

Introduzione

Capitolo Primo. Storia dell'alimentazione alpina

- 1.1 La montagna nella storia dell'alimentazione
- 1.2 L'alimentazione nelle Alpi dalla Preistoria al Medioevo
- 1.3 Dalla "rivoluzione alimentare" al Novecento
- 1.4 Varietà in tavola: le minoranze
- 1.5 Le tecniche di conservazione
- 1.6 I prodotti tipici e la loro valorizzazione
- 1.7 La situazione degli studi locali sull'alimentazione alpina

Capitolo Secondo. Le Prealpi Varesine

- 2.1 Inquadramento storico-geografico
- 2.2 Cucina lombarda e cucina varesina
- 2.3 I prodotti locali

Capitolo Terzo. Enti, associazioni e territorio nella valorizzazione della gastronomia prealpina

- 3.1 La Provincia, le Comunità Montane e il Parco Campo dei Fiori
- 3.2 I Comuni e le Pro Loco
- 3.3 "Varese da gustare"
- 3.4 Mipam: la fiera dell'alimentazione e l'allevamento montano
- 3.5 "Corni e pecc"
- 3.6 Associazioni e valorizzazione del territorio: il caso di Artemide Ambiente
- 3.7 Gli agriturismi
- 3.8 Il Museo della Cultura Rurale Prealpina di Brinzio

Capitolo Quarto. *Slow Food* e le prospettive di valorizzazione del territorio: le Prealpi Varesine

- 4.1 *Slow Food* Revolution
- 4.2 *Slow Food* e la montagna
- 4.3 *Slow Food* e l'economia locale
- 4.4 I Presìdi
- 4.5 Mercati contadini e forniture a "chilometri zero"
- 4.6 Le Comunità del Cibo
- 4.7 I grandi eventi
- 4.8 Orto in Condotta e *Cittàslow*

Conclusioni

INTRODUZIONE

Questa tesi nasce dall'immediato interesse suscitato dalle attività e dalle finalità dell'associazione internazionale *Slow Food*. In seguito ad un primo studio sulle origini e sull'organizzazione di questo movimento, è stato possibile concentrarsi sul tema dell'alimentazione in relazione alla storia e alla cultura di una popolazione di montagna, in un equilibrio di rispetto e di scambio con l'ecosistema circostante. La storiografia sul territorio montano studiata tramite uno degli insegnamenti frequentati durante il corso di laurea, "Storia e Risorse della Montagna", ha evidenziato un mondo apparentemente "immune" dai cambiamenti, o, almeno, in cui tutto avviene più lentamente. *Slow Food* e la montagna hanno quindi un denominatore comune: la lentezza, che caratterizza i ritmi della vita dei montanari e sul cui recupero si basa la filosofia del movimento. All'inizio del Novecento, la geografa americana Ellen Churchill Semple descriveva così le montagne: "Regioni di molto sforzo e di poco divertimento, di povertà oggi e di ansietà per il domani, di mani rattrappite per la fatica e di cervelli resi ottusi dal duro lavoro"¹. Anche se in seguito il suo determinismo ambientale è stato criticato e superato, ancora oggi rimane diffusa nell'opinione comune l'immagine di una vita di montagna arretrata e chiusa, da cui c'è poco da imparare, anzi, da cui è meglio allontanarsi se non si vuole essere esclusi dalla cultura e dalla civiltà.

Ormai si sa che anche prima dell'avvento del turismo, i villaggi di montagna, per quanto differenziati, non erano in realtà così isolati, ma venivano influenzati dal transito di uomini e di idee che li rendeva prolifici e vivaci. Però, l'aspetto affascinante è che mentre negli ultimi decenni un po' ovunque si stanno dimenticando e perdendo le antiche usanze, sui monti è più facile ritrovare costumi, mestieri, lingue e religioni che appartengono alla tradizione.

La storia non si è fatta in montagna, anzi, fin dai tempi dei Romani i montanari venivano descritti come esseri strani e considerati ai margini della società.

¹ E. C. SEMPLE, 1911, p.20 in P. VIAZZO, 2001, p. 12.

Ma parlare di storia dell'alimentazione significa affrontare la storia non dal punto di vista canonico, quello delle imprese dei grandi uomini e dei principali eventi, politici o bellici, ma da un punto di vista più intimo e privato.

Gli avvenimenti della vita quotidiana ci possono apparire statici in rapporto ad altri fenomeni storici, e invece sono tutt'altro che immobili, anche se si sviluppano in un tempo molto più lento. Anche i gesti di ogni giorno hanno quindi una storia e si trasformano con tutto ciò che cambia intorno ad essi.

L'uomo non si è sempre nutrito degli stessi cibi, la sua alimentazione si è evoluta insieme a lui e non si è passivamente cibato di tutto ciò che la natura poteva offrirgli, ma ha da sempre selezionato ciò che, al momento, soddisfaceva i suoi gusti e la sua mentalità. E queste differenze valgono non solo dal punto di vista temporale, ma anche da quello spaziale. Normalmente però quando si pensa a culture diverse tra loro vengono in mente i continenti e le nazioni, ma non pensiamo alle montagne.

Si dice che "l'uomo è ciò che mangia" e se i montanari si cibano di pane duro invece di quello morbido dei gruppi marinari, un motivo ci deve essere. Il clima e la geografia infatti plasmano l'intera cultura di un popolo che si manifesta in tutti i settori esistenziali, dal linguaggio alla musica, dall'architettura all'alimentazione.

Affrontare la storia dell'alimentazione significa dunque fare luce sull'essenza stessa del territorio: la cucina è un punto di incontro tra l'uomo e la natura, la storia gastronomica unisce la storia dell'uomo con quella dell'ambiente. Considerare il valore di un cibo, che si tratti di un'ortaggio o di un piatto tipico, non può prescindere dal rapporto di questo con la storia, la cultura materiale e l'ambiente da cui ha avuto origine. Studiare l'etno-gastronomia significa quindi considerare gli usi e le tradizioni alimentari legati ad una comunità specifica e *Slow Food* si occupa proprio di questo: un prodotto gastronomico infatti viene definito dall'associazione non "tipico", ma "storico-locale".

Per questo motivo, il primo capitolo tratta la storia dell'alimentazione alpina e prealpina. Ad un'introduzione su come viene affrontata la montagna nei testi di storia dell'alimentazione, segue un *excursus* sulle forme di alimentazione alpina dalla Preistoria al Novecento, non trascurando le dieci minoranze linguistiche e le loro particolarità. Non si possono naturalmente tralasciare le tecniche di

conservazione dei cibi, che in montagna più che altrove è sempre stato fondamentale apprendere affinché la comunità potesse sopravvivere. Sono portate come esempio alcune strategie di valorizzazione e di promozione di prodotti tipici alpini, come quelle che riguardano il lardo di Arnad valdostano o le mele della Val di Non, affinché possano costituire un modello da imitare. Infine, sono presi in considerazione gli studi finora condotti a livello locale sull'alimentazione alpina, dai testi monografici, ai musei, alle università.

In un'epoca come la nostra, in cui dopo aver perso i valori del cibo legato alla tradizione veniamo bombardati da scandali alimentari da una parte e da pubblicità rassicuranti dall'altra, non è difficile trovare studi sull'alimentazione. Dalla cucina etnica alla dieta a zona, dai *reportages* sull'industria alimentare alle cucine regionali, si trova di tutto. Se poi ci si concentra sulla cucina di montagna, non mancano ricettari relativi a questa o quella valle alpina: tuttavia, sebbene si tratti di materiale interessante, sarebbe troppo approssimativo ricostruire la storia di una cucina estrapolando informazioni da ricettari, manuali o guide gastronomiche.

La parte iniziale della ricerca si è dunque orientata da una parte sui testi di storia dell'alimentazione, cercando riferimenti al territorio montano, dall'altra, a quelli sulla storia delle Alpi, con particolare attenzione ad eventuali cenni all'alimentazione.

Il secondo capitolo introduce le Prealpi Varesine, collocandole storicamente e geograficamente, per poi passare ad una breve storia della cucina lombarda e varesina. Nell'ultima parte sono elencati i prodotti gastronomici locali, selezionati tra quelli in vendita nei pochi negozi specializzati.

Se non è difficile trovare informazioni sulla gastronomia alpina, quasi nulla è stato scritto sulla zona delle Prealpi Varesine: per questo motivo la seconda parte del lavoro ha riguardato la selezione dei ricettari più interessanti in quanto contenenti informazioni storiche ma, soprattutto, alcune ricognizioni sul territorio.

Per la stesura del terzo capitolo, sono state contattate le persone che si occupano di valorizzare e conservare le tradizioni prealpine, dagli enti statali a quelli privati, dai piccoli produttori ai ristoratori. Molti stanno lavorando con l'obiettivo di ripristinare le tradizioni agricole e gastronomiche, per preservare il territorio, la biodiversità delle specie vegetali e animali, anche al fine di far rivivere gli antichi

mestieri. La scelta delle persone da intervistare si è basata sull'idea di presentare alcuni esempi particolarmente significativi delle attività in corso e di confrontare il pensiero di chi lavora da anni nel campo della valorizzazione gastronomica del territorio. La Provincia, le Comunità Montane, il Parco Regionale Campo dei Fiori, i Comuni, le Pro Loco si sforzano di collaborare per perseguire lo stesso fine. In particolare, si cerca di associare la creazione di un paniere di beni e servizi rurali (ambiente, cultura e gastronomia) con il conseguente sviluppo turistico.

Due grandi manifestazioni annuali hanno raggiunto l'intento: la Mipam (Mostra Internazionale Prodotti e Animali della Montagna), che si tiene a Luino, e "Corni e pecc", una sagra itinerante dedicata all'allevamento in Valcuvia.

Nuove associazioni che si occupano di valorizzare il territorio stanno emergendo, tra cui Artemide Ambiente che sta operando nella zona di Brinzio in Valcuvia per il ripristino delle tradizionali selve castanili. Non si può dimenticare che la castagna è stata per molte popolazioni di montagna alla base dell'alimentazione, insieme al mais e alla patata. Non è un caso che più di un ente o associazione stia facendo progetti proprio a Brinzio, la cui altitudine, economia e architettura la rendono un perfetto esempio di comunità prealpina. La Pro Loco organizza diversi eventi per creare una sensibilità comune riguardo gli antichi mestieri e l'importanza delle specie vegetali ed animali autoctone; dalla collaborazione tra Comune e Università è stato realizzato il Museo della Cultura Rurale Prealpina; Artemide Ambiente sta progettando vari percorsi didattici che illustreranno le selve castanili, un agriturismo e un punto vendita di prodotti artigianali; infine il Parco Campo dei Fiori, nel cui territorio è compresa tutta Brinzio, tutela le selve castanili e i percorsi didattici.

Nell'ambito della valorizzazione delle Prealpi Varesine, sono sorti anche molti agriturismi, dove si possono consumare prodotti artigianali e praticare diverse attività a contatto con la natura.

Il risultato delle ricerche ha consentito di venire a conoscenza di un territorio normalmente identificato con lo sviluppo industriale degli anni Sessanta del Novecento, che intende invece valorizzare ciò che appartiene alla sua troppo spesso dimenticata tradizione agricola. Infatti, con il boom economico degli anni Sessanta, alcune aree, soprattutto quelle montane, hanno subito fenomeni di

spopolamento delle comunità rurali e quindi anche un depauperamento economico. Oggi molti settori industriali sono in crisi, e queste aree considerate un tempo marginali offrono ancora un ambiente naturale preservato, alimenti di qualità e un'eredità culturale da riproporre.

Il quarto capitolo è interamente dedicato a *Slow Food*, l'associazione internazionale che a Varese è presente fin dalla nascita, nel 1989, ma soltanto negli ultimi quattro o cinque anni ha compiuto grandi progressi, in una realtà che spesso si trova in difficoltà quando si deve confrontare con altre zone d'Italia in ambito enogastronomico. Infatti, come si è visto, Varese si è fatta conoscere a livello internazionale per le sue industrie, mentre il settore agricolo e di conseguenza quello gastronomico è sempre stato considerato di importanza secondaria.

Dopo un'introduzione sulla nascita del movimento e la vita del suo carismatico *leader* Carlo Petrini, si passa al rapporto tra *Slow Food* e la montagna e tra *Slow Food* e l'economia locale. Nei successivi paragrafi, le più importanti iniziative di *Slow Food* a livello mondiale, come i Presìdi, i mercati contadini e le forniture a "chilometri zero", le Comunità del Cibo, *Cheese*, il Salone del Gusto, Orto in Condotta e *Cittàslow*, sono presentate sempre in relazione al territorio delle Prealpi Varesine. Ad esempio, a Curiglia con Monteviasco è stata creata la prima Comunità del Cibo, forse arriverà anche la seconda a Brinzio e si stanno progettando Presìdi in collaborazione con il Canton Ticino, un modello a cui ispirarsi per quel che riguarda l'economia locale e la valorizzazione del territorio.

E' stato quindi preso in esame tutto ciò che al momento costituisce lo "stato dell'arte" della valorizzazione gastronomica prealpina, ma anche i tantissimi progetti e le aspettative di una popolazione che non si è mai data per vinta e ha sempre lavorato sodo, dimostrando flessibilità e spirito di adattamento.

CAPITOLO PRIMO

STORIA DELL'ALIMENTAZIONE ALPINA

1.1 La montagna nella storia dell'alimentazione

Esiste una cultura gastronomica che accomuna tutte le genti di montagna, quella della semplicità e della genuinità. Tra gli elementi che univano le popolazioni montane, nel passato come spesso ancora oggi, c'è, purtroppo, la fame e, per fortuna, anche l'uso sapiente e oculato di ingredienti semplici. Si trattava di una "cucina povera", semplice e frugale, che doveva innanzitutto saziare.

Da questo comune denominatore, si sviluppano numerose varietà alimentari legate ai diversi territori, alle popolazioni locali e alla loro cultura.

Ma analizzando i testi di storia dell'alimentazione, si può notare che i popoli vengono distinti a seconda delle nazioni o delle religioni, mentre la montagna raramente viene affrontata in modo specifico.

Cortonesi opera una distinzione tra un'alimentazione cittadina e una rurale, durante il pieno e basso Medioevo². La montagna viene nominata quando si affronta l'importanza della castagna per il sostentamento di molte popolazioni. Il ricorso alla farina di castagne consentiva, infatti, una panificazione tanto modesta per qualità quanto preziosa in assenza di scorte cerealicole. Così, dalla fascia prealpina all'Amiata, dai monti della Liguria all'Appennino calabro, il pane di frumento venne sostituito con quello "d'albero".

Spesso i contadini di pianura hanno elementi in comune con gli abitanti delle montagne, come gli ingredienti semplici quali i cereali e i legumi, ma vi sono anche molte differenze. Le enormi difficoltà dell'agricoltura di montagna, dovute al clima, ai terreni scoscesi e aridi, all'isolamento, non esistono per i contadini di pianura. Non si può trascurare inoltre il problema delle fonti storiche: è difficile risalire ad una cucina popolare perché non vi è nulla di scritto a riguardo, mentre si hanno tante indicazioni sull'alimentazione delle classi abbienti, ma che rispecchiano una percentuale minima della popolazione montana. In effetti, non

² A. CORTONESI, 1996, pp. 325-334.

esiste nella storia dell'uomo un aspetto che sia tanto segnato dal cosiddetto "divario classista" quanto l'alimentazione.

Camporesi tratta la storia dell'alimentazione proprio "dal basso", cioè concentrandosi sulle classi popolari e opera una distinzione tra tradizioni alimentari montane e quelle della gente di pianura³. La casa di montagna del Settecento, ad esempio, era diversa da quella di pianura, non solo perché più piccola, ma anche perché aveva una camera appositamente attrezzata per l'essiccazione delle castagne. Camporesi si riferisce all'Appennino Emiliano, ma le sue considerazioni potrebbero essere applicate anche all'arco alpino, soprattutto alla fascia prealpina. I contadini di montagna mangiavano, oltre alle castagne, le rape cotte sotto la cenere, fagioli ed erbe selvatiche, e soprattutto non usavano né bicchieri, né piatti, ma un'unica boccia e un'unica scodella posti in mezzo al tavolo. Si beveva poco vino, e solo nei giorni di festa, il pane era spesso nero, fatto con cereali inferiori, le minestre di frumento venivano condite con il lardo, poi c'era naturalmente la polenta, pochissima carne e, se si possedevano animali domestici e un orto, ortaggi, uova, latte e formaggio. La montagna però aveva anche una riserva alimentare costituita, oltre che dalla caccia e dalla pesca, da noci, nocciole, funghi e tartufi. Camporesi spiega anche in che cosa consistevano i pasti: un unico piatto, uno a mezzogiorno e l'altro alla sera, che variava a seconda delle stagioni. L'estate era il periodo più duro, quando la giornata lavorativa durava anche 18 ore e i pasti erano generalmente cinque: colazione la mattina presto, uno spuntino a metà mattinata, il pranzo, la merenda e la cena; d'inverno invece, i pasti si riducevano a tre.

³ P. CAMPORESI, 1980, pp. 17-61.

1.2 L'alimentazione nelle Alpi dalla Preistoria al Medioevo

Gaetano Forni, etnografo e storico dell'agricoltura, suddivide la storia dell'alimentazione alpina, e di quella umana in generale, in alcuni periodi fondamentali⁴:

- il *Prelitico*, in cui prevale un'alimentazione vegetale integrata da piccoli animali, come insetti e molluschi;
- il *Paleolitico*, in cui ci si ciba di selvaggina, integrata dalla vegetazione locale;
- l'*Ignico*, quando l'uomo, dopo la scoperta del fuoco, inizia ad arrostitire allo spiedo la selvaggina cacciata;
- il *Ceramico*, caratterizzato, in Europa, da un'alimentazione carnea e vegetale: ovini, suini, bovini e piante come cereali e legumi, domestici nel Vicino Oriente;
- il *Transoceanico*, in cui assumono grande rilevanza i vegetali provenienti dalle Americhe e il riso proveniente dall'Estremo Oriente.

Occorre tenere presente che la dieta fondamentale dell'uomo, per quel che riguarda le componenti nutritive, non è sostanzialmente variata dal Prelitico ad oggi, per cui una certa continuità ha legato le diverse fasi.

La stabilità delle fonti degli alimenti in un determinato ambiente geografico viene modificata solo da moventi economici, come la sostituzione della polenta di miglio con quella di mais, dopo la scoperta dell'America.

Nel corso del Paleolitico⁵, le glaciazioni, a più riprese e con oscillazioni secondarie, sterilizzarono le Alpi sotto una cappa di ghiaccio e determinarono un complesso di fenomeni geomorfologici dalle diverse conseguenze (morene, falde alluvionali, ecc.). I versanti est (piemontese) e sud (Italia settentrionale e sloveno) delle Alpi subirono gli effetti delle trasgressioni glaciali in modo più ridotto che a ovest e a nord. Non stupisce quindi che gli indizi più antichi della presenza umana nelle Alpi, risalenti a circa un milione di anni fa, si trovino all'estremità più meridionale, nella grotta di Vallonet, nelle Alpi Marittime.

⁴ G. FORNI, 2006, p. 39.

⁵ Iniziato circa due milioni e mezzo di anni fa, è il periodo in cui si svilupparono le tecniche con l'introduzione dei primi utensili in pietra e che terminò con l'introduzione dell'agricoltura.

I più antichi reperti umani nella regione alpina, provenienti da diverse grotte, confermano dunque che, nel pieno delle glaciazioni, l'uomo cacciava almeno nella fascia al margine delle Alpi.

Alla fine dell'ultima glaciazione, la natura delle Alpi andò incontro a profonde trasformazioni e l'ambiente iniziò a diventare più ospitale per l'uomo, la cui presenza si fece più costante, ancora in veste di cacciatore, raccoglitore e pescatore.

A Sanzeno d'Anaunia, in Val di Non, negli scavi condotti da Ettore Ghislanzoni⁶ sono stati reperiti in grande quantità "mucchi" di un cereale, *Setaria viridis*, l'antenato selvatico del panico⁷. Generalmente si pensa che il panico domestico sia stato introdotto dall'Oriente, ma quello selvatico potrebbe, insieme ad altre graminacee locali, come l'avena fatua e l'orzo murino, essere indigeno in Europa e alla base dell'alimentazione fino all'introduzione, nel Neolitico, dei più importanti cereali del Vicino Oriente (frumento e orzo).

Risalirebbero all'età preceramica pratiche alimentari come quella della *bagianara*, in uso fino ad epoche relativamente recenti in Val di Non, consistente nel cucinare alimenti complessi senza l'uso di recipienti. Si scavava una buca nel terreno e intanto si scaldavano con il fuoco varie pietre che servivano per rivestirla, poi la buca veniva ricoperta di felci e riempita con strati di piselli selvatici e vecce⁸ (le *bagiane* appunto) alternati a strati di carne, a seconda di ciò che era disponibile. Il tutto veniva coperto con altre felci e poi si sovrapponeva una pietra che fungeva da coperchio, anch'essa fatta ardere dal fuoco. Sembrerebbe ne risultasse una pietanza squisita⁹.

Durante il Neolitico, in particolare fra il 7600 e il 7000 a.C., si assistette, in Asia Minore e in Mesopotamia, alla "rivoluzione" economica che è alla base della nostra alimentazione tradizionale: coltura dei cereali (grano e orzo), di leguminose (lenticchie, piselli, specie locali di veccia, ceci, fave), della vite e allevamento di pecore e capre, seguito da quello di buoi e suini.

⁶ E. GHISLANZONI, 1931, p.447 in G. FORNI, 2006, p. 40.

⁷ Pianta erbacea della famiglia delle graminacee, con foglie brevi e strette e pannocchie compatte.

⁸ Piante erbacee e foraggere con fiori violacei e frutto a legume.

⁹ G. PINAMONTI, 1829, pp. 76-77 in G. FORNI, 2006, p. 41.

Attorno al 6000 a.C., le prime società provenienti dal Medio Oriente raggiunsero l'Europa, importando, come si è detto, piante e animali, insieme alle tecniche e agli strumenti per coltivarle e allevarli, scacciando dalle aree pianeggianti le società di cacciatori e raccoglitori, che trovarono rifugio all'interno delle Alpi, popolandole in modo sempre più esteso.

L'ambiente naturale alpino si mostrò da subito sfavorevole all'agricoltura, ma le altitudini al di sopra della vegetazione arborea offrivano ampi pascoli, ottimi per l'allevamento del bestiame, per cui i primi abitanti della montagna erano nomadi. Essi diedero avvio alla transumanza, una forma di economia preistorica, che consiste nel condurre d'estate gli animali, in prevalenza pecore, sulle Alpi, per poi riportarli a quote più basse d'inverno. Ancora oggi, ne vengono conservate le tecniche e la tradizione nella figura dei "margari", allevatori che in estate spostano la loro mandria negli alpeggi montani. Successivamente, i montanari liberarono aree boschive per realizzare agglomerati abitativi permanenti e diedero inizio alla cerealicoltura, l'unica coltivazione in grado di resistere alle condizioni ambientali spesso proibitive, che caratterizzò, negli anni a venire, il paesaggio alpino di fondovalle.

Gli antenati della maggior parte delle piante alimentari che ancora oggi consideriamo proprie dell'Europa hanno quindi il loro centro d'origine e di diffusione in Medio Oriente e le loro direttrici di spostamento possono essere almeno in parte ricostruite seguendo le tracce delle migrazioni delle antiche popolazioni. I cereali¹⁰ classici, come le varie sottospecie di frumento, a cominciare dal farricello, un grano arcaico con il chicco "vestito" dalle glume¹¹, sono presenti in ambito alpino a partire dal Neolitico, come testimoniano i reperti di Lagozza in provincia di Varese, La Vela in Trentino, e tanti altri.

Altri frumenti "vestiti" sono il farro e la spelta, giunta nelle Alpi Centrali durante la media Età del Bronzo¹². Questi grani presentavano il grande vantaggio di essere

¹⁰ Piante appartenenti alla famiglia delle graminacee, coltivate per ricavarne chicchi e semi. Comprendono: mais, frumento (grano), riso, orzo, sorgo, miglio, avena, segale, triticale, grano saraceno, fonio, quinoa. Una volta macinati, i cereali vengono ridotti in farine che possono essere impiegate nella produzione di cibi quali pasta, pane e polente o anche bevande alcoliche.

¹¹ Sorta di foglie protettive che racchiudono la spiga delle graminacee.

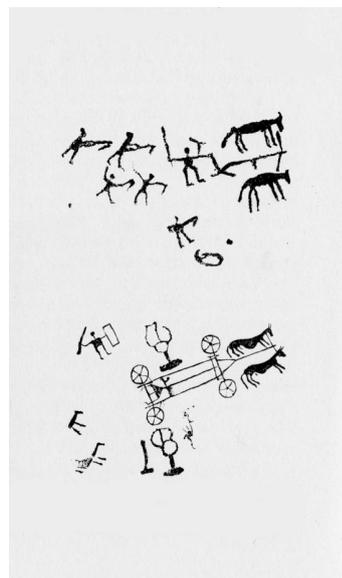
¹² Periodo che si estende dal 3500 a.C. al 1200 a.C. circa ed è caratterizzato dalla metallurgia del bronzo.

più resistenti alle malattie crittogamiche¹³ e, nel caso della spelta, anche al freddo, per cui in ambito alpino sono stati a lungo preferiti agli altri cereali.

I grani “nudi” comparvero nelle vallate alpine già nell’Età del Bronzo, ma forse anche prima, e in particolare il grano tenero da pane al Riparo Gaban nel Trentino e il grano duro a Fiaavè, nell’area montana del Garda.

Il frumento non è comunque l’unico cereale coltivato fin dalla Preistoria sulle Alpi. L’orzo veniva coltivato nel Neolitico nella Lagozza di Besnate e nell’età del Bronzo al Riparo Gaban di Trento. Anche il miglio a Fiaavè risale a quest’epoca, mentre esso sarà abbondante nell’Età del Ferro in Val di Non. L’importanza di questo cereale, insieme al panico, accrescerà in epoca romana e nel Medioevo.

Fu invece trascurabile, durante la preistoria, la presenza della segale e dell’avena. Si tratta di due cereali derivati da erbe infestanti le coltura di frumento, che inizialmente venivano utilizzati solo nelle annate fredde. In epoca romana e medievale, l’importanza della segale crebbe, in particolare sulle Alpi Piemontesi, dove i terreni sono più acidi.



**A sinistra, *Setaria Viridis*. Johann Georg Sturm, *Deutschland Flora in Abbildungen*, 1796.
A destra, Scene di aratura. Graffito. Val Camonica. Pannello. Museo Archeologico Nazionale di Santa Maria delle Monache, Isernia (da www.beniculturali.it)**

I Romani, nonostante si fossero spinti anche al di là delle Alpi, inizialmente non manifestarono un particolare interesse a risiedervi, un po’ per la cattiva

¹³ Ovvero di piante che non hanno organi di riproduzione visibili.

reputazione che gli scrittori avevano attribuito ai montanari, ma soprattutto perché il territorio offriva poche risorse naturali. La situazione iniziò a cambiare quando l'Imperatore Augusto si spinse prima nelle Alpi Orientali e poi fondò, nel 24 a.C., Augusta Pretoria, l'attuale Aosta. I Romani crearono una rete stradale ben articolata che facilitò le comunicazioni tra una valle e l'altra e il raggiungimento dei mercati aperti nelle città di pianura più vicine. Il versante meridionale delle Alpi a influenza mediterranea e la regione asciutta entroalpina raggiunsero in questo periodo un'alta densità di insediamenti e di sfruttamento agricolo, mentre la regione umida a nord delle Alpi e il settore est delle Alpi Orientali vennero toccati solo marginalmente da questo sviluppo.

Recenti ricerche condotte a Mezzocorona, sito ubicato allo sbocco nella Val d'Adige della Val di Non, hanno rilevato che, tra le specie e sottospecie coltivate, maggiormente rappresentate sono la vite¹⁴ e, tra i cereali, il grano tenero e l'orzo. Poi sono stati individuati il miglio e il panico. Rilevanti sono anche le leguminose come il favino, la lenticchia, l'ervo e la veccia¹⁵.

Plinio il Vecchio (23-79 d.C.), originario di Como, nella sua *Naturalis Historia* parla della coltivazione di un tipo di grano estivo adatto alle alte quote alpine e di diversi tipi di aratri, il che fa pensare ad un'agricoltura avanzata anche in ambito montano¹⁶. Nell'*Historia* si trovano alcune informazioni sulle risorse che i popoli alpini ricavano dalle montagne. Per esempio i pini selvatici, le cui mandorle cotte nel miele risultavano un "eccellente rimedio contro la tosse. I Taurini le chiamano *arauicelos*". Si tratta sicuramente del pino cembro, i cui nomi dialettali attuali (*araf*, *arbeli*, *arola*) rispondono alla forma latina. I Liguri Taurini coltivavano la segale ai piedi delle Alpi: "Un grano detestabile, buono giusto per calmare la fame, nerastro ed eccezionalmente pesante". Plinio è l'unico autore latino che menziona la segale, per cui si può presupporre che ricavi le sue informazioni da un'esperienza di gioventù.

¹⁴ Il vino "retico", proveniente dalle vigne dell'Alto Adige, rivaleggiava con i migliori vini italiani e si dice fosse la bevanda preferita dell'Imperatore Augusto.

¹⁵ G.FORNI, 2006, p. 43.

¹⁶ Le informazioni su Plinio e le sue citazioni presenti nel paragrafo sono tratte da: S. AMIGUES, 2003, p.14.

Già nel Paleolitico, le donne preistoriche preparavano pappe per i neonati masticando i grani dei cereali raccolti. I denti vennero nei periodi seguenti sostituiti dalle pietre e poi dai mulini, ma la tradizione delle pappe non conosce soluzione di continuità fino ai giorni nostri. I Romani solevano preparare *puls* che, nella loro forma più semplice, erano composte da farina di grano mescolata con latte o acqua. Specialmente d'estate, se conservate, fermentavano, dando origine a minestre alcoliche, la birra primitiva.

Anche la produzione del pane è un sottoderivato delle pappe, perché è il prodotto della fermentazione, o lievitazione, di una pappa fatta con poca acqua.

Sui consumi e sulle forme della commensalità propri della classe aristocratica romana siamo ben informati, mentre le informazioni disponibili a proposito della cucina e della socialità popolare riguardano soltanto Roma e poche altre città.

Per i contadini di epoca romana, comunque, l'obiettivo principale consisteva nel mangiare pietanze cotte e calde e, se possibile, grasse, così come anche pane lievitato e cotto al forno, e insieme bere bevande calde, o comunque tiepide.

Nel IV secolo d.C., la profonda crisi politica, culturale ed agronomica che, con la caduta dell'Impero Romano, per almeno dieci generazioni interessò l'Italia e gran parte dell'Europa, costrinse le popolazioni ad inventare nuove tecniche di sopravvivenza, fino ai casi limite dei cosiddetti "pani di fantasia", in cui la farina di grano o di cereali minori, praticamente introvabile, era sostituita da quella di vinaccioli, i semi contenuti nei chicchi d'uva, o di infiorescenze di nocciolo.

Nel corso dell'alto Medioevo, ovvero dalla caduta dell'Impero Romano d'Occidente, avvenuta nel 476, all'anno 1000 circa, a causa delle invasioni delle popolazioni barbariche, si verificò una diminuzione della popolazione e dello sfruttamento agricolo in tutta Europa.

Dal momento che la manodopera scarseggiava, prevalsero miglio e panico, meno esigenti in fatto di cure colturali, sul frumento, che si preferiva, ma imponeva quasi un anno di cure, zappatura, diserbo e così via. Le pappe o polente avevano ancora la meglio, ora ottenute soprattutto da farina di miglio, miscelato eventualmente con sorgo, fave, farro, orzo, ceci, ma anche ghiande, a seconda delle zone e della disponibilità.

La *panizza* era una polenta di panico, molto diffusa in tutto il Nord d'Italia, spesso miscelata con farina di fave. Questa, secondo il maggior agronomo medievale, Pier Crescenzi, è di qualità superiore a quella di miglio e veniva cotta nel modo migliore con latte di capra o di mandorle.¹⁷

Parlando dell'alimentazione contadina dalla tarda Antichità all'alto Medioevo, Massimo Montanari, docente presso l'Università di Bologna e specialista nel campo dell'alimentazione medievale, scrive: "Attentamente stivati in locali asciutti che ne consentissero la conservazione lungo tutto il corso dell'anno, i cereali si utilizzavano a chicchi interi o venivano ridotti in farina. Bolliti, fornivano zuppe (l'orzo e la spelta soprattutto) o polente (miglio e sorgo) [...] Si cuocevano bensì, sotto la cenere o su lastre di terracotta, particolari tipi di "pane" rustico, più simile in verità a gallette o focacce. Pani che indurivano rapidamente, che bisognava inzuppare - nell'acqua, nel vino, nel brodo - prima di poterli consumare. In questo senso il pane era il "naturale" complemento di quelle zuppe e di quei brodi."¹⁸

Se fossero stati semplici agricoltori, gli abitanti delle Alpi avrebbero faticato a sopravvivere perché, come succedeva in pianura, sarebbero stati sottomessi alle pericolose variazioni stagionali che riguardavano la produzione strettamente cerealicola. Invece, l'allevamento offrì carne e latticini, ma anche lana e pelli necessarie alla confezione degli abiti caldi imposti dal clima. Per questo, nell'alto Medioevo non vennero registrati movimenti di emigrazione e la popolazione rimase nelle Alpi pressochè stabile.

Lo scontro tra la cultura romana, sostanzialmente vegetariana, e quella barbarica, che prediligeva carne e latte, durò fino al V secolo, quando anche i Romani cominciarono a considerare la carne un buon alimento.

Attorno all'anno 1000, le Alpi parteciparono al generale sviluppo europeo, con un'espansione delle aree coltivate, dissodamento di superfici boscate, sviluppo di coltivazioni intensive e ampliamento degli insediamenti. Si ridusse l'importanza dell'agricoltura di tipo autarchico e una parte dei raccolti cominciò ad essere venduta o barattata nei fiorenti mercati di pianura.

¹⁷ 'NFERIGNO, 1605, pp. 135-136 in G. FORNI, 2006, p. 45.

¹⁸ M. MONTANARI, 1996, pag. 222.

Tra le verdure più antiche, coltivate già in quest'epoca, ma alcune anche in precedenza, si possono citare cavoli, piselli, fave, lattughe, cicorie, valeriana, prezzemolo, cipolle, porri, sedani, carote, rape, barbabietole rosse.

Oltre ai cereali già coltivati nelle epoche precedenti, come grano, orzo e segale, utilizzati per preparare zuppe e minestre, comparvero il sorgo, detto anche melga, e, soprattutto in ambito alpino, il grano saraceno.¹⁹

Il grano saraceno, un cereale indigeno dell'Asia Centrale, diffuso in Ungheria già nell'anno 1000 e arrivato nell'Italia Settentrionale verso il XV secolo, ebbe una straordinaria diffusione in ambito alpino, portando ad una "minirivoluzione alimentare". La specie, infatti, tollera climi freddi ed è resistente ai parassiti, oltre ad avere un breve ciclo vegetativo, per cui consente di sfruttare i terreni nei mesi estivi, dopo il raccolto di segale o orzo. Però, la raccolta e la preparazione dei chicchi, che devono essere decorticati per diventare commestibili, richiede molta manodopera. Si diffuse soprattutto in Sud Tirolo, in Valtellina e nelle valli alpine, raggiungendo la massima espansione nella prima metà del 1800, dopodiché venne soppiantato dal mais. Una descrizione esemplare della preparazione della polenta di grano saraceno è offerta da Alessandro Manzoni, che fa apparire Tonio in cucina mentre mescola in un paiolo "una piccola polenta bigia, di gran saraceno".²⁰ La Valtellina conserva ancora oggi la tradizione di questo cibo con i noti *pizzoccheri*, mentre in Val Vigizzo e nell'Ossolano si utilizzavano anche le foglie lessate come verdure.

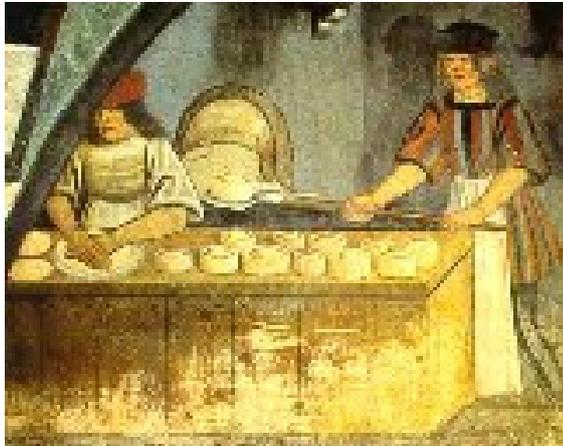
La fame persistente spinse, a partire dal IX secolo, ad operare disboscamenti per ampliare i seminativi in tutta Europa, e anche a sfruttare maggiormente i boschi, come ci testimonia la diffusione del castagneto da frutto.

Castagne fresche o essicate divennero una presenza costante sulle mense dei residenti nelle zone di raccolta. La farina di castagne consentiva la preparazione di polente e torte rustiche, oltre ad una panificazione modesta, il cosiddetto "pane d'albero", ma preziosa in assenza di scorte cerealicole adeguate. Divenne quindi l'alimento base per le genti di montagna ed i frutti di maggior pregio potevano approdare anche al mercato cittadino.

¹⁹ Segale, miglio, panico e grano saraceno erano sicuramente i cereali più diffusi in epoca medievale nell'arco alpino e, insieme alla castagna, costituivano la base dell'alimentazione.

²⁰ A. MANZONI, *I promessi Sposi*, cap.VI, citato in A. CAPATTI, M. MONTANARI, 1999, p.57.

Le carestie erano comunque sempre in agguato: fra il 750 e il 1100 gli storici ne riportano ben ventinove.



Lavorazione del pane nel medioevo (da www.homolaicus.com)

1.3 Dalla “rivoluzione alimentare” al Novecento

Alla fine del XIII secolo, tutta l’Europa fu percorsa da carestie tanto gravi da decimare la popolazione: la mancanza di braccia per lavorare la terra ridusse la cerealicoltura a vantaggio delle aree tenute a pascolo per l’allevamento del bestiame, con notevole beneficio della zona alpina. Aumentò quindi il consumo di carne, anche se le concessioni di caccia erano ridotte dai grandi proprietari e solo la domesticazione dei maiali garantì una quota carnea sufficiente.

Con la scoperta dell’America, nuove specie vegetali invasero l’Europa, portando a quella che si può chiamare “rivoluzione alimentare”, una trasformazione radicale delle abitudini alimentari, che agevolerà di gran lunga le condizioni di vita dei montanari. E’ necessario sottolineare però che, anche in questo caso, vi è una sostanziale continuità tra un periodo e l’altro. Infatti, ad esempio, dalla *puls* romana alla polenta alpina cambiò soltanto il cereale. Prima di Colombo si utilizzavano farro, segale, miglio, panico, sorgo o grano saraceno, dopo Colombo soprattutto il mais e, benchè non sia una cereale, la patata. La vera rivoluzione si verificò in ambito agrario con un forte incremento di produttività e importanti conseguenze demografiche ed economico-sociali.

Inizialmente, queste nuove specie, prime tra tutte il mais e la patata, ma anche i fagiolini, le zucche, i pomodori, i peperoni, furono accolte con sospetto e integrate nelle economie solo per necessità. Le popolazioni montanare non cercarono nuovi cibi, ma subirono l'introduzione delle specie esotiche come scelta obbligata per superare le carestie. Tuttavia, proprio le specie più lontane possono oggi essere considerate alimenti tradizionali delle valli alpine dal momento che furono accettate solo quando le loro preparazioni riuscirono ad integrarsi con quelle della tradizione locale, dimenticando o ignorando gli usi del loro Paese d'origine.

Il mais, originario del Messico, dove veniva coltivato già 4500 anni fa, dopo la scoperta dell'America, fu inizialmente introdotto e coltivato nei giardini europei come specie esotica curiosa. A lungo è stato chiamato grano turco, forse perché la sua coltura si era affermata in Turchia o forse per sottolineare la convinzione che si trattasse di un alimento per animali, in particolare per il tacchino (in inglese: *grain turkey*).

Ben presto i proprietari terrieri imposero la coltivazione estensiva del mais che, non solo non era soggetto a balzelli, da pagare invece per le macine e per i forni, ma era resistente alle avversità climatiche e a resa elevata. I contadini riuscirono ad adattarlo alla propria cultura alimentare, ottenendone una farina per la preparazione della polenta, sorella dell'antico *pulmentum* di farro o di orzo e del *macco* a base di farina di fave²¹. Il "diverso" venne così trasformato ed adattato in modo da riconoscerlo come proprio. Nel 1800 e nei primi anni del 1900 la polenta sarà l'alimento pressochè unico per gli strati sociali più poveri. La modalità di preparazione fu sempre la stessa: cottura lenta in un paiolo possibilmente di rame e accurata mescolatura con un bastone di legno, ma le varianti per servirla erano infinite. La si poteva ad esempio "conciare" con formaggio e burro fuso o immergerne una fetta calda tolta dal fuoco in un piatto di latte appena munto.

²¹ La polenta è la vivanda che maggiormente marca la continuità della cucina italiana, dalle antiche popolazioni ad oggi. Un *pulmentario* di fava e panico compare in un documento lucchese del 765, come vivanda destinata in elemosina ai poveri, tre volte la settimana. Il *macco* è il nome con cui si indicava in Lombardia la minestra di fave o di fagioli secchi (A. CAPATTI, M. MONTANARI, 1999, pp. 52-53).

Proprio dal tipo di polenta che si era soliti consumare si distinguevano le genti di una località da quelle di un'altra: i montanari bergamaschi, consumatori di polenta dura, sbeffeggiavano i vicini lecchesi, che invece sollevano mangiarla molle²².

La patata è diffusa in Perù, Bolivia e Colombia da 8000 anni e, con il nome di *papa*, viene mangiata in grandi quantità, oltre al fatto che ne vengono riconosciute le proprietà terapeutiche ed è oggetto di culto e rituali.

In Europa arrivò in silenzio, considerata a lungo una pianta ornamentale, per i suoi fiori colorati e profumatissimi, mentre il tubero era utilizzato come cibo per i maiali. Sarebbe stata introdotta dagli spagnoli in Galizia, e di qui, nei loro domini dell'Italia Settentrionale, prima della fine del XVI secolo. Un personaggio di alto livello che contribuì alla prima diffusione della patata nel Lombardo-Veneto fu Alessandro Volta (1745-1827). Dopo averne constatato i benefici durante un lungo viaggio in Alsazia, Savoia e Svizzera, nel 1777, cercò di convincere tutti gli scettici dell'utilità di questo tubero.

Oltre ad essere considerata solo un cibo per gli animali, la diffidenza nei confronti della patata era accentuata dal fatto che la parte alimentare si sviluppa sottoterra. La si accusava di provocare la lebbra, malattie veneree e così via, o di causare uragani e inondazioni, a causa della sua imponente massa vegetativa che avrebbe determinato un grande accumulo di umidità. Per questi motivi, nonostante la patata sia particolarmente adatta alle condizioni ambientali, non si hanno testimonianze della sua coltivazione, nelle Alpi, se non in pieno XVIII secolo. Se molti documenti relativi ai territori alpini dei Walser attestano la coltivazione della patata a partire dal 1741, ancora nel 1854 a Cogne, in Valle d'Aosta, il medico César Grappein promosse una campagna contro il consumo della patata, che credeva all'origine dei reumatismi, affiggendo manifesti sui muri che proclamavano "Lotta senza quartiere alle patate". In generale, comunque, le grandi carestie tra '700 e '800 costrinsero gli abitanti delle Alpi a cibarsi di patate

²² La mancanza nel mais di niacina, vitamina del gruppo B, porterà alle frequenti epidemie di pellagra. La malattia "della pelle agra", nota anche come malattia delle 3 "d", perché portava dermatiti, diarrea e demenza, si sarebbe potuta evitare, aggiungendo alla dieta per esempio dei peperoncini, contenenti la vitamina PP, come facevano le popolazioni andine, o altri vegetali, invece di cibarsi esclusivamente di polenta.

solo per non morire di fame. Infatti la patata poteva essere coltivata fino a 1900 metri, altitudini non più adatte alla coltura della segale o dell'orzo, su terreni poco fertili e ombreggiati, assicurando, in qualsiasi situazione climatica, un minimo di raccolto.

Ma solo con l'invenzione di preparazioni nuove e soprattutto quando si smise di cercare di panificarne la farina, la patata divenne di uso corrente e contribuì all'aumento della popolazione. Forse l'unica conseguenza negativa dell'introduzione della patata fu che la sua monocultura, accompagnata da gravi malattie parassitarie, provocò grandi crisi, come la carestia irlandese negli anni 1840-45.

Nelle Alpi, con le patate si preparano ovunque gustosissime pietanze, dal *tortèl* delle Valli del Noce, in Trentino, ai *rösti* svizzeri, ai gnocchi di patate dalle molteplici denominazioni delle valli che portano verso la Francia.

Il riso è un altro alimento che giunse nelle Alpi e ne divenne un alimento tipico: arrivato in Sicilia nel X secolo tramite gli arabi, l'Italia settentrionale lo conobbe nel XIV secolo. Si affermò soprattutto in Lomellina, restando a lungo un prodotto esotico. Infatti, era venduto nelle botteghe degli speziali, insieme alle droghe e ai prodotti esotici di importazione. Usato prevalentemente sotto forma di farina, come ingrediente medicinale per i dissenterici o per ispessire le minestre, solo nel Quattrocento la sua coltivazione e il suo uso alimentare si diffusero e il riso iniziò ad essere utilizzato come piatto a sé, nella preparazione di minestre e zuppe tipiche della cultura alimentare alpina, insieme a latte e castagne.

La cucina walser, in particolare, utilizza largamente il riso, in conseguenza del commercio che i Walser ne facevano, dalle pianure alle Alpi svizzere, in misura sempre più ingente, dal XVII secolo in poi.



Cesto di prodotti tipici del nuovo mondo, tra cui si riconoscono le patate e le pannocchie di mais; G.Benzoni, *Americae pars quarta*, Francoforte, 1594

Se l'introduzione di nuove specie alimentari portò più varietà sulla tavola alpina, l'abbondanza restò ancora un sogno per tutti. Fino almeno al 1960, infatti, la storia dell'alimentazione alpina rimase essenzialmente storia di pane e di granaglie. Il quadro di inizio XX secolo può essere così riassunto: "La semplicità di costumi che ha accompagnato la lenta colonizzazione delle valli alpine si è mantenuta fino ad oggi nella vita quotidiana dei montanari. Il denaro che circola è sempre scarso, se si eccettuano i proventi dei visitatori stranieri. La maggior parte delle transazioni si svolge sempre in natura. [...] Ogni famiglia provvede ai propri bisogni, giovandosi dell'opera di pochi artigiani: il panettiere, il ciabattino, il fabbro... Oggi si preferisce comperare il grano prodotto in pianura, piuttosto che coltivarlo alle grandi altitudini: [...] dove il seme deve restare due anni sotto terra e il grano viene tagliato non ancora maturo. La poca terra arabile delle alte valli può essere così riservata alla patata e agli ortaggi. Carne e vino sono lussi rari in montagna, anche se non mancano le occasioni di festa in cui ammazzare un maiale o bere mezza bottiglia di vino. La filatura e tessitura vanno scomparendo, poiché la stoffa per confezionare gli abiti in casa può essere acquistata a buon prezzo al mercato. Gli uomini si dedicano alla caccia, soprattutto del camoscio, ma più per passione che per mestiere. Se questi costumi possono sembrare miseri agli uomini di città, i montanari tuttavia possono vantare una vita libera e salubre,

hanno poche esigenze cui sanno provvedere da soli, anche se a prezzo di grandi fatiche. L'alimentazione è assicurata dal latte, formaggio e burro, che sono il prodotto prezioso dell'allevamento del bestiame. [...] La terra – prato, campo, pascolo o foresta che sia – rappresenta il fondamento del benessere e dell'esistenza di una comunità alpina".²³

Si può dire, in generale, che il vitto non variasse quasi mai; alcuni piatti, come la polenta, ritornavano ogni giorno sulla tavola mentre, salvo il cavolo, le verdure erano abbastanza rare.

Nelle zone in cui il clima non favoriva la coltura dei cereali e là dove bisognava acquistarli, il consumo di pane era estremamente ridotto e veniva spesso sostituito dal formaggio e dalla ricotta. Specialmente a bassa quota, il pane veniva sostituito con frutta secca, soprattutto pere o, meglio ancora, con castagne. Nelle zone in cui l'agricoltura aveva la stessa importanza dell'allevamento, i cereali occupavano un posto importante nell'alimentazione, sotto forma di semolini o di focacce senza lievito, cotte tra due pietre calde. Tutti i tipi di pane avevano in comune il fatto di essere cotti a lunghi intervalli di tempo, di solito una volta all'anno, e di acquistare per conseguenza una durezza che corrispondeva alla durata delle riserve. Il pane veniva quindi fatto seccare in soffitta o nel fienile e si consumava tutto l'anno intingendolo in acqua, latte o, insieme allo zucchero, nel vino²⁴.

Si usava soprattutto farina di segale, ma dove questa era scarsa, veniva sostituita dalla farina d'orzo, utilizzata solitamente per il caffè o per minestre, mentre il pane bianco era riservato ai giorni di festa o per i più abbienti. Nelle zone in cui era coltivato, si ricavava del pane anche dal mais. Per avere il massimo della resa, all'impasto potevano anche essere aggiunti farina di fagioli, passato di patate e soprattutto castagne. Quasi sempre si aromatizzavano le pagnotte con cumino, anice o coriandolo. Poiché era necessario fare economia di pane, il primo pasto della giornata era spesso costituito da polentine di farina o di grano macinato grossolanamente, uniti a burro e latte.

²³ W.A.B. COOLIDGE, 1990, pp. 154-156.

²⁴ Le informazioni fornite sono tratte da A.BÉTEMPS, L.PHILIPPOT, 2005, p.54-61.

Nei giorni di grosse fatiche, d'estate, si preparavano frittelle e altre pietanze fritte col burro e con lo strutto che, oltre ad essere nutrienti, avevano anche il vantaggio di economizzare la farina, poiché non venivano fatte con la sola pasta.

La carne era un lusso dei giorni di festa e si serviva a tavola soprattutto d'inverno, mentre per il resto dell'anno si consumava affumicata o seccata all'aria. Il bestiame veniva macellato in autunno e niente veniva buttato, tranne corna e zoccoli. Il sangue veniva cotto e pressato per essere soffritto durante l'inverno e mangiato insieme alla polenta e alle patate, mentre le ossa servivano per insaporire la minestra. Rognoni, cuore e fegato venivano mangiati entro breve tempo, le cosce venivano seccate per l'estate e il resto messo in salamoia o trasformato in salsicce.

Il pollame era generalmente riservato ai malati; si macellavano mucche, capre e pecore, mentre il maiale era raro. Alcune famiglie allevavano conigli e galline, ma queste ultime di solito venivano vendute per farne soprattutto brodo. Con le uova invece si preparavano frittate e dolci. La selvaggina costituiva una risorsa preziosa: d'estate si cacciava la marmotta e d'autunno il camoscio e lo stambecco.



Lavoratori in alpeggio (Archivio del Museo dell'Alpeggio, Alpe Devero, VB)

1.4 Varietà in tavola: le minoranze

A rendere tanto variegato il panorama alpino contribuiscono quelle piccole culture spesso dimenticate, ancor oggi evidenziate dalle minoranze linguistiche: si tratta di oltre un milione di persone con proprie storie e tradizioni, tra cui naturalmente quelle culinarie.²⁵

Nel territorio degli occitani, le vallate alpine a ovest di Torino e a sud-ovest di Cuneo, si può “odorare” la vicina Provenza: come nella Francia del Sud, infatti, si ricorre spesso all’ *Allium sativum* per insaporire zuppe, frittate e carni. Oltre alle patate e alle castagne, qui si mangiava soprattutto polenta: accompagnata da insalata, latte, pere cotte o affettata e “accomodata” con fette di formaggio locale²⁶. Poi c’erano le *Mnestres*: zuppe di cavoli, di fagioli, di lenticchie, di patate, di castagne e di erbe, mentre le *fritaas* erano frittate fatte con patate, cipolle, castagne, spinaci selvatici o con erbe depurative di primavera come ortiche, silene, tarassaco, germogli di luppolo e pungitopo. La carne (gallina, pecora o manzo) si vedeva raramente, solo durante le grandi festività. In alcune stagioni le lumache erano un piatto prelibato e, se la caccia andava bene, una lepore o una marmotta arrostita potevano rallegrare la tavola. Infine, l’*aïoli*, una salsa vellutata, dolce e piccante insieme, preparata con aglio, tuorli d’uovo e finissimo olio di oliva è il tipico accompagnamento per patate e altre verdure cotte.

I francoprovenzali rappresentano invece più della metà della popolazione della Valle d’Aosta. Il loro piatto forte era la polenta, che, in alternativa alle patate, sostituiva il pane ed accompagnava un’altra pietanza, come cavoli rosolati, verdura cotta o, più raramente, baccalà. Per la panificazione si utilizzavano frumento e segale, mentre l’orzo serviva per preparare una specie di zuppa, la *seuppa d’ordzo*, oppure, adeguatamente tostato, per fare il caffè.

I cibi quotidiani dei Walser, poche migliaia di persone insediate tra Piemonte e Valle d’Aosta, erano invece il *Kroschti Brêiê*, “brodo arrosto” di farina, acqua e un po’ di formaggio, *Pratähäpfli*, le patate arroste, *Häpflurturta*, la torta di patate. A Gressoney, Alagna e Macugnaga si mangiava la *Milchbangadu*, una minestra di

²⁵ Le informazioni fornite nell’intero paragrafo sono tratte da W. De Concini, 1997.

²⁶ Il *Chastelmàn* (il Castemagno per il quale è famosa la Val Grana), il *Toumìn* (originario di Melle in Val Varaita) e il *Lou Brous* (formaggio a pasta morbida, tipico delle valli occitane e particolare per la sua lavorazione “povera” con il siero del latte).

cipolle, pancetta, castagne e riso al latte e la *Walisschuppa*, composta da strati alterni di pane nero, formaggio e cipolle soffritte con pancetta. Poi vi erano i *garusli*, bucce di rape essiccate, fatte rinvenire in acqua e brasate con brodo, vino pezzettini di pancetta o tocchetti di salsiccia. *Salot und nidlu*, lattuga condita con sale, pepe, aglio, panna e zucchero è una reminescenza tedesca, dove l'agro si mescola spesso al dolce. I Walser erano un popolo di cacciatori di lepri, caprioli, cervi e camosci, ma non disdegnavano neanche la carne di marmotta che, insieme a quella di vitello, manzo, maiale, pecora e montone, rappresenta uno degli ingredienti della famosa *Uberlekke*.



Donne walser nel caratteristico costume di Gressoney (da W.De Concini, 1997, p. 51)

Passando alle Alpi Orientali, risale a più di 800 anni fa l'immagine della "Mangiatrice di canederli", immortalata da un pittore ignoto ai margini di una scena dal contenuto sacro e solenne, nella Cappella del Castel d'Appiano, nei pressi di Bolzano. I *Knödel*, italianizzati "canederli", erano quindi già allora un piatto caratteristico del Tirolo. Se ne conoscono oltre tre dozzine di varianti, da quelli allo speck, a quelli dolci, ripieni di albicocche, mele o marzapane. Tre piatti simboleggiano tre varianti di Sudtirolo: i *Tirtlen*, tortelli della Val Pusteria, ricchi di ripieno e fritti nell'olio, rappresentano un Sudtirolo colorito, con i robusti masi, le chiese barocche color pastello e le bande musicali negli antichi costumi; la *Brotsuppe*, frugale zuppa di pane della Val Venosta, dà l'idea di un Sudtirolo meno opulento, colonizzato da alemanni giunti in valle nella scia dell'abbazia benedettina di Montemaria, in cui gli abitanti si stringono insieme in villaggi agglomerati; la *Weinsuppe*, zuppa di vino preparata nelle zone vinicole del

Sudtirolo, dove i vigneti sono così regolari da sembrare finti e le case danno un senso di agiatezza.

La cucina ladina, come la lingua, è contaminata da influssi tedesco-tirolesi, trentini e veneti. Infatti, con i commercianti ambulanti e gli operai stagionali che si spostavano da una vallata alpina ad un'altra, viaggiavano anche le ricette dei piatti. Così i *Turtres da craut* sono una versione ladina dei Tirtlen sudtirolesi, i *Casunzièi* di Cortina e i *Ciaroncié* di Moena sono ravioli ripieni di spinaci o di barbabietole rosse che ricordano i Schlutzkrapfen del Sudtirolo.

La lingua e le usanze tedesche della Valle del Fersina, patria dei mocheni, derivano da contadini e pastori giunti nel XIII secolo dal Tirolo e dalla Carinzia. Con l'ambiente tedesco la valle ha sempre mantenuto stretti contatti, come si può notare dalla cucina: si preparano *Knödel*, *Kraut* e *Kropfen*, ma anche la *Mosa*, frugale pietanza tipicamente alpina fatta di acqua e farina: gialla, bianca, nera secondo i gusti e le provviste a disposizione.

Gustavo Adolfo Gramatica descriveva nel 1886 nelle sue "Escursioni nella Valle del Fersina" gli *straboi* mòcheni, il dolce tipico della valle: "Non è raro trovare su quelle tavole nel dì di festa una specie di pasta dolce fatta con uova, zucchero e farina di frumento, che ravvoltata a mano o con altro modo, in lunghi rotoli a forma di maccheroni vien cotta in padella ed è chiamata *straboli*"²⁷

La gente italiana della pianura usava chiamare cimbri i tedeschi provenienti dall'Alta Baviera che, in seguito ad una grave carestia, si insediarono nel Medioevo nell'ampia zona degli altipiani e nella fascia prealpina tra le città di Trento, Verona e Vicenza. In tutte le zone cimbre fino a non molto tempo fa si viveva unicamente di pastorizia e il protagonista in cucina non poteva essere altro che il formaggio: il *Monte veronese* dei Monti Lessini, il *Vezzena* attorno a Luserna, l'*Asiago* sull'Altopiano omonimo. In realtà, nel passato, il formaggio, *Khes* come lo chiamavano i cimbri, serviva da merce di scambio per procurarsi la farina di granoturco, con cui preparare la polenta, la *pult*, onnipresente sulle loro tavole, servita con formaggio e cerfogli di prato in primavera, con formaggio e verza d'estate, formaggio e fagioli in autunno, formaggio e crauti d'inverno. E la si mangiava a colazione, pranzo e cena. Mario Rigoni Stern, scrittore di Asiago,

²⁷Citato in W. DE CONCINI, 1997, p. 104.

racconta che “Dentro le case spalancate si trovavano patate, lardo, qualche pezzo di formaggio, orzo e lenticchie, persino qualche stecca di carne affumicata.”²⁸

L’orzo era l’ingrediente base per la zuppa, condita con latte e burro, il lardo poteva essere usato per insaporire il *Peterlang*, densissima minestra di patate. Le patate servivano per preparare gli gnocchi, la polenta di patate e una focaccia che, spolverata con dello zucchero, costituiva il dolce per eccellenza.

Un famoso proverbio di Sauris, villaggio germanofono della Carnia recita: “Mi stai ascoltando come il maiale nascosto in un campo di fave”²⁹. Le fave, leguminose originarie dell’area mediterranea, erano infatti diffuse sulle Alpi, a 1400 metri d’altitudine. In effetti, saziavano molto se consumate crude, lessate in acqua o cotte in padella con burro e speck tagliato a striscioline. Il maiale serviva per i prosciutti, usati insieme a formaggi, burro e speck come merce di scambio per procurarsi farina bianca e farina di granturco per la polenta.

Le pietanze tipiche dei carinziani sono: la minestra d’orzo, *Gerstesuppe*, e la *Prensuppe*, con una base di soffritto di farina; gli gnocchi in brodo, *Neklan in der Suppe*, e i canederli, onnipresenti nella gastronomia di derivazione tedesca. Poi abbiamo la ricotta acida *Saurnschotto*, i sanguinacci *Pluitbirste* e i dolci *Kropfn*, fritti in abbondante olio fumante. Piatti robusti e sostanziosi come il *Schöte dunkatle* (polenta, panna, ricotta affumicata) e il *mues* (farina gialla, di grano saraceno, latte, ricotta, gorgonzola, burro, speck) servivano un tempo per riempire lo stomaco del montanaro al mattino che lavorava tutto il giorno nei campi, mentre oggi vengono cucinati in maniera più leggera.

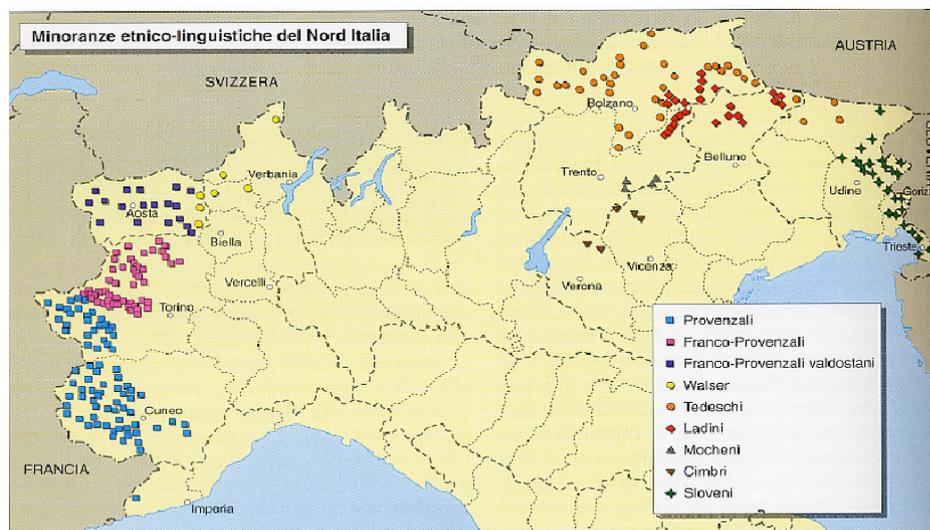
I *Cramàrs*, commercianti ambulanti del Friuli, partivano in autunno per Venezia dove i velieri scaricavano sete, damaschi e spezie, per poi risalire attraverso le Alpi verso i mercati in Austria, Germania, Ungheria, Polonia, Romania e ritornare a casa in primavera. La cucina friulana deve proprio a loro l’uso diffuso di cannella, insolito per una zona montana. Nel corso dei secoli, il Friuli è stato meta di goti, longobardi, franchi, sloveni, tedeschi, veneziani e italiani ed è riuscito ad assorbire e conciliare tutti questi influssi esterni. La cucina friulana si associa comunemente alla polenta, servita con latte, burro fuso e ricotta grattugiata e cannella, accompagnata da cipolla o radicchio, abbrustolita e presentata con

²⁸ M.RIGONI STERN, 1994, citato in W. DE CONCINI, 1997, p. 117.

²⁹ Citato in W. DE CONCINI, 1997, p. 130.

polmone, maiale, pollo, salsiccia o cotechino. Un capolavoro di frugalità gastronomica è il *frico*: focaccia dorata fatta di formaggio tagliato a fette e fritto in padella. Troviamo un'infinita varietà di agnolotti, ripieni di patate lesse, cipolla, spinaci selvatici, biscotti sbriciolati o uva sultanina.

Fulvio Tomizza è l'unico scrittore di lingua italiana che affronta la questione degli sloveni, discendenti di popolazioni slave diventati una minoranza in Italia non per colonizzazioni recenti, ma per spostamenti di confini. Sull'Altipiano del Carso si sviluppa la strada del vino Terrano, un vino DOC che nasce sulle pietre arse dal sole e asciugate dal vento. Gli austriaci, quando dominavano questi territori, lo vendevano in farmacia, come rimedio contro l'anemia. Probabilmente lo storico romano Plinio il Vecchio si riferiva già al Terrano nel descrivere il vino preferito da Livia, la seconda moglie dell'imperatore Augusto. E' un vino che si accompagna agli affettati, allo stinco di maiale, al cavolo cappuccio stufato e ai crauti. E poi alle zuppe, come la *Jota*, fatta di patate, fagioli e crauti e la *Sirkova kasa* con patate, fagioli e chicchi di granturco, la *Briza*, preparata con patate, fagioli e zucca.



Principali gruppi linguistici delle Alpi (da Montagne d'Italia, De Agostini, 2002)

1.5 Le tecniche di conservazione

Almeno fino agli anni '60 del Novecento, "l'altitudine e la latitudine del territorio alpino riducevano i tempi utili per la produzione alimentare e dilatavano, di

conseguenza, quelli in cui era necessario conservare gli alimenti.”³⁰ La conservazione del cibo, dunque, fu sempre al centro di preoccupazioni costanti, al fine di garantire la sopravvivenza del gruppo.

Le derrate alimentari prodotte erano consumate subito solo in minima parte: la maggioranza era destinata alla conservazione, alla vendita e al baratto. Per la montagna veneta, ad esempio, l’ossessione alimentare per il mais non spingeva solo a sperimentarne la coltivazione a quote elevate, ma innescava anche una serie di baratti con la fascia prealpina e con la pianura (mais in cambio di fagioli, piselli, fave e, ancor più, burro e formaggio).³¹

Gli alimenti venivano conservati prevalentemente nello spazio abitativo: cantina, ripostiglio, soffitta e qualche altro locale a seconda del bisogno, ma anche nei granai e nei silos scavati nel terreno, nelle vicinanze della casa e ricoperti di assi.

La cantina era il luogo di conservazione per eccellenza, perché era il locale più fresco della casa, e soprattutto si trovava al riparo dalla luce. Alcune erano dotate di più piani e, quelle particolarmente spaziose, anche di una ghiacciaia, per una conservazione migliore e più duratura. L’umidità tipica delle cantine, però, poteva fare ammuffire gli alimenti, per cui bisognava prestare la massima attenzione.

La cantina era il luogo ideale per conservare il vino e i formaggi, perché entrambi sono il risultato di una trasformazione (dell’uva il primo e del latte i secondi) e si adattano agli ambienti umidi, ma vi si riponevano anche insaccati e vegetali. Gli ortaggi venivano leggermente interrati nella sabbia, oppure, in pianura, si potevano anche conservare in un angolo dell’orto, ricoprendoli di foglie secche e riparandoli con assi di legno. Anche le castagne, quando non erano essicate, venivano conservate in cantina ancora nei loro ricci e rimanevano fresche per tutto l’inverno.

Molti contadini avevano, oltre alla cantina, anche una dispensa (un ripostiglio o anche solo scaffali posti in cucina) meno fredda e meno umida, dove si conservavano gli alimenti per un periodo di tempo inferiore: latte, ortaggi freschi, frutta e avanzi tra un pasto e l’altro.

Tra le tecniche di conservazione, molto usata era la salatura, attraverso cui l’acqua passa fuori dalle cellule, impedendo lo sviluppo di microrganismi. Nelle zone del

³⁰ A. BÉTEMPS, L. PHILIPPOT, 2005, p.100.

³¹ D. PERCO, 2008, p.76.

Trentino Orientale, per poter consumare durante l'inverno i *capusi agri*, più noti come crauti, dopo essere stati tagliati, essi venivano salati e stivati nel *mastél* o *brénta dei capusi* in cui fermentavano e, di conseguenza, inacidivano.³²

Allo stesso modo, il recipiente della carne salata veniva ricoperto di pietre per pressare il contenuto finché la salamoia non l'avesse ricoperto. La salatura preserva anche il formaggio dallo sviluppo di alcuni tipi di muffe, ne accentua il sapore e contribuisce a formare la crosta.

La cucina, fino alla Seconda Guerra Mondiale, era caratterizzata da un imponente focolare, sovrastato da una trave, alla quale si appendeva il paiolo. Per la cottura del cibo, altro modo di conservazione in cui l'aumento della temperatura danneggia i microrganismi e gli enzimi attraverso la coagulazione delle proteine, il focolare verrà sostituito in seguito da stufe di ghisa.

L'essiccamento invece è il metodo più antico ed economico per togliere l'acqua dai cibi freschi, la quale, si sa, favorisce lo sviluppo di batteri e muffe. Si realizza tradizionalmente sfruttando l'azione dell'aria e il calore del sole. La parte della casa più indicata era il solaio, dove si appendevano i salumi, si affinavano i prosciutti o la carne salata in generale. Era un'operazione delicata perché bisognava badare che la carne non seccasse troppo velocemente e, soprattutto, che non gelasse. Spesso in solaio vi erano le madie per la conservazione dei cereali, della pasta e del riso.

Venivano fatte seccare anche le foglie di barbabietola, semi di mais e ortiche per gli animali. Se il solaio non era abbastanza grande, si poteva utilizzare un angolo del fienile o del granaio, dove si conservava il pane di segale, essicavano i legumi e le erbe medicinali. Le cipolle invece venivano fatte seccare appendendole ai balconi e, una volta secche, venivano conservate nei cesti.

Si poteva conservare anche tramite l'affumicatura, usata soprattutto per carni suine e alcuni prodotti ittici, e consistente nell'esposizione di un alimento al fumo di legno di varie specie vegetali, come alloro, rosmarino, ginepro, faggio, ecc.

Le patate venivano conservate in cantina, in grandi buche di quasi un metro di profondità, anche per un anno, se venivano tolti i germogli verso giugno, compito che spettava ai bambini. In Trentino, la buca ricavata sotto il pavimento per la

³² C.RENZETTI, 2008, p.153.

conservazione delle patate è chiamata *busa*. Doveva essere asciutta, rivestita di rami di abete o di ginepro perché i topi stessero lontani, poi coperta con rami e paglia e chiusa con il suo coperchio.³³

Il granaio alpino è di solito costruito come una baita a tavole, appoggia spesso su due pilastri, sormontati da larghe pietre piatte, destinate a proteggerli dall'umidità del suolo e dai roditori. Nelle regioni in cui il pane veniva preparato una o due volte l'anno, i granai ed i locali adibiti a dispensa contenevano le "scale per il pane", sospese vicino ai graticci per i formaggi. Il grano, la segale e il frumento, l'orzo e i frutti secchi erano chiusi nelle credenze.

Sugli alpeggi vi erano veri e propri "granai da formaggio", dove si conservava la produzione al riparo dai ladri e il casaro, su una tavola, trattava e salava i formaggi.

Complessivamente, i sistemi di conservazione erano efficaci e il fatto che alcune tecniche continuino ad essere usate ancora oggi ne rappresenta un'ulteriore conferma.



Cantina della Maison Bruil di Introd, Aosta (Foto Fondation Grand Paradis)

1.6 I prodotti tipici e la loro valorizzazione

Al fine di difendere la tipicità delle produzioni, le istituzioni si avvalgono di norme europee che, attraverso la certificazione, consentono l'utilizzazione di

³³ E.RENZETTI, 2008, p.155.

marchi d'origine, utili a qualificare, agli occhi del consumatore, l'adesione del prodotto a valenze culturali e sociali fondamentali.

- L'attestazione DOC (Denominazione d'Origine Controllata) è riservata ai vini, che devono essere prodotti con uve provenienti da una zona geografica ben delimitata e devono seguire diverse regole di qualità e di produzione;
- L'attribuzione DOP (Denominazione d'Origine Protetta) viene assegnata a prodotti strettamente legati alla regione di cui sono originari, da dove devono provenire anche le materie prime utilizzate;
- Il marchio IGP (Indicazione Geografica Protetta) attesta che i prodotti sono collegati ad una data zona, ma il legame è meno stretto rispetto alla DOP;
- L'Attestazione di Specificità lega il prodotto non ad un luogo, ma ad una "ricetta", che lo diversifica dalla massa, e garantisce il suo legame con la tradizione.

Tra tutte le regioni alpine, la Valle d'Aosta è tra quelle che hanno saputo promuovere al meglio alcuni dei propri prodotti gastronomici, come la Fontina, formaggio DOP sulla cui crosta è impresso come marchio di qualità l'inconfondibile Cervino. Ma è soprattutto in occasione di feste e sagre popolari che veniamo a contatto con il prodotto locale valdostano: c'è la festa della panna montata, del prosciutto crudo, del pane nero, della Fontina e del *Sargnun*, un formaggio magro aromatizzato alle erbe prodotto a Champorcher.

Famosa è la sagra dedicata al *Lard d'Arnad*, da gustare su crostini di pane nero e con un filo di miele, mentre a Gignod si tiene la *festa di teteun*, mammella di mucca tenuta sotto sale e spezie.

Per quanto riguarda gli insaccati, recentemente, è stata riconosciuta, anche sul piano giuridico, la "tipicità" di certe produzioni, specialmente per la qualità della carne e le tecniche di confezionamento dei prodotti destinati a lunga conservazione: il prosciutto crudo di Bosses, che stagiona ai piedi del Colle del Gran San Bernardo, e il lardo di Arnad, prodotto nell'omonimo comune della bassa Valle d'Aosta.³⁴

³⁴ J.G. RIVOLIN, 2003, pp. 66-71.

Essi si situano in una prospettiva di valorizzazione delle risorse locali che può condizionare positivamente l'avvenire delle piccole comunità alpine. Entrambi i prodotti, infatti, rientrano nel programma di recupero di attività tradizionali che si inseriscono nel tessuto socio-economico in modo non conflittuale, portando benefici ai produttori e alle popolazioni, oltre a limitare l'esodo dalle località montane. Il versante italiano delle Alpi vanta una buona varietà di formaggi tipici e, da circa cinquant'anni, si è cercato di qualificare i più noti dal punto di vista delle qualità e delle caratteristiche organolettiche attraverso gli ordinamenti di denominazione d'origine.

Con il sistema attuale delle quote latte, che limita la quantità del latte prodotto in loco, ma facilita l'importazione di latte da altre regioni europee, i titolari degli alpeggi si trovano ora a dover scegliere tra una produzione di qualità, limitata al latte prodotto in loco, e una di quantità: più formaggi "tipici" ma con latte proveniente da aree allargate.

I consumatori potranno indirizzare la conservazione o la trasformazione degli alpeggi, chiedendo un formaggio di qualità media, magari più durevole, ma di sapore slegato dal territorio, oppure preferendo formaggi più saporiti, con superiori proprietà organolettiche, prodotti su alpeggi che mantengono la loro funzione di conservazione del suolo montano.

Un modello esemplare di valorizzazione di un prodotto proviene dalla trentina Val di Non, dove, nel corso dei secoli, negli appezzamenti ubicati in prossimità delle abitazioni di un certo prestigio non mancavano tradizionalmente gli alberi da frutto, tra cui spiccavano i meli, la cui produzione era però destinata esclusivamente al consumo familiare. Ad allargare la sfera degli interessi nei confronti di questo prodotto, certamente di alta qualità, contribuirono i prestigiosi riconoscimenti che le mele della Valle ottennero quando vennero inviate alle "Esposizioni pomologiche internazionali", da cui tornarono cariche di diplomi e di medaglie che premiavano la loro qualità. Ma fu solo nel secondo dopoguerra, in concomitanza con il definitivo svincolo dell'agricoltura di montagna da una logica legata alla sussistenza, che la frutticoltura della Val di Non assunse un ruolo di crescente rilevanza e visibilità.

Per meglio assecondare le richieste del mercato, si sono introdotte varietà nuove come la *Golden Delicious*, proveniente dalla California e diventata la regina indiscussa delle mele della Valle.

Il consolidarsi delle strutture cooperative, cui venne aderendo la quasi totalità dei produttori frutticoli, comportò anche e soprattutto l'indirizzo verso un corretto utilizzo dei fitofarmaci, al fine di ottenere un prodotto di qualità, nel massimo rispetto sia dell'ambiente che del consumatore. A tal fine, si è definito un "Protocollo disciplinare per la produzione integrata", un regolamento che stabilisce la riduzione dei trattamenti chimici e la sostituzione di questi con ritmi biologici naturali, per ottenere una produzione genuina, che salvaguardi allo stesso tempo l'ambiente.

Nel 1989 venne costituito il Consorzio Melinda tra tutti i 5200 produttori di mele "Val di Non", al fine di creare una mela "a marchio" e contrastare così la concorrenza di mele che si spacciavano per essere originarie della Val di Non, pur provenendo da tutt'altra parte. In questo modo, oltre ad omogeneizzare le tecniche produttive dei singoli agricoltori, si è potuto certificare le inconfondibili doti di fragranza, dolcezza e naturalità delle autentiche mele locali.

Questo esempio è stato poi seguito da altri produttori alpini che si sono uniti in consorzi per specificare le caratteristiche distintive della frutta prodotta in montagna rispetto a quella coltivata in pianura.

1.7 La situazione degli studi locali sull'alimentazione alpina

Al momento manca una tradizione forte di studi sulla storia dell'alimentazione alpina. Diversi studiosi se ne sono occupati, ma individualmente, senza unirsi in un gruppo omogeneo, dal quale potrebbe nascere uno studio complessivo ed articolato.

Il punto di partenza potrebbe essere costituito da musei attivi ed organizzati, come il Museo degli Usi e Costumi della Gente Trentina di San Michele all'Adige (Trento), il cui Seminario Permanente di Etnografia Alpina ha dedicato il nono ciclo di lavoro al tema della storia delle culture alimentari dell'arco alpino.

Il risultato di questi studi è un volume intitolato “Pane e non solo. Etnografia e storia delle culture alimentari nell’arco alpino”, il quale non illustra una storia dell’alimentazione alpina unitaria, ma raccoglie le testimonianze e le ricerche di diversi autori che affrontano le singole realtà da loro conosciute. Questo numero monografico può anche essere una fonte utile per chi intende intraprendere una trattazione sistematica che riguardi tutte le Alpi.

Nel 2003, è sorto a Guarene (Cuneo) il Centro di Studi per la storia dell’alimentazione e della cultura materiale, Ce.S.A., nel ricordo di Anna Maria Nada Patrone, docente all’Università di Torino e autrice di numerose opere sul Medioevo, tra i primi in Italia ad occuparsi di storia dell’alimentazione. Il Ce.S.A. si propone di stimolare lo studio e la ricerca relativamente a tematiche attinenti alla storia dell’alimentazione e della cultura materiale, con particolare riguardo per l’età medievale e la prima età moderna, riscoprendo e valorizzando tradizioni e costumi del territorio, anche ai fini di analizzarne l’impatto economico e turistico.

Tra i lavori monografici recentemente pubblicati sulla storia della gastronomia alpina è necessario ricordare anche “Alimentation et santé dans les Alpes”, un volume della rivista “Storia delle Alpi” che raccoglie i contributi presentati in occasione del settimo congresso dell’Associazione internazionale per la Storia delle Alpi, tenutosi a Vevey (Svizzera) dal 27 al 29 settembre 2007, sul tema dell’alimentazione e della salute nelle società alpine del passato.

“L’Alpe”, rivista dedicata alla cultura della montagna, alla sua gente e alle sue tradizioni, ha dedicato un numero monografico ai prodotti (gastronomici) delle Alpi, alla loro origine e alla loro storia.³⁵

Molti invece sono i testi che propongono ricette tradizionali di questa o quella vallata alpina, di questa o quella minoranza. Alcuni di essi sono semplici ricettari, come “La Valcuvia a tavola”, “La cucina montanara”, e “A tavola come una volta..cucina tipica lombarda”. In altri, invece, oltre alla descrizione della preparazione delle pietanze, si possono trovare riferimenti storici e sociali interessanti, come in “Racconti e cucina di Valtellina”, “Per un codice della cucina lombarda” e “Cucina d’Alpe, lavori della terra e alimentazione nella

³⁵ “L’Alpe” numero 9 - dicembre 2003.

cultura walser”. Anche Wolftraud De Concini, in “Le minoranze in pentola”, illustra non solo i piatti tipici delle dieci minoranze linguistiche che popolano le Alpi, ma anche la loro storia, così come propone ne “Il Sacro e il Profano” un insolito accostamento tra santuari e monasteri delle Alpi italiane con il profano piacere materiale della cucina alle erbe.

A partire dagli anni Ottanta molte comunità locali hanno iniziato a manifestare un certo apprezzamento per forme di turismo dolce, creando sentieri didattici, escursioni guidate agli alpeggi, ecomusei allo scopo di conservare e tramandare costumi ed usanze di montagna. Bisogna tuttavia diffidare delle false rinascite a scopo folcloristico. I villaggi turistici si sono spesso trasformati in musei di oggetti “montanari” miracolosamente resuscitati dai granai e pronti a decorare i camini delle seconde case. Queste forme di recupero forzato mettono a rischio la realtà della vita alpina, in particolare quella della classe contadina, unica custode a lungo termine della diversità culturale e naturale della montagna e la sola, in fondo, capace di mantenere le premesse per un turismo a misura d’uomo.

In Valle d’Aosta, proprio allo scopo di valorizzare il turismo naturalistico e culturale nell’ambito del Parco Nazionale del Gran Paradiso, è nata la *Fondation Grand Paradis*, le cui attività principali sono la promozione, lo sviluppo, il coordinamento e la gestione dei centri visitatori del Parco. Tali centri sono situati a Cogne, Rhêmes-Notre-Dame e Valsavarenche e rappresentano un primo punto d’informazione sull’area protetta ma anche un luogo di approfondimento sulle caratteristiche del Parco. Inoltre la *Fondation* gestisce una serie di siti di rilevanza naturalistica e culturale, tra cui la *Maison Bruil* di Introd, un’antica casa rurale recuperata e adibita a museo dell’alimentazione e della conservazione del cibo³⁶. Costruita nel 1863, in essa tutti gli spazi necessari alla sopravvivenza di persone e animali erano raggruppati sotto un unico tetto. La visita si snoda su tre piani fra i vari ambienti tipici della casa tradizionale riportati alla loro funzione originaria. Oltre alla zona museale, la struttura ospita un *atelier du goût*, spazio adibito alla degustazione dei prodotti enogastronomici locali. Per l’occasione, è nato un

³⁶ Non esiste un sito internet della *Maison*, le informazioni si possono reperire dal sito www.grand-paradis.it.

volume che ripercorre la vita di un tempo in Valle, sulla base di innumerevoli testimonianze orali, registrate nei comuni valdostani dal 1980 ad oggi³⁷.

A Frossasco, in Val di Noce (Torino), si trova invece il Museo del Gusto. Ideato dall'Azienda del Turismo delle Montagne Olimpiche, con il Comune di Frossasco, la Comunità Montana Pinerolese Pedemontano, con il sostegno della Provincia di Torino e della Regione Piemonte, esso propone un viaggio nella storia dell'alimentazione: dalla Preistoria ai giorni nostri, attraverso la cucina tradizionale, contrapposta a quella contemporanea.

Il sito internet del museo illustra i diversi itinerari alla conoscenza dei vari alimenti, completi di informazioni sui principali cibi del mondo e sezioni dedicate al gusto nell'arte, nella musica, nel cinema, nella pubblicità³⁸.

Il museo presenta al suo interno spazi per laboratori didattici e sensoriali, per la storia e la cultura del cibo e della tradizione del gusto. La sezione 5, all'interno di una piccola stanza, è interamente dedicata al cibo delle genti alpine e illustra l'alimentazione base della famiglia del montanaro, in un periodo storico recente, quando il pane di segale, la polenta, il latte con il formaggio e solo raramente il salame o un po' di carne erano gli unici alimenti consumati. Al centro si trova un tavolo di legno, apparecchiato come un tempo, senza tovaglia, poche stoviglie e fette di pane scuro, che non mancavano mai. Sono anche presentate, da Gisella e Walter Eynard, chef del ristorante Flipot di Torre Pellice, le ricette tradizionali della cucina Valdese ed esposti gli attrezzi utilizzati in tutte le case dei montanari, come il paiolo, grande tegame che si metteva sul fuoco, o la zangola, un recipiente di legno che serviva per preparare il burro.

Quasi a voler unire tutti gli studiosi di storia dell'alimentazione, che prima non avevano un punto di riferimento accademico, il 27 gennaio 2003 è nata l'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche, unica nel suo genere nel panorama mondiale, promossa da *Slow Food*, con la collaborazione di due Regioni, Emilia Romagna e Piemonte.

L'obiettivo è quello di creare un centro internazionale di formazione e di ricerca, al servizio di chi opera per un'agricoltura rinnovata, per il mantenimento della biodiversità, per un rapporto organico tra gastronomia e scienze agrarie.

³⁷ L.SAUDIN, S.FAVRE, 2005.

³⁸ www.museodelgusto.it.

All'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo (Cuneo) si può seguire il corso di Storia dell'Alimentazione, tenuto da Massimo Montanari, mentre Alberto Capatti, intellettuale che ha avuto un ruolo fondamentale nello studio della storia e delle tendenze della cultura alimentare italiana, è Rettore dell'Università e tiene il corso di Storia della Cucina e della Gastronomia. Non vi sono attualmente insegnamenti specifici sulla storia dell'alimentazione alpina.



**La sezione del Museo del Gusto di Frossasco (TO) dedicata all'alimentazione di montagna.
(da www.museodelgusto.it)**

CAPITOLO SECONDO

LE PREALPI VARESINE

2.1 Inquadramento storico-geografico

Le Prealpi Varesine (anche dette Prealpi Luganesi o Prealpi Lombarde Occidentali) appartengono alla sezione delle Prealpi Lombarde ed occupano la porzione centro-settentrionale della Provincia di Varese ed in parte il Mendrisiotto, il Luganese ed il Locarnese nel Canton Ticino, in Svizzera.

Sono delimitate a nord-ovest dal Lago Maggiore, ad est dalla Val d'Agno e dal ramo occidentale del Lago di Lugano, a sud dalla Pianura Padana e la loro cima più elevata è il Monte Tamaro (1967 m), che si trova in territorio elvetico.

Possono essere suddivise in due catene principali, separate dalla Valle del Tresa: a nord la catena Gradiccioli-Tamaro-Gambarogno, a sud la catena Piambello-Campo dei Fiori-Nudo.

Più in particolare, la zona prealpina si sviluppa tra il Lago Maggiore e il Lago di Lugano, in un'intricata serie di brevi solchi vallivi, le cosiddette valli varesine (Valcuvia e Valtravaglia orientate verso il Lago Maggiore; Valganna, Val Marchirolo e Valceresio verso il Lago di Lugano), di prevalente formazione glaciale, separate da rilievi che mediamente superano di poco i 1000 metri. A nord, invece, la Val Veddasca ed il Luinese hanno un aspetto decisamente montano e vengono considerati zone alpine.

Anche se le prime testimonianze di presenza umana nel territorio risalgono al Paleolitico, l'antropizzazione più accentuata e diffusa avvenne nel Neolitico, quando, attorno alla zona dei laghi, sorsero stabili villaggi di palafitte, circondati da palizzate. Qui, fino alla fine dell'età del Bronzo, si insediarono popolazioni prealpine che si dedicavano alla caccia, alla pesca, all'agricoltura e all'allevamento del bestiame. Il loro elevato grado di evoluzione culturale è evidenziato dalla sempre più accurata decorazione delle ceramiche e dalla lavorazione dei metalli, ma anche dai rapporti commerciali avviati con territori lontani.

Attorno al 1200 a.C., tali insediamenti vennero abbandonati contemporaneamente alla penetrazione di popolazioni provenienti dall'Europa Centrale, mentre l'invasione delle popolazioni celtiche nella Pianura Padana, iniziata nel IV secolo a.C., interessò anche l'area varesina con l'insediamento degli Insubri³⁹ nella regione prealpina dei laghi, denominata, appunto, Insubria.

Nel corso del I secolo a.C., si assistette alla romanizzazione del territorio prealpino, ormai fortemente permeato di tradizioni celto-insubriche, come testimoniano i corredi funerari di alcune necropoli.

In seguito alla caduta dell'Impero Romano, il Varesotto venne percorso da popolazioni barbariche: i Longobardi si insediarono nella regione a partire dalla metà del VI secolo d.C. e vi rimasero per tutto l'VIII. Successivamente, con l'avvento dei comuni, le rivalità tra Como e Milano fecero del Varesotto una terra di lotte e saccheggi finché, con l'affermazione dei Visconti a Milano, tutto il territorio entrò a far parte della signoria viscontea e del successivo ducato di Milano.

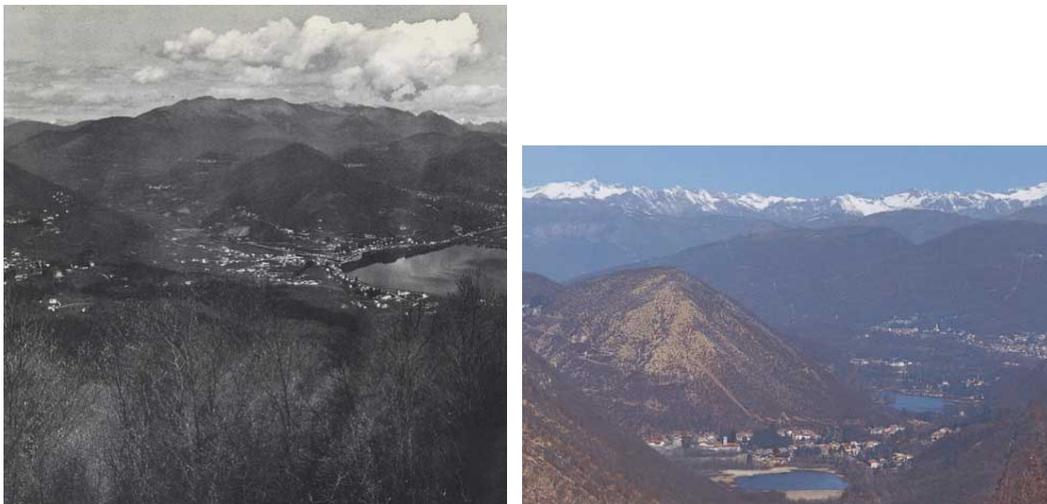
Durante la signoria visconteo-sforzesca il territorio varesino crebbe economicamente, sviluppando le proprie caratteristiche commerciali, consolidando le antiche fiere e i mercati di Varese, Angera e Busto Arsizio. Si svilupparono anche alcune imprese industriali, come quelle per la fabbricazione dei fustagni e dei tessuti di cotone. Ma con la fine del ducato sforzesco, anche in questa zona si subirono le conseguenze delle invasioni delle truppe straniere, che segnarono l'inizio di un lungo periodo di decadenza.

Nel Settecento, Varese e i suoi dintorni diventarono un luogo privilegiato per molte nobili famiglie milanesi e si assistette alla ripresa dell'economia con l'apertura di una moderna industria di fustagni a Gallarate e una cartiera nella valle Olona. Nell'Ottocento, a queste si aggiunsero l'industria dolciaria a Saronno e quella della ceramica a Laveno.

Consolidata la vocazione industriale del territorio, nel Novecento si affermò quella di luogo di villeggiatura e di soggiorno. Nel 1927 Varese divenne capoluogo di provincia, sorsero industrie moderne, come quella aeronautica, che

³⁹ Sull'origine etnica degli Insubri vi sono due tesi principali: la prima li vuole popolazione celtica, derivante dal mescolamento delle tribù celtiche con le popolazioni dell'Italia nord-occidentale; la seconda, nonché la più accreditata, li vuole facenti parte del popolo dei Liguri.

fece conoscere il nome di Varese in tutto il mondo. Il boom economico degli anni '50-'60 portò nuova linfa all'economia della Provincia, dove il benessere era alla portata di tutti.⁴⁰



A sinistra, panorama dai monti di Marzio. Il Lago di Lugano con Ponte Tresa e il Monte Lema sullo sfondo. A destra, veduta della Valganna (da www.museo.brinzio.va.it)

2.2 Cucina lombarda e cucina varesina

E' difficile parlare della gastronomia lombarda come di un elemento unitario e ben definito, dal momento che la Lombardia è stata percorsa nei secoli dagli eserciti di tutta Europa. Nel secolo scorso, inoltre, il territorio lombardo è stato interessato da cospicui flussi migratori dalle altre regioni italiane e, più recentemente, da una non trascurabile immigrazione extracomunitaria.

Queste recenti immigrazioni hanno contribuito al processo di omologazione dei gusti e alla perdita graduale della memoria gastronomica ereditata dalla tradizione. Per questo, oggi più che mai, le cucine etniche esercitano una forte attrazione sulla popolazione lombarda, i cui consumi sono oggi più vicini a quelli dell'Europa Centrale che a quelli mediterranei.

Una delle ragioni è da ricercare sicuramente nel fatto che le attività agricole e di produzione primaria di generi alimentari sono una voce marginale nella struttura

⁴⁰ AA.VV., *Varese e provincia*, 2002, pp. 16-21.

economica della regione. Naturalmente alcuni prodotti tipici sopravvivono, attraverso la produzione degli orti familiari, le attività residue delle zone montuose, oppure “salvati” dalle istituzioni attraverso la creazione di marchi di tutela e Consorzi.

Nel XIII secolo, il frate legnanese Bonvesin de la Riva, nel suo *De magnalibus Mediolani*, annotava che la cucina tipica, e povera, della Lombardia si esauriva nei vegetali di raccolta, nella selvaggina e nei pesci d’acqua dolce. Anche se dalla fine del XVI secolo si aggiungerà il mais, la poca varietà, non impedì comunque mai lo sviluppo di una cucina tipica originale e apprezzabile.⁴¹

A voler cercare un minimo comune denominatore gastronomico, quella lombarda è una cucina di lardo e di burro, in cui prevalgono le tecniche di lunga cottura, come la lessatura e la stufatura, in cui la pasta è arrivata solo recentemente ad avere diffusione di massa, prendendo il posto del riso e delle polente. E’ una cucina di brodi, di *pucie*, cioè di sughi, e di zuppe: una cucina di cucchiaino più che di forchetta. Più che una cucina di pasta, olio ed ortaggi, è una cucina di mais, riso, burro e formaggio.

Nell’Italia post-unitaria nacque l’esigenza di integrare, insieme alle varie culture, anche le diverse tradizioni culinarie e Pellegrino Artusi, romagnolo, tentò di farlo con la “Scienza in cucina” nel 1891⁴². In quest’opera, tuttavia, la Lombardia coincideva sostanzialmente con la sola Milano e si elencano come piatti tipici soltanto il risotto, la trippa con il sugo, la polenta pasticciata, l’osso buco, la costoletta di vitello di latte. Soltanto nel primo dopoguerra venne riscoperto l’amore per la campagna e la provincia, per una sorta di “edonismo autoctono”, con l’avvio di fiere, mostre e sagre. Dopo ricerche approfondite e mirate, nel febbraio del 1931 uscì la “Guida gastronomica d’Italia”, del Touring Club Italiano, in cui si illustravano le varie cucine paesane e le derrate locali, con tanto di denominazioni dialettali e notizie storiche. Così, anche per la Lombardia, vennero citati i centri minori con i loro piatti tipici. Per Varese, ad esempio, la *cassoeula* e la *rostisciada*, per Busto Arsizio i *bruscitt*⁴³.

⁴¹ M.RIVA, R.NISTRI, M.PAOLAZZI, 2001, p. 9.

⁴² P.ARTUSI, 1891, in M.RIVA, R.NISTRI, M.PAOLAZZI, 2001, p.11.

⁴³ TOURING CLUB ITALIANO, 1931, in M.RIVA, R.NISTRI, M.PAOLAZZI, 2001, pp. 12-13. La *cassoeula* è un tipico piatto invernale a base di cotenne di maiale, verza, burro e cipolle; la *rustisciada* è un piatto di carne di maiale cotto con cipolle e salsiccia; *Bruscitt*, ovvero bruscolini,

Oggi, anche nella provincia di Varese, come nel resto della regione, la sopravvivenza delle tradizioni è minacciata. Ma esiste una cucina “tradizionale” del Varesotto? Le cronache narrano che all’Imperatore Giulio Cesare, di passaggio per la campagna milanese, sia stato offerto un piatto di asparagi al burro, quasi a voler paragonare l’imperatore agli dei e il prodotto locale alla divina ambrosia. Pare però che tale piatto non avesse riscosso un grande successo presso il conquistatore della Gallia, sorpreso dalla sostituzione di un condimento di origine animale al profumato e gustoso olio d’oliva della cucina romana.

Non è detto che gli asparagi fossero proprio quelli di Cantello e che il burro provenisse dai pascoli delle Prealpi Varesine, ma l’episodio mette in luce l’esistenza di una cultura locale che rivendicava una dignità legata anche alla cucina, attribuendosi una propria peculiarità.

Negli anni Cinquanta, il giornalista e scrittore Guido Piovene presentava Varese come una città in cui “risplendono i salumi, i formaggi, i dolci, segnali d’una industria alimentare progredita, di una popolazione dedita alla buona tavola, ma insieme troppo sbrigativa e moderna per una cucina paziente ed elaborata in famiglia quale resiste a sud nei territori agricoli della Lombardia di pianura.”⁴⁴

Anche il Varesotto vanta quindi una tradizione gastronomica che spesso non viene riconosciuta, legata essenzialmente alla vita contadina o montanara delle Prealpi, della Valle dell’Olona, delle colline del Basso Varesotto e della Pianura Alto Milanese. Si trattava, come nelle altre regioni alpine e prealpine, di una dieta ricca per i suoi contenuti di grassi e di sostanze utili ad una vita all’aria aperta, per meglio sostenere le fatiche dei campi. I caratteri prealpini dell’area di Varese, però, hanno da sempre mitigato il carattere peculiare della montagna alpina, ovvero l’autosufficienza degli abitanti, nella produzione e nel consumo, soprattutto a causa delle difficoltà di circolazione, i costi e i tempi di trasporto. Nei fondi delle valli più vicine alla pianura arrivava più facilmente il commercio delle derrate: un esempio è il consumo del riso, proveniente dalle pianure novaresi e di altri prodotti di stagione. Inoltre, le condizioni climatiche, caratterizzate da un’umidità prevalente, consentivano coltivazioni più estese, allevamenti bovini e

è un secondo piatto a base di carne sminuzzata grossolanamente in pezzetti della grandezza d un fagiolo.

⁴⁴ G.PIOVENE, 1957, in G.BENATI, 1985, p. 3.

caprini e una non trascurabile raccolta di prodotti animali e vegetali del bosco ceduo, in cui regnava il castagno. Un'altra peculiarità del Varesotto era l'abbondanza di pesce, offerto dal Lago Grande (Lago di Varese) e dai laghetti di Comabbio, Monate e Biandronno, venduto in grandi quantità nei dintorni, ma soprattutto al mercato di Milano. Oltre ai prodotti ittici, venivano commerciate anche lumache della fascia rivierasca e la cacciagione (animali stanziali, uccelli di passo e acquatici).

Oggi nelle Prealpi Varesine, alle polente condite con il burro e i formaggi tipici, Quartirolo e Taleggio, alla polenta maritata (con cotiche, fagioli e verdure) e alla polenta accomodata in forno sopra un letto di cipolle e burro, si affiancano i tradizionali piatti di castagne: il *mach* (castagne e riso), la zuppa di castagne e porri, le castagne con il latte. Ovunque sono diffuse le zuppe d'orzo, di cipolle, di zucca, di pesce di lago: il *sùpun din Varée*, il *mazzabur* di Malnate, *ris e verz*. I risotti sono preparati in svariate maniere: con la luganiga⁴⁵, con gli asparagi, con i borlotti, con i gamberi di fiume, con la zucca, con le rane, con noci e prosciutto cotto. Tra i primi piatti vanno annoverati anche i ravioli di lago con gamberi di fiume, i malfatti, gli gnocchi al cucchiaino.

Le carni più adatte ad accompagnare la polenta sono il brasato di manzo e lo stracotto d'asino, i *bruscitt*, la *rustisciada* e il cappono con i funghi. Nelle valli è tradizionale la cucina del capretto (al forno, in umido, in sguazzetto); sui laghi si preparano i germani e le anatre lacustri; in pianura le rane in sguazzetto.

I contorni rustici richiedono le verze e le erbe selvatiche: la lattuga amara saltata nel burro, i denti di cane con la pancetta rosolata (*cicoria mata con parò*), i cuori di verza con ciccioli croccanti (*scirò con sungit cald*).

Infine, lo sformato di verdure alla finanziaria, una sorta di budino composto di verdure passate e legate con besciamella, testimonia influssi settecenteschi di derivazione franco-piemontese.

⁴⁵ Tipica salsiccia della Lombardia.

2.3 I prodotti locali

I prodotti gastronomici possono essere definiti come il risultato di diverse attività umane: dai funghi, che non crescono se non si tengono puliti i boschi, alla pasta, alla selvaggina. Tra questi, i prodotti locali si distinguono perché unici, legati a un tempo, a un luogo e a una cultura, mutevoli con il mutare del contesto. Essi sono stagionali e artigianali, caratterizzati da elevata diversità e variabilità, hanno un nome e un sapore localmente noti e condivisi. Rappresentano un patrimonio collettivo per le comunità che ne preservano la memoria e ne tramandano la preparazione.

Per fornire una panoramica di quelli che sono i prodotti locali varesini, si può consultare una guida gastronomica o un sito internet, oppure, come in questo caso, recarsi presso i punti vendita specializzati. Essi costituiscono una forma costante di vendita, a differenza degli *stand* gastronomici allestiti in occasione di sagre o fiere. Nella provincia di Varese, il più conosciuto è senza dubbio il Salumificio Colombo, a Crosio della Valle, dove si possono trovare molti prodotti enogastronomici della provincia, e non solo⁴⁶.

L'azienda produce salumi da tre generazioni, ma una decina di anni fa, il titolare, Marco Colombo, decise di offrire un'alternativa alla grande distribuzione, che, secondo lui, si occupava solo della quantità e non della qualità, e riscoprì i prodotti che appartenevano alla tradizione del territorio. Inizialmente, si concentrò sul salame, riscoprendo alcune citazioni storiche risalenti al Medioevo, quando, grazie alle qualità di questo prodotto, la provincia di Varese non era tenuta a pagare il dazio ai Gonzaga, o addirittura a Plinio il Giovane, che cita questo salame così prelibato perché insaccato con la vescica dei maiali femmine. Oggi è diventato il Salame Prealpino Varesino, prodotto con carne suina e insaccato in maniera tradizionale, in un budello naturale, legato con una corda non trattata chimicamente. Lo si identifica con un bollino caratteristico, che ne indica il nome e raffigura il Sacro Monte, Campo dei Fiori e il Lago di Varese. Se è rosso

⁴⁶ Dall'intervista a Marco Colombo, titolare del Salumificio, del 16/07/08. Tutti i prodotti gastronomici elencati nel paragrafo sono stati selezionati da lui stesso all'interno del negozio annesso al salumificio come i più importanti prodotti tipici varesini.

significa che il salame è stato prodotto in maniera artigianale, da piccole o medie imprese che utilizzano maiali allevati in Lombardia o in zone limitrofe, mentre il bollino verde indica che tutto il ciclo produttivo è realizzato in provincia di Varese. Esistono quindi due linee di produzione dello stesso prodotto, entrambe comunque artigianali. Per il Salame Prealpino Varesino si sta attendendo l'IGP (Indicazione Geografica Protetta). Un altro salume che appartiene alla tradizione locale è il Violino di Capra, uno speciale prosciutto ottenuto dalle cosce di capra o pecora allevata allo stato semibrado. Deve il suo nome alla forma che assume e al modo in cui viene affettato: la zampa funge da manico mentre la massa muscolare rappresenta la cassa armonica, e lo si impugna come un violino tenendo il coltello come fosse un archetto. Oggi la produzione si è modernizzata, il violino di capra viene disossato e si può tagliare come una bresaola. Particolare è il Lardo Lonzato Monterosa, ottenuto dalla fascia dorsale dei suini salati a secco, e selezionato dai consumatori tra i tre migliori prodotti di Exposapori Milano 2005.

Passando ai formaggi, la Formaggella del Luinese, l'unico DOP europeo a latte crudo di capra, cioè non pastorizzato, è ormai da tempo il prodotto di punta delle aziende agricole delle Valli Luinesi (l'area di produzione comprende circa 70 comuni). Le principali specie caprine dalle quali si ricava il latte per produrre la Formaggella del Luinese sono la "Camosciata delle Alpi", la "Saanen" e la "Nera di Verzasca". Proprio quest'ultima è stata scelta come logo: una testa di capra su uno sfondo rosso è infatti riportata sull'etichetta che viene apposta su ciascuna forma. Altro segno identificativo è il marchio a fuoco indicante il numero assegnato a ciascun produttore. I Cacciatori di Capra, invece, sono fatti per il 65% di latte di capra autoctona e il 35% di ingrasso di suino, per renderli più morbidi.

Il *Carlìn* è un formaggio erborinato fatto con latte di capra, che una volta si produceva con formaggi avanzati anche di latte vaccino lasciati stagionare fino a novanta giorni. Dall'area della Valcuvia provengono i famosi caprini: quelli classici sono fatti solo con latte di capra, poi eventualmente aromatizzati con erba cipollina, peperoncino o carbone vegetale. A Dumenza sono prodotti anche i taleggini di montagna e ricotte sia di capra che di latte vaccino. Infine, un formaggio dell'alto varesotto, sopra Maccagno, detto proprio il *Varesot*, è fatto

con latte misto vacca-capra e la sua caratteristica è che viene fatto stagionare anche fino a sette mesi.

La Centrale del latte di Varese non è entrata a far parte dell'area Parmalat, per cui, grazie ai trentadue soci imprenditori agricoli, garantisce che il latte che arriva in tavola è puro varesino. Il gorgonzola *DOP*, infatti, viene prodotto dalla Cooperativa Sociale di Cameri, ma solo con latte varesino.

Tra i prodotti tipici si può inoltre trovare il miele: quello di castagna e d'acacia sono marchiati "Consorzio Miele Varesino" e stanno perseguendo un riconoscimento nazionale. Le castagne del Brinzio, altro prodotto della tradizione, vengono oggi proposte sotto zucchero, sotto rum, o essicate, e in quest'ultima versione venivano utilizzate per farcire la faraona. Sempre da quell'area vengono marmellate di castagne e confetture di mele biologiche. Poi vi sono le pesche di Monate che, essendo disponibili solo in brevi periodi dell'anno, si conservano nella classica latta di alluminio saldata ermeticamente. Gli asparagi di Cantello, un piccolo centro sul confine svizzero, sono diversi da quelli che si trovano normalmente in commercio. Sono asparagi bianchi, con punta rosata, che restano consistenti e saporiti anche dopo la cottura. Il problema è che sono disponibili solo per un mese all'anno, anche se ultimamente si è riusciti ad utilizzare la salamoia, sale e zucchero, per conservarli fino a due anni, in modo da poterli gustare tutto l'anno.

Un altro punto vendita di prodotti tipici in provincia di Varese è la Cooperativa l'Aratro di Cuveglio, inaugurato il 26 luglio 2008, quando si è anche presentata una guida del territorio, redatta dalla Comunità Montana della Valcuvia. La Cooperativa effettua vendita diretta al consumatore, mentre, per avere la possibilità di raggiungere un pubblico più numeroso attraverso la grande distribuzione, allestisce *stand* all'interno dei supermercati in cui si espongono alcuni prodotti per circa un mese. L'obiettivo è quello di realizzare un magazzino permanente in cui anche tutti i ristoratori della zona si possano rifornire dei prodotti locali.

CAPITOLO TERZO

ENTI, ASSOCIAZIONI E TERRITORIO NELLA VALORIZZAZIONE DELLA GASTRONOMIA PREALPINA

3.1 La Provincia, le Comunità Montane e il Parco Campo dei Fiori

Nel 2001 nasce *Varese, Land of Tourism*, un protocollo d'intesa tra la Camera di Commercio e la Provincia, per la gestione del turismo⁴⁷. In particolare, alla prima spetta principalmente la promozione del turismo congressuale, mentre la seconda si occupa della promozione del *leisure*, ovvero del tempo libero.

Negli anni si è cercato di individuare i punti di maggior interesse, focalizzandosi su quelli che si ritengono più importanti. Certamente, la gastronomia non è il prodotto di punta della provincia di Varese, così come per prodotti tipici non si intendono soltanto quelli alimentari, ma, per esempio, anche i prodotti artigianali come la ceramica.

Grazie però ad un territorio molto variegato e ad una giusta promozione, si può pensare di arrivare ad avvicinarsi ai livelli di avanzata valorizzazione gastronomica propri di altre regioni, come il Sudtirolo o la Toscana.

Il dott. Angelo Zilio, del Settore Marketing Territoriale e Identità Culturale della Provincia di Varese, spiega che si punta ad un turismo per certi aspetti "élitario", dal momento che i prodotti tipici, legati alla storia del territorio e realizzati in maniera artigianale, non possono soddisfare la grande distribuzione, dal momento che non vengono prodotti in quantità sufficiente. In più, si vuole cercare di focalizzare l'attenzione del pubblico sulla stagionalità dei prodotti, concetto ormai da molti dimenticato, dal momento che al supermercato si trovano ad esempio fragole e ciliegie tutto l'anno. Se invece un prodotto, come gli asparagi di Cantello, è genuino e autentico, si deve trovare solo in alcuni periodi, come, nel caso degli asparagi, a maggio.

⁴⁷ Le informazioni sulle attività della Provincia di Varese provengono dall'intervista al Dott. Angelo Zilio, capo sezione attività turismo del settore Marketing territoriale e identità culturale della Provincia di Varese, del 15/07/08.

Tra le iniziative promosse dal protocollo, oltre alla realizzazione di un nuovo portale, più accattivante, e nuove *brochure* informative, vi sono fiere, anche all'estero, in cui si offre al pubblico la possibilità di degustare alcuni prodotti. E' necessario sottolineare, a questo punto, che si è creata un forte collaborazione tra ente pubblico e produttori privati, in cui il primo si occupa della promozione e i secondi partecipano alle iniziative, essendo interessati a farsi conoscere. Così, per le degustazioni durante le fiere, la Provincia collabora con il consorzio privato "Varese da gustare" oppure, ultimamente, con l'"Università della Birra" di Azzate proponendo un binomio birra-formaggio molto apprezzato.

Nell'ambito delle Prealpi Varesine, sono quattro le Comunità Montane che contribuiscono alla valorizzazione del territorio:

1. La Comunità Montana della Valcuvia, che organizza, tra gli altri eventi, "Corni e pecc", una fiera itinerante annuale alla scoperta dei sapori e delle attività tradizionali della valle;
2. La Comunità Montana della Valganna e Marchirolo, che, tra le iniziative più recenti, conta la partecipazione, lo scorso anno, al Salone del Gusto Internazionale di Lugano⁴⁸. I produttori della Valganna e Marchirolo sono stati invitati allo scopo di farsi conoscere e la ricaduta sul pubblico è stata più che positiva. Da quest'esperienza è nato un libretto, le cui copie sono esaurite in fretta e che illustra i prodotti tipici e la loro valorizzazione. La Comunità Montana ha anche realizzato delle cartine turistiche con l'indicazione degli agriturismi presenti sul territorio, tutti a conduzione familiare e produttori degli alimenti offerti. Questi, in occasione delle più svariate iniziative, dalle mostre di pittura ai festival itineranti, vengono invitati, a turno, per presentarsi e farsi conoscere al grande pubblico.
3. La Comunità Montana della Valceresio, il cui prodotto più conosciuto è l'asparago di Cantello, ma sul cui territorio sono presenti anche diverse piccole aziende che producono soprattutto latte e miele, e che si cerca di valorizzare attraverso la Fiera dell'Agricoltura.

⁴⁸ Le informazioni sulle attività della Comunità Montana della Valganna e Marchirolo sono state raccolte da un'intervista telefonica a Marco Gemelli, Assessore al Turismo della Comunità Montana, del 14/07/08.

4. La Comunità Montana Valli del Luinese⁴⁹, impegnata da tempo in svariate iniziative, come la Mipam (Mostra Internazionale Prodotti e Animali della Montagna). *Strà di Caver* è invece un'iniziativa che comprende molte aziende agricole della valle: attraverso un percorso sentieristico si indirizza il consumatore direttamente dal produttore. Potrebbe costituire una forma di turismo più sostenibile, a minor impatto ambientale in cui il turista può mangiare i prodotti locali ma anche vedere gli animali che caratterizzano la biodiversità.

La Comunità Montana Valli del Luinese ha anche creato un frutteto didattico per recuperare specie autoctone di meli, peri, peschi, vite e castagni.

Tutto ciò si realizza grazie al recupero di testimonianze degli anziani e anche di documenti antichi, come nel caso della Formaggella del Luinese, per cui si è potuti risalire fino al 1100. Parallelamente, è stata condotta anche una ricerca di tipo scientifico, in collaborazione con l'ISPA (Istituto di Scienze delle Produzioni Alimentari) di Milano. Infatti, per proporre un prodotto sul mercato, occorre verificare tutte le caratteristiche microbiologiche, chimico fisiche e i parametri organolettici. E' un lavoro che richiede anni: per la Formaggella si è iniziato nel 1997 per arrivare nel 2006, con il conferimento della DOP a livello nazionale. La Comunità Montana si occupa di sviluppo territoriale, dalle opere pubbliche alla realizzazione di eventi culturali, promozionali o didattici, come di progetti relativi ad "Agenda 21", un programma delle Nazioni Unite dedicato allo sviluppo sostenibile. Consiste in una pianificazione completa delle azioni da intraprendere, a livello mondiale, nazionale e locale dalle organizzazioni delle Nazioni Unite, dai governi e dalle amministrazioni in ogni area in cui la presenza umana ha impatti sull'ambiente. La cifra 21 che fa da attributo alla parola Agenda si riferisce al XXI secolo, in quanto temi prioritari di questo programma sono le emergenze climatico-ambientali e socio-economiche che all'inizio del Terzo Millennio il nostro pianeta deve necessariamente affrontare. L'Agenda 21 è quindi un piano d'azione per lo sviluppo sostenibile, da realizzare su scala globale, nazionale e locale con il coinvolgimento più ampio possibile di tutti i portatori di interesse che

⁴⁹ Le informazioni sulle attività della Comunità Montana Valli del Luinese provengono dall'intervista con la Dott.ssa Oneto, Responsabile servizio pianificazione e sviluppo della Comunità Montana Valli del Luinese, del 16/07/08.

operano su un determinato territorio. L'articolo 28 dice infatti che gli enti locali sono il mattone base su cui i cambiamenti devono avvenire, per cui la Comunità Montana deve creare consapevolezza circa l'importanza di comportamenti sostenibili in tutti i campi, anche nelle scelte di sviluppo economico, privilegiando un'economia a basso impatto sul territorio.

Il Massiccio del Campo dei Fiori e il Massiccio del Monte Martica formano il Parco Regionale del Campo dei Fiori, istituito nel 1984.

Il Parco, che domina la zona collinare varesina, la pianura Padana e i piccoli laghi racchiusi tra i colli, a nord e a nord-ovest è definito dal solco della Valcuvia, ad est è delimitato dalla Valganna e a sud dalla città di Varese e dalla strada statale che conduce a Laveno.

All'interno del Parco sono istituite sei Riserve Naturali che racchiudono gli ambienti più importanti e caratteristici delle Prealpi Varesine: boschi di castagni, di faggi e di altre essenze alpestri, con alberi secolari.

Il Parco Campo dei Fiori è gestito da un Consorzio tra le Comunità Montane della Valceresio, Valcuvia e Valganna-Valmarchirolo, dalla Provincia di Varese e da quattordici comuni di cui uno, Brinzio, è interamente compreso nel territorio del Parco.

Diverse sono le iniziative che intraprende per la difesa e la conservazione del territorio. Tra queste c'è il Programma di educazione ambientale, che si propone di dimostrare alle scuole che le uscite di carattere ambientale hanno finalità trasversali, in cui sono coinvolte tutte le discipline curriculari e non solo quelle relative all'ambito scientifico, e di fornire spunti per un ulteriore approfondimento delle tematiche in classe.

Il Consorzio intende sostenere e sviluppare, con il Progetto Speciale Agricoltura, le pratiche agricole, che un tempo erano complementari alla cura del bosco e all'allevamento del bestiame.

Dopo aver censito tutte le aree agricole e aver sottoposto gli agricoltori che operano all'interno del Parco ad un questionario, il Consorzio ha proposto, ormai da qualche anno, una serie di interventi che mirano, da una parte, alla

riqualificazione ambientale e, dall'altra, al miglioramento paesaggistico attraverso il sostegno delle pratiche agricole.

3.2 I Comuni e le Pro Loco

Ogni anno in tutta la zona prealpina di Varese, soprattutto durante il periodo estivo, le singole Pro Loco⁵⁰, in collaborazione con i Comuni, organizzano eventi di carattere gastronomico, in linea con la tradizione oppure in maniera innovativa. “Risottissimo e Sagra del pesce” è, ad esempio, una delle tante sagre che si tiene nel mese di Agosto a Castelveccana, paese sulla riva del Lago Maggiore in Valtravaglia. Il pesce non appartiene ovviamente alla tradizione gastronomica montana, ma la vicinanza con il lago crea queste commistioni. In altri mesi, come in Ottobre, nello stesso paese si organizzano *stand* gastronomici a base di polenta, castagne o “cioccolatata e vin brulé”. In sostanza, si cerca di realizzare più occasioni possibili per promuovere il territorio e richiamare turisti, anche se i prodotti presentati vanno oltre quelli tipici prealpini. Al contrario di una associazione come *Slow Food*, che ricerca le origini e la storia di un prodotto, spesso queste sagre paesane si limitano a fare promozione, senza che ci siano studi storici approfonditi, ma comunque i risultati sono positivi, per cui costituiscono una risorsa importante di valorizzazione del territorio. Sarebbe infatti che l'idea funzioni, a giudicare dall'affluenza di persone, non solo qui, ma anche in altre località della provincia.

La Pro Loco di Brinzio è anche molto attiva in questo senso e organizza nel corso di tutto l'anno, in collaborazione con il Comune, la Provincia, la Comunità Montana della Valcuvia, la Camera di Commercio e il Parco Campo dei Fiori, feste dedicate soprattutto alle castagne, ma anche ai funghi.

Nella stessa Varese, nel mese di Settembre si tengono la sagra del tartufo e la sagra dell'uva, mentre a Gavirate, si è organizzata in passato *Scartoz e Scartuzitt* : una manifestazione di piazza con sessanta bancarelle di prodotti gastronomici provenienti da tutto il Nord Italia e non solo. Ogni mese un paese ospite ha

⁵⁰ La Pro Loco è un'associazione di volontariato che opera per lo sviluppo del territorio e del turismo locale, attraverso pubblicazioni, promozione di prodotti gastronomici tipici, organizzazione di eventi, ecc.

intrattenuto il pubblico con assaggi e balli folkloristici: ad aprile la Lomellina, a maggio le Valli del Luinese, ad agosto il Sud Tirolo. Lo scopo della manifestazione è quello di promuovere l'operato dei produttori e di favorire l'interscambio con Comuni che volessero pubblicizzare i loro prodotti tipici.



Battitura delle castagne durante la Festa attorno alla Grà che si tiene a Brinzio nel mese di ottobre (Foto F. Piccinelli)

3.3 “Varese da gustare”

“Varese da gustare” è un progetto mirato alla valorizzazione e promozione dei prodotti locali⁵¹. E' realizzato con la partecipazione della Provincia di Varese, della Camera di Commercio e con il contributo della Direzione Generale della Regione Lombardia. E' costituito dai quattro consorzi più significativi della provincia:

- Associazione della Formaggella del Luinese e del formaggio misto capra-vacca, un organismo che tutela il produttore e che vigila sulla corretta commercializzazione dei prodotti, prossima a trasformarsi in Consorzio di Tutela. L'associazione è nata nel 2001 nell'ambito di un progetto della Comunità Montana Valli del Luinese per la caratterizzazione delle produzioni tipiche. La Formaggella del Luinese DOP è prodotta

⁵¹ Dall'intervista a Paride Peloso, Presidente dell'Associazione della Formaggella del Luinese, del 25/07/08.

esclusivamente nel territorio che comprende le quattro Comunità Montane della Provincia di Varese e alcuni Comuni collinari, fino al limite naturale del Lago di Varese. Tutte le fasi della filiera, dall'allevamento, alla produzione del latte, alla trasformazione, stagionatura e selezione delle forme, devono avvenire all'interno del territorio riconosciuto.



Formaggella del Luinese (Foto E. Maroni – IZSLER)

- Cooperativa Agricola Latte Varese, che raccoglie, confeziona e vende il latte prodotto dai suoi circa 50 soci, tutti allevatori di bovini della Provincia di Varese e rappresenta la più importante realtà agroalimentare del territorio. La Cooperativa è l'unica azienda in Italia che può affermare con certezza che il latte fresco con marchio Latte Varese viene prodotto esclusivamente nel territorio della sua provincia, consentendo agli allevatori di svolgere un'attività indispensabile per la conservazione del territorio e delle tradizioni agricole.
- Consorzio Salame Prealpino Varesino, che comprende produttori agricoli e piccoli artigiani della lavorazione del maiale, che sono tutti compresi nelle aree che vanno dal Sempione, passando per Campo dei Fiori, Luino, la Valcuvia fino alla Val Veddasca. L'uso sapiente di ingredienti ed essenze vegetali locali conferiscono ai salumi, anche se di produttori diversi, profumi e sapori tipici tra loro ampiamente riconoscibili.
- Consorzio Qualità Miele Varesino, che ha il preciso scopo di tutelare il miele prodotto in provincia di Varese, sia in sede di produzione che in sede di commercializzazione. Favorisce lo studio e la risoluzione dei problemi tecnici per il miglioramento, la valorizzazione e la tutela del miele prodotto nella provincia di Varese e promuove le varie manifestazioni utili alla sua conoscenza.

Al momento si sta lavorando per far diventare “Varese da gustare” un’associazione, con l’obiettivo di promuovere e aggregare tutti i prodotti tipici, il cui unico requisito deve essere quello di appartenere ad un consorzio di produttori, proprio per farli uscire dall’isolamento che solitamente li caratterizza. “Varese da gustare” ha già partecipato a diverse manifestazioni, come a Stoccarda, durante la presentazione dei Mondiali di Ciclismo su strada 2007, o alla cena di gala per i Mondiali di Ciclismo 2008, che si è tenuta a Varese, presso Villa Recalcati, o ancora al Bit (Borsa Internazionale del Turismo) di Milano dove è stato allestito un *buffet* con i prodotti dei Consorzi.

3.4 Mipam: la fiera dell’alimentazione e l’allevamento montano

La Mipam⁵² (Mostra Internazionale Prodotti e Animali della Montagna) nasce nel 1995, voluta da un gruppo di allevatori di razza “Nera di Verzasca”, poi condivisa dalla Comunità Montana, dalla Regione, dalla Provincia e dalla Camera di Commercio. Nel corso degli anni successivi, si è ripetuta, evolvendosi e costituendo sempre un evento di notevole richiamo per tutti. Da quando poi l’entrata è diventata gratuita, il pubblico è ancora aumentato toccando picchi di 25 mila persone in tre giorni.

Si tratta di una fiera per famiglie, che si tiene a fine agosto sul lungolago di Luino, in cui vengono coinvolte le Pro Loco del territorio. Le persone che vi lavorano sono moltissime, volontari e non: ad esempio, nell’ultima edizione, solo per la ristorazione, gli alpini che si alternavano in turni erano circa duecento.

Tra i vari eventi, si susseguono coinvolgenti proposte per assaporare i prodotti locali, tra cui miele, formaggi, di cui la Formaggella del Luinese è il capofila, il salamino di capra e tanto altro. Si tengono anche una sfilata di attività tradizionali, il palio degli asini, alcuni convegni.

Un regolamento dà la priorità di esposizione ai produttori delle quattro Comunità Montane della provincia di Varese, poi a tutti i produttori delle montagne fuori

⁵² Le informazioni riguardo la Mipam provengono dall’intervista con la Dott.ssa Oneto, Responsabile servizio pianificazione e sviluppo della Comunità Montana Valli del Luinese, del 16/07/08.

provincia e infine a tutti gli altri. Non sono ammessi commercianti, ma è prevista solo vendita diretta dal produttore al consumatore.

Contemporaneamente si assiste all'esposizione degli animali, con dei concorsi di razza. Tra i vari eventi, si susseguono convegni, concorsi sui formaggi, in cui il produttore ha la possibilità di qualificarsi, e gastronomici, come il concorso "La capra a tavola", a cui partecipano ristoranti e agriturismi italiani e svizzeri. Per tre anni anche *Slow Food* ha collaborato con la Mipam, organizzando Laboratori del Gusto⁵³ e curando il sopracitato concorso "La capra a tavola".

Grazie a questo evento, si possono valorizzare le risorse agricole della montagna, facendole conoscere al grande pubblico.

Quest'anno, in seguito alla riduzione dei finanziamenti alle Comunità Montane, l'edizione 2008 della Mipam non si è tenuta, ma si è puntato sull'incremento dell'attività congressuale.



Visitatori alla Mipam (Foto Varese News Gallerie Fotografiche)

⁵³ I Laboratori del Gusto sono la dimensione caratterizzante di tutte le manifestazioni *Slow Food*: si tratta di degustazioni speciali guidate da esperti del settore enogastronomico e dell'associazione coadiuvati da valenti artigiani e produttori, cuochi e selezionatori che accompagnano i partecipanti alla scoperta dei prodotti dell'enogastronomia di eccellenza.

3.5 “Corni e pecc” : sapori e tradizioni della Valcuvia in festa

“Corni e pecc” è una sagra itinerante dedicata all’allevamento in Valcuvia, giunta quest’anno alla quarta edizione⁵⁴.

Ogni anno si svolge in un paese diverso e ogni cortile ospita un evento legato naturalmente ai prodotti locali: in uno si mostra come viene preparato il formaggio, in un altro come si insaccano i salumi. Grazie a “Corni e pecc” si fanno rivivere paesi incantevoli, ma ancora sconosciuti alla maggior parte delle persone.

Quest’anno, numerosi appuntamenti culinari hanno animato le aziende agricole e le antiche corti di Azzio, un piccolo paesino sul versante occidentale del massiccio del Campo dei Fiori. I cortili del centro storico del paese sono la testimonianza di una vita semplice, basata sull’agricoltura, che si può ancora ammirare attraverso le cantine e nelle poche stalle rimaste.

Le cene nei cortili si sono svolte nel nome dei sapori e delle tradizioni di una volta, protagonisti il pesce di lago, *pulenta e lacc*, il risotto alle erbe di Campo dei Fiori e la trippa con pane di segale o gorgonzola Dop Varese su polenta grigliata. Tutti gli assaggi di salumi, miele e degli altri prodotti locali sono stati accompagnati dal vino prodotto nei Ronchi Varesini, frutto della ripresa coltivazione della vite autoctona.

Slow Food ha curato un salotto gastronomico in cui ha presentato il Tomino di Capra (*Furmagin de cavra*) e la Castagna del Brinzio. La Pro Loco di Brinzio ha presentato le castagne sotto grappe, le castagne della *grà* e dolci di castagne. Il tutto in uno spazio di circa un’ora, a cui il pubblico ha dimostrato di essere molto interessato. La coltura del castagno, molto diffusa sul territorio varesino, ha permesso, nel passato, la sopravvivenza economica delle comunità rurali ed è stata la loro principale fonte di sostentamento. Quindi, la rivalutazione della castagna serve a rilanciare, oltre al prodotto, da sempre al centro del consumo popolare, l’idea di socialità e comunità. Il Tomino di Capra invece fa parte di quelle specialità particolari la cui produzione ha ormai assunto un aspetto di qualità,

⁵⁴ Il contenuto del paragrafo su “Corni e pecc” è tratto da: Cartella Stampa, Conferenza Stampa e Programma della manifestazione forniti dalla Dott.ssa Bevilacqua, Ufficio Comunicazione e Stampa della Comunità Montana della Valcuvia.

riconosciuto a livello regionale. Non solo, intorno a questo *Furmagin* è stata da poco istituita da *Slow Food* la prima Comunità del Cibo della provincia di Varese. Durante un intero fine settimana si sono tenuti spettacoli folcloristici, dimostrazioni di mungitura manuale, di cippatura del legno e insaccatura dei salumi. Nello stesso contesto, è stato creato uno spazio per esporre le diverse razze di capra presenti sul territorio (una settantina circa).

La Comunità Montana della Valcuvia organizza inoltre dei convegni scientifici, per coinvolgere anche i non addetti ai lavori su argomenti legati all'allevamento, l'agricoltura e l'ambiente, al fine di incentivare la conoscenza e il rispetto del territorio. Quest'anno i temi sono stati: "Animali e prodotti come indicatori ambientali", nel quale si è trattato della sensibilità del latte di capra, del miele e del fungo agli agenti inquinanti, con l'intervento di apicoltori, certificatori di qualità e micologi, e "La Comunità Montana quale ente strategico per una politica energetica sostenibile e rinnovabile", in cui ingegneri e tecnici hanno mostrato le nuove frontiere per la produzione di energia, rinnovabile e sostenibile, che utilizza sole, terra e alberi per riscaldare e illuminare con materie prime recuperabili sul territorio, riducendo le emissioni di anidride carbonica nell'atmosfera.

Nel corso delle diverse edizioni, gli abitanti si sono mostrati inizialmente titubanti all'afflusso inaspettato di turisti, ma hanno successivamente dimostrato entusiasmo nel mettere a disposizione i loro cortili per far sì che il proprio paese venisse valorizzato e conosciuto.



Una delle dimostrazioni di insaccatura dei salumi durante "Corni e pecc" (Foto di Domenico Semeraro e del CRAL-Whirlpool sezione Fotografica)

3.6 Associazioni e valorizzazione del territorio: il caso di Artemide Ambiente

Come si è visto, la coltura del castagno era, fino a qualche decennio fa, il perno del sistema economico delle comunità rurali delle zone prealpine lombarde e del Canton Ticino⁵⁵.

Numerosi studi sono stati condotti, in particolare dal Parco Regionale Campo dei Fiori per l'Italia e dai Comuni della regione Malcantone per la Svizzera, al fine di recuperare il patrimonio di varietà che contraddistingue la coltivazione del castagno in questa zona.

Ogni varietà di castagne ha caratteristiche proprie rispetto a colore, forma, dimensione e utilizzo del frutto. In questa zona, le varietà sono cinque: la *Russirö*, la più utilizzata per l'essiccazione e la più apprezzata sul mercato; la *Venégon*, detta la "regina delle castagne" per il suo sapore dolce, piccola e rossiccia; la *Verdésa*, di pezzatura media e di colore marrone striato, la *Piliscé*, di colore marrone scuro e pezzatura grossa, nonché la prima a cadere; la *Paié*, di colore marrone scuro, apprezzata per la maturazione tardiva.

Una particolare attenzione alla valorizzazione del castagno è fornita da Artemide Ambiente, società di servizi ambientali e valorizzazione del territorio che sta operando nella zona del Brinzio, continuando un percorso iniziato anni fa dal Parco⁵⁶.

Verso la fine del 2004, Artemide Ambiente, grazie anche ai finanziamenti della Comunità Montana della Valcuvia, ha cominciato a ricreare le selve castanili di un tempo, *ex novo* oppure recuperando piante che già esistevano aggiungendone delle altre. L'obiettivo è quello di creare piante con varietà locali, importandole dall'unico altro posto dove le varietà sono simili, cioè dal Malcantone, ma l'importazione è resa più complicata a causa del dazio doganale.

Il metodo è quello dell'innesto, che consiste nell'unire fra loro due porzioni di piante che formeranno un unico individuo. Sul fusto di una pianta selvatica si inserisce una o più parti di un castagno più produttivo per ottenere frutti di maggiore qualità.

⁵⁵ Dall'intervista al dott. Massimo Raimondi, agronomo che collabora con Artemide Ambiente, del 30/07/08.

⁵⁶ Dall'intervista al dott. Luca Colombo, titolare di Artemide Ambiente, del 30/07/08.

La selva castanile, un tempo, era semplicemente un prato, delimitato da piante di castagno, dove all'interno veniva fatto pascolare il bestiame, che, oltre a fornire carne e latte, concimava il terreno aiutando a crescere le piante, che davano, oltre ai frutti, legno per costruire o da ardere e foglie, utilizzate per la lettiera del bestiame, ma anche per l'imbottitura dei cuscini e dei materassi.

Tutti coloro che collaborano in questo recupero sono privati, che vi si dedicano nel tempo libero senza ricevere introiti, quindi devono essere molto motivati per proseguire e i problemi che si incontrano non sono pochi.

Questo recupero porta non solo benefici dal punto di vista ecologico, dal momento che la fauna può trovare un habitat adatto, ma, in collaborazione con la Pro Loco di Brinzio, si sta cercando di puntare sul turismo. Si recuperano, tramite soprattutto gli anziani, le antiche ricette legate al castagno, che stupiscono il pubblico, abituato ad associare la castagna solamente alle caldarroste, di cui costituiscono solo un aspetto marginale. Ci si basa quindi prevalentemente sulle testimonianze orali: le fonti cartacee, come quelle nell'archivio della chiesa, sono poche perché, essendo le selve una realtà quotidiana, nessuno ha mai pensato di dover scrivere qualcosa a riguardo.

Per ogni tipologia di castagna vi sono differenti utilizzi: c'è quella ideale per l'arrosto, quella per la birra, per la farina, per i dolci, le grappe, gli sciroppi, e così via. Ciò che ancora molti non sanno è che in questa zona non c'è il "marrone": sono stati rinvenuti alcuni esemplari che potrebbero risalire al "marrone di Orino", ma, non avendo piante per poter effettuare un confronto, non lo si può affermare con certezza. Partendo dagli studi precedenti, quindi, è stata operata una distinzione delle piante di differenti varietà per una valorizzazione delle specifiche caratteristiche (la migliore per le caldarroste, la migliore per la farina, la più dolce, la più nutriente etc.). Anche se può sembrare strano, più la castagna è piccola, più è saporita, mentre più è grossa, più acqua contiene, quindi è meno gustosa. In questo modo, al momento della raccolta, le castagne sono immediatamente suddivise a seconda delle varietà. Ogni castagna, oltre ad avere una sua caratteristica organolettica, è associata ad una particolare caratteristica morfologica della pianta, e tutto ciò è stato anche catalogato a livello fotografico. Artemide sta lavorando anche per la realizzazione di prodotti sia tradizionali che

innovativi a base di castagna. Per quanto riguarda i prodotti tradizionali sono state riprese antiche ricette, riproposte in diverse occasioni, e che saranno parte fondamentale nelle successive iniziative, così come nei prodotti da presentare al mercato a partire dal prossimo autunno. Per quanto riguarda i prodotti innovativi, Artemide si è attivata per la produzione della birra, sperimentata negli ultimi mesi e che vedrà il debutto ufficiale anch'essa in autunno. Si stanno inoltre proponendo, in diverse occasioni e con la collaborazione sia di *Slow Food* che dell'Istituto Alberghiero De Filippi, momenti di degustazione che possano far capire al consumatore che castagna non significa solo caldarroste, ma un variegato panorama di possibilità culinarie che vanno dall'antipasto al dolce, sia con ricette tradizionali che con nuovi accostamenti e sapori. Massimo Piccinelli è un agricoltore di Brinzio che contribuisce al recupero portato avanti da Artemide⁵⁷. In questo momento sta ristrutturando una vecchia stalla dove tra pochi mesi sorgerà un negozio di prodotti tipici, con annessa macelleria, caseificio, gelateria e agriturismo con camere. Sarà il punto di partenza per vari percorsi didattici che illustreranno le selve castanili e non solo. Il tutto con un ritorno gastronomico: si venderanno prodotti particolari, di nicchia, non certamente industriali, ma di produzione propria. Saranno poste in vendita inizialmente circa 1200 bottiglie di birra, prodotta da un piccolo birrificio in Valsesia esclusivamente con le castagne provenienti da Brinzio, mentre nell'agriturismo verranno proposte ricette tradizionali e innovative, molte delle quali legate alla castagna.

⁵⁷ Dall'intervista a Massimo Piccinelli, agricoltore di Brinzio, del 30/07/08.



Giovane pianta di castagno in una selva castanile di Brinzio (Foto M. Gambaruto)

3.7 Gli agriturismi

La storia dell'agriturismo nacque in Francia, dal bisogno di evadere dalle città ed assaporare una vita semplice ed autentica. In Italia, cominciò con la costituzione dell'Agriturist, nel 1965. Convegni, interviste alla stampa, “giornate verdi” in fattoria, “cancelli aperti” ai curiosi dell'agricoltura, costituirono occasioni per cominciare a proporre questo nuovo modello di vacanza, questa nuova opportunità di sviluppo per l'impresa agricola. Nel 1975, uscì la prima guida dell'ospitalità rurale, e, nel 1985 venne pubblicata la legge quadro che delega alle regioni la regolamentazione del settore. Successivamente, le regioni legiferarono in materia agri-turistica cercando di rendere più omogeneo il quadro normativo e fiscale.

L'agriturismo in Italia, nel 2001, superò un importante traguardo, quello delle 10 mila aziende. Regione guida è da sempre il Trentino Alto Adige, seguito dalla Toscana.

Se qualcuno, in passato, riteneva che il vero business dell'agriturismo fosse nella imitazione del turismo professionale, nel dare all'ospite tutti i servizi che chiede, oggi deve ricredersi: il successo dell'agriturismo in Italia è sempre più legato a

qualità ed eccellenze selettive, capaci di consolidare una clientela, forse ancora “di nicchia”, ma anche intelligente, fedele, appassionata e colta.

Le aziende agrituristiche sono prima di tutto aziende agricole. L'apertura al pubblico è solo un aspetto, e per molti versi secondario, della loro attività. Proprio per questo si ha la possibilità di accedere ad una gastronomia genuina e acquistare i prodotti del posto. Purtroppo, il rischio che il recupero delle tradizioni non venga sempre effettuato in modo corretto è reale e molto diffuso. Non tutti gli agriturismi seguono la filosofia che li ha fatti nascere, tanto da non possedere i requisiti per essere così denominati. A questo punto, spetta ai consumatori prestare la massima attenzione ai prodotti e ai servizi che vengono offerti, per non essere ingannati da coloro che approfittano del successo che gli attributi “artigianale” e “tipico” stanno riscuotendo.

In tutta la provincia di Varese, si contano diciannove agriturismi, di cui dieci in zona prealpina⁵⁸. Alcuni di essi non hanno un sito internet attraverso cui farsi conoscere e li si può trovare su opuscoli turistici o sul portale *Varese Land of Tourism*. Tra questi, il Cavallino Bianco a Cassano Valcurva, la Tenuta del Maglio di Cunardo, lo Tschang Wilma di Castelveccana, la Cascina Maianin di Arcisate. Altri invece sono riusciti a promuoversi maggiormente creandosi il proprio sito, come tutti gli agriturismi che seguono.

A Laveno Mombello, in Valcurva, si trova l'Agriturismo Mirasole. Da qui si può ammirare il Lago Maggiore percorrendo sia le strade costiere (in auto o moto) sia i sentieri boschivi a piedi e, dal centro del paese, parte una funivia panoramica con stazione d'arrivo a circa mille metri d'altitudine. L'agriturismo è presente a Laveno dal 1996, nel 1999 è diventata un'azienda biologica e dal 2004 è il primo agriturismo del territorio comunale. I menù proposti sono pensati con l'obiettivo di far riscoprire il piacere delle ricette tradizionali, pur introducendo interessanti ed accattivanti variazioni sul tema. I piatti sono realizzati con ingredienti d'ottima qualità, molti dei quali provenienti da agricoltura biologica come, ovviamente, gli ortaggi e le erbe aromatiche di produzione propria. Si possono anche gustare confetture di stagione, a base di zucchine, rabarbaro, melanzane, kiwi, e il miele.

⁵⁸ Da www.vareselandoftourism.it.

Le carni bovine sono prevalentemente di produzione propria o provengono, come le altre carni, da allevamenti selezionati.

L'Agriturismo Cascina Volpi si trova a Montegrino, in Valtravaglia, ed è stato ricavato da un cascinale ristrutturato del 1800. Anche qui si riscoprono gli antichi sapori della pasta fatta in casa, le carni sono di bovini allevati in azienda e le verdure coltivate nell'orto. Sempre in Valtravaglia, a Brezzo di Bedero, l'Agriturismo La Betulla fornisce i prodotti al vicino ristorante Il Caminetto, dove si possono gustare dalle paste all'uovo fatte in casa, al sugo di cinghiale o di noci, al filetto di pesce persico del Lago.

A Orino, all'interno del Parco Regionale Campo dei Fiori, sorge l'Agriturismo I Marroni, dove si preparano artigianalmente confetture e miele e si possono trovare le castagne e piccoli frutti dei vicini boschi.

A Dumenza, in Val Veddasca, si trova la Fattoria Roccolo che vende prodotti tipici, oltre ad organizzare attività come agricampeggio, trekking e ippoturismo,

A Piero, frazione di Curiglia, si trova l'azienda agrituristica Kedo, dove gli ospiti possono entrare in contatto diretto con gli animali allevati (capre, conigli, mucche, maiali) e partecipare alle attività quotidiane di mungitura, pulizia della stalla, foraggiamento e tanto altro.

Anche i bambini possono contribuire a fare il formaggio come una volta e partecipare in prima persona alle fasi della realizzazione, così come imparare a fare il pane, impastando con le proprie mani acqua fresca di montagna e farina per poi sentire la fragranza e gli aromi del pane appena sfornato.

3.8 Il Museo della Cultura Rurale Prealpina di Brinzio

A circa trent'anni dalla nascita, gli ecomusei e, più in generale, la valorizzazione museale del patrimonio etnografico, territoriale o legato alla cultura materiale, attraversano un momento di diffuso interesse.

Il termine ecomuseo è stato introdotto da Hugues de Varine nel 1971, per indicare un museo basato sul patrimonio, il territorio e la popolazione, da distinguere dal museo tradizionale, che si fonda invece sulla collezione, sull'immobile e il pubblico.

L'ecomuseo nasce dalla necessità delle comunità locali di ricercare le proprie radici e di stabilire la propria identità, non diffonde una cultura accademica, ma raccoglie testimonianza della cultura materiale e oggetti, un tempo d'uso comune, il cui significato e la cui utilità si vanno perdendo. Prende infatti anche il nome di "museo d'identità", per la sua funzione di testimonianza, di conservazione e di ricordo.

Oggi esistono in Italia molti modelli di musei interessati alla valorizzazione territoriale che presentano caratteristiche simili anche quando non si chiamano ecomusei. Si tratta perlopiù di istituzioni dedicate alla valorizzazione di alcune attività umane (soprattutto agricole) o di particolari territori o popolazioni. Un esempio per tutti è il Museo delle Genti Trentine di San Michele all'Adige, che rientra nelle istituzioni dedicate alla rappresentazione della vita rurale in senso lato e quindi interessate anche agli aspetti della realtà domestica, dei comportamenti e degli stili di vita.

Il Museo della Cultura Rurale Prealpina è il primo tassello di un nuovo ecomuseo progettato nella zona delle Prealpi Varesine, grazie alla stretta collaborazione tra Comune di Brinzio e il Dipartimento di Informatica e Comunicazione dell'Università degli Studi dell'Insubria.

Inaugurato il 13 Settembre 2008, il Museo risponde anche alla necessità di incentivare nuove forme di sviluppo sostenibile, necessarie alla crescita di un'economia locale, e dal bisogno di tutelare il patrimonio storico e materiale della comunità prealpina.

Disposto su tre piani, si compone di undici sezioni, tra le quali "La cucina", il locale più importante della dimora rurale, dove non solo si preparavano e si consumavano i pasti, ma si passava la maggior parte del tempo, dopo una giornata di lavoro. In un angolo della sala è quindi ricostruita fedelmente una cucina rurale prealpina di fine Ottocento - primi del Novecento.

Elemento caratterizzante e comune a tutte le cucine era il focolare: situato al centro o addossato alla parete, il camino era costituito da un piano basso ed ampio atto ad ospitare al suo interno una o più panche dove sedersi per lavorare o riscaldarsi. Ad un gancio annerito dal fumo venivano appesi il paiolo di rame, il calderone per l'acqua, pentole e padelle per la cottura dei cibi. Altrimenti, tegami

e padelle, come la pignatta, utilizzata in genere per bollire le patate, venivano appoggiati sul treppiede, in ferro battuto, che li sosteneva sulla brace del focolare. Sulla cornice del camino, oltre alla paletta e alle molle per ravvivare il fuoco, si conservava l'olio per accendere lumi, lanterne e candele.

La prima impressione che si ha, osservando una cucina del genere, è quella di un ambiente saturo di oggetti, ma ben organizzato.

Oltre al camino sul fondo, si nota in primo piano la tavola imbandita, povera, con pochi piatti e un asse in legno, che poteva essere di faggio, castagno o vimini, utilizzato per servire la polenta. Vi si poteva trovare anche una grattugia, in ferro forato e battuto a mano, adoperata per grattugiare formaggi duri, patate crude o granoturco. Tutt'intorno, una miriade di oggetti, dalle diverse zangole, utilizzate per la produzione domestica del burro, alla piattaiia, la credenza per riporre piatti di coccio e di legno, alla ghiacciaia, alla moschirola, una cassetta per la conservazione degli alimenti con una retina che li proteggeva dagli insetti.



La Cucina del Museo della Cultura Rurale Prealpina di Brinzio (foto M.Gambaruto)

Nella sezione “Le risorse del bosco” sono esposti diversi oggetti che riguardano il castagno, risorsa di fondamentale importanza nell'intera fascia prealpina lombarda, dalla quale non solo era possibile ricavare un ottimo legname, ma di cui si sfruttavano anche i frutti.

Le castagne venivano raccolte con un rastrello di piccole dimensioni, il cui manico in nocciolo, spesso, presentava incise le iniziali del suo possessore, e poi poste in un cesto in legno di salice o nel cassone, un contenitore in legno di abete o faggio di forma rettangolare.

Al fine di staccare la buccia e la pellicola interna della castagna, si utilizzava un sacco di tela di canapa, che, inumidito per evitarne la rottura, veniva battuto su un tronco da quattro uomini a turno, più uno che scandiva il ritmo. Successivamente, per pulire piccole quantità, non solo di castagne, ma anche di grano e di mais, le donne utilizzavano il “ventilabro”, con il quale si lanciavano in alto affinché il vento ne eliminasse pula e impurità.

La struttura museale si collega già con alcuni luoghi siti nell’abitato e nel territorio di Brinzio (come la *grà* per essicare le castagne) al fine di costituire il progettato ecomuseo, che comprenderà un’area più vasta del territorio, incluse ad esempio le selve castanili ed i percorsi naturalistici del parco.



A sinistra, in primo piano, sacco di tela per la battitura delle castagne su tronco e cesto in legno di salice; sullo sfondo, rastrello e cassone. A destra, un ventilabro. (Museo della Cultura Rurale Prealpina di Brinzio; foto M.Gambaruto)

CAPITOLO QUARTO

SLOW FOOD E LE PROSPETTIVE DI VALORIZZAZIONE DEL TERRITORIO: LE PREALPI VARESINE

4.1 “*Slow Food* Revolution”

La storia di *Slow Food*, un movimento destinato a diventare in tutto il mondo sinonimo di una nuova filosofia del gusto e dei valori della terra, è legata a quella del suo carismatico leader, Carlo Petrini.

Nato a Bra (CN) il 22 giugno 1949, partecipò ai movimenti giovanili studenteschi del '68, prima di dedicarsi alla cultura materiale del cibo e della convivialità.

Nella primavera del '79, Petrini entrò nel direttivo nazionale dell'Arci e organizzò una manifestazione che ebbe molto successo e che riportava in auge l'antica manifestazione di “cantar le uova” (in dialetto *Canté i' euv*). Riuscì quindi a trasformare una sagra paesana in una manifestazione di livello internazionale facendo arrivare in città tanti gruppi da tutta Europa.

Con la fondazione della “Libera e Benemerita Associazione Degli Amici del Barolo”, nel novembre dell'81, nacque una prima unione organizzata con scopi a metà tra il goliardico e il sociale. Essa era collegata al circolo culturale della sinistra Arci Langhe e fu il primo nucleo di quella che diventò, nel 1986, Arcigola. I fondatori furono: Carlo Petrini, Bartolo Mascarello, produttore di Barolo di fama internazionale, Azio Citi, Giovanni Ravinale e Silvio Barbero, attuale Segretario Nazionale di *Slow Food*: il loro slogan era: “Il Barolo è democratico, o quantomeno può diventarlo”.⁵⁹

L'associazione si distinse sin dai suoi esordi da tutti gli altri circoli Arci, per la particolare attenzione rivolta alla ristorazione e al mangiare sano e per una posizione ideologicamente neutrale perché “le papille gustative non hanno colore politico”⁶⁰. Per la prima volta, l'associazionismo di sinistra si accostò a temi ritenuti di scarso livello culturale, come l'enogastronomia e il turismo ad essa legato, rivendicando quel “diritto al piacere” che diventerà poi il cavallo di

⁵⁹ C. PETRINI, 2005, p.24.

⁶⁰ C. PETRINI, 2005, p.18.

battaglia della futura Arcigola. I fondatori della Lega erano riusciti ad organizzare i loro primi corsi di degustazione e avevano iniziato a vendere vino e prodotti tipici langaroli per corrispondenza.

Si trattava di portare all'attenzione un aspetto "a volte troppo trascurato della vita di tutti i giorni: il mangiare. Spesso lo tralasciamo, spesso ci abbuffiamo senza peraltro curarci del gusto del cibo. E' questa una tendenza che dobbiamo invertire affinché l'arte del mangiare e l'arte culinaria, che comprende sia la preparazione che la degustazione dei cibi e delle bevande, tornino a ricoprire l'importanza che meritano."⁶¹

Nel 1986, Petrini fondò Arcigola, dando piena autonomia e legittimità di "lega gastronomica" ad una realtà già esistente, ma solo parzialmente consolidata.

Il nome traeva spunto dalla rivista milanese La Gola, mensile del cibo e delle tecniche di vita materiale, che uscì per la prima volta nell'ottobre 1982 e di cui Petrini faceva parte come consulente. Da questa collaborazione presero il via gli ormai famosi corsi di degustazione e i diversi incontri conviviali, che caratterizzano ancora oggi *Slow Food*. Arcigola si proponeva di diffondere una nuova filosofia del gusto che coniugasse conoscenza e piacere. Fu messo in discussione l'entroterra culturale e sociale che per secoli aveva rilegato la gastronomia, da un lato in un ambito folcloristico della sagra di paese, privo di dignità culturale colta, dall'altro in un contesto di consumo alimentare gratificante, ma ristretto ad una élite rappresentata dalla Accademia Italiana della Cucina, fondata a Milano nel 1953.

Petrini e il suo gruppo intuirono la possibilità di sviluppare un discorso colto e al tempo stesso di massa, che non voleva escludere nessuno. In quel periodo si crearono i valori e gli ideali che diverranno la base e il fondamento della futura Associazione No Profit futura e a cui essi faranno costantemente riferimento. Iniziarono ad apparire gli elementi di quella che sarebbe stata una teorizzazione del movimento negli anni successivi: la salvaguardia del patrimonio agroalimentare, le tematiche enogastronomiche e di tutela dell'ambiente, un

⁶¹ C. PETRINI, 2005, p.19.

mutamento articolato e differenziato nell'ambito delle strutture educative e soprattutto del mercato.

A differenza della precedente esperienza associativa, Petrini e gli altri aderenti ad Arcigola decisero di organizzare autonomamente l'attività e di gestire direttamente le quote del tesseramento, senza più lasciare all'Arci questa funzione. I primi passi mossi dall'organizzazione si rivolsero a rilanciare prodotti tipici locali e metodi agricoli dimenticati attraverso l'istituzione delle Condotte⁶², per riportare l'attenzione sul principio della convivialità, della qualità del cibo e del gusto dando la possibilità a tutti di accedere ad un cibo sano.

Fu convocata un'Assemblea Costituente che si svolse il 26 e 27 luglio 1986 alla Tenuta Fontanafredda a Serralunga d'Alba e al Castello di Barolo, che si concluse con l'elezione di Carlo Petrini come Presidente, affiancato da Silvio Barbero, attuale Segretario Nazionale, e di un Consiglio composto da dieci Governatori, il cui mestiere era legato alla gastronomia: produttori vinicoli, enologi, giornalisti.

Lo stesso anno, uscì la prima rivista di Arcigola, *Il Rosmarino*, mentre sulla rivista *Barolo & Co*, diretta da Gigi Padovani, incominciarono ad uscire le recensioni di ristoranti e di osterie nella rubrica "Piemonte in tavola", firmate da Carlo Petrini. Iniziò anche la collaborazione con l'insero dell'Unità "Andata e Ritorno", per cui Petrini scrisse, nel primo anno, una ventina di articoli.

Quando, nel 1985, arrivò in Italia il primo *McDonald's*, si stabilì nell'alimentazione un concetto che prima non esisteva: lo *standard*, che trae la sua origine dall'industria e non dalla preparazione millenaria dei cibi. Ovviamente, l'avvento del *fast food* era visto con orrore e preoccupazione dal gruppo di Petrini, che, a forza di sentirne parlare, cercò di costruire una linea difensiva coniando il termine *slow food*. Venne redatto un manifesto della nuova filosofia, che intendeva recuperare il valore del corpo e del piacere, contro la nuova cultura del profitto e della velocità. L'obiettivo non era soltanto il cibo, ma si voleva rivalutare la lentezza della vita e dei suoi oggetti, per questo la nuova associazione

⁶² Il termine "Condotto" è la versione italiana di "Convivium". I Convivia sono 800 delegazioni di territorio in cui gli 83000 membri di *Slow Food* sono organizzati in 122 Paesi del mondo. In Italia i soci sono circa 35000 e le Condotte sono 350. Responsabile della Condotto, o Convivium, è il Fiduciario o Convivium leader, il quale, facendo da tramite tra gli associati e la sede centrale, organizza per i soci appuntamenti e iniziative. Alcune delle caratteristiche più autentiche del movimento sono il radicamento sul territorio, il decentramento (e quindi la valorizzazione delle tipicità) e il carattere volontario del lavoro dei rappresentanti associativi.

scelse come simbolo una lumaca: “E’ infatti sotto il segno della lumaca che riconosceremo i cultori della cultura materiale e coloro che amano ancora il piacere del lento godimento. La lumaca *slow*.”⁶³

Il 10 novembre 1989, a Parigi, si presentò il neonato movimento al mondo e 400 soci provenienti da 18 nazioni firmarono l’adesione al manifesto, semplificato e tradotto in otto lingue.

Oggi *Slow Food* afferma la necessità di: educare al gusto, all’alimentazione, alle scienze gastronomiche; di salvaguardare la biodiversità e le produzioni alimentari tradizionali ad essa collegate; di promuovere un nuovo modello di agricoltura, rispettoso dell’ambiente, delle tradizioni e delle identità culturali, capace di avvicinare i consumatori al mondo della produzione.

Dal titolo del libro di Petrini, il nuovo concetto di qualità gastronomica che sottende tutte le manifestazioni organizzate dall’associazione è “Buono, pulito e giusto”⁶⁴. Buono si riferisce al senso di piacere derivante dalle qualità organolettiche di un alimento, ma anche alla complessa sfera di sentimenti, ricordi e implicazioni identitarie derivanti dal fattore affettivo del cibo; pulito indica qualcosa che è prodotto senza stressare la terra, nel rispetto degli ecosistemi e dell’ambiente; giusto sta per conforme ai concetti di giustizia sociale negli ambienti di produzione e di commercializzazione.

I sostenitori di questo concetto si definiscono “eco-gastronomi”, non più divoratori di cibo ingordi ed egoisti, incuranti di ciò che sta loro attorno e appartenenti ad un’élite facoltosa, ma individui consapevoli di poter incidere, con le loro scelte, sul mercato e, di conseguenza, sulla produzione alimentare.

⁶³C.PETRINI, 2005, p.94; dal Manifesto di *Slow Food*, comparso la prima volta sulla prima pagina del Gambero Rosso (anno II numero 11), il 3 novembre 1987, ad opera di Folco Portinari, allora dirigente Rai a Milano.

⁶⁴C.PETRINI, 2006.



La lumaca *slow* (Cartolina dal sito *Slow Food*)

4.2 *Slow Food* e la montagna

“La montagna non divide: unisce. Perché viene voglia di attraversarla per vedere cosa c’è dall’altra parte.”⁶⁵ Anche se Carlo Petrini non ricorda da chi abbia sentito questa insolita, ma illuminante frase, ne condivide pienamente il concetto.

Secondo il fondatore di *Slow Food*, in Italia si è delineata una cultura montana ben riconoscibile ed omogenea, anche se con innumerevoli varianti. La montagna infatti unisce anche gastronomicamente: le frequentazioni tra opposti versanti del Gran Paradiso, per esempio, hanno portato alla nascita della *seupetta cogneintze*, piatto in cui fontina valdostana e pane raffermo si uniscono al riso, coltivato in pianura e cotto con le modalità tipicamente lombardo-piemontesi del risotto.

Ma la montagna unisce anche luoghi molto distanti, con la presenza di piatti simili, ma mai identici. Le *pappe*, ad esempio, ovvero la polenta e il suo ascendente meridionale, il macco di legumi, sono diffuse ovunque nelle Alpi e negli Appennini. Un’unica e semplicissima procedura ha dato origine a innumerevoli ricette: la polenta è sempre fatta di farina di granoturco, acqua e sale, ma la genialità sta nel variarne la consistenza e, soprattutto, nel combinarla con altri ingredienti autoprodotti.

Una delle più importanti produzioni montanare è il formaggio, ma, secondo Piero Sardo, Presidente della Fondazione *Slow Food* per la Biodiversità, è ragionevole

⁶⁵ C. PETRINI, La Repubblica, 1 giugno 2008.

pensare che tra venti, massimo trent'anni, non esisteranno più formaggi di malga.⁶⁶ Infatti, il sistema delle malghe da latte è complesso e delicato: richiede la presenza di professionisti, sottoposti per quattro mesi a una fatica notevole. Il pastore tutti i giorni munge e caseifica, sala le forme del giorno prima e gira quelle di due giorni prima, e, nel frattempo, deve badare agli animali, lavare gli attrezzi, pulire le stalle, ricevere i turisti e i controlli sanitari. Le giovani generazioni spesso non accettano una vita tanto faticosa e di conseguenza il sistema si incrina.

Un altro elemento di difficoltà riguarda il consumatore, che non sa distinguere la qualità di un formaggio industriale da un formaggio di alpeggio, il più delle volte non sa nemmeno che cosa sia un alpeggio o una malga. Inoltre, non esiste una disciplina dei marchi che preveda l'indicazione "formaggio d'alpeggio" sulle etichette. Così, negli anni, il gusto medio si è assestato su un tipo di formaggio neutro, standardizzato, che verrà sempre preferito rispetto a quello di montagna. Quindi, anche se i malgari resistessero, alla fine probabilmente saranno i consumatori a decretarne la scomparsa. Ma il formaggio di malga, nonostante possa per qualcuno apparire inutile, deve essere preservato perché rappresenta non solo un patrimonio culturale ed ambientale, ma soprattutto l'eccellenza di quell'antica e affascinante pratica umana che è l'arte casearia.

Il latte degli animali al pascolo in quota è più grasso, più ricco e contiene importanti fattori antiossidanti. Il formaggio di montagna è preparato a latte crudo, per cui mantiene inalterate tutte le caratteristiche. Inoltre i casari utilizzano spesso tecniche tradizionali e utensili antichi. Le strutture fondamentali di un formaggio tradizionale nascono da pratiche specifiche che vanno preservate, per cui bisognerebbe fare tutto il possibile perché la scomparsa dell'alpeggio non si verifichi.

Un inizio potrebbe essere quello di garantire un marchio di qualità che distingua il formaggio di montagna dagli altri. Poi promuovere campagne di sensibilizzazione nelle scuole e presso i grandi acquirenti. Le normative igienico-sanitarie andrebbero semplificate, oltre a fare in modo di modernizzare le strutture in quota,

⁶⁶ P.SARDO, 2003, pp.47-49.

senza stravolgerle, e conferire un maggior prestigio alla professione di pastore-malgaro.

Naturalmente le istituzioni preferiscono le scorciatoie anziché le azioni a lungo respiro: caseifici a valle, allargamenti delle aree DOP, aiuti economici indiscriminati, progetti insensati di modernizzazione di aree che non consentono tali operazioni. Inoltre, rimane sempre presente la tentazione di trasformare i paesaggi alpini per il consumo sciistico di massa, cosicché le malghe, se non spariranno del tutto, si trasformeranno in agriturismi e rifugi, dove la produzione potrebbe venire modificata o addirittura interrotta.

Tra le 160 specialità agroalimentari a rischio di estinzione, *Slow Food* ha individuato anche dieci formaggi delle Alpi. In attesa di estendere la valorizzazione a tanti altri prodotti, comunque, si è già attivato un buon rapporto con i consumatori, i ristoratori, i commercianti e si sono rivitalizzate filiere produttive che sembravano destinate ad estinguersi.

4.3 *Slow Food* e l'economia locale

Silvio Barbero, Segretario Nazionale *Slow Food* Italia, ha illustrato, durante il Convegno sull'Economia del Prodotto Locale, che si è tenuto a Varese nel maggio 2008, i contributi di *Slow Food* per lo sviluppo dell'economia locale.

Secondo Barbero, esistono due modelli di produzione del cibo: uno, quello più diffuso, rientra nell'economia di mercato globale; l'altro, è un modello diverso, che si sta cercando di rilanciare, ovvero quello delle economie locali.

L'economia di mercato globale si fonda sull'idea di una Terra dalle risorse inesauribili, di cui prevede uno sfruttamento intensivo allo scopo di aumentare sempre il profitto. In questo modo, la biodiversità viene ridotta progressivamente perché l'economia si basa su un modello produttivo basato sulla quantità e legato dal territorio.

Per l'economia locale, invece, il territorio è un valore, di cui bisogna difendere l'identità, soprattutto recuperando le filiere corte. Si basa sulla prevalenza della cultura sull'economia, le sue priorità sono il benessere dell'uomo, il rispetto del territorio, la sostenibilità.

L'economia di mercato globale porta l'agricoltura ad assumere un ruolo sempre più marginale nei confronti della chimica, mentre le tecnologie diventano sempre più invasive e pesanti. I terreni perdono così la loro fertilità e la desertificazione avanza a livello mondiale.

Questi due modelli non possono che scontrarsi e, a seconda di quello che prevarrà, avremo due scenari completamente diversi.

La localizzazione implica meno sconvolgimenti sociali ed ambientali della globalizzazione, ed è di gran lunga meno costosa da realizzare. Infatti significa spostare l'attività economica nelle mani di milioni di piccole e medie imprese, invece di concentrarla in un numero sempre minore di mega-società. Non significa che ogni comunità debba essere completamente autosufficiente, ma semplicemente esprime la necessità di accorciare il più possibile la distanza tra produttori e consumatori.

Un sistema alimentare locale consiste nella disponibilità di prodotti freschi, coltivati in poderi vicini, venduti nei mercati in piazza e in piccoli negozi locali. In questo modo, i "chilometri alimentari", cioè la distanza che il cibo percorre dalla terra al piatto, sono relativamente pochi, il che riduce l'uso di combustibili fossili e il relativo inquinamento.

Inoltre, i mercati globali richiedono produzioni intensive ed uniformi, le monocolture, che eliminano dai campi tutto, tranne la coltura da vendere, mentre i mercati locali danno agli agricoltori un incentivo alla diversificazione. Così questi ultimi, non usando i pesanti macchinari delle monocolture, eliminano anche una delle principali cause di erosione del suolo. Diversificando le colture, le coltivazioni sono anche meno soggette alle malattie e viene meno la necessità di ricorrere a pesticidi artificiali. I piccoli poderi con tante produzioni diverse favoriscono le economie locali, anche creando posti di lavoro, poiché sono più adatti alla manodopera che a grandi macchine.

Infine, il denaro che il consumatore spende per mangiare va direttamente al contadino e non a lontane società finanziarie. Il costo del cibo globale non traspare nel prezzo del supermercato, ma lo paghiamo con le tasse, per finanziare la ricerca sui pesticidi e le biotecnologie o per dare sussidi alle infrastrutture di trasporto.

L'aumento dei prezzi che invece spesso si riscontra nel cibo locale risponde all'esigenza di riconoscere il valore dell'attività agricola e solo in questo modo, secondo Barbero, i modelli di produzione artigianale potranno sopravvivere.

Slow Food ha intrapreso la sua campagna in favore dell'economia locale, salvaguardando le produzioni tradizionali tramite i Presìdi; mettendo in comunicazione contadini, pescatori e allevatori di tutto il mondo tramite le Comunità del Cibo; eliminando il commercio inutile dei prodotti accorciando la filiera, tramite i mercati contadini e le forniture a "chilometri zero".

4.4 I Presìdi

Allo scopo di salvaguardare la biodiversità sostenendo le piccole produzioni eccellenti che rischiano di scomparire, nel 1999 *Slow Food* ha istituito i Presìdi, attraverso cui valorizzare territori, recuperando mestieri e tecniche di lavorazione tradizionali, salvando dall'estinzione razze autoctone e antiche varietà di ortaggi e frutta. Il nome deriva da una battuta di Petrini che, venuto a conoscenza del rischio di estinzione dei capponi di Morozzo (CN), disse: "Bisogna presidiare militarmente questi allevamenti, impedire che siano distrutti dalla globalizzazione che avanza."⁶⁷

La parola Presìdio, all'inizio, suscitò qualche perplessità perché appariva un po' bellicosa, ma "presidiare", in realtà, significa anche "proteggere". E' stata istituita a questo scopo una commissione formata da agronomi, ma non solo, anche da storici, che prende in esame un prodotto estinto o in via d'estinzione a causa del mercato. *Slow Food* ama definire questi prodotti, non tipici, ma storico-locali.

I Presìdi coinvolgono direttamente i produttori, che si uniscono in consorzi, in modo da essere più uniti e tutelati. *Slow Food* offre l'assistenza per migliorare la qualità dei prodotti, facilita gli scambi fra Paesi diversi e cerca nuovi sbocchi di mercato, locali e internazionali. Per diventare Presìdi, i prodotti devono essere di qualità particolare, definita dagli usi e dalle tradizioni locali, ma devono essere soprattutto legati alla memoria e all'identità di un gruppo. La materia prima deve

⁶⁷ C. PETRINI, 2005, p.141.

essere di provenienza locale e i prodotti devono essere legati ad un'area specifica da un punto di vista ambientale, socio-economico e storico. Devono inoltre essere realizzati in quantità limitata da aziende di piccole dimensioni e devono essere a rischio di estinzione. Realizzare un Presidio ha una serie di costi: le visite in loco, le riunioni con i produttori, la realizzazione del materiale divulgativo – articoli, *dépliant*, cartellonistica - la partecipazione alle manifestazioni *Slow Food*, l'assistenza tecnica. Tutto ciò non è compensato da introiti diretti. I produttori, naturalmente, non pagano per entrare in un Presidio, né *Slow Food* commercializza i loro prodotti, per cui nei Paesi poveri i produttori sono finanziati dalla Fondazione *Slow Food* per la Biodiversità, mentre in quelli che dispongono di risorse sufficienti, i costi sono supportati da sponsor locali (Province, Comuni, Comunità Montane, Parchi, ecc.).

I Presidi che riguardano prodotti della montagna in tutto il mondo sono trentuno, dall'Aglio di Resia del Friuli Venezia Giulia, al Caffè delle Terre Alte di Huehuetenango del Guatemala, al Bitto delle montagne lombarde. Se si considera che in totale si contano circa 290 Presidi, si può concludere che sui monti sia più raro trovare specie in via d'estinzione poiché nelle terre marginali, quelle che non hanno conosciuto l'agricoltura industriale, le varietà tradizionali esistono ancora, magari solamente lontane dall'orizzonte percettivo e della memoria.

Un esempio di come l'istituzione di un Presidio in montagna⁶⁸, così come altrove, possa migliorare l'economia è quello dell'*Amaranto di Tehuacàn* in Messico. In questa regione ormai da anni si era sostituita la coltivazione dell'amaranto (una pianta dai chicchi commestibili che vengono consumati come cereali e alimento sacro per gli Atzechi) con quella del mais, di cui si servivano le grandi multinazionali, per venderlo in tutto il mondo. Così *Slow Food* ha creato il Presidio dell'amaranto, che, essendo una specie autoctona, rende molto di più, non impoverisce il terreno e offre possibilità di guadagno agli abitanti.

Secondo la filosofia *Slow Food* questi modelli agricoli salvaguardano la biodiversità e potenzialmente permetterebbero a tutti di avere cibo a sufficienza.

⁶⁸ Le informazioni sui Presidi dell'Amaranto e su quelli in progetto nelle Prealpi Varesine sono state reperite nell'arco dell'intervista con Ivan Rovetta, Fiduciario della Condotta *Slow Food* di Varese, del 15/07/08.

Al momento, in provincia di Varese, non ci sono Presìdi, ma la Condotta locale sta valutando due prodotti: la mortadella di fegato e lo *Zincarlìn*. Entrambi sono già Presìdi in altre zone, in Val D'Ossola la prima e in Val di Muggio, Svizzera, il secondo, mentre nel Varesotto, finora, non si è riusciti a valorizzarli in modo adeguato.

Lo *Zincarlìn*, detto anche *Sancarlìn* e in innumerevoli altri modi, è tipico di tutta la zona del Ticino, del Varesotto e del Comasco e ha un corrispondente con il *Bruss* piemontese. Si tratta di un formaggio di risulta (sembrerebbe infatti che il nome derivi da un termine celtico che significa appunto “recupero”).

Nell'economia povera di un tempo, ciò che avanzava di un formaggio fresco, veniva messo in recipienti di legno o di coccio e posto in luoghi di conservazione mai abbastanza freschi, per cui subiva un processo di maturazione, per poi venire impiegato in ricette diverse. Ci sono decine di varianti di *Zincarlìn*, ad esempio a Varese si utilizza la base del caprino fresco, mentre a Como si utilizza la ricotta.

Nel Canton Ticino *Slow Food* è presente da vent'anni e oggi conta circa 180 soci⁶⁹. In questo territorio, il progetto dei Presìdi è cominciato prima che altrove probabilmente perché è una zona prevalentemente montuosa in cui si sono mantenute maggiormente le tradizioni e l'agricoltura è ancora molto praticata, anche come *hobby*. I Presìdi nel Canton Ticino attualmente sono quattro, ma altri sono in fase di progettazione, come quello per la mortadella di fegato, che si vorrebbe istituire a livello di Regione Insubrica.

4.5 Mercati contadini e forniture a “chilometri zero”

Slow Food si propone, attraverso nuovi modelli distributivi, di recuperare i meccanismi di filiera corta, ovvero quell'insieme di attività che prevedono un rapporto diretto tra produttore e consumatore, accorciando il numero degli intermediari commerciali e diminuendo il prezzo finale.

⁶⁹ Le informazioni sulle attività di *Slow Food* in Canton Ticino sono state reperite nel corso dell'intervista a Luca Cavadini, Fiduciario della Condotta *Slow Food* del Canton Ticino, del 30/07/08.

L'idea è quella di creare mercati in cui i contadini possano vendere direttamente ai consumatori, in modo che non ci siano intermediari a stabilire quantità, qualità e prezzi, e i produttori siano così selezionati con cura dai diretti interessati, i consumatori, che diventano così "coproduttori". Questi *farmers market*, diffusissimi negli Stati Uniti, sono anche luoghi di convivialità, dove è possibile fermarsi, parlare, consumare un pasto e un bicchiere di vino in compagnia, dove fare la spesa non è più solo un atto "funzionale" ed alienante, ma diventa tempo riconquistato al piacere e alla socialità. In questo modo, anche piccolissimi produttori, come chi coltiva per l'autoconsumo, possono vendere periodicamente i prodotti in eccedenza.

Il mercato di Luino è l'unico caso del genere nella provincia di Varese. Si tiene ormai da secoli ogni mercoledì nella cittadina sul Lago Maggiore e attira molti turisti e visitatori anche dalla vicina Svizzera. Lì si possono trovare alcuni *stand* dei produttori agricoli della zona: i frutti di bosco di Montegrino, il miele di Dumenza, i formaggi di Albino Gatta e della Cascina Sciarè. Ma quattro produttori isolati sono pochi: sarebbe necessario che mettessero insieme le loro forze per sviluppare un'economia locale con un'identità più forte. Infatti, in altre realtà, come quella della Toscana, in cui i produttori si uniscono per vendere lo stesso prodotto, i meccanismi di filiera corta sono molto più diffusi e affermati.

Peraltro, secondo l'ultima indagine dell'Antitrust i prezzi al consumo attualmente praticati dalla grande distribuzione nel comparto ortofrutticolo non sono inferiori a quelli praticati dalle altre tipologie di vendita e, in particolare, risultano sensibilmente superiori a quelli praticati dai mercati rionali e dagli ambulanti. Un esempio riguardante proprio il prodotto di punta delle Prealpi Varesine lo conferma: la Formaggella del Luinese è venduta a venti euro al chilogrammo al mercato di Luino, ma sale a ventisei euro e cinquanta alla Coop della stessa cittadina. Quindi, la grande distribuzione applica un rincaro del 20-30% rispetto ai mercati o piccoli negozi e di conseguenza favorisce nei suoi punti vendita l'acquisto di prodotti industriali di bassa qualità. In forte crescita c'è anche la distribuzione del latte fresco alla spina, dove latte di altissima qualità può essere comperato a prezzi variabili tra un euro ed un euro e venti (per il prodotto

cosiddetto “biologico”⁷⁰), mentre sugli scaffali il latte fresco è venduto attorno a un euro e sessanta al litro, riciclando peraltro il contenitore ed eliminando così anche la dispersione dei rifiuti.

Alcuni ristoratori della zona sono riusciti a mettere in pratica la strategia “chilometri zero”, come a Monteviasco, un suggestivo paese di 12 abitanti, arroccato sulle montagne della Val Veddasca e raggiungibile solo a piedi o tramite una funivia⁷¹.

Da sei anni, Gianni Ranzoni è il proprietario della trattoria “Il Camoscio”, dove, alcuni anni fa, ricevette una visita dalla Condotta *Slow Food* di Varese che lo invitò ad un pranzo con i Fiduciari svizzeri, i quali in quel periodo erano intenzionati a lanciare il loro *Zincarlìn*. Ranzoni presentò la sua *Fidichella* calda, un vecchio salume appartenente alla tradizione, che già produceva suo nonno, con polenta e fagioli di Spagna in umido. Fu un successo e dopo pochi mesi il suo ristorante entrò nella guida *Slow Food Osterie d’Italia*, che dal 1991 si dedica alla ricerca delle tavole che propongono le tradizioni culinarie locali.

Tutti gli ingredienti che vengono utilizzati nella cucina del Camoscio sono considerati a “chilometri zero”: dai salumi, che produce Ranzoni, ai formaggi, che provengono dall’azienda agricola Sciarè di Montegrino, alla selvaggina cacciata dallo stesso Ranzoni, tra cui soprattutto la beccaccia, ma anche il camoscio, il capriolo, il cinghiale, il cervo e la lepre. Si cucina anche il pesce, solo di stagione e pescato nelle acque dolci della zona, dal lavarello al gardon alla trota di fiume.

L’aspetto più importante è che la cucina è strettamente legata alla stagionalità: per esempio, dal momento che da novembre ad aprile il formaggio fresco di capra non è reperibile, è necessario sostituirlo con qualcos’altro. Le verdure servite come contorni o antipasti, dalle melanzane ai peperoni ai pomodori e all’ insalata,

⁷⁰ Sull’aggettivo “biologico”, così sfruttato negli ultimi anni, è necessario soffermarsi: l’agricoltura biologica sfutta la naturale fertilità del suolo favorendola con interventi limitati, promuove la biodiversità dell’ambiente in cui opera ed esclude l’utilizzo dei prodotti di sintesi e organismi geneticamente modificati. Ma l’etichetta “biologica” è sottoposta alle pressioni dei regolamenti europei che tirano la qualità verso il basso, per conformarla ai parametri della grande distribuzione e non risponde all’imperativo della rilocalizzazione della nostra produzione agricola. Infatti, si possono comperare carote “bio” provenienti dall’altro capo del mondo e attualmente l’etichetta del “biologico” non si preoccupa del sapore e della varietà, né delle condizioni sociali della produzione. In sintesi, “biologico” non corrisponde sempre a “locale”.

⁷¹ Le informazioni sull’attività del ristorante sono state reperite nell’arco dell’intervista con il proprietario Gianni Ranzoni del 19/07/08.

provengono dall'orto di famiglia. Anche la pasticceria è prodotta in casa, così come le marmellate, i gelati di latte di capra e i sorbetti.

Il pubblico apprezza questo tipo di cucina e lo dimostra l'affluenza che aumenta di anno in anno, anche grazie alla presenza della trattoria sulle guide gastronomiche.



Tagliata di cervo con funghi porcini di Gianni Ranzoni (Foto M.Gambaruto)

I privati invece possono avere la possibilità di acquistare direttamente dal produttore, oltre che nei mercati, anche tramite i GAS (Gruppi di Acquisto Solidale). Un gruppo di acquisto è formato da un insieme di persone che decidono di incontrarsi per acquistare all'ingrosso prodotti alimentari, da ridistribuire tra loro. La solidarietà parte dai membri del gruppo stesso e si estende ai piccoli produttori che forniscono i prodotti, fino a comprendere il rispetto dell'ambiente. Grazie alle grosse quantità acquistate, un GAS consente di realizzare un risparmio notevole.

Ancora una volta, la Svizzera si dimostra un modello da imitare, da quando, nel 1992, è stata fondata a Cadenazzo, in Canton Ticino, una cooperativa composta da produttori e consumatori interessati al prodotto biologico: la ConProBio. Attualmente conta più di 1050 soci, suddivisi in circa 115 centri di consegna. Le ordinazioni si ricevono di giovedì e il venerdì, le consegne avvengono il martedì, il mercoledì o il giovedì. Le persone interessate all'acquisto si uniscono in gruppi

di almeno quattro consumatori e mediante un foglio di disponibilità ordinano i prodotti che ricevono a domicilio.

La ConProBio è stata per questi motivi riconosciuta Comunità del Cibo di Terra Madre, l'incontro mondiale organizzato da *Slow Food* che riunisce produttori e operatori del settore agroalimentare⁷².



La Sig.a Marisa della Cascina Sciaré di Montegrino al mercato di Luino
(Foto M.Gambaruto)

4.6 Le Comunità del Cibo

Le Comunità del Cibo sono gruppi di persone che producono, trasformano e distribuiscono cibo di qualità in maniera sostenibile e sono fortemente legate ad un territorio dal punto di vista storico, sociale e culturale. Le Comunità intendono superare i problemi generati da un'agricoltura intensiva, lesiva delle risorse naturali, e da un'industria alimentare di massa che mira all'omologazione dei gusti e mette in pericolo l'esistenza stessa delle piccole produzioni. Le Comunità del Cibo di tutto il mondo si incontrano ogni due anni a Terra Madre, giunta quest'anno alla terza edizione, in coincidenza temporale con il Salone del Gusto di Torino. Si tratta di un momento di relazione e approfondimento tra tutte le

⁷² Informazioni fornite nel corso dell'intervista a Luca Cavadini, Fiduciario della Condotta *Slow Food* del Canton Ticino, del 30/07/08.

abilità e figure professionali di cui il cibo di qualità ha bisogno per essere prodotto, distribuito e consumato: selezionatori di sementi, cuochi, agricoltori, pescatori, raccoglitori di prodotti spontanei, allevatori, studenti, ricercatori.

A Curiglia con Monteviasco, paese delle Prealpi Varesine del nord, è stata creata la prima Comunità del Cibo della provincia: la Comunità del Cibo dei Produttori di Formaggio di Curiglia, Monteviasco e Piero. L'obiettivo è salvaguardare il *Furmagin de cavra*, un formaggio fresco a coagulazione presamica⁷³, dal sapore dolce che lo rende adatto anche ai bambini⁷⁴.

Albino Gatta è un allevatore di Curiglia che ha aderito al progetto della Comunità e che possiede trenta capre che pascolano liberamente durante il giorno nei dintorni del paese, mentre la sera vengono riportate nella stalla. Produce più di mille forme di formaggio al mese, che vende due volte a settimana, direttamente al consumatore, soprattutto a famiglie (circa cinquanta), a un paio di ristoranti e a qualche negozio, ma lo si può trovare anche al mercato di Luino del mercoledì. Il prezzo non è elevato: sette euro per un piattino contenente quattro formaggini.

La sua è una casa semplice, con una piccola stanza che funge da caseificio per la lavorazione e una ancor più minuscola cantina per la conservazione.

Fino al secondo dopoguerra, a Curiglia, la presenza delle capre e la produzione dei formaggi artigianali era molto forte, ma i formaggini locali che oggi produce Gatta non erano mai stati particolarmente valorizzati. Lui e la moglie, all'inizio degli anni Ottanta, spinti dal desiderio di cambiare vita e tornare alle origini, si trasferirono in un'alpeggio, dove d'estate iniziarono a lavorare il formaggio, mentre durante l'inverno vivevano in Germania. Dopo qualche anno, decisero di trasferirsi definitivamente in una casa a Curiglia e di iniziare seriamente a produrre formaggio quale attività principale. Oltre a frequentare corsi specifici, per imparare a fare il vero formaggio di un tempo, chiesero informazioni e consigli agli anziani, ma non era facile perché non esiste un'unica vera ricetta. Anche perché la maggior parte degli abitanti è convinta che un tempo esistesse

⁷³ La maggioranza dei formaggi si ottiene in Italia prevalentemente per coagulazione presamica, che avviene aggiungendo il caglio (o presame) al latte.

⁷⁴ Dall'intervista a Albino Gatta, produttore di formaggi che ha aderito per primo alla Comunità del Cibo, del 19/07/2008.

solo il formaggio stagionato. Invece, studi condotti in ambito universitario hanno dimostrato che la produzione di formaggio di capra fresco appartiene alla storia locale, e ora molti produttori lo propongono. Le testimonianze raccontano che veniva fatto coagulare dalla mezzora alle due ore, e consumato fresco oppure stagionato leggermente, e proprio quest'ultima versione è quella che è rimasta più impressa nei ricordi degli anziani.

Albino vede la Comunità del Cibo come un'occasione per farsi conoscere, per valorizzare un tipo di allevamento meno intensivo, una produzione artigianale e anche una distribuzione più a misura d'uomo. Non ha intenzione di aumentare la produzione, il suo scopo non è quello di arricchirsi, ma di continuare a perseguire una filosofia di vita semplice, ma autentica



I *furmagin* di capra di Albino Gatta (Foto M.Gambaruto)

L'altra Comunità del Cibo, per ora solo in progetto, nella provincia di Varese, è quella della castagna a Brinzio⁷⁵.

Da quasi 2000 anni, Brinzio si identifica con la castagna ed è stato anche l'ultimo paese ad abbandonare l'economia legata ad essa. A causa di una malattia che ha intaccato gli alberi, il cancro corticale, a fine anni Settanta, i proprietari abbandonarono questo ambiente e si spostarono verso le città. Ma lo fecero, spinti dalla necessità di immediati guadagni, dopo aver abbattuto gli alberi al fine di

⁷⁵ Dall'intervista a Fabio Piccinelli, Presidente della Pro Loco di Brinzio, del 26/07/08.

vendere il legno alle pelletterie, da cui si ricavava l'acido tannico per trattare le pelli.

Da circa un decennio, si è ricominciato a valutare l'ambiente della castagna, con il recupero dei boschi e delle selve castanili, che può portare vantaggi a livello ambientale ma anche didattico, turistico e, se si vuole, economico.

Oltre al Comune, il Parco Regionale Campo dei Fiori è intervenuto offrendo la potatura gratuita a chi avesse aderito al progetto di recupero, dando la spinta iniziale al progetto. Attualmente chi si dedica ad una selva castanile, compie un sacrificio enorme, perché bisogna investire molto e non si tratta di un lavoro remunerativo, per cui solo se si possiede una grande passione si può continuare questa attività.

La Comunità del Cibo che si sta progettando rappresenta un'ottima prospettiva di sviluppo, ma, secondo Fabio Piccinelli, presidente della Pro Loco di Brinzio, senza una filiera completa ed un'adeguata quantità di prodotto la Comunità non può diventare una realtà. Una volta piantato, infatti, un castagno produce i suoi frutti a distanza di cinque o sei anni, quindi, considerando che il recupero vero e proprio è iniziato l'anno scorso, sarà necessario aspettare ancora qualche anno per ottenere una produzione di castagne sufficiente a soddisfare la potenziale richiesta che deriverebbe dalla creazione di una Comunità del Cibo. Inoltre, gli abitanti di Brinzio, sono restii ad accogliere un'associazione come *Slow Food* che, sebbene molto conosciuta, non è varesina, per cui è necessario che venga compiuto un passo alla volta. La Pro Loco cerca di ripetere ogni anno feste e manifestazioni legate alla tradizione, proprio per fare in modo che le origini non vengano dimenticate e negli ultimi anni sembrerebbe che l'affluenza di pubblico stia crescendo. Quindi sicuramente qualcosa si sta smuovendo, ma ci vuole tempo, anche per convincere la gente del fatto che la castagna non è un cibo povero, ma può essere alla base di grandi ricette tradizionali.

Una delle manifestazioni è la Festa Attorno alla *Grà*, un edificio suddiviso in due vani da un graticcio di assi in legno, su cui venivano depositate le castagne al fine di essicarle al fumo ed al calore generato da una fiamma sottostante ricoperta da segatura. Per far disidratare naturalmente le castagne e quindi conservarle più a lungo, si accendeva infatti sotto la *grà* un fuoco lentissimo che bruciava

costantemente per una ventina di giorni. Durante la manifestazione, vengono fatte dimostrazioni su come le castagne venivano estratte dalla *grà* e battute su un ceppo antico, per poi farle assaggiare agli spettatori. Un tempo si facevano bollire con il latte oppure venivano vendute secche o sotto forma di farina.

L'essicatoio riattivato è un luogo ormai familiare a Brinzio, dove è stato appena inaugurato anche il Museo della Cultura Rurale Prealpina, i quali, insieme ad Artemide Ambiente e alla Comunità del Cibo, completerebbero un quadro di attenzione e valorizzazione graduale di tanti aspetti della cultura materiale.



Partecipanti di tutto il mondo a Terra Madre (da www.terramadre2006.org)

4.7 I grandi eventi

Le manifestazioni organizzate da *Slow Food* sono una vetrina internazionale per far conoscere e dare visibilità ai progetti dell'associazione.

Il Salone Internazionale del Gusto è una mostra-mercato mondiale del cibo di qualità che si tiene a Torino e che ad ottobre 2008 giunge alla sua settima edizione. Si tratta di un'esposizione dichiaratamente commerciale, che però ha la peculiarità di essere rivolta principalmente alle produzioni artigianali, a quelle su piccola scala e a quelle da salvaguardare. Fin dagli esordi, ha svolto, nei confronti del pubblico, una funzione educativa, fornendo la chiave di lettura per conoscere l'altra faccia del pianeta alimentazione e comprendere le caratteristiche e la storia di prodotti eccellenti, ma poco conosciuti.

Ad anni alterni rispetto al Salone del Gusto, si tiene a Bra la principale manifestazione biennale dedicata ai formaggi di qualità provenienti da tutto il mondo: *Cheese*.

La manifestazione ospita un grande mercato dei formaggi all'aperto, per le vie e le piazze cittadine, dando largo spazio ai prodotti caseari dei Presìdi e alle iniziative didattiche per far conoscere ed apprezzare le forme del latte. Nei Chioschi di degustazione, non solo si possono assaggiare le ricette tradizionali a base di formaggio, ma si entra in contatto con i territori attraverso laboratori, incontri, presentazioni e dimostrazioni pratiche. Naturalmente spetta a *Slow Food* selezionare i produttori di formaggi che vi possono partecipare, mettendo in evidenza quei prodotti che rispecchiano un'identità.

Grazie ai suoi eccellenti prodotti, formaggi tradizionali o rivisitati delle Prealpi Varesine, Paolo Satta, titolare del caseificio Aristeo a Rancio Valcuvia, ha partecipato all'ultima edizione di *Cheese* nel 2007⁷⁶.

Ma non è che uno degli ultimi grandi riconoscimenti che gli sono stati conferiti. Infatti, con la sua *Bédura* e la Toma di capra ha vinto per due volte consecutive l'Expo dei Sapori a Milano, nel 2004 e nel 2005; nel 2007, gli è stato assegnato il primo premio al Campionato Mondiale dei Formaggi a Cremona, per la categoria "formaggi freschi e a pasta molle" con il suo Tronchetto di Capra; quest'anno, il Caprino gli ha fatto conferire una Targa d'Eccellenza al Concorso Nazionale dedicato esclusivamente ai formaggi di capra, organizzato dall'Onaf (Organismo Nazionale Assaggiatori Formaggi).

La sua produzione è apprezzata da molti operatori del settore, tra cui la Cucina Italiana, rivista pubblicata dal 1929 e letta da decine di migliaia di persone in tutta Italia e nel mondo, che nel numero di giugno 2008 ha dedicato un servizio sui suoi formaggi di capra.

In Valcuvia, la storica produzione dei formaggi di capra era quasi sparita da più di mezzo secolo. Paolo Satta è un veterinario, che dopo un bell'apprendistato e sei mesi di esperimenti in una baita della zona, ha realizzato il suo sogno recuperando

⁷⁶ Le informazioni sull'attività del Caseificio Aristeo e sui prodotti sono state reperite nel corso dell'intervista con Paolo Satta, titolare del Caseificio, del 25/07/08, e dal mensile "La Cucina Italiana", giugno 2008, pp. 102-109.

quella tradizione. Prima di iniziare con la produzione, ha condotto delle ricerche in Francia, Piemonte e Lombardia, focalizzandosi sia sui prodotti tradizionali, sia su quelli che, pur non appartenendo alla tradizione, ha reputato buoni e quindi interessanti.

A Varese le fonti storiche sono scarse e costituite soprattutto dalle testimonianze degli anziani, che ricordano quasi all'unanimità tre tipi di formaggio che fino al primo dopoguerra si producevano in casa per un consumo strettamente familiare: il caprino fresco, la ricotta e la presamica fresca, come la Formaggella del Luinese.

Satta ha cercato di rifarsi a questi quando, nel 2004, ha iniziato la produzione dei suoi formaggi, che, a parte la ricotta, sono tutti preparati con latte crudo di capra:

- Il Tronchetto, che ha una pasta morbida sotto la crosta, e diventa piccante con la maturazione;
- La Formaggella del Luinese Dop, in cui il latte crudo coagula con aggiunta di caglio e la cui stagionatura va da uno a due mesi;
- Il Caprino, che ha un sapore fresco di yogurt e latte e va consumato entro pochi giorni;
- La *Bèdura* e il *Ghizìn*, che differiscono per la maturazione, breve per la prima, lunga nel secondo;
- La Toma, un formaggio a pasta semidura che matura da due a sei mesi, ottenuto sempre con latte crudo che coagula con l'aggiunta di caglio;
- La Ricotta, che si ricava esclusivamente dal siero di capra, di consistenza soffice e gusto dolce.

Il problema, spiega Satta, è informare il pubblico sulle straordinarie proprietà del latte di capra, ma soprattutto sul fatto che il latte crudo non è più a rischio come un tempo, quando capitava che trasmettesse la tubercolosi e altre malattie. Il processo di pastorizzazione, o quello Uht⁷⁷, eliminano i batteri, ma tolgono al latte tutte le caratteristiche organolettiche, che invece rimangono in quello crudo. Per contro, questo deve essere lavorato subito ed è di estrema varietà: il prodotto finale non sarà mai sempre uguale, per cui è impensabile utilizzarlo nell'industria.

⁷⁷ Il trattamento Uht (Ultra High Temperature) è un processo di sterilizzazione, analogo alla pastorizzazione, in cui il latte viene esposto a temperature molto elevate per brevissimi periodi di tempo, in modo da assicurarne la sterilità.

Il latte di capra è più digeribile rispetto a quello vaccino, grazie alle dimensioni ridottissime dei suoi globuli di grasso, non provoca allergie o intolleranze, è ricco di ferro, che ossigena il sangue, e di potassio, che regola la pressione arteriosa.

Paolo Satta cerca di comunicare tutto questo alla sua clientela, che va dai ristoratori, alle famiglie, alla grande distribuzione, tramite il suo sito internet⁷⁸, varie iniziative, tra cui degustazioni e serate, ma soprattutto tramite rapporti diretti con i clienti. La grande distribuzione, ad esempio, manda al suo caseificio i capi reparto affinché imparino ciò che non sanno e in modo che possano poi spiegarlo ai consumatori.



I formaggi di Paolo Satta (Foto da www3.varesenews.it)

4.8 Orto in Condotta e *Cittàslow*

Uno dei primi obiettivi di *Slow Food* è stato quello di contribuire all'educazione alimentare e del gusto per cercare di far avvicinare in modo piacevole e sereno il maggior numero di persone ai principi della corretta alimentazione.

Il progetto Orto in Condotta è studiato proprio con l'intento di educare i bambini a mangiare sano e bene, nel rispetto dell'ambiente che li circonda. I bambini, infatti,

⁷⁸ www.aristeosrl.it.

da un lato rischiano di perdere il contatto con la realtà del mondo agroalimentare, ma, dall'altro, proprio loro possono far avvicinare le rispettive famiglie agli ortaggi ed ai frutti coltivati localmente con metodi naturali.

A metà degli anni '90, Alice Waters, attuale vicepresidente di *Slow Food* internazionale, promosse negli Stati Uniti gli *school garden*, un nuovo metodo di educazione alimentare nelle scuole, basato sull'attività pratica nell'orto e sullo studio e trasformazione dei prodotti in cucina.

Il progetto si è esteso in Italia a partire dal 2003 e, alla fine del 2005, si potevano già contare una cinquantina di orti scolastici, distribuiti in tutta la penisola.

Orto in Condotta è un progetto triennale basato sull'educazione ambientale ed alimentare, attraverso attività in classe e nell'orto, con formatori *Slow Food* che si occupano delle lezioni di aggiornamento con gli insegnanti e degli incontri con i genitori.

A Varese questo progetto è stato attivato per la prima volta quest'anno: l'Orto in Condotta si apre infatti con il nuovo anno scolastico alla Vidoletti, una scuola secondaria di primo grado. Ivan Rovetta, Fiduciario della Condotta *Slow Food* di Varese, non nasconde il suo entusiasmo: "I ragazzi iniziano a conoscere come si coltiva in modo biologico e biodinamico e mangiano ciò che coltivano loro. Diventano produttori e quindi nascono nuove Comunità del Cibo, collegate fra loro, che potranno fornire prodotti alle mense. E' innovativo anche dal punto di vista didattico. Non dimentichiamo che anche Orto in Condotta è una rete mondiale."⁷⁹

L'idea di *Cittàslow* venne nel 1997 a Paolo Saturnini, sindaco di Greve in Chianti, ad una trentina di chilometri da Firenze. Propose così a Petrini di affiancare al movimento di persone anche un "movimento di *slow towns*". Nacque così nel 2000 l'Associazione delle *Cittàslow*, in seguito alla stesura di un manifesto della "sostenibilità urbana" e che oggi raggruppa una cinquantina di centri piccoli e medi sparsi in tutto lo stivale. Gli amministratori di queste piccole realtà rivalutano la tradizione locale nel campo dell'agricoltura, dell'artigianato, del

⁷⁹ Dall'intervista a Ivan Rovetta, Fiduciario della Condotta *Slow Food* di Varese, 15/07/08.

paesaggio storico. Le tecnologie non vengono rifiutate, ma sono declinate in favore dell'uomo, come per esempio la promozione dell'economia all'idrogeno o della telematica.

Castiglione Olona è la prima *Cittàslow* della provincia di Varese e, come nelle altre province, il sindaco si deve impegnare in una politica ambientale che mantenga e sviluppi le caratteristiche del territorio e del tessuto urbano, ad incentivare prodotti alimentari ottenuti con metodi naturali, con esclusione di quelli transgenici, e a predisporre spazi privilegiati per il contatto diretto tra consumatori e produttori. Quello che ne consegue è un meccanismo economico virtuoso, in cui tutti possono guadagnarci, ma senza danneggiare nessuno, anzi favorendo uno sviluppo qualitativamente migliore.

Spiega il direttore di *Cittàslow* e del Palazzo del Gusto di Orvieto, il giornalista Pier Giorgio Oliveti: “Le qualità sulle quali queste città hanno deciso di scommettere servono a contrastare lo spaesamento. Vogliamo arginare i non luoghi – come possono essere certe periferie urbane, i *fast food* uguali in tutto il mondo, i centri commerciali dove la famiglia trascorre il sabato pomeriggio.”⁸⁰

All'interno della regione Insubrica, Mendrisio, in Canton Ticino, è appena diventata la prima *Cittàslow* svizzera. Luca Cavadini, fiduciario *Slow Food* per il Ticino, dice che una delle prime iniziative sarà quella di “puntare a far vendere nei mercati anche chi non ha le licenze, ad esempio semplicemente chi possiede un orto, che potrebbe ottenere il permesso in giorni particolari.”⁸¹

A Chiasso invece partirà da quest'anno l'Orto in Condotta, in progetto ormai da un paio d'anni, in attesa di poterlo estendere ad altre scuole e altre città.

⁸⁰ C.PETRINI, 2005, pp. 135-136.

⁸¹ Dall'intervista a Luca Cavadini, Fiduciario della Condotta *Slow Food* del Canton Ticino, 30/07/08.

CONCLUSIONE

Le informazioni acquisite nel corso della ricerca sono numerose, ma tutte portano a delineare il quadro di una realtà in crescita, dove si praticano molte attività talvolta inaspettate.

Nelle Prealpi Varesine esistono tuttavia molti ostacoli al recupero e alla valorizzazione di una etno-gastronomia tradizionale e al conseguente sviluppo di un'economia locale, così come a quello di un turismo non invasivo e più sostenibile.

Innanzitutto, la scarsa disponibilità di terreni per l'agricoltura rende difficoltoso un incremento della produzione.

In secondo luogo, spesso gli stessi abitanti sono restii all'intervento di enti esterni nella gestione dei loro territori e associano il turismo ai danni provocati altrove dalla ricerca esasperata della tipicità e agli inconvenienti che un territorio può subire dall'afflusso sregolato di turisti gastronomici.

Infine, in queste zone, come già sottolineato, il settore agricolo non è mai stato trainante nell'economia, che invece si è sempre basata sulle industrie, perciò non si tratta, come altrove, solo di recuperare costumi ed usanze dimenticate, ma spesso di ricostruirle. Quando si parla di storia di Varese, ci si riferisce alla storia delle industrie soprattutto meccaniche, tessili, calzaturiere, aeronautiche⁸² ma mai ad una storia agraria legata allo sfruttamento delle risorse naturali (con alcune eccezioni come nel caso del castagno nel Brinziese). Ma ora che la maggior parte di quelle industrie non esiste più, dovrebbe essere superato anche lo stereotipo di Varese-provincia industriale.

D'altro canto, ciò che è stato realizzato negli ultimi anni dimostra quanto molti credano nei progetti di valorizzazione di questo territorio e che, lavorando tenacemente, si possono raggiungere grandi risultati. Fino a poco tempo fa, nessuno avrebbe immaginato che si potesse arrivare a creare un paniere di prodotti tipici così consistente e di qualità, o che la gastronomia di Varese potesse essere tanto rinomata da partecipare a eventi internazionali.

⁸² P.MACCHIONE, 1991.

I risultati della ricerca hanno messo in evidenza una realtà molto articolata e diversificata: si va dalle Pro Loco alle Comunità Montane, dalla Provincia a *Slow Food*. In una situazione ideale, tutti gli enti e le varie associazioni che si occupano della valorizzazione del territorio dovrebbero collaborare nel perseguire gli stessi obiettivi, ma questo non è sempre possibile in quanto sussistono incomprensioni e mancanza di coordinamento. Nella provincia di Varese, *Slow Food* ha tentato, riuscendoci in diversi casi, di interfacciarsi con le varie iniziative locali e sembrerebbe sulla strada giusta per compiere un'auspicabile riunificazione della rete.

Da qualche tempo, infatti, il movimento collabora con l'Università degli Studi dell'Insubria per condurre le ricerche storiche su particolari prodotti e tecniche di produzione, necessarie all'avvio di Presìdi o Comunità del Cibo. In secondo luogo, *Slow Food* è stato invitato dalla Comunità Montana della Valcuvia, dal Comune e dalla Pro Loco di Azzio all'edizione 2008 di "Corni e pecc", per la presentazione del Tomino di Capra e la castagna di Brinzio e, negli anni passati, ha partecipato alla Mipam, mostra dell'allevamento e dei prodotti della montagna, organizzata dalla Comunità Montana Valli del Luinese.

Insieme ad Artemide Ambiente, società che si sta occupando del ripristino delle selve castanili a Brinzio, il movimento ha organizzato momenti di degustazione al fine di convincere i consumatori sull'importanza della castagna in un variegato panorama di possibilità culinarie che vanno dall'antipasto al dolce, sia con ricette tradizionali che con nuovi accostamenti e sapori.

Inoltre, "Cascina Sciaré", azienda agricola di Montegrino, specializzata nella produzione di formaggi tipici di capra, ha in diverse occasioni accostato il suo nome con quello del movimento, oltre a fornire regolarmente i suoi prodotti alla trattoria "Il Camoscio" di Monteviasco, annoverata da *Slow Food* nella guida Osterie d'Italia, che dal 1991 si dedica alla ricerca delle tavole che propongono le tradizioni culinarie locali.

Recentemente è stata creata la prima Comunità del Cibo a Curiglia con Monteviasco, con l'obiettivo di salvaguardare il *Furmagin de cavra*, e la Comunità della Castagna è in progetto a Brinzio. L'eccellenza dei formaggi del

Caseificio Aristeo di Rancio Valcuvia, infine, è stata riconosciuta da *Slow Food* che ha invitato il titolare a partecipare ad un evento internazionale come *Cheese*.

Da quest'anno anche il progetto Orto in Condotta è stato accolto dalle scuole varesine e Castiglione Olona è diventata la prima *Cittàslow* della provincia.

Il modello a cui la Condotta di Varese tende è quello del vicino Canton Ticino, un territorio prevalentemente montuoso in cui si sono mantenute maggiormente le tradizioni e l'agricoltura è ancora molto praticata, anche come *hobby*. Le iniziative di *Slow Food* in quella zona riscuotono più successo, anche se spesso i prodotti locali e le tecniche da valorizzare sono gli stessi delle nostre Prealpi.

Trattando di *Slow Food*, il termine strategia non può essere inteso come tattica aziendale, ma deve assumere il significato di un principio generale stabilito una volta per tutte e poi applicato alle singole realtà locali di tutto il mondo. Da *Slow Food*, quindi, più che aspettarsi strategie precise, ci si aspetta una diffusione capillare di una filosofia, che cerca di raggiungere tutti i livelli, attraverso la figura del Fiduciario, che lavora assiduamente per trovare nuove strade, in linea con i principi del movimento. Una delle caratteristiche dell'associazione, infatti, è la sua totale trasversalità: si tende a dialogare con tutti (enti, istituzioni, università) perché l'obiettivo non è procurarsi nuovi soci, ma diffondere una sensibilità. Le difficoltà spesso incontrate dalla Condotta di Varese nella comunicazione e nel coordinamento con l'esterno si riconducono al fatto che il Fiduciario debba spesso lavorare da solo, o con pochissimi collaboratori, sempre su base volontaria. A differenza di ciò che avviene in un'azienda, *Slow Food* rimane un'associazione basata sul volontariato, dotata di libertà e priva di rigidi organigrammi e la sua forza sta anche in questo.

Quando il Fiduciario, nella sua ricerca di consensi, trova un riscontro positivo, a quel punto le strategie o, se vogliamo, i modelli di riferimento secondo cui procedere sono i principi di Petrini. Per cui nulla può essere lasciato alla personalizzazione o all'improvvisazione: il modello di riferimento è sempre una realtà internazionale.

Una delle strategie più importanti del movimento rimane sicuramente la ricostruzione storica di culture spesso dimenticate che, come già detto, avviene grazie alla collaborazione con le Università. *Slow Food* si avvicina ad un prodotto

studiandolo dal punto di vista storico e, se questo risponde a diversi requisiti, viene applicata la strategia di valorizzazione, come l'istituzione di un Presidio o di una Comunità del Cibo.

Da parte loro, le Pro Loco o i Comuni non possono agire sistematicamente allo stesso modo, e, dovendo attirare turisti, talvolta improvvisano sagre paesane a base di qualunque alimento che possa convincere il pubblico a visitarle. D'altronde non si potrebbe nemmeno valorizzare una provincia come Varese basandosi esclusivamente sui prodotti legati storicamente alla comunità, perché il numero sarebbe troppo esiguo.

Si coglie da parte di tutti il senso di dover recuperare il tempo perduto, in una provincia che, dopo essersi lasciata alle spalle la vocazione industriale e turistica (intesa come presenza di seconde case sul territorio), vuole puntare su nuove attività e nuove forme di attrattività.

Soprattutto *Slow Food*, proprio perché in questa zona il movimento rappresenta ancora una realtà piuttosto sommersa pur avendo fatto progressi, sembra voler accelerare i tempi, come dimostra la volontà di istituire la Comunità del Cibo a Brinzio. Ma gli abitanti dimostrano un atteggiamento più cauto: secondo loro senza una filiera completa ed un'adeguata quantità di prodotto la Comunità non può diventare una realtà. Senza dimenticare che, al contrario di altre zone dove l'associazione è sicuramente più radicata, nel paese della Valcuvia gli abitanti hanno inizialmente espresso una certa diffidenza per un movimento che non è varesino e non si sentono ancora pronti. Questo può essere un reale problema di incomprensione: *Slow Food* non dovrebbe essere vista come un'imposizione, ma come un'opportunità, una risorsa da utilizzare al meglio. Le Comunità del Cibo che le Condotte cercano di realizzare risolverebbero i problemi legati ai marchi DOP e IGP, riconoscimenti costosi e che impongono, in questo caso sì, un aumento della produzione. Inoltre questi certificati di qualità dettano rigide regole europee alle quali i produttori devono necessariamente sottostare. Al contrario, una Comunità del Cibo non richiederebbe né costi né aumento della produzione, e permetterebbe ad un tavolo provinciale di veterinari, specialisti e Asl locali di interpretare le leggi europee a favore dei piccoli produttori.

L'aspetto più importante per cambiare alcune mentalità diffuse è la comunicazione che si può fare soprattutto tramite eventi, ma anche tramite siti internet. Stupisce per esempio che una manifestazione come la Mipam non abbia un sito, mentre è disponibile e anche molto ricco di documentazioni quello di "Corni e pecc".

Esiste sicuramente il desiderio da parte del pubblico di consumare prodotti genuini e autentici, ma si percepisce anche molta confusione nella circolazione delle informazioni. Negli ultimi anni abbiamo constatato che non tutto ciò che è artigianale deve necessariamente essere anche genuino, buono e sicuro; infatti il consumatore attento e informato spesso preferisce il prodotto industriale perché sa che è maggiormente controllato. Per questo è importante creare una cultura nel consumatore, su che cosa è buono (rispetto a materie prime, animali, uso di sostanze aggiuntive), ma non basta farlo tramite certificazioni di qualità e bollini di garanzia: bisogna spiegare e fornire dettagli su tutte le fasi della produzione.

E' necessario sottolineare anche il problema del prezzo: *Slow Food* viene spesso accusato di proporre un'idea di consumo troppo lussuoso e raffinato, ma in realtà oggi manca la cultura di pagare di più ciò che vale di più. Da un lato i *mass media* si basano sui generi alimentari per allarmarci sul fatto che la vita è sempre più cara, dall'altro i consumatori spendono più denaro in tecnologia, viaggi, ma sono sempre molto attenti a tutto ciò che riguarda il cibo.

I produttori artigianali, dovendo sostenere più spese rispetto all'industria, sono costretti ad alzare i prezzi, ma per avere un buon guadagno dovrebbero triplicarli e, non potendolo fare, gli introiti sono miseri. Di conseguenza, per fare un esempio, chi intraprende oggi il lavoro di casaro, lo deve fare prima di tutto per passione e non certo per arricchirsi. Inoltre, anche se qualcuno volesse tentare, non troverà facilmente la materia prima, cioè le capre e quindi il latte. I costi per aprire un'azienda agricola oggi sono esorbitanti e questo fa sì che spesso i prodotti tipici siano soltanto "mascherati" da prodotti tipici. Una maggiore conoscenza dei prodotti del territorio ha infatti creato in molte zone dei miti gastronomici di cui è facile approfittare, come è successo in Toscana al Lardo di Colonnata, talmente raccomandato dai gastronomi da avere migliaia di imitazioni.

I consumatori devono essere persuasi del fatto che le risorse agricole e alimentari sono limitate e legate alla stagionalità, e che il prezzo deve essere equo, per consentire a chi si dedica alla lavorazione delle materie prime di continuare a farlo, senza doversi piegare ad una logica industriale.

Anche se molti progetti devono ancora essere realizzati, grazie all'ampia base di conoscenze della storia delle comunità locali e ad un'auspicabile collaborazione sempre più intensa con gli altri enti, *Slow Food* può arrivare all'obiettivo: quello di un territorio preservato dallo spopolamento, ma non inquinato dal turismo di massa, dove si possono ancora trovare prodotti gastronomici tradizionali, che offrono lavoro agli abitanti del posto e sollievo a chiunque voglia fuggire dall'omologazione della grande distribuzione.

Bibliografia

- AA.VV., *Alimentation et santé dans les Alpes*, Histoire des Alpes, 2008/13
- AA.VV., *L'Alpe numero 9. Prodotti della montagna*, Priuli & Verlucca Editori, dicembre 2003
- AA.VV., *La Valcuvia a tavola*, Cuveglio, Comunità Montana della Valcuvia, 1993
- AA.VV., *Polenta e Bruscelli. Ricette tradizionali e moderne della cucina del Varesotto e dell'Alto Milanese*, Varese, Macchione Editore, 1996
- AA.VV., *Varese e Provincia, le Prealpi, le Valli, i Laghi, Ville, Monasteri, Castelli*, Guide d'Italia, Touring Club Italiano, 2002
- Amigues S., *Cogliere la montagna*, "L'Alpe" numero 9, dicembre 2003, pp.14-17
- Antolini P., *Racconti e cucina di Valtellina*, Padova, Franco Muzzio Editore, 1992
- Artusi P., *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene: manuale pratico per le famiglie*, Firenze, Tip. Di Salvatore Landi, 1891
- Azimonti C., Bottigelli E., Pisoni R., *Cucina Bustocca*, Busto Arsizio, Arti grafiche bustesi, 2003
- Benati G. (a cura di), *La cucina di Varese e del suo territorio. Prontuario di ricette tradizionali e moderne*, Supplemento a "Lombardia Nord-Ovest", rivista trimestrale della Camera di Commercio Industria Artigianato e Agricoltura di Varese, n. 3/1985.
- Bätzing W., *Le Alpi*, Torino, Bollati Boringhieri, 2005
- Bétemps A., Philippot L., *Intorno al tavolo della "mèizòn" all'inizio del XX secolo*, in Saudin L., Favre S., *Conserver le souvenir...se souvenir pour conserver*, 2005, pp. 52-67
- Bétemps A., Philippot L., *Da un raccolto all'altro*, in Saudin L., Favre S., *Conserver le souvenir...se souvenir pour conserver*, 2005, pp. 100-113
- Bianchi S., *La provincia di Varese. Arte, Turismo, Natura*, Azzate, Guide Macchione, 1997
- Camporesi P., *Alimentazione, folclore e società*, Parma, Pratiche Editrice, 1980
- Camporesi P., *Il paese della fame*, Milano, Garzanti, 2000
- Camporesi P., *Il pane selvaggio*, Milano, Garzanti, 2004

Capatti A., De Bernardi A., Varni A., *Storia d'Italia. Annali 13. L'alimentazione*. Torino, Giulio Einaudi Editore, 1998

Capatti A., Montanari M., *La cucina italiana, storia di una cultura*, Bari, Editori Laterza, 1999

Colombo P., *Ul mangià di nost vécc: Varese e Varesotto*, Varese, Macchione Editore, 2004

Conti P., *La leggenda del buon cibo italiano*, Roma, Fazi Editori, 2007

Coolidge W.A.B., *Il popolo delle Alpi*, Anzola d'Ossola, 1990

Cortonesi A., *Fra autoconsumo e mercato: l'alimentazione rurale e urbana nel basso medioevo*, in Flandrin J.-L., Montanari M. (a cura di), *Storia dell'alimentazione*, Roma-Bari, Laterza, 1996, pp. 325-335

Costa P., Fassi R., Prando R., *Sillabario Prealpino* (vol.I,II,III), Azienda di Promozione turistica del Varesotto, Gavirate, 1989; Milano, 1992, Mozzate, 1994

Dalla Cia M.V., *Ai fornelli con i formaggi di capra*, "La Cucina Italiana", giugno 2008, pp. 102-109

De Concini W., *An da patate no l'è an da fam*, "L'Alpe" numero 9, dicembre 2003, pp. 32-37

De Concini, W., *Le Minoranze in pentola, storia e gastronomia delle 10 minoranze linguistiche delle Alpi italiane*, Torino, Daniela Piazza Editore, 1997

De Concini W., *Il sacro e il profano, viaggio tra santuari e monasteri delle Alpi italiane e la cucina con le erbe*, Torino, Daniela Piazza Editore, 1999

Faoro L., Kezich G., Meoni M.L. (a cura di), *Pane e non solo. Etnografia e storia delle culture alimentari nell'arco alpino* (n.19, 2006), Rivista Annuale del Museo degli Usi e Costumi della Gente Trentina di San Michele all'Adige

Flandrin J.-L., Montanari M. (a cura di), *Storia dell'alimentazione*, Roma-Bari, Laterza, 1996

Forni G., *Dai campi asiatici a quelli amerindi sulle Alpi centro-orientali*, in Faoro L., Kezich G., Meoni M.L. (a cura di), *Pane e non solo. Etnografia e storia delle culture alimentari nell'arco alpino* (n.19, 2006), pp.37-76

Ghislanzoni E., *Sanzeno nell'Anaunia*, in "Notizie degli Scavi", 9, 1931, p.447

Guichonnet P. (a cura di), *Storia e civiltà delle Alpi, Destino Storico*, Milano, Jaka Book, 1984

Guichonnet P. (a cura di), *Storia e civiltà delle Alpi, Destino Umano*, Milano, Jaka Book, 1987

L'Ecologist italiano, *L'alimentazione come ecologia*, Firenze, Libreria Editrice Fiorentina, 2005

Liri C., *La Cucina montanara*, Supplemento a Demetra Alimentazione e Salute - n° 5 giugno/luglio 1990, Ottaviano Mistral

Macchione P., *Una provincia industriale, Miti e storia dello sviluppo economico tra Varesotto e Alto Milanese*; vol. I – Varese, Lativa, 1889; vol. II – Varese, Lativa, 1991

Maggi M., Falletti V., *Gli ecomusei*, Torino, Umberto Allemandi & C., 2001

Molinengo A., *Orto di casa, antico segno alpino della famiglia contadina, tra ortaggi, piante aromatiche ed ornamentali*, Quaderni di cultura alpina, Priuli & Verlucca Editori.

Molinari Pradelli A., *La cucina Lombarda*, Roma, Newton & Compton editori, 1997

Montanari M., (a cura di), *Il mondo in cucina. Storia, identità, scambi*. Roma-Bari, Laterza, 2002

Montanari M., *La fame e l'abbondanza, Storia dell'alimentazione in Europa*, Bari, Laterza, 2006

Montanari M., *Strutture di produzione e sistemi alimentari nell'Alto Medioevo*, in Flandrin J.-L., Montanari M. (a cura di), *Storia dell'alimentazione*, Roma-Bari, Laterza, 1996, pp. 217-225

'Nferigno (accademico della Crusca, pseudonimo di Bastiano De Rossi), *Trattato dell'Agricoltura di Piero de' Crescenzi, traslato nella favella Fiorentina*, I, Firenze, 1605

Nicolosi G., *Lost Food, comunicazione e cibo nella società ortoressica*, Catania, ed.it, 2007

Niederer A., *Economie e forme tradizionali di vita nelle Alpi*, in Guichonnet P. (a cura di), *Storia e civiltà delle Alpi, Destino Umano*, Milano, Jaka Book, 1987, pp. 78-82

Perco D., *Strategie di conservazione del cibo nella montagna bellunese tra Otto e Novecento*, in *Alimentation et santé dans les Alpes, Histoire des Alpes*, 2008/13, pp. 75-82

- Petrini C., *Uguale, anzi diverso: ecco il tesoro degli alpeggi*, “La Repubblica”, 1 giugno 2008
- Petrini C., *Buono pulito e giusto. Principi di nuova gastronomia*, Torino, Einaudi, 2006
- Petrini C., *Le ragioni del Gusto*, Roma, Editori Laterza, 2001
- Petrini C., *Slow Food Revolution*, Milano, Rizzoli, 2005
- Pinamonti G., *La Naunia descritta al viaggiatore*, Milano, 1829
- Piovene G., *Viaggio in Italia*, Milano, Mondadori, 1957
- Pirovano M., *Aspetti di storia dell'alimentazione popolare nella Brianza lecchese tra Otto e Novecento*, “Storia in Lombardia”, XIV, 1995, pp.33-55
- Renzetti E., *Polenta e ...*, in *Alimentation et santé dans les Alpes*, Histoire des Alpes, 2008/13, pp. 149-162
- Riva M., Nistri R., Paolazzi M., *Per un codice della cucina lombarda : atlante tipologico e nutrizionale di 100 formulazioni regionali*, II edizione – Milano 2001
- Rivolin J.G., *Petali di maiale. La rinascita degli insaccati in Valle d'Aosta*, “L'Alpe” numero 9, dicembre 2003, pp. 66-71
- Rizzi E., *Cucina d'Alpe, lavori della terra e alimentazione nella cultura walser*, Ornavasso (VB), Fondazione Enrico Monti, 2003
- Sardo P., *La squisita inutilità dei formaggi di montagna*, “L'Alpe” numero 9 dicembre 2003, pp.47-49
- Saudin L., Favre S. (a cura di), *Conserver le souvenir...se souvenir pour conserver*, Maison de l'alimentation, Maison Bruil, Introd, 2005
- Semple E.C., *Influences of geographic environment on the basis of Ratzel's system of anthro-po-geography*, New York, Holt, 1911
- Touring Club Italiano, *Guida gastronomica d'Italia*, prima edizione Milano, 1931
- Viazzo P., *Comunità Alpine. Ambiente, Popolazione, struttura sociale nelle Alpi dal XVI secolo ad oggi*, Roma, Carocci, 2001
- Zanzi Lorella, *A tavola come una volta...cucina tipica lombarda*, Varese, Crescere Edizioni, 1998
- Zanzi Luigi, *Le Alpi nella storia d'Europa*, Torino, CDA & Vivalda Editori, 2004

Zucca M., (a cura di), *La civiltà alpina, (r) esistere in quota; L'economia identitaria vol.3*, Trento, Centro di Ecologia Alpina, 1998

Interviste:

- Marco Gemelli, Assessore al Turismo della Comunità Montana della Valganna e Valmarchirolo, 14/07/08, (telefonica)
- Dott. Angelo Zilio, Capo Sezione Attività Turismo del Settore Marketing Territoriale e Identità Culturale della Provincia di Varese, 15/07/08
- Ivan Rovetta, Fiduciario della Condotta *Slow Food* di Varese, 15/07/08
- Dott.ssa Antonella Oneto, Responsabile Servizio Pianificazione e Sviluppo della Comunità Montana Valli del Luinese, 16/07/08
- Marco Colombo, titolare del Salumificio Colombo, 16/07/08
- Albino Gatta, produttore di formaggio, Curiglia con Monteviasco (VA) 19/07/08
- Gianni Ranzoni, titolare della Trattoria il Camoscio di Monteviasco (VA), 19/07/08
- Paride Peloso, Presidente dell'Associazione della Formaggella del Luinese, 25/07/08
- Paolo Satta, titolare del caseificio Aristeo, Rancio Valcuvia (VA), 25/07/08
- Fabio Piccinelli, Presidente della Pro Loco di Brinzio, 26/07/08
- Dott. Luca Colombo, titolare di Artemide Ambiente, società di servizi ambientali e valorizzazione del territorio di Busto Arsizio (VA), 30/07/08
- Dott. Massimo Raimondi, agronomo collaboratore di Artemide Ambiente, 30/07/08
- Massimo Piccinelli, agricoltore di Brinzio, 30/07/08
- Luca Cavadini, Fiduciario della Condotta *Slow Food* del Canton Ticino, Svizzera, 30/07/08

Sitografia selezionata:

www.arch.unisi.ch/labisalp
www.museosanmichele.it
www.polarcnr.area.ge.cnr.it
www.museodelgusto.it
www.museo.brinzio.va.it
www.cmvalcuvia.it
www.cmvalganna.net
www.cmvalceresio.it
www.cm-valliluinese.va.it
www.angelini-fondazione.it
www.internetculturale.it
www.infocastagno.org

www.meab.parcobarro.it
www.parcocampodeifiori.it
www.slowfood.it
www.vareselandoftourism.it/enogastronomico
www.corniepecc.it