienti da tutto il centro-nord. Com'è facile intuire è il Riso, rigorosamente “vialone nano”, a farla da padrone con una storica ricetta tramandata dall'esigenza contadina di avere un alimento pronto da portarsi nei campi. La caratteristica principale è che con questa cottura il riso non scuoce e mantiene la sua caratteristica “sgranatura”. La ricetta, affinata nel tempo dai cuochi villimpentesi e regolarmente depositata presso un noto studio notarile di Mantova, è disponibile sul sito della Pro Loco. Tra i vari sodalizi operanti sul territorio comunale, la Pro Loco si sta distinguendo per il dinamismo e la disponibilità nel valorizzare la cultura gastronomica locale anche al di fuori dai confini paesani e provinciali. L'obiettivo, dunque, è di fare assaggiare il Risotto alla Villimpentese a sempre più persone, partecipando alle numerose manifestazioni enogastronomiche italiane.

• **Ingredienti per 8 persone:**

- 1 kg di riso semifino vialone nano
- 3 litri di acqua circa
- sale q.b.
- 8 hg di carne di maiale non troppo magra, macinata grossolanamente condita con sale, pepe e 2 spicchi d'aglio (questo preparato chiamato “pisto” si trova già pronto presso le migliori salumerie della zona)
- 1 hg di burro
- 2 hg di formaggio Grana Padano o Parmigiano grattugiato
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco

• **Preparazione:** la cottura del riso viene eseguita con metodo alla villimpentese: in un paiolo di rame (ma con il passare degli anni e per adeguarsi alla nor-

mativa, ora si usano paioli il lega d'alluminio) si fa bollire l'acqua. Raggiunto il bollore, si getta prima il sale e quindi il riso, facendo in modo che nel recipiente si formi un cono la cui punta emerga dal pelo dell'acqua per circa un paio di centimetri. Da quel momento, orologio alla mano, si fanno passare alcuni minuti durante i quali, per evitare che il riso si attacchi al paiolo, si mescola di tanto in tanto con la "stecca" di legno. Dopo questo tempo, quando il riso rimane asciutto dall'acqua, si copre il riso con un canovaccio che deve essere posto a contatto con il riso stesso e poi con un coperchio. Si porta poi la fonte di calore al minimo o addirittura si toglie il paiolo dal fuoco e si lascia il paiolo coperto per circa 15 minuti. In questo tempo che il riso cuoce con il vapore della poca acqua rimasta, in un altro paiolo più piccolo, si prepara il condimento mettendo a cuocere il macinato di maiale nel burro con l'aggiunta del vino. Una volta cotto il riso si condisce il tutto, aggiungendo il pontel ed il formaggio.

*Variante per il Risotto alla Villimpentese con "pontel":* mettere il "pontel" (puntello, rinforzo), che può essere salsiccia o costina o braciola o controfiletto, sulla griglia fino alla cottura con rosolatura. Una volta cotto il riso si condisce il tutto, aggiungendo il "pontel" ed il formaggio.

- **Consigli:** il riso sarà perfettamente riuscito se nel piatto si potranno, come si dice a Villimpenta, "contare i grani".
- **Vino consigliato:** Lambrusco Mantovano amabile o secco.
- **Fonti:** [www.prolocovillimpenta.it](http://www.prolocovillimpenta.it); [www.facebook.com/groups/prolocovillimpenta/](https://www.facebook.com/groups/prolocovillimpenta/); [www.comune.villimpenta.mn.it/](http://www.comune.villimpenta.mn.it/)



# Bibliografia e sitografia

a cura di *Andrea Germani, Stefania Pendezza, Paola Sposetti e Alberto Vignali*

## Bibliografia di prodotti e piatti delle 4 province della Lombardia Orientale

- Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizioni riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).
- Cipolla C. (2016), *Lo stile della cultura gastronomica italiana declinato attraverso le sue regioni*, «Le soste».

## Sitografia di prodotti e piatti delle 4 province della Lombardia Orientale

- Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (ultima consultazione 16/03/2017)
- Caseificio Uberti di Pandino (CR) – Panerone [www.uberti-pandino.it/index.php/panerone](http://www.uberti-pandino.it/index.php/panerone) (consultato il 08/03/2017)
- Consorzio per la tutela del Gorgonzola DOP [www.gorgonzola.com/](http://www.gorgonzola.com/) (consultato il 14/03/2017)
- Consorzio per la tutela del Quartirolo Lombardo [www.quartirolo.com/sito/index.php](http://www.quartirolo.com/sito/index.php) (consultato il 16/03/2017)
- Consorzio per la tutela del Taleggio DOP [www.taleggio.it/](http://www.taleggio.it/) (consultato il 15/03/2017)
- Cotechino delle Grazie di Curtatone (MN) [www.cotechinodellegrazie.it/](http://www.cotechinodellegrazie.it/) (consultato il 07/03/2017)
- Cotechino di Modena [www.modenaigp.it/](http://www.modenaigp.it/) (consultato il 19/01/2017)
- Disciplinare di produzione della Denominazione di origine del formaggio “Quartirolo lombardo” [www.certiprodop.it/images/stories/PRODOTTI/QUARTIROLO/DISCIPLINARE/disciplinare\\_QL.pdf](http://www.certiprodop.it/images/stories/PRODOTTI/QUARTIROLO/DISCIPLINARE/disciplinare_QL.pdf) (consultato il 16/03/2017)
- Disciplinare di produzione del Granone Lodigiano [www.provincia.lodi.it/marchio/tipo/TipoGranone.pdf](http://www.provincia.lodi.it/marchio/tipo/TipoGranone.pdf) (consultato il 12/03/2017)
- Disciplinare di produzione dell’Olio extravergine di oliva Garda D.O.P. a cura del Consorzio [www.oliogardadop.it/](http://www.oliogardadop.it/) (consultato il 12/03/2017)
- Disciplinare di produzione Salame Cremona a cura del Consorzio [www.salamecremona.it/](http://www.salamecremona.it/) (consultato il 13/03/2017)



- Disciplinare di produzione del Salva Cremasco [www.salvacremasco.com/images/stories/DISCIPLINARE/Disciplinare\\_salva\\_cremasco\\_24dic10.pdf](http://www.salvacremasco.com/images/stories/DISCIPLINARE/Disciplinare_salva_cremasco_24dic10.pdf) (consultato il 11/03/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Fiurì o Fiuriti [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=99](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=99) (consultato il 13/03/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Pigo [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=200](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=200) (consultato il 16/03/2017)
- Grana Padano [www.granapadano.it/](http://www.granapadano.it/) (consultato il 02/01/2017)
- Granone Lodigiano a cura di Regione Lombardia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=228](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=228) (consultato il 12/03/2017)
- Ittiofauna.org – Pigo [www.ittiofauna.org/webmuseum/pesciossei/cypriniformes/cyprinidae/rutilus/rutilus\\_pigus/r\\_pigus.htm](http://www.ittiofauna.org/webmuseum/pesciossei/cypriniformes/cyprinidae/rutilus/rutilus_pigus/r_pigus.htm) (consultato il 16/03/2017)
- Ministra Mariconda di Regione Lombardia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Ricette\\_fase03.aspx?ID=2](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Ricette_fase03.aspx?ID=2) (consultato il 07/03/2017)
- Per un codice della cucina lombarda*, III<sup>a</sup> edizione, Milano, 2011 [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 07/03/2017)
- Portale istituzionale Regione Lombardia [www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP](http://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/HP) (consultato il 16/03/2017)
- Presidio Slow Food – Panerone [www.fondazioneSlowFood.com/it/presidi-slow-food/panerone-di-lodi/](http://www.fondazioneSlowFood.com/it/presidi-slow-food/panerone-di-lodi/) (consultato il 08/03/2017)
- Pro Loco Gorgonzola <http://prolocogorgonzola.it/> (consultato il 14/03/2017)
- Consorzio tutela Provolone Valpadana [www.provolonevalpadana.it/](http://www.provolonevalpadana.it/) (consultato il 23/01/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Panerone [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=61](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=61) (consultato il 08/03/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Tartufo nero [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=172](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=172) (consultato il 26/02/2017)
- Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 14/03/2017)
- Strada del Tartufo.org – Tartufo nero nelle Colline Moreniche [www.stradadelTartufo.org/strada-del-tartufo/l-associazione](http://www.stradadelTartufo.org/strada-del-tartufo/l-associazione) (consultato il 26/02/2017)

## Bibliografia di prodotti e piatti di Bergamo e della sua provincia

- Provincia di Bergamo, *Latte e formaggi, Prodotti bergamaschi di qualità*, s.e., s.l.
- Silva E., «Sapori Bergamaschi», Castelli Bolis Poligrafiche srl, Cenate Sotto (BG).
- Tropea Montagnosi S., Bruni Colombi L., Ghisalberti E., Vitali R. (2010), *La cucina bergamasca. Dizionario enciclopedico*, Bolis edizioni srl, Azzano S. Paolo (BG).

## Sitografia di prodotti e piatti di Bergamo e della sua provincia

- Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/publicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (ultima consultazione 31/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Branzi [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 20/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Casoncelli della Bergamasca [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017)
- Bergamo, città dai Mille... sapori – Formaggella della Val di Scalve [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/formaggi/formagella-val-di-scalve/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/formaggi/formagella-val-di-scalve/) (consultato il 09/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Ol Codeghè de la Bergamasca [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Polenta e Uccelli Dolce [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Prosciutto Crudo Bergamasco “Il Botto” [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 17/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Salame Bergamasco [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 08/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Stracchino Bronzone [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 15/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Torta del Donizetti [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017)
- Bergamo, città dei Mille... sapori – Torta Orobica [www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/](http://www.bg.camcom.gov.it/millesapori/it/prodotti/) (consultato il 13/03/2017)
- Comune di Algua [www.comune.algua.bg.it/territorio-00001/il-comune/Cenni-storici/](http://www.comune.algua.bg.it/territorio-00001/il-comune/Cenni-storici/) (consultato il 15/03/2017)
- Comune di Branzi [www.comunedibranzi.com/](http://www.comunedibranzi.com/) (consultato il 20/03/2017)
- Comune di Gandino [www.comune.gandino.bg.it/](http://www.comune.gandino.bg.it/) (consultato il 21/02/2017)
- Comune di Gandino [www.gandino.it/event/carnevale-gandinese-1](http://www.gandino.it/event/carnevale-gandinese-1) (consultato il 17/03/2017)
- Comune di Rovetta [www.comunerovetta.gov.it](http://www.comunerovetta.gov.it) (consultato il 17 marzo 2017)
- Consorzio per la Tutela dei formaggi Valtellina Casera e Bitto [www.ctcb.it](http://www.ctcb.it) (consultato il 23 marzo 2017)
- Disciplinare di produzione della Denominazione di origine del formaggio “Quartirolo lombardo” [www.quartirolo.com/sito/index.php?option=com\\_content&task=view&id=51&Itemid=83](http://www.quartirolo.com/sito/index.php?option=com_content&task=view&id=51&Itemid=83) (consultato il 21/02/2017)
- Fondazione Slow Food – Agri di Valtorta [www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/agri-di-valtorta/](http://www.fondazione Slow Food.com/it/presidi-slow-food/agri-di-valtorta/) (consultato il 20/03/2017)
- Formai De Mut dell’Alta Valle Brembana [www.formaidemut.info/home.html](http://www.formaidemut.info/home.html) (consultato il 22/03/2017)
- [www.formaggio.it/formaggio/formaggio-val-seriana-p-a-t/](http://www.formaggio.it/formaggio/formaggio-val-seriana-p-a-t/) (consultato il 31/03/2017)
- infodeco.it, Portale delle Denominazioni Comunali [www.infodeco.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=595:raviolo-nostrano-di-covo-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579](http://www.infodeco.it/index.php?option=com_content&view=article&id=595:raviolo-nostrano-di-covo-bergamo&catid=49:lombardia&Itemid=579) (consultato il 21/02/2017)

Mais Spinato [www.mais-spinato.com/it/](http://www.mais-spinato.com/it/) (consultato il 21/02/2017)

Proloco Gorgonzola <http://prolocogorgonzola.it/> (consultato il 21/02/2017)

Regione Lombardia – Bernardo [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=83](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=83) (consultato il 24/02/2017)

Regione Lombardia – Formai de Mut dell’Alta Val Brembana [www.agendadigitale.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Redazionale\\_P&childpagename=DG\\_Agricoltura%2FDetail&cid=1213558365614&packedargs=NoSlotForSitePlan%3Dtrue%26menu-to-render%3D1213282394661&pagename=DG\\_AGRWrapper](http://www.agendadigitale.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Redazionale_P&childpagename=DG_Agricoltura%2FDetail&cid=1213558365614&packedargs=NoSlotForSitePlan%3Dtrue%26menu-to-render%3D1213282394661&pagename=DG_AGRWrapper) (consultato il 24/03/2017)

Regione Lombardia – Formaggella della Val Brembana [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=67](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=67) (consultato il 25/03/2017)

Slow Food Bergamo – Polenta Taragna [www.slowfoodbergamo.it](http://www.slowfoodbergamo.it) (consultato il 10 marzo)

Strachitunt DOP – Disciplinare di produzione del formaggio “Strachitunt” DOP [www.strachitunt.it](http://www.strachitunt.it) (consultato il 31/03/2017)

Consorzio Tutela Taleggio [www.taleggio.it/](http://www.taleggio.it/) (consultato il 24/02/2017)

Valle Brembana – Bergamo [www.brembana.info/borghi/valtorta/valtorta.html](http://www.brembana.info/borghi/valtorta/valtorta.html) (consultato il 20/03/2017)

Valle Brembana- Bergamo [www.brembana.info](http://www.brembana.info) (consultato il 20/03/2017)

Val Seriana [www.valseriana.eu/territorio/gromo/](http://www.valseriana.eu/territorio/gromo/) (consultato il 25/02/2017)

Val Seriana – Sagra dei Bertù di Rovetta [www.valseriana.eu/eventi/5-sagra-dei-bertu/](http://www.valseriana.eu/eventi/5-sagra-dei-bertu/) (consultato il 25/02/2017)

## Bibliografia di prodotti e piatti di Brescia e della sua provincia

Boroni C. e Bossini A. (2004), *La cucina bresciana fra arte e letteratura*, Vannini Editrice, Gussago (BS).

Marini M., (1993), *La cucina bresciana*, Franco Muzzio Editore, Padova.

Pellizzari C. (a cura di) (2007), *Tradizione e modernità della gastronomia italiana. La cucina bresciana*, Sardini Editrice, Bornato in Franciacorta (BS).

Pilotti Delaini C. e Faust-Blauhut S. (1993), *Pa vi e sücheri: antiche ricette e immagini di Tremosine*, ArcoLitografia grafica, Arco (TN).

## Sitografia di prodotti e piatti di Brescia e della sua provincia

Antica Trattoria del Gallo, Clusane d’Iseo – Ricetta della Tinca al forno [www.anticatrattoriadelgallo.com/le-nostre-specialita/ricetta-della-tinca.html](http://www.anticatrattoriadelgallo.com/le-nostre-specialita/ricetta-della-tinca.html) (consultato il 10/03/2017)

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (ultima consultazione 13/03/2017)

Brescia a tavola – Ricetta dal Manzo all’olio [www.bresciaatavola.it/it-IT/ricette\\_della\\_tradizione/manzo\\_all\\_olio\\_](http://www.bresciaatavola.it/it-IT/ricette_della_tradizione/manzo_all_olio_) (consultato il 04/03/2017)

- Brescia in vetrina – Ricetta dei filetti di coregone con verdure [www.bresciainvetrina.it/ricettebrescia\\_filettidicoregone.htm](http://www.bresciainvetrina.it/ricettebrescia_filettidicoregone.htm) (consultato il 08/03/2017)
- Cookaround – Ricetta Calsù <http://forum-ricette.cookaround.com/threads/152490-primo-piatto-CALSU> (consultato 12/02/2017)
- Cooperativa Valle di Bagolino – Formaggio Bagoss [www.bagossbagolino.it/il-bagoss/](http://www.bagossbagolino.it/il-bagoss/) (consultato il 13/02/2017)
- Disciplinare di produzione della farina di Barbariga De.Co, della Bariloca di Barbariga De.Co e dei Casoncelli di Barbariga De.Co. [www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf](http://www.comune.barbariga.bs.it/albo/sites/default/files/gc109-2013.pdf) (consultato il 06/03/2017)
- Disciplinare tecnico Salsiccia di Castrato De.Co. [www.malegno.it/Allegati/all\\_14988\\_disciplinare%20salsiccia%20odi%20castrato%20odeco.pdf](http://www.malegno.it/Allegati/all_14988_disciplinare%20salsiccia%20odi%20castrato%20odeco.pdf) (consultato il 26/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Alborelle essiccate in salamoia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=197](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=197) (consultato il 26/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Cadolet di capra [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=49](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=49) (consultato il 25/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Casatta di Corteno Golgi [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=70](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=70) (consultato il 04/03/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Valle Sabbia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=74](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=74) (consultato il 23/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Valle Camonica [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=101](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=101) (consultato il 12/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella della Valle Trompia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=47](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=47) (consultato il 23/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Formaggella di Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=81](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=81) (consultato il 26/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Garda Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=72](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=72) (consultato il 26/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Lattecrudo di Tremosine [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=222](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=222) (consultato il 02/03/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Moteli [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=59](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=59) (consultato il 22/02/2017)
- Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Nostrano Val Trompia [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=757](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=757) (consultato il 13/03/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Rosa Camuna [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=1432](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=1432) (consultato il 03/03/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Salame di Montisola [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=23](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=23) (consultato il 15/02/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Silter [http://ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/gestionedocumentale/Siltersenzacorn.\\_784\\_25928.pdf](http://ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/gestionedocumentale/Siltersenzacorn._784_25928.pdf) (consultato il 21/02/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Soppessata bresciana [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=21](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=21) (consultato il 03/03/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Strachet [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=52](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=52) (consultato il 24/02/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Tombea [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=77](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=77) (consultato il 04/03/2017)

Ente regionale per i servizi all'agricoltura e alle foreste, Lombardia – Violino [www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=22](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=22) (consultato il 03/02/2017)

Farine tipiche del lago di Garda [www.farinedelgarda.it/](http://www.farinedelgarda.it/) (consultato il 11/03/2017)

Formaggio.it – Stael [www.formaggio.it/formaggio/stael-p-a-t/](http://www.formaggio.it/formaggio/stael-p-a-t/) (consultato il 01/03/2017)

Itinerari Brescia – Limonaie e oliveti del lago di Garda [www.itineraribrescia.it/limonaie-oliveti-lago-garda/](http://www.itineraribrescia.it/limonaie-oliveti-lago-garda/) (consultato il 14/03/2017)

Molino bresciano di Coffinardi Giuseppe [www.molinobresciano.it/](http://www.molinobresciano.it/) (consultato il 15/03/2017)

Mondo dei salumi: il salame di Montisola [www.mondodelgusto.it/notizie/10339/mondo-dei-salumi-salame-montisola](http://www.mondodelgusto.it/notizie/10339/mondo-dei-salumi-salame-montisola) (consultato il 15/02/2017)

Qui Brescia – Manzo all'olio, 500 anni di storia in un piatto [www.quibrescia.it/cms/2012/03/22/manzo-allolio-500-anni-di-storia-in-un-piatto/](http://www.quibrescia.it/cms/2012/03/22/manzo-allolio-500-anni-di-storia-in-un-piatto/) (consultato il 04/03/2017)

Rifugi della Regione Lombardia – Il Cuz di Corteno Golgi [www.rifugi.lombardia.it/attivita/enogastronomia/il-cuz-piatto-tipico-di-corteno-golgi.html](http://www.rifugi.lombardia.it/attivita/enogastronomia/il-cuz-piatto-tipico-di-corteno-golgi.html) (consultato il 22/02/2017)

Sapori della Valle Camonica – I formaggi nella cultura casearia della Valle Camonica [www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf](http://www.saporidivallecamonica.it/uploads/docs/532c1b5b3a9d8.pdf) (consultato il 13/03/2017)

Turismo Valle Camonica – Ricetta Gnocc de la cua [www.turismovallecamonica.it/it/content/gnocc-de-la-c%C3%B9a](http://www.turismovallecamonica.it/it/content/gnocc-de-la-c%C3%B9a) (consultato il 04/02/2017)

Visit Garda – I limoni [www.visitgarda.com/it/limoni-lago-garda/](http://www.visitgarda.com/it/limoni-lago-garda/) (consultato il 14/03/2017)

## Bibliografia di prodotti e piatti di Cremona e della sua provincia

- Armelloni G. (a cura di) (2008), *Sapori e profumi soresinesi: ricettario e curiosità della cucina soresinese*, Pro Loco Soresina, Soresina.
- Marini M. (a cura di) (1998), *Ricette di Osteria della Lombardia. Cremona e il suo territorio*, Slow Food editore, Bra (CN).

## Sitografia di prodotti e piatti di Cremona e della sua provincia

- Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 15/03/2017)
- Viaggio tra i sapori della Lombardia [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/Viaggio%20tra%20i%20sapori%20della%20Lombardia\\_13383\\_930.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/Viaggio%20tra%20i%20sapori%20della%20Lombardia_13383_930.pdf) (consultato il 15/03/2017)
- Nuovo codice cucina Lombardia [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 15/03/2017)
- [www.andiamoatavola.it](http://www.andiamoatavola.it) (consultato il 15/03/2017)
- [www.turismocremona.it](http://www.turismocremona.it) (consultato il 14/03/2017)
- [www.infodeco.it](http://www.infodeco.it) (consultato il 14/03/2017)
- [www.cremonacitta.it](http://www.cremonacitta.it) (consultato il 14/03/2017)
- [www.eastlombardy.it](http://www.eastlombardy.it) (consultato il 14/03/2017)
- [www.100kmdamilano.it](http://www.100kmdamilano.it) (consultato il 14/03/2017)
- [www.fieschi1867.com](http://www.fieschi1867.com) (consultato il 14/03/2017)
- [www.youtube.com/watch?v=u05bKv9MwG8&t=172s](http://www.youtube.com/watch?v=u05bKv9MwG8&t=172s) (video del documentario di Mario Soldati, Faraona alla creta) (consultato il 15/03/2017)
- <https://premiatetrattorieitaliane.com> (consultato il 14/03/2017)

## Bibliografia di prodotti e piatti di Mantova e della sua provincia

- Bardini S. (2004), *Risòt menà. Mangiari e memorie della civiltà contadina dell'alto mantovano*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).
- Bardini S. (2007), *I capunsei*, Editoriale Sometti, Mantova.
- Bardini S. (2014), *I masalin mantovani*, Arti Grafiche Studio 83, Vago di Lavagno (Vr).
- Bardini S., Minuti A. (2004), *La cucina cerlonghina. Seconda edizioni riveduta e ampliata*, GVM Tipolitografia, Volta Mantovana (MN).
- Cipolla C., Balestrieri A. (a cura di) (2004), *La cultura del "dolce" a Mantova. Quale marchio di qualità?*, FrancoAngeli, Milano.
- Lusenti D., Rossi P., Zanotti P. (a cura di) (2014), *Non solo polenta. La tradizione alto mantovana si racconta*, Zanotti Editore, Castiglione delle Stiviere (MN).

## Fonti dirette: Prodotti e piatti di Mantova e della sua provincia

Osteria da Pietro, Via Chiassi 19, Castiglione delle Stiviere (MN).

Pasticceria Bendoni, Via Roma 16, Ceresara (MN).

Ristorante Novecento, Via Solferino 118, Guidizzolo (MN).

## Pubblicazioni in pdf su internet: Prodotti e piatti di Mantova e della sua provincia

Disciplinare del salame tipico familiare ceresarese a cura dell'Accademia degli Scalchi [www.accademiascalchi.altervista.org/download/salamecere.pdf](http://www.accademiascalchi.altervista.org/download/salamecere.pdf) (consultato il 09/03/2017)

*Assaggi di tipicità, la dispensa dell'area morenica mantovana*, Mantova, 2008 [www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf](http://www.mantovastrada.it/wp-content/uploads/2016/03/Assaggi ditipicita.pdf) (consultato il 04/01/2017)

Atlante dei prodotti tipici e tradizionali [www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti\\_2013\\_13383\\_856.pdf](http://www.ersaf.lombardia.it/upload/ersaf/pubblicazioni/AtlanteProdotti_2013_13383_856.pdf) (consultato il 04/01/2017)

Disciplinare del Tortello della Possenta di Ceresara in collaborazione con Accademia degli Scalchi [www.accademiascalchi.altervista.org/download/cigliegiatore.pdf](http://www.accademiascalchi.altervista.org/download/cigliegiatore.pdf) (consultato il 03/03/2017)

Disciplinare Pera Mantovana [www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeAttachment.php/L/IT/D/.../pdf](http://www.politicheagricole.it/flex/cm/pages/ServeAttachment.php/L/IT/D/.../pdf) (consultato il 02/01/2017)

*Per un codice della cucina lombarda*, III<sup>a</sup> edizione, Milano, 2011 [www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/shared/ccurl/433/68/Nuovo%20Codice%20Cucina%20Lombarda.pdf) (consultato il 03/01/2017)

*Mantova gustosa*, a cura del Comune di Mantova, anno 2016 [www.turismo.mantova.it/uploads/file/fce372ff9bfb63307efcc4c7ce8bc171.pdf](http://www.turismo.mantova.it/uploads/file/fce372ff9bfb63307efcc4c7ce8bc171.pdf) (consultato il 20/01/2017)

## Sitografia di prodotti e piatti di Mantova e della sua provincia

<http://areauno.sisamspa.it/index.php/rubriche/cucina2/28-dolceresa-la-torta-deco-di-ceresara> (consultato il 03/03/2017)

<http://comironcoferraro.blogspot.it> (consultato il 06/01/2017)

<http://stradadeltartufo.org> (consultato il 29/12/2016)

[www.buonalombardia.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Page&childpagename=DG\\_Agricoltura%2FMILayout&cid=1213566233453&packedargs=TemplateDestinazione%3DMIRedazionaleDettaglio2Col%26assetid%3D1213569872091%26assettype%3DRedazionale\\_P%26idPagina%3D1213566233453&pagename=DG\\_AGRWrapper](http://www.buonalombardia.regione.lombardia.it/cs/Satellite?c=Page&childpagename=DG_Agricoltura%2FMILayout&cid=1213566233453&packedargs=TemplateDestinazione%3DMIRedazionaleDettaglio2Col%26assetid%3D1213569872091%26assettype%3DRedazionale_P%26idPagina%3D1213566233453&pagename=DG_AGRWrapper) (consultato il 04/03/2017)

[www.circolatorre.it/](http://www.circolatorre.it/) (consultato il 02/03/2017)

[www.compagniadelleTorri.it/TortellodellaPossenta.html](http://www.compagniadelleTorri.it/TortellodellaPossenta.html) (consultato il 03/03/2017)

[www.comune.casteldario.mn.it/index.php/cucina-e-tradizioni/14-il-territorio/cucina-e-tradizioni/42-de-c-o-riso-alla-pilota-di-castel-d-ario](http://www.comune.casteldario.mn.it/index.php/cucina-e-tradizioni/14-il-territorio/cucina-e-tradizioni/42-de-c-o-riso-alla-pilota-di-castel-d-ario) (consultato il 07/03/2017)

[www.comune.castiglione.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=22425&idArea=22428&idCat=25255&ID=25255&TipoElemento=categoria](http://www.comune.castiglione.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=22425&idArea=22428&idCat=25255&ID=25255&TipoElemento=categoria) (consultato il 09/03/2017)

[www.comune.cavriana.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=270:cavriana-le-attivita-e-i-suoi-prodotti&catid=38:notizie-rilevanti](http://www.comune.cavriana.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=270:cavriana-le-attivita-e-i-suoi-prodotti&catid=38:notizie-rilevanti) (consultato il 03/03/2017)

[www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=217:il-salame-tipico-familiare-ceresarese&catid=60&Itemid=127](http://www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=217:il-salame-tipico-familiare-ceresarese&catid=60&Itemid=127) (consultato il 09/03/2017)

[www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=218:il-tortello-di-cilegia-della-possenta&catid=60&Itemid=127](http://www.comune.ceresara.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=218:il-tortello-di-cilegia-della-possenta&catid=60&Itemid=127) (consultato il 03/03/2017)

[www.comune.goito.mn.it/index.php?option=com\\_content&view=article&id=144&Itemid=279](http://www.comune.goito.mn.it/index.php?option=com_content&view=article&id=144&Itemid=279) (consultato il 03/03/2017)

[www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria](http://www.comune.san-benedetto-po.mn.it/servizi/Menu/dinamica.aspx?idSezione=235&idArea=236&idCat=238&ID=51312&TipoElemento=categoria) (consultato il 10/03/2017)

[www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com\\_content&task=view&id=460&Itemid=5](http://www.comune.villapoma.mn.it/index.php?option=com_content&task=view&id=460&Itemid=5) (consultato il 10/03/2017)

[www.culturando.tv/joomla/puntate/fugasi-di-castellaro](http://www.culturando.tv/joomla/puntate/fugasi-di-castellaro) (consultato il 04/01/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=156](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=156) (consultato il 22/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=28](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=28) (consultato il 09/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=25](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=25) (consultato il 09/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=176](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=176) (consultato il 22/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?lang=1&ID=157](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?lang=1&ID=157) (consultato il 07/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=194](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=194) (consultato il 23/02/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=164](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=164) (consultato il 23/01/2017)

[www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti\\_fase03.aspx?ID=217](http://www.ersaf.lombardia.it/servizi/buonalombardia/Prodotti_fase03.aspx?ID=217) (consultato il 03/03/2017)

[www.mantovanotizie.com/cucina-mantovana/20090701-torta-margherita.php](http://www.mantovanotizie.com/cucina-mantovana/20090701-torta-margherita.php) (consultato il 16/02/2017)

[www.melonemantovano.it/](http://www.melonemantovano.it/) (consultato il 02/01/2017)

[www.modenaigp.it/](http://www.modenaigp.it/)

[www.parmigiano-reggiano.it/](http://www.parmigiano-reggiano.it/) (consultato il 02/01/2017)

[www.polisportivapozzelese.it/gastronomia.htm](http://www.polisportivapozzelese.it/gastronomia.htm) (consultato il 10/03/2017)

[www.prolocodironcoferraro.it/calendario\\_9.html](http://www.prolocodironcoferraro.it/calendario_9.html) (consultato il 06/01/2017)

[www.provincia.mantova.it/context.jsp?ID\\_LINK=41&page=1617&area=0&id\\_context=10668](http://www.provincia.mantova.it/context.jsp?ID_LINK=41&page=1617&area=0&id_context=10668) (consultato il 25/01/2017)

[www.provolonevalpadana.it/](http://www.provolonevalpadana.it/)



[www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/87551/La-chisolina-mantovana.aspx#.WYieVxfY\\_g](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/87551/La-chisolina-mantovana.aspx#.WYieVxfY_g) (consultato il 23/01/2017)

[www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/870/Il-luccio-in-salsa-con-polenta.aspx#.WMMNNyaQyHs](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/870/Il-luccio-in-salsa-con-polenta.aspx#.WMMNNyaQyHs) (consultato il 10/03/2017)

[www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/511/categoryId/19/I-Fiapon-mantovani.aspx#.WYiYUvxfY\\_g](http://www.saperesapori.it/Tradizioniestagioni/Archivio/tabid/287/articleType/ArticleView/articleId/511/categoryId/19/I-Fiapon-mantovani.aspx#.WYiYUvxfY_g) (consultato il 23/01/2017)

[www.slowfoodmantova.it/index.php/menu-sinistra/bonta/](http://www.slowfoodmantova.it/index.php/menu-sinistra/bonta/) (consultato il 09/03/2017)

[www.stradadelrisomantovano.it/](http://www.stradadelrisomantovano.it/) (consultato il 04/01/2017)

[www.tuberfood.it/](http://www.tuberfood.it/) (consultato il 29/12/2016)

<https://mincioedintorni.com/2016/04/28/mantova-diamo-del-salame-a-tutti-degustazione-e-giochi/> (consultato il 09/03/2017)

<https://mincioedintorni.com/enogastronomia/le-ricette/> (consultato il 03/03/2017)

## Appendice iconografica

di Costantino Cipolla e Alessandro Fabbri



*Ol Balôt di Algua*: piatto della tradizione del piccolo paese di Algua in Val Serina, la cui essenzialità e povertà degli ingredienti, richiama alla vita semplice e modesta della gente contadina del luogo.



*Castagnole di Gandino*: piatto tipico del paese di Gandino in Val Seriana, particolarmente amato nel mese di febbraio e durante il Carnevale.



*Maiasa di Gromo*: specialità gastronomica realizzata dai prodotti tipici locali di Gromo come farina gialla, cipolle, fichi secchi e mele.



*Polenta di Mais Rostrato Rosso di Rovetta*: piatto tipico della tradizione culinaria della Valle Seriana, nato in tempi antichi per sostenere e nutrire con poche risorse le famiglie più povere.



*Mais Rostrato Rosso di Rovetta*: mais caratteristico della Valle Seriana la cui farina si distingue per una spiccata granulosità e un gusto inconfondibile.



*Malfatto di Carpenedolo*: piatto della tradizione contadina, la ricetta del Malfatto di Carpenedolo si basa sull'utilizzo di erbe spontanee e stagionali delle campagne locali.



*Fatuli della Valsaviore*: pregiato formaggio della Val Savioire, il Fatulì è prodotto con il latte crudo della capra Bionda dell'Adamello e deve il suo particolare colore al processo di affumicatura su grate metalliche.





*Gnocchi di patate*: prodotto tipico del comune di Derovere (CR).



*Fasulin de l'öc cun le cudeghe*: piatto tipico del comune di Pizzighettone (CR).



*Bussolano di Soresina*: piatto tipico del comune di Soresina (CR).



*Insalata di faraona alla Stefani*: piatto tipico del comune di Isola Dovarese (CR).



*I Tortelli Fior di Verza con salsa di rape rosse: piatto tipico del comune di Casaloldo recentemente creato da un gruppo di donne casaldolesi dopo un percorso di ricerca alla riscoperta delle radici gastronomiche del territorio.*

## *Tortello Amaro di Castel Goffredo*



*I Tortelli Amari:* pasta ripiena tipica del comune di Castel Goffredo, viene preparata utilizzando l'erba amara (Balsamita Major Desf) che deve essere sapientemente dosata secondo la stagione d'impiego.



*La Dolceresa*: torta tipica del comune di Ceresara, che prevede l'impiego del goloso cioccolato insieme ad un dolcissimo composto di ciliegie.



*I Tortelli di Zucca*: emblema dell'intera provincia mantovana, sono il perfetto equilibrio fra dolcezza e sapidità.





*I Capunsèi*: primo piatto tipico delle Colline Moreniche, deriva dalla tradizione contadina che non potendosi permettere il capone si accontentava del suo ripieno.

## Notizie sugli Autori

*Costantino Cipolla* (Università di Bologna) è autore e curatore di circa 150 volumi di taglio scientifico. Sulla storia della Croce Rossa ha curato con Paolo Vanni *Storia della Croce Rossa Italiana dalla nascita al 1914* (2013) e, con Alessandro Fabbri e Filippo Lombardi, *Storia della Croce Rossa in Lombardia (1859-1914)* (2014), entrambe in due volumi. Per la storia sociale del Risorgimento è autore, fra gli altri, del volume *Belfiore I* e curatore di *Belfiore II* (2006), mentre sulla battaglia di Solferino nel 2009 ha curato l'opera in quattro volumi *Il crinale dei crinali* e, con Paolo Vanni, l'edizione critica italiana di *Un Souvenir de Solfèrino* di Jean Henry Dunant. Sul cattolicesimo sociale lombardo si segnalano, fra le altre, le opere *Don Enrico Tazzoli e il cattolicesimo sociale lombardo* (2012), in due volumi, curati rispettivamente insieme a Stefano Siliberti, e a Roberta Benedusi e Alessandro Fabbri. Per il Curriculum vitae si veda il sito [www.costantinocipolla.it](http://www.costantinocipolla.it).

*Pietro Segalini*, Presidente del Comitato Regionale UNPLI Lombardia dal giugno 2013, è stato per più di dieci anni Consigliere Delegato dell'UNPLI Lombardia per la provincia di Lodi. Socio fondatore della Pro Loco di Casalmaiocco nell'anno 1988, ha ricoperto fino al 2000 la carica di Consigliere della Pro Loco di Casalmaiocco ed è tuttora socio da sempre impegnato nella realizzazione delle manifestazioni della Pro Loco. Consigliere Comunale del comune di Casalmaiocco dal 1985, dal 1986 assessore e vicesindaco, nel 2004 viene eletto Sindaco e riconfermato fino al termine del secondo mandato nel 2014. Per molti anni membro del Consiglio di Amministrazione del Consorzio Intercomunale Nord Lodigiano di Polizia Locale, nel 2009 è stato insignito del titolo di Cavaliere della Repubblica Italiana.

*Maura Cetti Serbelloni*, geografa, è specializzata nell'analisi e nella gestione delle risorse culturali dei territori e del paesaggio. Ha approfondito i temi dello sviluppo turistico e del patrimonio culturale, collaborando con il Centro Univer-

sitario Europeo per i Beni Culturali (Ravello) su ricerche e progetti cofinanziati dalla Commissione Europea. Per lo stesso Centro ha pubblicato il volume *Cinquant'anni di turismo a Capri. La sacralità dell'immagine e la profanazione del territorio* (2003). Per più di dieci anni titolare di laboratori riguardanti la progettazione europea e il *project management* applicato al settore culturale presso l'Università degli Studi di Milano, nel 2016 ha svolto un workshop sulla lettura del paesaggio presso il Politecnico di Milano nell'ambito del corso *Environmental and Natural Resources Economics*. Nello stesso Ateneo, è docente e membro della Commissione scientifica del Master *Polis Maker*. Svolge incarichi professionali per l'ideazione e lo sviluppo di progetti e a supporto dello sviluppo delle organizzazioni culturali. In particolare, dal 2010 collabora con UNPLI Lombardia per lo sviluppo delle Pro Loco lombarde. Relatore in numerosi convegni e seminari, ha pubblicato articoli e contributi in volumi e riviste scientifiche.

*Alessandro Fabbri*, assegnista di ricerca presso l'Università di Bologna, è autore di numerosi contributi in testi scientifici: per i nostri tipi, nel volume curato da C. Cipolla e P. Vanni, *Storia della Croce Rossa Italiana dalla nascita al 1914. I. Saggi* (2013), ha redatto i contributi "La legislazione dello Stato: il 'tradimento' dello spirito originario della CRI" e "Sui rapporti fra CRI e CICR dal 1887 al 1914: una coerente fedeltà". Ha inoltre curato, insieme a C. Cipolla e R. Benedusi, il volume *II Documenti* dell'opera *Don Enrico Tazzoli e il cattolicesimo sociale lombardo* (2012).

*Andrea Germani* si è laureato in Scienze Filosofiche all'Università di Bologna nel 2015. Ha partecipato alla ricerca sulla *Storia della Croce Rossa Italiana dalla Grande Guerra al Fascismo (1914-1927)*, diretta dai professori Costantino Cipolla e Paolo Vanni, e alla ricerca su *La Grande Salumeria Italiana*, diretta dal professor Costantino Cipolla. Dal 2016 lavora nel settore agro-alimentare presso alcuni grandi nomi dell'industria alimentare emiliana.

*Stefania Pendezza*, consulente in materia di educazione ambientale, multifunzionalità agraria e turismo eco-sostenibile, ha legato il proprio nome all'affermazione del fenomeno delle fattorie didattiche e dell'educazione alla ruralità in Italia. Ha realizzato numerosi interventi formativi rivolti a piccole e medie imprese in diverse regioni italiane e, in particolare, ad aziende operanti nel settore dell'istruzione, del quale ha esperienza diretta in qualità di docente. Collabora con enti pubblici e privati per la promozione di una cultura del cibo e per la valorizzazione del territorio in diverse regioni. Autrice di oltre quaranta libri e sussidi didattici in materia di educazione alimentare e tutela delle risorse naturali, ha realizzato altresì giochi didattici sulla campagna e sulle sue produzioni con il pa-

trocinio di numerose amministrazioni pubbliche. Significativa anche la sua attività divulgativa attraverso articoli per la stampa specializzata nelle quali ha saputo testimoniare la sua vasta esperienza in materia di produzioni agroalimentari e multifunzionalità agricola.

*Paola Sposetti*, laureata in Scienze Linguistiche presso l'Università Cattolica di Brescia e guida turistica per Mantova e provincia, nel 2009 ha sia contribuito all'opera in 4 voll. di Cipolla C. (a cura di) *Il crinale dei crinali* ed *Il crinale della vittoria*, che curato redazionalmente l'edizione critica italiana del classico Dunant H., *Un souvenir de Solférino*. Inoltre ha collaborato, attraverso dei saggi, ai voll. *Don Enrico Tazzoli e il cattolicesimo sociale lombardo* (2012) e *Giuseppe Sarto, Vescovo di Mantova* (2014).

*Alberto Vignali*, laureato in Sociologia e Ricerca Sociale presso l'Università degli Studi di Trento, lavora in un progetto di orientamento per i giovani in provincia di Mantova e collabora in diverse iniziative editoriali. Di recente ha pubblicato *Solidarietà Senza Frontiere – Un viaggio nel Nordest del Brasile* (2016).



---

## Gusto e Società

---

### *Ultimi volumi pubblicati:*

#### *Metodi e strumenti*

FRANCO A. FAVA, *La vertigine dei consumi*. L'invenzione del lusso democratico e il cibo uguale per tutti (disponibile anche in e-book).

COSTANTINO CIPOLLA (a cura di), *La Grande Salumeria Italiana* (disponibile anche in e-book).

LUCIO MEGLIO, *Sociologia del cibo e dell'alimentazione*. Un'introduzione.

GIACOMO PINI, *Il marketing territoriale dell'Italia che non ti aspetti*. Come vendere i luoghi magici fuori dai circuiti turistici commerciali.

PAOLO CORVO, GIAMPAOLO FASSINO, *Quando il cibo si fa benessere*. Alimentazione e qualità della vita.

FRANCO A. FAVA, *Le fabbriche del retail*. Analisi comparata tra industria e GDO nella web society (disponibile anche in e-book).

PAOLA ABBIEZZI (a cura di), *La TV è servita*. Viaggi e sapori della cucina televisiva.

COSTANTINO CIPOLLA (a cura di), *Il Maestro di vino* (disponibile anche in e-book).

GIACOMO PINI, *Il nuovo marketing del prodotto turistico*. Analisi, strategia ed emozioni (disponibile anche in e-book).

GIULIO BIASION, COSTANTINO CIPOLLA (a cura di), *Le emozioni dell'ospitalità*. Come valutare la qualità di un albergo (disponibile anche in e-book).

COSTANTINO CIPOLLA, *Le emozioni del gusto*. Alcuni criteri per un ristorante italiano d'eccellenza.

#### *Ricerche*

FRANCESCA GUARINO, CLAUDIO NARDOCCI, *Pro Loco*. Identità e cultura del territorio (disponibile anche in e-book).

LIA GIANCRISTOFARO, *Tomato Day*. Il rituale della conserva di pomodoro.

COSTANTINO CIPOLLA, GABRIELE DI FRANCESCO (a cura di), *La ragion gastronomica* (disponibile anche in e-book).

LUCIO MEGLIO, *Oltre il Terroir: il vino come specchio di una comunità*. Aspetti economici, sociali e culturali del cabernet cominense.

COSTANTINO CIPOLLA, MAURIZIO OTTOLINI, GIOVANNI URBANI (a cura di), *Internazionalizzazione e agroalimentare*. Potenzialità e ipotesi di valorizzazione dei prodotti tipici mantovani (disponibile anche in e-book).

**VAI SU: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it)**

**PER SCARICARE (GRATUITAMENTE)  
I CATALOGHI DELLE NOSTRE PUBBLICAZIONI  
DIVISI PER ARGOMENTI E CENTINAIA DI VOCI:  
PER FACILITARE LE TUE RICERCHE.**

Management & Marketing  
Psicologia e psicoterapia  
Didattica, scienze della formazione  
Architettura, design, territorio  
Economia  
Filosofia, letteratura, linguistica, storia  
Sociologia  
Comunicazione e media  
Politica, diritto  
Antropologia  
Politiche e servizi sociali  
Medicina  
Psicologia, benessere, auto aiuto  
Efficacia personale, nuovi lavori



**FrancoAngeli**

## QUESTO LIBRO TI È PIACIUTO?



**Comunicaci il tuo giudizio su:**  
[www.francoangeli.it/latuaopinione.asp](http://www.francoangeli.it/latuaopinione.asp)



**VUOI RICEVERE GLI AGGIORNAMENTI  
SULLE NOSTRE NOVITÀ  
NELLE AREE CHE TI INTERESSANO?**



Seguici in rete



Sottoscrivi  
i nostri feed RSS



Iscriviti  
alle nostre newsletter

**FrancoAngeli**





**CONSULTATE IL NOSTRO CATALOGO SU WEB**

**www.  
francoangeli.it**

- Gli abstract e gli indici dettagliati di oltre **12.000 volumi** e 30.000 autori.



- I sommari dei fascicoli (a partire dal 1990) di oltre 90 riviste.

- La newsletter (via e-mail) **delle novità**.

- Il calendario di tutte le **iniziative**.

- La possibilità di **e-commerce** (per acquistare i libri o effettuare il download degli articoli delle riviste).

- Il **più ricco catalogo** specializzato consultabile in modo semplice e veloce.

- **Tutte le modalità di ricerca** (per argomento, per autore, per classificazione, per titolo, full text...) per individuare i libri o gli articoli delle riviste.



- FrancoAngeli è la **più grande biblioteca specializzata** in Italia.



- Una gamma di proposte per soddisfare le esigenze di aggiornamento degli studiosi, dei professionisti e della **formazione universitaria e post-universitaria**.

**COSTANTINO CIPOLLA, PIETRO SEGALINI** (A CURA DI)

# L'ALTA CUCINA POPOLARE

Questo libro nasce dal conferimento del prestigioso *European Region of Gastronomy Award 2017* alla gastronomia popolare delle quattro Province della Lombardia Orientale, ossia Bergamo, Brescia, Cremona e Mantova. È stato quindi riconosciuto in maniera incontestabile che esse sono una realtà unica ed un'eccellenza in ambito turistico e gastronomico. Di conseguenza, tutte le informazioni esistenti sui prodotti e sui piatti tipici della Lombardia Orientale costituiscono una preziosa sedimentazione storica di saperi e di gusti che deve essere raccolta, ordinata, preservata e divulgata. Da questo intento ha avuto inizio la ricerca diretta dal Professor Costantino Cipolla dell'Università di Bologna e da Pietro Segalini, Presidente del Comitato Regionale UNPLI Lombardia (Pro Loco Lombarde): questo volume ne espone i risultati, accompagnando il lettore in un autentico *tour* gastronomico della Lombardia Orientale.

**Costantino Cipolla** (Università di Bologna) è autore e curatore di circa 150 volumi di taglio scientifico. Sulla storia della Croce Rossa ha curato con Paolo Vanni *Storia della Croce Rossa Italiana dalla nascita al 1914* (2013) e, con Alessandro Fabbri e Filippo Lombardi, *Storia della Croce Rossa in Lombardia (1859-1914)* (2014), entrambe in due volumi. Per la storia sociale del Risorgimento è autore, fra gli altri, del volume *Belfiore I* e curatore di *Belfiore II* (2006), mentre sulla battaglia di Solferino nel 2009 ha curato l'opera in quattro volumi *Il crinale dei crinali* e, con Paolo Vanni, l'edizione critica italiana di *Un Souvenir de Solférino di Jean Henry Dunant*. Sul cattolicesimo sociale lombardo si segnalano, fra le altre, le opere *Don Enrico Tazzoli e il cattolicesimo sociale lombardo* (2012), in due volumi, curati rispettivamente insieme a Stefano Siliberti, e a Roberta Benedusi e Alessandro Fabbri. Per gli ambiti di attività e il curriculum vitae si veda il sito [www.costantinocipolla.it](http://www.costantinocipolla.it).

**Pietro Segalini**, Presidente del Comitato Regionale UNPLI Lombardia (Pro Loco Lombarde) dal giugno 2013, è stato per più di dieci anni Consigliere Delegato dell'UNPLI Lombardia per la provincia di Lodi. Socio fondatore della Pro Loco di Casalmaiocco nell'anno 1988, ha ricoperto fino al 2000 la carica di Consigliere della Pro Loco di Casalmaiocco ed è tuttora socio da sempre impegnato nella realizzazione delle manifestazioni della Pro Loco. Consigliere Comunale del Comune di Casalmaiocco dal 1985, nel 2004 è stato eletto Sindaco e riconfermato fino al termine del secondo mandato nel 2014. Per molti anni membro del Consiglio di Amministrazione del Consorzio Intercomunale Nord Lodigiano di Polizia Locale, è stato insignito del titolo di Cavaliere della Repubblica Italiana.