LA CUCINA DEI WALSER

DI ROLANDO BALESTRONI
Accademico di Verbano-Cusio-Ossola

"Nell'alimentazione delle comunità montane, basata essenzialmente sulla frugalità, ovvero il consumo precipuo di cereali, non veniva trascurato l'apporto nutritivo delle proteine della carne".

La Delegazione del Verbano-Cusio-Ossola ha terminato il suo secondo anno di vita accademica con la cena degli auguri presso la "Stubu" del residence "Cima Jazzi" di Macugnaga, in provincia di Verbania. Tema della serata era la cucina dei Walser, antica popolazione di origine alemanna che parla un dialetto altotedesco. Le ricette proposte a tavola, inizialmente raccolte da fonti orali, hanno coinvolto idealmente tre delle undici comunità walser italiane. Oltre a Macugnaga (Makanà in "titt-schu walser"), comunità madrina della serata, erano virtualmente presenti Alagna e Gressoney. Le ricette, povere per gli ingredienti usati ma "ricche" di significati culturali, sono state curate dai titolari del "Cima Jazzi", i signori Giorgio e Cristina Carelli, che hanno saputo interpretare i desideri degli Accademici.

Le ricette provengono dalla cultura walser di Macugnaga, Alagna e Gressoney, e sono state tramandate di madre in figlia oralmente, quindi senza memoria o documentazione scritta.

Sanguinaccio e salamino su foglia di verza

La carne rappresentava per la tavola walser un alimento tanto prezioso quanto di saltuario consumo. La carne fresca infatti si poteva consumare per lo più durante le feste. Restavano però infiniti modi di conservarla e cucinarla perché nulla dell'animale andasse sprecato.

Nei mesi freddi, gennaio e febbraio, si usava macellare i maiali ben ingrassati nei mesi precedenti; è in questo momento che veniva preparato il sanguinaccio realizzato principalmente con il sangue rappreso di questi animali, cui si aggiungevano patate, spezie e grasso.

Si ricorda ancora una variante al sanguinaccio, una sorta di pasticcio di sangue di maiale che prevedeva che il sangue rappreso a seguito della bollitura venisse tagliato a dadini regolari, passati in padella con cipolla e patate anch'essi tagliati a dadini e rosolati con l'aggiunta di sale e pepe.

Crostone di pane di segale con lardo e miele

Nell'alimentazione delle comunità montane, basata essenzialmente sulla frugalità, ovvero il consumo precipuo di cereali, non veniva trascurato l'apporto nutritivo delle proteine della carne, in vari modi conservata, e dei gherigli altamente calorici.

Questi alimenti, come il lardo, le noci e i grassi, non solo contribuivano a fornire energia e calore durante l'inverno ma rendevano altresì saporite e gustose anche le vivande più semplici.

Zuppa di segale

Soffriggere la cipolla, aggiungere i grani di segale lavati e tostare. Aggiungere acqua e cuocere per almeno due ore. A metà cottura, mettere la cotenna, le patate e le carote tagliate a dadini. Portare a cottura, salare e prima di servire aggiungere del formaggio nostrano stagionato e tagliato a cubetti.

La segale: cereale predominante nella coltivazione e quindi nella cucina dell'alpe, grazie alla sua resistenza al freddo e alla sua adattabilità a terreni poveri. Con questo cereale veniva confezionato principalmente un pane al quale era riconosciuto il merito di conservare a lungo la freschezza e la gradevolezza del prodotto appena cotto; tale caratteristica risultava fondamentale per le comunità walser poiché la cottura del pane avveniva due volte all'anno. I pochi semi avanzati non venivano cer-

tamente sprecati ma diventavano ingredienti per zuppe o minestre.

"Uberlekke"

Mettere sotto sale e aromi vari le carni (pecora, capra, montone, manzo) a pezzi non troppo grossi e non troppo grassi; lasciare marinare per 10-15 giorni. Far cuocere la carne, dopo averla ben lavata e dissalata, con uno stinco di prosciutto crudo o cotenne. Servire le carni e le cotenne accompagnate da patate, rape e carote lessate. Questa ricetta nasce sempre nello spirito dello sfruttamento di tutte le parti degli animali mirando alla lunga conservazione.

Castagne

La raccolta dei frutti, e in particolare dei frutti del bosco di cui alle porte dell'inverno veniva fatta incetta, rappresentava una delle prime opportunità per il sostentamento.

Venivano usate anche per integrare l'alimentazione invernale del bestiame. Dalle castagne, così come dalle faggiole e dalle noci, si estraeva poi olio per condimenti. In autunno i boschi, prosperosi di castagni, alberi di grosso fusto, offrivano frutti ottimi da cuocere e adatti anche alla preparazione di gustose farine. Pur non contemplate nel menu della serata, ecco altre due ricette proprie dell'alimentazione di Makanà/Macugnaga.

"Bischt Turtu" ("kzalni")

Torta di colostro. Occorrente per 6 persone: colostro 2 litri, farina gialla 150 gr, farina bianca 150 gr, farina di segale un pugno, sale un pizzico, fiori di camomilla a discrezione.

Miscelare le farine e versarle a pioggia nel colostro, mescolando con un cucchiaio di legno, e unire il sale. Ungere con una noce di burro una teglia da forno piuttosto alta e versarvi l'impasto, sul quale verranno sparsi i fiori di camomilla. Infornare per circa due ore nel focolare del fornetto. Nel forno normale a 180° per circa un'ora. Da notare che con il termine di camomilla si intende sia la *Matricaria chamomilla*, cioè la nota piantina simile a una minuscola margherita, che la *Achillea ptarmica*, o camomilla di montagna, usata ancora oggi nella medicina popolare per infusi tranquillanti.

"Nodle unt Trifla"

Pasta e patate o pasta alla tedesca. Occorrente per 4 persone: pasta corta 350 gr, pancetta o lardo 100 gr, patate quattro, cipolle una, burro 50 gr, formaggio nostrano 250 gr, sale e pepe q.b.

Cuocere in acqua salata la pasta e le patate tagliate a pezzi. Soffriggere in una grande padella la cipolla con il burro, il lardo o la pancetta. Quando la pasta e le patate saranno cotte, scolarle e metterle nella padella del soffritto, unire il formaggio tagliato a pezzi e far saltare il tutto ancora per un poco sul fuoco, sino a completa fusione del formaggio. Pepare e servire caldo.

ROLANDO BALESTRONI

See International Summary page 78

CHE VINO BERE CON LA PIZZA

Cosa si beve con la pizza? La birra va bene (semmai, si dovrebbe valutare quale birra scegliere in base al tipo di pizza), ma certamente anche il vino. E quale vino? Come per la pasta l'abbinamento dipende dal sugo con cui viene condita, così per la pizza saranno gli ingredienti con cui viene preparata a stabilire quale vino andrà servito. La pizza napoletana è di assoluta semplicità: la povertà degli ingredienti suggerisce di non turbare il sottile magico incanto, quindi un vino bianco di tenue profumo o di gusto leggero, magari un Asprino (vino non molto conosciuto prodotto ad Aversa e in molti altri comuni tra le province di Caserta e Napoli) oppure un Biancolella di Ischia o un Cirò bianco. Basterà l'aggiunta della mozzarella (pizza Margherita) per mutare il rapporto e scegliere un vino leggermente più saporoso, per esempio un Fiano o un Greco di Tufo di Avellino.

Se poi i formaggi sulla pizza sono saporiti, è richiesto un vino con caratteristiche di morbidezza e aromaticità, come un Sauvignon del Collio oppure un Ravello rosato o un Salice salentino rosato o anche un rosso, come il Cirò.

Con la pizza ai frutti di mare si sposa bene un buon vino bianco secco e piuttosto giovane (un Capri bianco, un Bianchello del Metauro).

Le acciughe sulla pizza richiedono un vino più robusto e profumato, come un Sylvaner, mentre con le verdure si può abbinare un vino bianco o rosato purché leggero, giovane e passante (un Verdicchio dei Castelli di Jesi, un San Severo rosato). I carciofi non vogliono vino, mentre i funghi lo esigono, non eccessivo da soffocarne il gusto particolare ma elegante e con sottile fondo amarognolo, come il Cabernet dei Colli Orientali del Friuli.

Infine, l'abbinamento con la pizza con salumi richiede un vino con caratteristiche di effervescenza, come un Barbera del Monferrato, un Bonaria dell'Oltrepò Pavese o un Lambrusco emiliano. (Riccardo Balbiani)