



LA CUCINA E IL TERRITORIO

*Un'indagine sulla tradizione gastronomica
del Lago di Garda e del Monte Baldo*



Direzione didattica di Garda - I Ghiottoni



INDICE



LE GHIOTTE RICERCHE

- 1 -

Mangiare equivale soprattutto a esprimersi, farsi capire,
usare un linguaggio, usare un unico linguaggio.

Léo Moulin





la cucina e il territorio

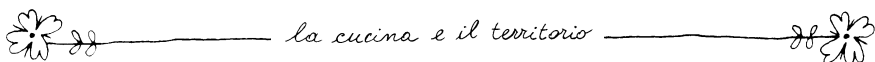


La cucina e il territorio

*Un'indagine sulla tradizione gastronomica
del Lago di Garda e del Monte Baldo*

a cura di Angelo Peretti





La cucina e il territorio

Un'indagine sulla tradizione gastronomica del Lago di Garda e del Monte Baldo

I edizione - maggio 1999

Ideazione questionario: Associazione *I Ghiottoni*

Raccolta dati: Scuole elementari di Albaré, Castelletto-Castello, Castion Veronese, Garda, Malcesine e Torri del Benaco

Elaborazione: insegnanti scuole elementari di Albaré, Castelletto-Castello, Castion Veronese, Garda, Malcesine e Torri del Benaco - Direzione didattica di Garda - Associazione *I Ghiottoni*

Testi: *Angelo Peretti*

Disegni: i disegni contenuti nel volume sono tratti dagli elaborati grafici degli alunni protagonisti del progetto "Il territorio e la cucina"

Direttore responsabile ed editoriale: *Angelo Peretti*

Edizione:

Direzione didattica - Garda

Associazione *I Ghiottoni* - Torri del Benaco

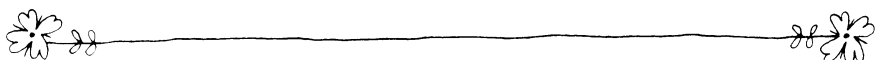
© 1999 Associazione *I Ghiottoni*

Associazione *I Ghiottoni*

Via San Gregorio, 4 - Pai

37010 Torri del Benaco (Verona)

telefono e fax 045.7260178





Introduzione



Premessa

La scuola italiana sta cambiando ed in maniera profonda.

La significativa “rivoluzione” che sta vivendo in questi tempi passa attraverso un nuovo “paradigma culturale”, quello dell’autonomia, in sostituzione del vecchio paradigma rigido e centralistico.

Autonomia didattica; autonomia organizzativa; autonomia di ricerca e sperimentazione... opportunità, queste, che vengono proposte alle istituzioni educative nell’ottica di una sempre migliore efficienza ed efficacia del servizio scolastico.

La Direttiva ministeriale numero 252 del 29 maggio 1998 si è proposta, al riguardo, come prima occasione per attuare la sperimentazione dell’organizzazione didattica in preparazione al regime di “autonomia”. Tale Direttiva è giunta, così, a costituire lo strumento operativo funzionale allo sviluppo delle potenzialità della scuola, contribuendo a dare slancio progettuale ai docenti elementari del Circolo didattico di Garda.



L. LUCA MONFES

Progetto scuola

Attraverso il lavoro dei Consigli di interclasse prima, del Collegio docenti poi, e soprattutto della “Commissione operativa di Circolo per l’autonomia”, sono state raccolte, confrontate, discusse e selezionate, in collaborazione con il Circolo didattico di Caprino Veronese, una pluralità di proposte, sfociate infine in un progetto dal titolo significativo: “Scuola-territorio”.

“Scuola-territorio” perché è stato dominante nel gruppo docente il desiderio di riappropriazione delle radici culturali e della “memoria storica locale” attraverso l’innovazione della qualità didattica, come premessa per aprirsi ad altre realtà.

Si è trattato, inoltre, di un progetto attento anche alle indicazioni della stessa Direttiva ministeriale, che auspicava proprio “il



rapporto ed il coinvolgimento del territorio sia nella sua dimensione istituzionale, che sociale e culturale”.

I docenti hanno quindi condiviso questa “strategia di rete” volta a favorire “lo sviluppo e l’allargamento dell’offerta formativa attraverso l’integrazione di competenze diverse e di mutui apporti conoscitivi e operativi di quanti, a vario titolo (enti, istituzioni, associazioni), sono impegnati ad innalzare la complessiva qualità dell’istruzione nel territorio”.

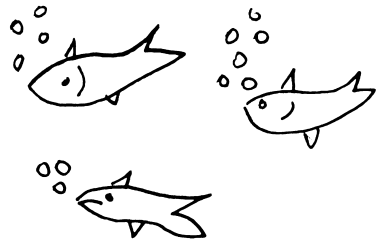
Tra le finalità principali del “progetto” si evidenziano in particolare: l’arricchimento e l’ampliamento dell’offerta formativa; l’innalzamento del tasso di successo scolastico; la valorizzazione di questo “nostro” territorio decisamente ricco di stimolazioni e favorevole ad una varietà di esperienze significative.

Si tratta, inoltre, di una progettazione pluriennale che, annata per annata, affronta, con diversificata operatività, tematiche quali il territorio e la cucina; il territorio e la sua “storia”; territorio: fauna e flora; personaggi significativi del territorio; arte e territorio; territorio e turismo.

Un progetto nel progetto

È stata un’autentica sorpresa riscontrare come il “primo passo verso la scuola” sia stato compiuto proprio dal “territorio”.

All’inizio dell’anno scolastico 1998-1999, infatti, l’Associazione culturale I Ghiottoni di Torri del Benaco ha attivato un contatto concreto con gli operatori scolastici proponendo, nello specifico, un’articolata collaborazione, ed in particolare la realizzazione di una significativa e qualificante indagine conoscitiva, a mezzo questionario, tra le famiglie degli alunni di tutte le scuole elementari



sardine





IL VINO UTILIZZATO IN CASA

PROVIENE DA :



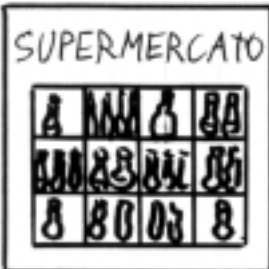
| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|



| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|



| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|



| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Anna Traverso, classe terza, scuola elementare di Caltanissetta





del Circolo didattico di Garda, da tradursi poi in una pubblicazione.

Tale indagine era volta a raccogliere, coerentemente con l'impostazione del progetto didattico in questione, dati significativi sulla diffusione delle conoscenze dei piatti tradizionali dell'area Baldo-Garda, sull'uso delle erbe officinali spontanee e dell'olio d'oliva della medesima area, nonché sulle abitudini alimentari in tema di consumo di vino, di cereali e di pesce.

La valenza della pubblicazione è lasciata, indubbiamente, alla curiosità del lettore, fiduciosi che tale "lavoro" possa essere apprezzato come "documento" conoscitivo della nostra identità e del nostro prezioso patrimonio culturale.

Per concludere

Sono d'obbligo, a questo punto, i ringraziamenti, anche se non è semplice provvedervi adeguatamente sia per la quantità delle persone coinvolte che per la qualità diversificata degli impegni e dei servizi prestati.

Grazie innanzitutto a tutti gli alunni che ne sono stati, in vario modo, attori e protagonisti in collaborazione, per alcuni aspetti, ai loro genitori.

Grazie agli insegnanti per l'entusiasmo e la professionalità evidenziati e, tra questi, in particolare ai componenti il "Gruppo operativo di Circolo per l'autonomia" per l'impegno progettuale iniziale ed il monitoraggio in itinere del piano globale.

Non possono essere esclusi gli Organi collegiali scolastici: Consiglio d'interclasse, Collegio docenti, Consiglio di Circolo che, a vario titolo e per gli ambiti di competenza, hanno promosso e favorito il presente lavoro.

Per ultimi, non certo per ordine di importanza, ma proprio perché di loro ne rimanga forte l'apporto collaborativo, vorrei rivolgere un particolare ringraziamento ai componenti dell'Associazione culturale I Ghiottoni di Torri e, tra questi, in primo luogo al



presidente, Angelo Peretti. Senza la loro ardita proposta, la forte disponibilità e la viva operatività, questo lavoro, “La cucina e il territorio”, non avrebbe visto le stampe. A loro è toccato l’impegno di “dar corpo” a vari lavori: tabulare dati globali, rielaborare e strutturare materiale vario, concretizzare e qualificare l’opera.

Non si dimentichi, infine, che se tutto ciò ha potuto divenire “tangibile” realtà, lo si è dovuto soprattutto al generoso contributo finanziario degli enti e delle istituzioni che hanno voluto sostenere concretamente questo progetto.

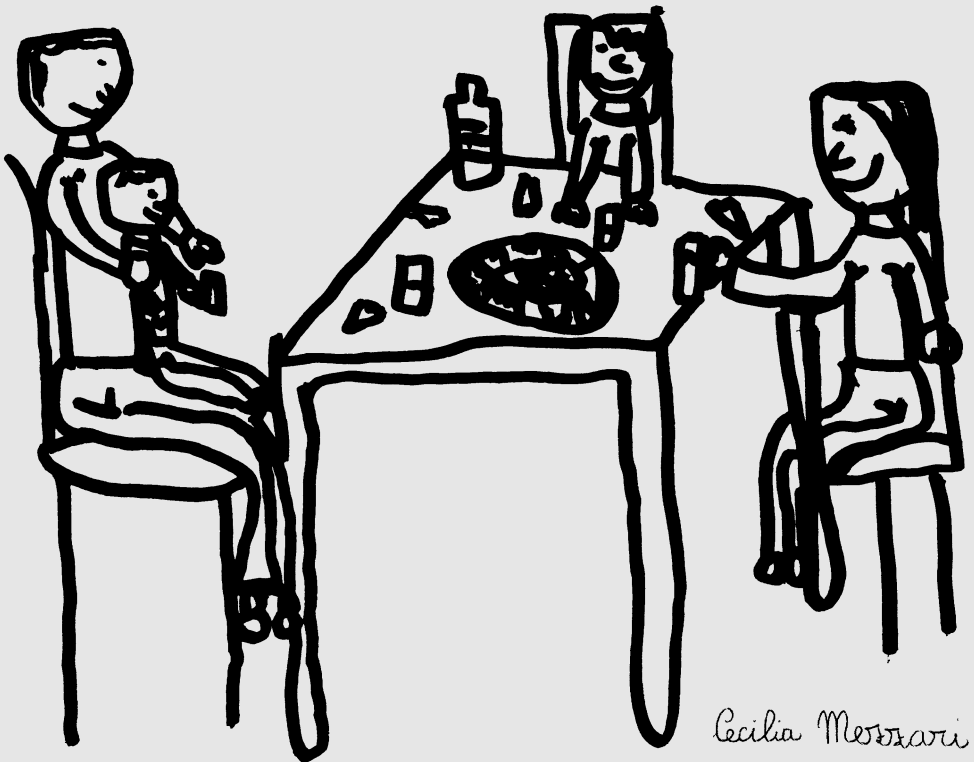
Buona lettura.

Il Dirigente scolastico

Franco Zeni



Il territorio e le famiglie



Cecilia Messari





I primi passi

Quando ci siamo imbarcati nella piacevole impresa d'un tentativo d'indagine sul rapporto che oggi intercorre fra cucina e territorio in una porzione significativa di riviera gardesana, il problema di fondo era... da che parte incominciare. Nel senso che la questione la si può affrontare sotto moltissime angolature. E l'area del Garda è quanto mai stimolante in fatto di produzioni alimentari e tradizioni gastronomiche. Senza contare i "modelli alimentari" presi a prestito dai milioni di turisti che ogni anno affollano i paesi del lago.

In più, c'era da considerare che i nostri "cacciatori di notizie" erano i giovanissimi allievi delle scuole elementari di Brenzone, Costermano (coi due plessi di Albaré e Castion), Garda, Malcesine e Torri del Benaco. Ragazzini bravissimi (come hanno ampiamente dimostrato di essere), ma con diversi livelli di capacità di raccolta e di elaborazione dei dati: a un alunno del primo anno non è possibile chiedere quel che si può domandare a uno di quinta.

Il territorio

Il primo elemento da considerare è comunque il territorio. L'area della ricerca comprende, come s'è detto, cinque comuni. Quattro sono bagnati dal lago: da sud verso nord sono Garda, Torri, Brenzone e Malcesine. Il quinto, Costermano, è sulle colline alle spalle di Garda. La zona è piuttosto estesa: comprende tutto il tratto settentrionale della sponda orientale del lago e un'importante porzione del versante occidentale del Monte Baldo, oltre ad un'ampia fascia collinare. La popolazione non è numerosissima: meno di quindicimila abitanti, abbastanza equamente divisi fra i cinque comuni: Garda e Malcesine intorno ai 3.500, gli altri tre sui 2.500.

L'economia è prevalentemente turistica. Ma il turismo è un'"industria" che si è andata affermando e consolidando sostanzialmente a partire dagli anni Sessanta: prima le attività prevalenti erano l'agricoltura, l'allevamento, la pesca.





Le famiglie

Occorreva poi trovare il bandolo della matassa per iniziare l'indagine sulla cucina. E allora abbiamo pensato di cominciare dall'unico elemento che sicuramente accomunava gli alunni: avere una famiglia presso la quale si manifesta il contatto più diretto con le abitudini alimentari.

In effetti, un'indagine sulle consuetudini gastronomiche di un territorio non può prescindere dalla conoscenza delle famiglie. Come ha ben spiegato una recente indagine svolta nel Mantovano, "i modelli alimentari appartengono alla famiglia che li custodisce come comunicazione intensa e facile. Li custodisce nel tempo come memoria affettiva, come comunicazione intergenerazionale. I modelli alimentari sono un linguaggio familiare esclusivo, aperto all'innovazione, ma estremamente selettivo. I modelli alimentari viaggiano nello spazio con la famiglia che li conserva come identità anche in un ambiente ad indirizzo e cultura alimentare diversi" (Poletti et al. 1996: 68).

Complessivamente, poco più del 40% dei "nostri" alunni ha entrambi i genitori originari della zona; a Brenzone, tuttavia, i figli di genitori entrambi gardesani sono più della metà, mentre a Malcesine sono solo un terzo. Per converso, il 20% delle famiglie è formato da genitori entrambi "immigrati" sul Garda da altre località.

Vediamo i dati relativi ai nonni. Mediamente, più della metà dei genitori dei papà dei nostri alunni sono originari entrambi della zona, ma in più d'un terzo dei casi non è invece nato nel posto nessuno dei nonni paterni. Anche in quest'ambito le situazioni limite sono quelle di Brenzone (70% di nonni paterni entrambi "originari") e di Malcesine (dove si arriva a fatica al 50%). Per quel che riguarda invece i nonni materni, la spaccatura è verticale: nel 40-50% dei casi sono tutt'e due del posto, ma altrettante sono le mamme i cui genitori sono entrambi nati in altre zone. E stavolta non ci sono differenze sostanziali nei cinque comuni.



Le mamme e le nonne

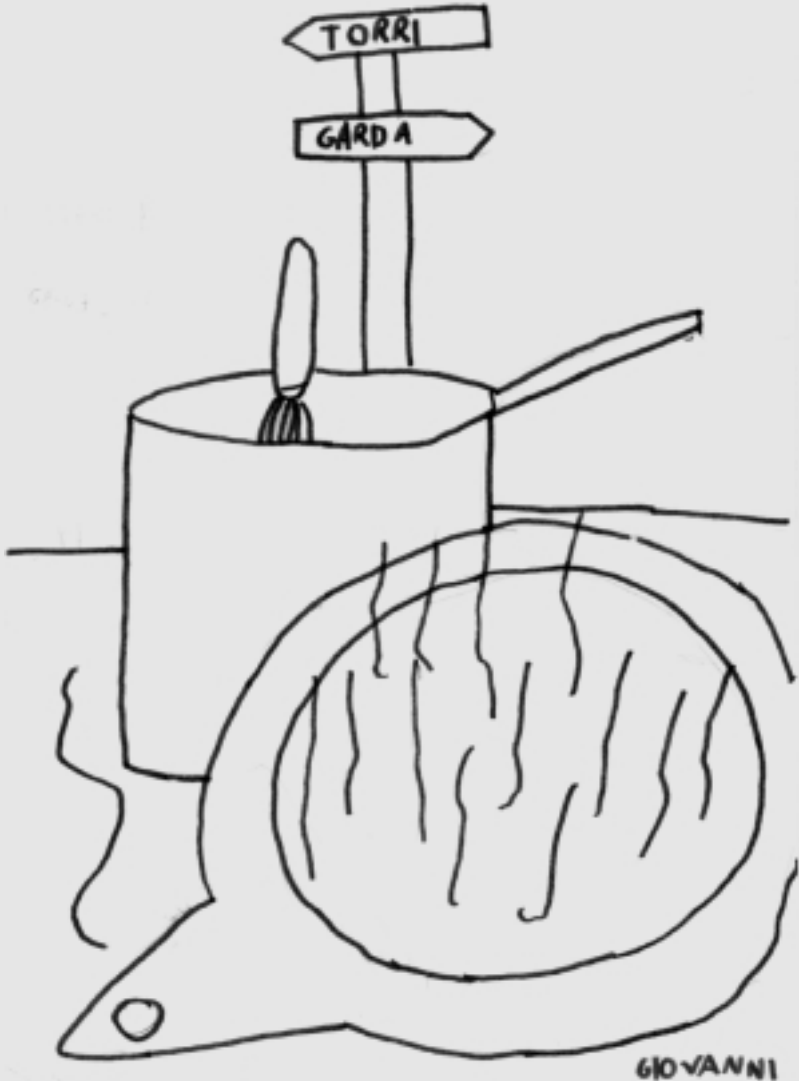
In particolare, ci sembrava estremamente interessante verificare se fossero originarie dell'area del Baldo-Garda le mamme degli alunni e le nonne materne (ossia le madri delle mamme). Come spiega infatti Léo Moulin, “in generale, *mangiamo ciò che nostra madre ci ha insegnato a mangiare*, o ciò che la madre di nostra moglie le ha insegnato a mangiare”. E “non solo mangiamo ciò che nostra madre ci ha insegnato a mangiare, ma tale cibo ci piace e continuerà a piacerci per tutta la vita, proprio perché mangiamo con i nostri ricordi” (Moulin 1993: 12-13). La cucina tradizionale e gli usi alimentari della famiglia si trasmettono insomma soprattutto di madre in madre.

Ebbene: le mamme “originarie” sono mediamente circa il 55%. Anche in questo caso fanno eccezione Brenzone, dove le madri lacustri salgono quasi al 70%, e Malcesine, unica località in cui le mamme nate altrove sono un po' più numerose di quelle originarie del lago.

Se poi, come s'è detto, la tradizione alimentare passa di madre in figlia, è importante vedere quante nonne materne siano native del luogo: i dati raccolti ci dicono che sono mediamente la metà, con una punta del 60% nella “solita” Brenzone (ma Costermano ci si avvicina molto) e un minimo del 40% ancora a Malcesine.



I piatti tradizionali





Le venticinque ricette

Qual è lo stato di salute della cucina tradizionale sul Garda e nell'immediato entroterra?

Per cercare di fornire una risposta a quest'interrogativo siamo andati a verificare il livello di conoscenza di un certo numero di piatti tradizionali, avvalendoci della collaborazione, oltre che degli insegnanti, di ben 640 alunni, di un migliaio di genitori e di qualche centinaio di nonni.

Le ricette sono state scelte arbitrariamente: abbiamo solo cercato di pescare un po' qua e un po' là nel ricco patrimonio "locale". Inserendone alcune di famosissime ed altre che ritenevamo ormai pressoché "estinte".

Nel complesso, abbiamo verificato il "sapere" e l'uso di venticinque preparazioni tipiche. Ogni alunno doveva "intervistare" sull'argomento i propri genitori, "interrogandoli" su cinque piatti. Le "cinquine" erano suddivise per fasce di classe: in pratica, gli allievi delle prime di tutti i paesi avevano gli stessi cinque piatti, tutti gli alunni di seconda ne avevano altri cinque e così via.

Certo poteva sembrare ovvio che il lavarello ai ferri, il lesso *co la pearà* o il baccalà fossero conosciuti pressoché da tutti i nuclei famigliari, fatta magari eccezione per quelli di più recente immigrazione. Così pure non ci attendevamo grande notorietà per le *brassa-dèle broè* o per il *chissöl*. Che però metà dei genitori non sapessero cosa sono i *sùgoli* francamente non ce lo saremmo aspettati. E per converso forse pochi avrebbero scommesso su una persistenza tanto massiccia negli usi familiari di un piatto come il riso e latte.

ànara col pién

L'anatra (e così la gallina o il tacchino) cotta col *pién*, e cioè con una farcia essenzialmente composta di pane, prezzemolo e aglio, era e in parte ancora è un piatto da grandi occasioni. Le porzioni del volatile lessato e il *pién* vengono serviti separatamente, a





seconda dei gusti dei commensali; le parti che avanzano possono essere riscaldate il giorno dopo sulla graticola.

L'uso di cucinare l'anatra ripiena pare legare le abitudini culinarie gardesane a quelle veneziane, dato che questo a Venezia è il piatto tipico della notte del Redentore (Coltro 1983: 185). In area gardesana è invece il piatto principe della sagra della "Quarta d'agosto" che si tiene annualmente a Costermano, comune nel quale non a caso l'*ànara col pién* è stata mangiata almeno una volta da più del 90% degli intervistati.

Complessivamente, comunque, la ricetta ha un ampio livello di popolarità: viene preparata in casa almeno una volta l'anno mediamente da un terzo delle famiglie, con un massimo attorno al 40% a Costermano e Brenzone ed un minimo del 20% a Garda e Malcesine. Ad una così ampia diffusione domestica si contrappone a Torri e Malcesine un alto numero di intervistati (oltre il 20%) che dichiarano di non conoscere assolutamente l'*ànara col pién*. Invece a Brenzone, comune di mezzo fra Torri e Malcesine, la conoscono quasi tutti almeno dal punto di vista teorico, anche se un terzo dei brenzonesi non l'ha mai assaggiata.

La ristorazione svolge un buon ruolo di "supplenza": il 10% degli interpellati ha infatti indicato nel ristorante l'unico luogo in cui ha gustato l'*ànara col pién*.

bìgoi co le àole

Fra i primi piatti tradizionali della riviera gardesana un posto di assoluto prestigio spetta ai *bìgoi co le àole* (oppure *co le àgole*, come si dice nel tratto più a nord): grossi spaghetti - meglio se al torchio - conditi con un sugo di alborelle in salamoia (le *àole salè*, oppure *àgole salàe*) soffritte in abbondante olio d'oliva.

Il piatto gode sicuramente di ampia popolarità e di considerevole diffusione: ben più dell'80% degli intervistati l'ha assaggiato, raggiungendo quasi l'en plein a Brenzone. Tre quarti delle famiglie





brenzonesi e malcesinesi lo preparano in casa. L'incidenza dell'uso domestico sfiora il 60% anche a Costermano.

A Garda e soprattutto a Torri, invece, i *bìgoi co le àole* sono molto meno presenti, ma quest'evidenza ha probabilmente precise motivazioni storiche. Quella delle alborelle, infatti, era in passato una pesca praticata in forma saltuaria soprattutto dalle popolazioni contadine, che catturavano questi minuscoli pesci lacustri proprio per conservarli in salamoia (oppure per essicarli), in modo da poter disporre di scorte alimentari per i periodi meno propizi. Garda e Torri erano invece i centri rivieraschi che presentavano la più alta percentuale di popolazione dedita alla pesca professionale, e - come annota Vedovelli parlando dei "contadini-pescatori dell'Alto Garda" - nel periodo della riproduzione delle alborelle, quando schiere di contadini scendevano alle rive per catturare questi piccoli pesci, i pescatori di professione coi loro sorrisini tradivano "un malcelato disprezzo nei confronti dei campagnoli che per un paio di mesi cambiavano mestiere" (Vedovelli 1993: 23).

La ristorazione ha recentemente riscoperto e nuovamente diffuso questo piatto della tradizione, come dimostrano parecchi di coloro che non lo preparano a casa: un quinto degli intervistati l'ha infatti provato soltanto in trattoria.

Sommando il consumo domestico e quello dovuto alla ristorazione, è possibile affermare che quella dei *bìgoi co le àole* è una delle ricette tipiche più popolari dell'area gardesana: solo il 20% degli intervistati non sa di cosa si tratti o comunque non l'ha mai provata.

brassadèla

Le *brassadèle* sono grosse ciambelle del periodo di Pasqua, presenti con molte varianti un po' in tutta l'area d'influenza veneta. Che il classico dolce pasquale abbia una forma circolare non è casuale. Dino Coltro dice infatti che "la rotondità del dolce richia-





'BICI CO' LE AGOLE

INGREDIENTI:

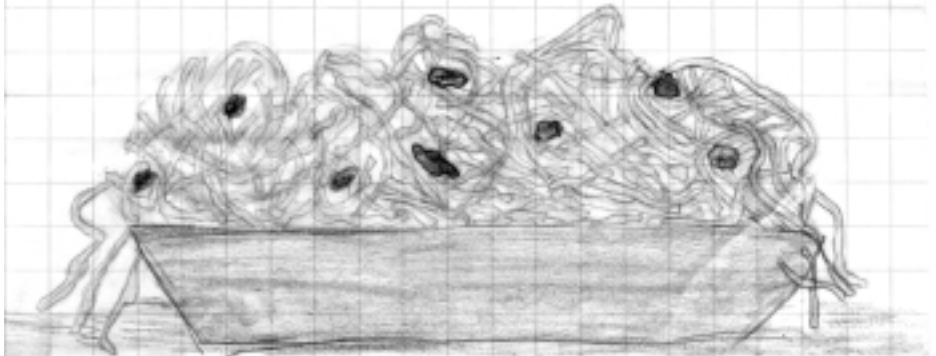
500 grammi di spaghetti 

200 grammi di agole in salamicia  

olio di oliva quanto basta   

PREPARAZIONE:

Far bollire l'acqua salata, cuocere gli spaghetti al dente. In un tegame scaldare l'olio non bollente, aggiungere le agole pulite lavate e tagliate a pezzetti, quando sono calde, scolare gli spaghetti in una terrina aggiungere le agole e mescolare.





ma l'immagine del sole che ritorna a dare la vita, secondo, appunto, un'antica simbologia contadina". E a questo dolce "rituale" è legato, in terra veronese, il proverbio che assicura che *se no pióve su l'olivèla, pióve su la brasadèla*, ossia che se non piove la domenica delle Palme, simboleggiata dal ramoscello d'olivo (l'*olivèla*), sicuramente pioverà a Pasqua, identificata appunto con la tipica ciambella (Coltro 1983: 218).

Eppure la *brasadèla* è poco diffusa nell'area oggetto di questa ricerca. Mediamente, infatti, più del 60% degli intervistati dichiara di non sapere di cosa si tratti, con punte attorno al 70% a Malcesine e Brenzone. Si potrebbe essere portati a eccepire che nell'Alto Garda, al confine col Trentino, talune ricette veronesi potrebbero non essersi mai del tutto radicate. Ma il nostro dolce pasquale è presente anche in area trentina col nome di *brazzedèl*, lo stesso termine che identifica anche "quel cerchio di paglia che le donne collocavano sulla testa, per portare comodamente recipienti e fagotti di ogni genere" (Bertoluzza 1988: 17).

Complessivamente, meno di un terzo degli intervistati ha assaggiato la *brasadèla* almeno una volta. A Malcesine nessuna delle famiglie intervistate l'ha mai preparata in casa (e solo il 15% dice di averla mangiata dai nonni). Il maggior grado di diffusione lo si registra a Costermano, dove più del 30% degli intervistati ha mangiato la *brasadèla* o in casa propria o in quella d'origine. La ciambellona pasquale è quasi del tutto assente anche nella ristorazione: visto che la sua diffusione familiare è tanto bassa, perché non cominciare a inserirla tra i dessert, magari accompagnata da un bicchiere di recioto?

brasadèle broè

"Una curiosa usanza gastronomica rivive per la Pasqua a Pazzon di Caprino Veronese sulle pendici del Baldo: le ciambelle bollite infilzate sui rami di ciliegio in fiore": così scrive Ranieri Da Mosto





a proposito delle *brassadèle broè*. Il *broè* del nome sta per “scottate” e fa riferimento alla bollitura cui viene sottoposto quest’originale dolcetto pasquale croccante, confezionato facendo un impasto con farina, uova, burro e un pizzico di zucchero; lo si lascia riposare per una giornata, poi lo si lavora in forma di ciambelline, “che vengono subito tuffate nell’acqua bollente finché ritornano a galla” per passare infine a perfezionarsi nel forno (Da Mosto 1985: 371-372).

Trattandosi d’una ricetta del tutto marginale, era logico attendersi che la stragrande maggioranza degli intervistati non la conoscesse per nulla. In effetti è risultata quasi sconosciuta a più dell’80% degli intervistati (con una punta del 90% a Malcesine e un minimo del 75% a Garda). E ad aver assaggiato almeno una volta le *brassadèle broè*, del tutto assenti anche dalla ristorazione, è solo il 10% dei genitori interpellati.

brigàldi

I *brigàldi* (sanguinacci) vengono confezionati facendo cuocere il sangue del maiale in un paiolo su fuoco dolcissimo senza far bollire, aggiungendo quindi altri ingredienti, fra cui possono figurare pinoli, uva passa, vino dolce, grappa, zucchero. Si continua la cottura finché il composto diventa denso. I *brigàldi* si mangiano caldi appena fatti, accompagnati con la polenta, oppure possono essere insaccati in un budello e consumati successivamente bolliti, tagliati a fettine e saltati in padella con lardo pestato.

Che la ricetta dei *brigàldi* godesse di scarsa popolarità era piuttosto evidente, ma che addirittura due terzi degli intervistati non sapessero neppure di cosa si tratta è un riscontro inatteso.

In media, più del 90% dei genitori dice di non averli mai assaggiati, anche se soprattutto a Malcesine e Brenzone a contribuire a renderli più oscuri ha giocato la denominazione (in zona qualche famiglia conosce infatti il *sanguinàs*, nome locale del sanguinaccio). Negli altri paesi, pochissime famiglie li preparano in casa e



pochi sono anche coloro che li hanno provati presso i nonni.

Ovviamente i *brigàldi* mancano del tutto nei ristoranti, presso i quali è del tutto improbabile l'introduzione, anche per motivazioni di carattere sanitario. Dei sanguinacci tradizionali, un tempo considerati un'autentica prelibatezza del periodo della macellazione del maiale, si va perdendo dunque addirittura la memoria.

carpione ai ferri

Il carpione è un pesce raro, che vive esclusivamente nelle acque del Garda, anche se c'è tuttora chi si ostina immotivatamente a sostenere che lo si può trovare pure in chissà quali altri laghi. Giorgio Gioco, maestro della cucina veronese, spiega che lo si cucina così: "Si prepara un braciere di legni d'olivo e sulla griglia rovente si depone il carpione, pulito, appena unto con un po' d'olio. Girarlo delicatamente senza pungerlo con la forchetta e spolverizzarlo con sale e pepe. Il carpione è cotto quando, facendo pressione con un dito, si sente che le carni cedono. Togliarlo allora dal fuoco, tagliarlo a metà per il lungo e a questo punto, per ottenere la perfezione, condirlo con buon olio gardesano, ancora un po' di sale e una spruzzatina di limone" (Gioco 1982: 53-54).

La rarità del carpione è sostanzialmente dimostrata anche dal nostro sondaggio: mediamente, un terzo degli intervistati non l'ha mai assaggiato. È comunque Torri che vanta il maggior grado di conoscenza gastronomica del carpione ai ferri: ad averlo mangiato almeno una volta qui sono infatti più di tre quarti dei genitori (e metà famiglie lo cucinano almeno una volta l'anno). In fatto di consumo domestico, subito dietro Torri ci sono Malcesine e Brenzone. Alto, tuttavia, è anche il numero di chi a Brenzone non ha mai assaggiato questo tipico pesce gardesano: il 45% degli intervistati, un dato del tutto inaspettato in un comune apparentemente "privilegiato", vista la sua posizione ottimale per la pesca del carpione.



A Garda il 70% degli intervistati ha provato il carpione, ma a cucinarlo in casa è solo un terzo delle famiglie. Curioso il dato di Costermano, unico comune non rivierasco dei cinque: esattamente la metà dei genitori ha già mangiato il carpione. Buono l'apporto fornito dalla ristorazione (la percentuale di coloro che hanno avuto contatto col carpione solo al ristorante è attorno al 15%).

cavasì en sguasét

La cottura *en sguasét*, in guazzetto, prevede l'uso di erbe e, talvolta, anche di piselli: la si associa comunemente al cavedano, pesce che, pur avendo carni squisite, viene ingiustamente disprezzato per le sue numerose lisce. Non stupisce dunque che solo metà degli intervistati abbiano affermato di aver assaggiato il *cavasì en sguasét* e che non siano in tanti a prepararlo in casa (da un massimo del 25% a Garda a un minimo del 15% a Brenzone). Mediamente, oltre un terzo non sa di che cosa si tratti. Solo a Torri la percentuale dei conoscitori di questo piatto supera nettamente la metà degli interpellati. Discreto il ruolo di supplenza svolto dalla ristorazione.

chissöl

Il *chissöl* è una ricetta lombarda, un tempo presente anche in alcuni tratti del Garda veronese: può trattarsi di un dolce o di un pane, comunque in genere a forma di focaccia. Si tratta forse della memoria residua di un antico "pane dei morti" usato in epoca pagana a scopo rituale nelle festività di fine anno. Curioso è al proposito annotare come in passato a Brenzone i bambini più poveri andassero di casa in casa proprio verso fine anno (il periodo cioè ancora oggi dedicato al culto dei defunti) a chiedere *el chissöl per i pòri morti*, cioè un dono costituito da un po' di castagne o di altri generi alimentari (Sartori 1995: 66-67).

Oltre che a Brenzone, la parola *chissöl*, riferita stavolta direttamente al pane, era in uso a Cassone, frazione rivierasca del comune





di Malcesine. A proposito del termine *chissöl* sul “Dizionario etimologico del dialetto di Malcesine” curato da Giuseppe Trimeloni si legge infatti: “Non è voce della parlata del capoluogo; appartiene (o forse ormai “apparteneva”) al dialetto della frazione di Cassone e stava ad indicare una particolare forma di pane piccoletta, tondeggiante e schiacciata” (Trimeloni 1995: 64).

In effetti, la stragrande maggioranza degli intervistati non ha mai sentito parlare del *chissöl*. A Malcesine se ne nota qualche residua memoria: il 10% dei genitori ha dichiarato di averlo provato nella famiglia d’origine. Curioso - e tutto da verificare - è invece il dato di Costermano, dove un 10% degli interpellati dice di preparare il *chissöl* in casa: si tratterà del pane dell’Alto Garda o della focaccia lombarda “importata” in loco?

fogàssa

La *fogàssa* è un classico dolce schiacciato cotto sulla graticola: una sottile focaccia di farina, olio (un tempo però si usava grasso animale) e poco latte. C’è chi aggiunge all’impasto anche della farina di mais e un po’ di grappa. Una specie di “piadina” dolce, insomma, perfetta da intingere nel latte.

Si tratta di una preparazione che gode tuttora di altissima popolarità soprattutto a Garda a Costermano, dove ad averla provata è più del 90% degli intervistati; il dato scende progressivamente risalendo la riviera: 80% a Torri, 65% a Brenzone, 55% a Malcesine (nei due comuni più in alto, oltretutto, circa un terzo degli intervistati non sa neppure di che cosa si tratti). Notevoli differenze esistono tuttavia fra Costermano e Garda in fatto di uso familiare della *fogàssa*: mentre quasi tre quarti dei costermanesi dice di cucinarla tuttora in casa, a Garda l’autoproduzione interessa solo un terzo delle famiglie e più della metà dei gardesani la mangia soltanto dai nonni. A Torri invece il 60% degli intervistati assicura che la *fogàssa* viene preparata in casa non meno d’una volta l’anno.





La sfogassa

Crocante: grembiule, terrina, matorello, cuchiaio, due bicchieri.

Ingredienti: 7 etti di farina bianca, due bicchieri di olio, un pizzico di sale, un cucchiaino di bicarbonato, due ettiogrammi di zucchero, un bicchiere di vino bianco.

Versare la farina nella terrina e aggiungere gli altri ingredienti.

Miscelare e aggiungere un goccio di vino bianco, se l'impasto non è sufficientemente morbido.

Impastare e formare delle palline di impasto.

Preparare delle focaccine e cuocerle sulle braci per qualche minuto.





galàni (sòssole)

Galàni, sòssole, gròstoli, gròstoi: sono nomi diversi per identificare sul Garda i popolarissimi dolci del periodo di Carnevale (fettucce di pasta fritte e cosparse di zucchero). Sono diffusi, con altre svariate denominazioni, un po' in tutt'Italia: in Lombardia si chiamano chiacchiere o lattughe, in Piemonte bugie, in Emilia frappe o sfrappole, in Toscana cenci o donzelle.

Nell'area del Garda godono di straordinaria popolarità: fra le venticinque ricette sottoposte a test, quella dei *galàni* è la più conosciuta in assoluto (mediamente, ad averli assaggiati è più del 90% degli intervistati, con una punta del 100% a Costermano e un minimo dell'80% a Malcesine). Altissima la produzione familiare.

lavarello ai ferri

Il coregone-lavarello è oggi la specie più importante per la pesca professionale del lago di Garda. Eppure non si tratta di una specie "indigena": venne infatti immessa per la prima volta nelle acque gardesane - allora con scarsi risultati - nel 1918. "L'avvenire - scriveva nel '27 Floreste Malfer - dirà quale posto saprà conquistarsi questo salmonide nella famiglia ittica del Garda" (Malfer 1927: 373-374). E il posto conquistato è di assoluto rilievo: più del 90% degli intervistati ha già apprezzato le carni magre e digeribili (e con pochissime spine) del lavarello. Molto alto il consumo familiare del lavarello ai ferri, ampiamente sopra il 60% in tutti e cinque i comuni (con una punta oltre l'80% a Brenzone). Ovviamente, il piatto è particolarmente presente anche nella ristorazione.





lesso co la pearà

Il misto di carni lessate accompagnate con la salsa *pearà* è il tipico piatto veronese dei giorni di festa. L'origine della *pearà*, fatta con brodo, midollo e pepe abbondante, è leggendaria. C'è infatti chi sostiene sia frutto dell'estro d'un cuoco di corte, preoccupato di far tornare l'appetito a Rosmunda, dopo che Alboino le aveva fatto subire il macabro affronto di brindare nel teschio del padre (Gioco 1982: 89-90). Fuori del mito, la *pearà* potrebbe derivare, da antiche e più elaborate salse medievali. Il *lesso co la pearà* è tuttora diffusissimo anche in area gardesana: ad averlo provato a casa o al ristorante è il 90% degli intervistati, con una punta massima di consumo familiare a Costermano (90%) e un minimo a Malcesine (55%).

luccio in salsa

Il luccio in salsa è uno degli antipasti più diffusi nei ristoranti gardesani. La salsa è fatta, secondo tradizione, con le acciughe. Piatto diffuso anche in area mantovana, ha probabilmente origine antica e non popolare, com'è testimoniato dall'uso consolidato delle spezie (al luccio viene tuttora aggiunta cannella in polvere).

La conoscenza della ricetta è risultata ovviamente molto elevata: ad averlo assaggiato è l'85% degli interpellati. Peraltro, pur rimanendo molto alto l'apporto della cucina familiare (la metà delle famiglie di Torri, Garda e Costermano lo porta in tavola almeno una volta l'anno, mentre il dato scende al 45% a Brenzone e addirittura al 20% a Malcesine), la ristorazione offre un contributo altissimo alla popolarità di questo piatto, assaggiato solo al ristorante quasi da metà degli intervistati di Brenzone, Malcesine e Costermano.

nadalìn

Il *nadalìn* è probabilmente l'antenato del pandoro e del panettone e porta con sé una straordinaria carica simbolica: modellato a forma di stella, c'è chi dice voglia simboleggiare la cometa che



guidò i Magi, ma in realtà la simbologia potrebbe rifarsi addirittura agli antichi riti pagani in onore del Sole.

Più veneto che gardesano, il *nadalìn* perde popolarità passando dalla campagna alla riviera e poi salendo verso nord lungo la riviera: ad averlo assaggiato è il 90% degli intervistati a Costermano, il 70% Garda e Torri, il 50% a Brenzone e solo il 40% a Malcesine.

Alto è risultato il livello di produzione familiare (e la cosa può essere abbastanza sorprendente) a Garda, Torri e Costermano, dove il *nadalìn* viene preparato in casa da quasi un terzo delle famiglie. Quasi assente l'apporto della ristorazione.

panàa

Fatta di pane comune raffermo, brodo e olio, la *panàa* è un semplice ed antichissimo piatto conosciuto in numerose regioni, magari con altro nome. A metà strada fra una zuppa e una salsa, era destinata soprattutto ai bambini ed agli anziani, accomunati dalla necessità di preparazioni fruibili da parte di chi ha pochi denti. Pur mancando del tutto nella ristorazione, la *panàa* continua comunque a godere di discreta popolarità (mediamente la conosce più del 40% degli intervistati), anche se oggi è preparata da una esigua percentuale di famiglie (il 20% a Torri, Brenzone e Malcesine, il 10% a Garda e Costermano), mentre cresce il numero di coloro che non ne hanno mai sentito neppure parlare (un terzo dei genitori di Garda e Torri, un quinto a Malcesine, un po' meno a Brenzone e Costermano).

paparèle coi fegadìni

Le *paparèle* sono delle tagliatelle sottilissime fatte a mano e cotte poi in brodo; i *fegadìni* sono le frattaglie della gallina, che vengono cucinate a parte e unite al brodo direttamente nel piatto. *Paparèle coi fegadìni* e *lesso co la pearà* erano - ed ancora in taluni casi lo sono - il menù veronese delle grandi feste, e in particola-



La panza

Si prendevamo tre panini caldi,
si tagliavano a pezzetti, nella pen-
tola si metteva acqua fredda.

Si faceva cuocere per due o tre
ore.

Appena cotta si condiva con olio e
zucchero per i piccini e formaggio
per i grandi (o come piaceva.)

Era un unico piatto molto sostanzioso.



Francesca Galassi





re di Pasqua. Tanto da finire in proverbio: *Alleluia, alleluia, le paparèle le se desgarbùia*, oppure *le se 'ngarbùia* si diceva infatti “in onore” delle tagliatelline che, con la cottura nel brodo, si srotolano (*le se desgarbùia*) per poi avvilupparsi (*le se 'ngarbùia*) attorno alla forchetta del commensale.

Pur essendo il livello di consumo piuttosto elevato (due terzi degli interpellati ha detto d'averle assaggiate), le tagliatelline in brodo condite coi fegatini hanno mostrato un grado di popolarità parecchio più basso di quello che forse ci si sarebbe potuto aspettare. Non particolarmente elevata è risultata soprattutto la percentuale delle famiglie che preparano in casa *paparèle e fegadini*: il 40% a Torri e Costermano e il 20-25% negli altri paesi. Ai nonni e alla ristorazione è dunque affidata ampia funzione di conservazione d'un piatto stranamente in declino: forse perché quasi nessuno ha più il tempo d'impastare in casa e poi perché l'uso delle frattaglie scende in picchiata.

polenta balòta

Tipica preparazione dei malghesi impegnati nell'alpeggio sui monti attorno al Garda, la *balòta* è un piatto semplicissimo che prevede l'utilizzo di polenta calda e formaggio di malga. Si tagliano due fettine di polenta bollente, ci si mette in mezzo una fetta di formaggio (in modo che fonda) e poi si modella il tutto a mo' di palla (di *balòta*, appunto): si mangia subito, oppure, meglio, se ne perfeziona la cottura sulla graticola. Si tratta dunque d'una ricetta particolarmente semplice e gustosa, ma ormai purtroppo pressoché in via di estinzione: mediamente, appena un quarto degli intervistati può dire di averla assaggiata. Soltanto a Brenzone persiste un discreto grado di conoscenza: metà intervistati hanno dichiarato d'averla provata almeno una volta, ma solo il 15% la prepara tuttora in casa (e comunque un quinto dei brenzonesi non sa di cosa si tratti). La percentuale di uso familiare è simile anche a Malcesine, ma qui





la metà dei genitori non conosce affatto la ricetta, che è del tutto sconosciuta anche a due terzi degli intervistati di Torri, a tre quarti di quelli di Costermano e a quasi il 90% di quelli di Garda.

polenta carbonéra

La polenta *carbonàra* - o *carbonéra*, come si dice in ampia parte del territorio di Brenzone - è un robusto, gustosissimo “piatto unico” realizzato facendo fondere nella polenta in fase di cottura più varietà di formaggi, con l’aggiunta di olio d’oliva e, a piacere, salamella. Forse è la testimonianza degli scambi commerciali via lago che avvenivano un tempo: la “nostra” *carbonéra* è in fondo parente stretta della polenta *taràgna* della riviera occidentale e delle valli alpine lombarde (Peretti 1994: 75-81).

Il sondaggio ha confermato il forte radicamento della ricetta nell’Alto Garda: il 90% degli intervistati di Brenzone e l’80% di quelli di Malcesine hanno mangiato almeno una volta la polenta *carbonéra*, mentre la percentuale scende al 65% a Torri e precipita al 20% a Garda e Costermano (in questi due ultimi comuni tre quarti degli intervistati non sanno di cosa si tratti). Notevole l’autoproduzione malcesinese e brenzone: nei due comuni più a nord, infatti, quasi il 60% delle famiglie cucina questa rustica polenta in casa (a Torri la percentuale è poco sotto il 50%).

polenta e baccalà

“*Se el lago el fusse pòcio e ‘l Baldo de polenta, òi màma che pociàde: polenta e baccalà*” dice un motivetto in uso sul Garda: il ritornello vagheggia una sorta di Paese di Cuccagna costituito da un Monte Baldo trasformato in polenta fumante e da un lago di Garda visto a mo’ di teglia piena di baccalà coperto d’olio. Polenta, baccalà e *gòti*, ossia generosi bicchieri di vino, costituivano a Garda il semplice menù del *sècan*, la cena che suggellava i contratti fra possessori di reti e pescatori prestatori d’opera (Pasotti 1990: 26-27).





C'è peraltro da annotare come in terra veneta si attribuisca erroneamente il nome di baccalà a quello che è in realtà lo stoccafisso (il merluzzo sventrato, decapitato ed essiccato); il vero baccalà, invece, sarebbe il merluzzo conservato sotto sale. Confusione linguistica o meno, il baccalà resta comunque uno dei piatti tradizionali più noti: pochissimi dichiarano di non averlo mai assaggiato. Differenze sostanziali ci sono invece nell'uso domestico di questo piatto: se a Garda lo si cucina in oltre l'80% delle famiglie intervistate, la percentuale passa al 70% a Torri e Costermano e scende intorno al 40% a Malcesine e Brenzone. Un'ampia supplenza viene dunque svolta nell'Alto Garda dai nonni e dai ristoratori.

riso e latte

Il riso cotto nel latte intero è un piatto attribuibile prevalentemente alla zona collinare e montana del territorio gardesano. Considerato cibo "leggero", un tempo era destinato in particolare ai ragazzi e alle puerpere.

La sensazione che si poteva avere era che si trattasse d'un piatto ormai appartenente quasi solo al ricordo. E invece soprattutto nell'Alto Garda questa curiosa zuppa dolciastra di riso cotto nel latte continua ad avere un incredibile successo: a Malcesine e Brenzone due terzi degli intervistati l'ha mangiata; addirittura il 60% delle famiglie di Brenzone e metà di quelle di Malcesine la cucinano tuttora. I due comuni dell'Alto Garda conservano del resto un forte legame con la tradizione zootecnica e quindi con quella sorta di "ritualità" gastronomica del latte cui appartiene anche la nostra minestra di riso. A Torri più della metà degli interpellati dice di aver assaggiato il riso cotto nel latte, e in un terzo delle famiglie lo si cucina ancora. A Garda e a Costermano, invece, solo il 40% del campione assicura d'averlo mangiato (a cucinarlo però è appena un quinto delle famiglie); per converso, metà dei gardesani e dei costermanesi non conoscono la ricetta.





RISO e LATTE

INGREDIENTI:

Riso

Latte

Acqua



Un pizzico di sale

PROCEDIMENTO:

Mettere in una pentola abbastanza grande il latte, l'acqua e il sale.
Dopo un po', quando l'acqua bolle mettere, dentro la pentola, il riso.
In venti minuti il riso è pronto.





risotto con la tinca

Gastronomicamente, la riva orientale del Garda può essere divisa in due aree: a nord il regno dell'olio e dei *bìgoi co le àgole*, mentre più sotto, dopo Garda, che grosso modo fa da “spartiacque”, dominano la vigna e il risotto con la tinca. I dati raccolti nella nostra ricerca confermano questa sostanziale suddivisione: il risotto con la tinca trova infatti larghissima diffusione a Garda, Costermano e Torri (nei tre comuni più del 90% degli intervistati l'ha mangiato almeno una volta), mentre il suo grado di popolarità, pur restando ad elevati livelli, diminuisce in maniera abbastanza considerevole a Brenzone e Malcesine (dove l'ha provato il 70% del campione). La località dove più elevata è la percentuale di preparazione in casa è proprio Garda, dove il risotto con la tinca viene tuttora cucinato da ben più di metà delle famiglie.

Resta dunque valido, a proposito della cucina di Garda, ciò che scriveva negli anni Venti il Malfer: “Il sogno dei locali seguaci d'Apicio è il risotto di tinca” (Malfer 1927: 246). Ed il riso era certamente conosciuto dai gardesani anche nei secoli passati, dato che a Garda lo si coltivava in pieno Seicento (nella campagna oggi ampiamente urbanizzata del paese esiste tuttora località Risare).

sanvigilini

A Garda e in altre località della riviera veronese non è raro che a fine pasto vi siano serviti, assieme al caffè o ai liquori, i *sanvigilini*, dolcetti di pasta frolla con l'uvetta. C'è chi è pronto a giurare che si tratti di dolci “tradizionali”, ma sono invece il classico esempio di una proposta gastronomica che in tempi relativamente brevi (pochi decenni) si è affermata e radicata in un ambito territoriale ristretto, sino a farla considerare parte integrante del patrimonio locale. I *sanvigilini* sono infatti un’“invenzione” abbastanza recente, creata nell'immediato dopoguerra alla Locanda San Vigilio probabilmente in occasione della visita di Winston Churchill.





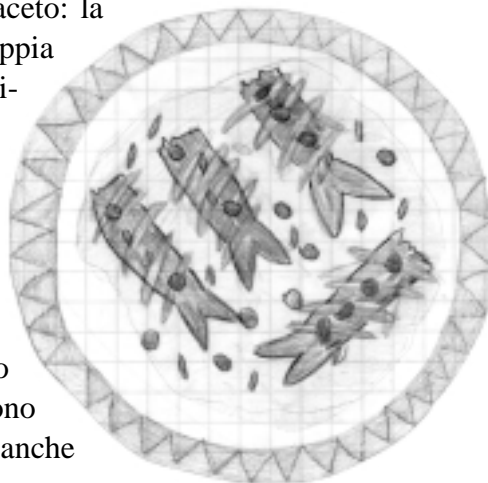
Ampiamente diffusi localmente, i *sanvigilini* sono conosciuti da quasi tutti i genitori di Garda e Costermano. A Costermano, in particolare, un simile exploit è forse dovuto essenzialmente a tre fattori: una probabile immigrazione di famiglie da Garda, la forte attrazione esercitata dalla stessa Garda per la cena fuori casa (il 10% dei costermanesi dice d'aver assaggiato i *sanvigilini* al ristorante, e questo dolcetto viene offerto a fine pasto col caffè in alcuni locali gardesani), ma soprattutto il fatto che un panificio di Garda rifornisce in continuazione di *sanvigilini* un supermercato di Costermano.

Notevole il consumo di *sanvigilini* anche a Torri. La popolarità scende invece drasticamente salendo più a nord e quindi allontanandosi da Garda: a Brenzone risultano sconosciuti al 40% degli intervistati e a Malcesine addirittura ai due terzi dei genitori.

sardéne en saór

Una delle memorie dei quattro secoli di presenza della Serenissima sul Garda è costituita da un piatto tipicamente veneziano di cui si sono appropriati i gardesani: le sardelle in *saór*. Unica variante è che a Venezia si utilizzano le sarde di mare, mentre sul Benaco si adoperano le *sardéne* lacustri. Il pesce viene fritto e poi è posto a marinare con cipolla ed aceto: la ricetta è dunque basata sulla doppia tecnica della friggitura e della marinatura e consente di conservare per qualche tempo il pesce, fattore importante in tempi in cui era vitale non buttar via niente e far durare il più a lungo possibile le poche derrate disponibili.

Piatto rustico ma di sicuro impatto, le *sardéne en saór* godono tuttora di amplissima popolarità, anche





grazie al ruolo oggi svolto dalla ristorazione, che le propone frequentemente come sapido antipasto: non a caso più di un quarto degli intervistati dichiara di averle assaggiate soltanto in trattoria. Mediamente, peraltro, è un terzo delle famiglie a confezionarle ancora in casa: la percentuale è pressoché identica in tutti e cinque i comuni. È invece a Brenzone che si riscontra la quota più alta (un quarto) di coloro che non le conoscono.

sisàm

Piatto antichissimo, il *sisàm* viene preparato con una lenta cottura di alborelle essiccate, cipolla affettata, aceto e un pizzico di zucchero. Attribuito in genere alla cucina “popolare”, in realtà pare derivare da quel “cisame de pesse” che si trova citato già in ricettari di corte trecenteschi d’area veneziana (Faccioli 1987: 77).

Traccia del “cisame” la troviamo in altri trattati antichi: ad esempio il “Libro novo” di Cristofaro di Messisbugo, scalco e amministratore alla corte degli Estensi nella prima metà del Cinquecento (Messisbugo 1557: 17).

Scomparso dalle abitudini gastronomiche veneziane e in genere italiane, del “cisame” rimane oggi memoria viva soltanto nel *sisàm* gardesano, che fa uso del pesce più povero: l’alborella. È nell’Alto Garda che si conserva tuttora la ricetta sicuramente più antica del *sisàm*. A Brenzone, in particolare, si usa aggiungere alle cipolle stufate anche un pizzico di zucchero. Qualcuno dice che lo si fa per facilitarne la digeribilità. In realtà, invece, non è altro che una variante moderna del “cisamen” medievale, che prevedeva l’utilizzo del miele nella cottura per rendere l’effetto dell’agro-dolce (Consolini et al. 1998: 57-66).

Non a caso è proprio a Malcesine, Brenzone e Torri che si registra la maggior quota (un terzo circa) di famiglie che preparano tuttora il *sisàm* in casa. Mentre tuttavia a Malcesine e Brenzone il piatto è completamente sconosciuto solo al 10% della popolazione, a





COME FANNO I **SUGOLI** LE MOSTRE NONNE

Ingredienti:

1 litro di mosto

4 cucchiai di farina bianca

2 cucchiai di zucchero



INIZIO

Si mescola per bene

Si cuoce sul fuoco lento per 10 minuti

Si versa in una terrina

Si lascia raffreddare

FINE



Chiusa e stampata in terra, scuola elementare di Cortina





Torri la mancata conoscenza tocca un terzo degli intervistati. Complessivamente, comunque, oltre il 60% degli interpellati a Malcesine, Brenzone, Torri e Garda ha mangiato questo piatto tradizionale. La popolarità precipita invece a Costermano, dove tre quarti dei genitori non l'ha mai sentito nominare. Rilevante il ruolo assunto dalla ristorazione; in particolare a Brenzone poco meno di un terzo degli intervistati ha gustato il *sisàm* proprio in trattoria.

sùgoli

I *sùgoli* sono (o forse è meglio dire “erano”) il dolce del periodo della vendemmia. Per farli, si porta ad ebollizione del mosto (con un'aggiunta di sale e un po' di buccia di limone), versando poi della farina e facendo cuocere per un quarto d'ora. Si tratta d'un piatto semplice, diffuso da secoli in molte parti d'Italia. Se ne parla ad esempio nel seicentesco “Brieve racconto di tutte le radici, di tutte l'erbe e di tutti i frutti che crudi in Italia si mangiano”: “Quando poi ne facciamo i vini pigliamo non così poco, come altri crederebbe, del mosto anzi che abbia bollito e che vi si sia una goccia d'acqua posta, e ne facciamo, cocendolo con un poco di fior di farina, un mangiare che chiamiamo sugoli” (Coltro 1983: 74).

Generazioni di ragazzini hanno atteso il tempo della raccolta dell'uva per poter gustare un po' di questa specie di budino gelatinoso. Oggi invece sono pochi coloro che lo conoscono: più della metà degli intervistati non sa di cosa si tratti e solo un terzo li ha provati almeno una volta. Com'era logico attendersi, peraltro, la ricetta è quasi del tutto sconosciuta nel tratto più a nord della riviera, dove la coltivazione della vite è inesistente: non sanno cosa siano i *sùgoli* il 55% dei genitori di Torri, l'80% di quelli di Brenzone e Malcesine. A Garda e soprattutto a Costermano, invece, il tipico dolce della vendemmia è ancora relativamente diffuso, essendo stato assaggiato almeno dalla metà degli intervistati. E un quinto delle famiglie di Costermano, Garda e Torri lo prepara ancora in casa.





Le erbe e i cereali





Le erbe

“In nessun'altra tradizione alimentare occidentale viene dato così grande spazio alle verdure fresche come in quella italiana” (Valerio 1988: 49). Quella di Nico Valerio è un'affermazione vera anche per la zona del Garda, area felice sotto il profilo delle produzioni orticole e delle varietà di erbe spontanee grazie al clima “mediterraneo”, ma anche alla presenza del Monte Baldo, riconosciuto da secoli come il “giardino botanico d'Europa”. La raccolta delle erbe dei prati, in particolare, ha consentito a generazioni di gardesani di “arricchire” il monotono desinare quotidiano, se non addirittura, talvolta, di vincere i morsi della fame. Senza considerare che alle erbe officinali (e alle giaculatorie) era spesso demandata la cura delle malattie.

Che cosa resta oggi dell'antica saggezza degli antenati raccoglitori di erbe campestri? Non moltissimo, se si guarda al risultato del nostro questionario. Abbiamo infatti sottoposto a test una decina di erbe spontanee presenti nella zona: come per le ricette, la ricerca è stata affidata a tutti i ragazzi, assegnando però a ciascuna classe due sole delle dieci varietà vegetali complessive. Nelle pagine che seguono vediamo che cos'è emerso.





bruscàndoli

I *bruscàndoli* sono i germogli del luppolo, una pianta rampicante che si trova abbastanza facilmente ai lati delle strade, lungo le siepi e accanto ai fossi anche nell'area meridionale del Garda e nella piana di Caprino. Il nome trae in inganno, confondendosi con quello dei *bruscànsi*, i germogli del pungitopo. I germogli del luppolo si raccolgono in primavera e vengono utilizzati come contorno, oppure come ingrediente per dei gustosi risotti. Nella cucina gardesana sono sempre stati poco presenti, come confermano i dati della nostra ricerca: mediamente, risultano infatti sconosciuti a quasi tre quarti degli intervistati.

bruscànsi

I *bruscànsi* sono i germogli del pungitopo, piccolo arbusto sempreverde molto comune nei boschi del Garda e dell'entroterra. Di sapore amarognolo, i *bruscànsi* vengono lessati e poi serviti come asparagi (e spesso vengono confusi appunto con l'asparago selvatico) conditi con olio e aceto ed eventualmente accompagnati dalle uova sode. Possono servire anche come condimento per il risotto. Complessivamente, circa metà degli interpellati li conosce e li usa, ma esiste una forte differenziazione da paese a paese: mentre a Garda, Torri e Costermano ben più del 60% degli interpellati li ha mangiati, a Malcesine e Brenzone la percentuale scende verso il 25-30%. A Malcesine, addirittura, due terzi degli intervistati non conoscono neppure il nome.

crèn

Il *crèn* è la radice di una pianta, l'*Armoracia rusticana*, che viene spesso chiamata - sebbene non del tutto appropriatamente - *ràfano*. Viene grattugiata e conservata in vasetti con l'aceto. Ha un sapore piuttosto pungente e costituisce un saporitissimo accompagnamento per le carni lesse. Discretamente diffuso, il *crèn* è cono-





Longes di mais

Giulia Orvi

recupera dematore di
Lantion, dove IV.





sciuto e usato da più della metà degli intervistati. Torri, Garda e Malcesine sono, nell'ordine, le località dove più ampio è il consumo familiare. Per contro, nella stessa Malcesine, oltre che a Brenzone, il 40% degli interpellati non sa cosa sia il *crèn*.

molesini

I *molesini* sono pianticelle dei prati - piuttosto comuni - dalle foglioline tenere e dal sapore delicato: la valerianella. Vengono utilizzati per delle fresche insalate, preferibilmente conditi solo con olio d'oliva. Fra i dieci erbaggi sottoposti al nostro test i *molesini* sono di gran lunga i più conosciuti: complessivamente, più dell'80% degli interpellati ha dichiarato di conoscerli e di consumarli. A Garda addirittura la percentuale di conoscenza sale al 95% (e a prepararli in casa è l'80% delle famiglie). Fa eccezione Brenzone, dove sono noti a meno di due terzi dei genitori (e più del 30% dei brenzonesi non sa che cosa siano).

ortica

Chi non ha mai avuto a che fare con le foglie fastidiose dell'ortica? Ma pochissimi sanno che quelle stesse foglie, quando sono appena spuntate e quindi tenerissime, sono un eccellente ingrediente per dei delicati risotti. L'uso alimentare dell'ortica sul Garda risulta infatti abbastanza modesto: la percentuale di chi ha provato ad assaggiarla non raggiunge complessivamente il 40%. Il consumo familiare è leggermente maggiore nell'Alto Garda.

pissacani

I *pissacani* sono i cespi del tarassaco, comunissima erba dei prati dai vistosi fiori gialli che si trasformano in globi biancastri pronti a disperdersi al primo alito di vento. Generalmente il tarassaco lo si consuma come verdura lessata, condita con olio e aceto. Le foglie più tenere possono essere utilizzate anche crude per una inu-





suale insalata amarognola. Francamente, ci saremmo aspettati che la percentuale di coloro che hanno sperimentato l'uso gastronomico di questo comunissimo erbaggio risultasse più elevata del 65% rilevato nel test. Il 40% degli interpellati ha peraltro dichiarato di cucinarli abbastanza regolarmente in casa.

scràuss

Lo *scràuss* è lo spinacio di montagna, noto anche come Buon Enrico, una pianticella che cresce sui pascoli del Monte Baldo, presso le malghe. In area trentina si usa anche il nome di *spinàzzi de mónt*. I germogli e le foglie più tenere, eccellenti conservati sott'aceto, sono una ghiottoneria pressoché sconosciuta ai più, come ha dimostrato il nostro sondaggio: complessivamente, solo un quinto degli interpellati ha dichiarato di averli assaggiati. Altissima la percentuale di chi non sa neppure di che cosa si tratti: 90% a Costermano e Garda, 80% a Torri, 70% a Malcesine, mentre a Brenzone “solo” il 40% non li ha mai sentiti nominare. E proprio a Brenzone si registra l'unica percentuale apprezzabile di consumo domestico degli spinaci selvatici, dato che vengono tuttora portati in tavola in circa un terzo delle famiglie.

scrisolóni (s-ciopéti)

Altra comunissima erba dei prati, gli *scrisolóni* o *s-ciopéti* debbono il loro nome dialettale da un lato al fatto che le foglie “scricchiolano” sotto le dita e dall'altro ai loro strani fiori a forma di paloncino che “scoppiettano” quando sono schiacciati con forza contro il dorso della mano. I teneri germogli di questa pianticella, la *Silene vulgaris*, sono l'ingrediente base per un buon sugo primaverile per la pasta, oppure per il risotto. Complessivamente, nel territorio interessato dalla nostra indagine le percentuali di coloro che li conoscono e li usano e di coloro che invece non li hanno mai assaggiati si equivalgono sostanzialmente. Il consumo familiare è quasi





ovunque attorno al 30%, con l'unica eccezione di Garda, dove sono cucinati da più di metà delle famiglie. Alta la quota di chi non li conosce neppure: dal 30% di Garda al 65% di Malcesine.

sparasine

Le *sparasine*, sempre più rare ai margini dei boschi dell'entroterra gardesano e pressoché inesistenti nel tratto settentrionale della riviera, sono i germogli dell'asparago selvatico, che si consumano lessati e conditi con l'olio. Come nel caso degli *scrisolóni*, anche per le *sparasine* esiste una sostanziale spaccatura verticale del complesso degli intervistati: metà le ha assaggiate, metà non le ha mai provate. Ma in questo caso, in conseguenza della differente presenza della pianta sul territorio, la distribuzione è piuttosto diversificata da un paese all'altro: mentre a Garda due terzi delle famiglie le consumano in casa, a Torri la percentuale scende al 45%, per attestarsi a livelli ancora più bassi altrove.

viàlbe

La *viàlba* è la vitalba, una pianta rampicante che avvolge siepi e recinzioni. Se ne consumano i germogli lessati: sono amarognoli e vengono bolliti e poi conditi con un filo d'olio, accompagnati magari da uova sode. Si possono utilizzare anche per insaporire risotti e frittate. Pur essendo una pianta diffusissima in tutto il territorio interessato dalla nostra indagine, la *viàlba* è risultata poco utilizzata dalle famiglie interpellate: nell'Alto Garda (Malcesine e Brenzone) è addirittura quasi totalmente sconosciuta. A Garda e Torri, invece, circa il 40% degli interpellati la cucina almeno una volta l'anno. E più di metà dei costermanesi la conosce ma non l'ha mai assaggiata.

i cereali: la pasta, il riso e la polenta

Una sezione della nostra ricerca ha riguardato l'uso dei cereali - e quindi della pasta, del riso e della polenta - nelle famiglie degli





CASA

MANGIAMO



LA POLenta

| <p>Qui volta al mese</p>  | <p>Non più di una volta al mese</p>  | <p>Meno di una volta al mese</p>  | <p>Mai o quasi mai</p>  |
|--|---|--|--|
|  |  |  | |

Osservazioni: nella nostra zona la polenta è un piatto apprezzato ancora oggi.

Lia Berti, classe IV di Castion, scuola elementare.





alunni e in quelle dei nonni. In questo caso l'indagine è stata condotta soltanto dagli alunni delle classi quarte.

Ovviamente a spopolare è la pastasciutta: più del 70% delle famiglie la prepara per pranzo, e in qualche caso è in tavola anche alla sera. Le cose erano ben diverse ai tempi dei nonni: allora la pasta poteva permettersela tutti i giorni non più del 20-25% delle famiglie, e un altro 40% la cucinava poche volte la settimana.

I nonni mangiavano polenta. Tutti i giorni. Nel 40% delle famiglie dei nonni la si consumava sia a pranzo che a cena. Un altro 30% abbondante la trovava in tavola una volta al giorno. Insomma, sette famiglie su dieci un tempo mangiavano polenta tutti i giorni.

Oggi la polenta continua a trovare un discreto spazio nelle abitudini alimentari gardesane. Quasi un terzo delle famiglie la prepara almeno una volta al mese e addirittura due terzi la mettono in tavola ancora più spesso, anche se siamo ovviamente ben lontani dalla frequenza del passato. In compenso, sta scomparendo l'abitudine di far la pasta a mano: dominano le scatole. Anche se oggi non è più necessario tirar la sfoglia col mattarello e le macchinette per far la pasta all'uovo non sono così costose, poche donne hanno il tempo di cimentarsi nell'impresa. E a poco suppliscono i negozi di pasta fresca. Solo il 15% delle famiglie interpellate cucina più di una volta al mese la pasta fatta in casa. E più della metà non la usa mai o quasi.

Il consumo di riso è aumentato: oggi trova spazio sulle tavole familiari almeno una volta la settimana in quasi tre quarti delle famiglie, mentre un tempo era utilizzato settimanalmente solo nel 60% delle famiglie dei nonni (e in 20 famiglie su 100 lo si consumava raramente).

le minestre

“La sera c’era sempre la minestra” scriveva agli inizi del secolo David Herbert Lawrence ricordando le giornate trascorse sul Garda occidentale.



In effetti, la zuppa che “pipava” eternamente sul camino per esser pronta all’ora di cena era una delle costanti delle case d’un tempo, come scrive magistralmente Piero Camporesi: “Al centro del sistema alimentare contadino dell’età preindustriale si collocava in primo piano il paiuolo che bolliva lentamente, quasi di continuo, appeso alle catene del camino, alimentato da un fuoco perenne o tenuto tiepido da una brace raramente spenta o fredda cui erano sconosciuti i mutamenti di stagione” (Camporesi 1983: 17). Oltretutto la minestra vegetale costa poco: un fondo d’olio o di lardo, un po’ di cipolla, qualche erba d’orto o di campo e tanta acqua. Così la stragrande maggioranza dei nonni di Brenzone e di Malcesine e più della metà di quelli degli altri paesi mangiavano minestrone tutte le sere.

Oggi le cose sono parecchio cambiate, ma a Brenzone e Malcesine resta alto il consumo della zuppa di verdure: quasi metà delle famiglie la porta in tavola più volte la settimana. Meglio ancora a Torri: qui la consuetudine con la minestra di verdure tocca il 55% degli intervistati. Spesso la zuppa è sostituita dal brodino, che arriva sul desco domestico un paio di sere la settimana in tre quarti dei nuclei familiari di Torri, Brenzone e Malcesine. A Garda, invece, brodi e minestre godono di minor fortuna.



l'olio e il vino





L'olio (e l'aceto)

Turisticamente la sponda orientale del Garda viene designata con l'appellativo di Riviera degli Olivi. E in effetti sono proprio gli oliveti a caratterizzare il paesaggio, soprattutto da Garda in su.

Qui l'olivicoltura ha tradizione antichissima: furono i grandi monasteri altomedievali a diffondere la coltura dell'olivo nei loro possedimenti sulla riviera (quanto ad un'eventuale produzione di età romana, non ce n'è alcuna prova certa). All'epoca l'olio d'oliva serviva soprattutto per l'illuminazione delle chiese (nelle quali si officiava pressoché costantemente giorno e notte) e per gli usi dei culti cristiani. In più c'era anche il consumo alimentare, in particolare nelle lunghissime quaresime in cui era vietato l'uso di alimenti d'origine animale.

In effetti, più che l'olio, nei fondi di cottura erano utilizzati il lardo battuto e lo strutto. "Il fuoco e il paiuolo - scrive Piero Camporesi - sono stati per molti secoli gli strumenti e gli elementi chiave della cucina contadina, e l'acqua salata il semplice e magico "fondo" dal quale, con l'aggiunta di lardo o strutto, si tirava miracolosamente fuori una minestra o una zuppa" (Camporesi 1983:17). Quello d'un tempo non doveva peraltro essere un grande olio. Le olive, infatti, anche per problemi di trasporto, venivano lasciate fermentare a lungo prima della spremitura: la "resa" in olio aumentava, ma il prodotto che ne usciva era inevitabilmente rancido.

Oggi, per fortuna, le cose sono molto migliorate e la qualità è in fase di rapida crescita, anche grazie all'acquisizione del marchio europeo della denominazione di origine protetta per l'extravergine del Garda. L'olio d'oliva, simbolo della dieta "mediterranea", è del resto entrato prepotentemente nelle nostre abitudini alimentari. Al punto che - come ben dimostra la ricerca condotta dagli alunni delle classi seconde - nessuno in riva al lago si sogna di sostituirlo con l'olio di semi per condire l'insalata. Anche per i fondi di cottura degli alimenti prevale nettamente l'extravergine: soltanto un decimo





LA VITE E IL SUO AMBIENTE



Alberto, Riccardo, Nicola, classe 3^a, scuola elementare di Gattorna





degli intervistati per cucinare utilizza il burro. E in questo caso si nota un sensibile scostamento rispetto agli usi d'un tempo. Il sondaggio effettuato dimostra infatti che l'olio era utilizzato per cucinare da meno di due terzi delle famiglie dei nonni (non tutti però residenti in area gardesana): le altre usavano burro (15%), strutto (12%) e lardo (10%). Solo a Brenzone è sempre stato l'olio d'oliva a dominare incontrastato.

Per friggere, invece, oggi si usa in abbondanza l'olio di semi, adoperato da più del 70% delle famiglie della zona: concettualmente, si tratta d'una scelta non del tutto corretta, visto che l'olio d'oliva consente friggiture nettamente migliori di quelle della stragrande maggioranza degli altri olii (ma forse ad influire nella scelta è soprattutto un problema di costi). Ancora una volta è Brenzone a far eccezione: qui olio d'oliva ed olio di semi si equivalgono nella friggitrice.

A proposito di olio... Con che cosa lo si accompagna nel condire le insalate? Circa un terzo dei nuclei familiari condisce con aceto di vino di produzione propria (fa eccezione Malcesine, dove l'autoproduzione è scarsa). Le famiglie che acquistano l'aceto in negozio variano dal 60% di Brenzone e Malcesine al 25-30% di Garda e Costermano. Non pochi sono comunque coloro che preferiscono aceti diversi da quello di vino: a Garda gli "altri aceti" sono utilizzati dal 40% degli interpellati. Pochissimi non usano alcun tipo d'aceto.

Il vino (e la birra)

L'area gardesana vanta produzioni vinicole di notevole rilievo, conosciute in tutto il mondo: il Bardolino, il Bianco di Custoza, il Lugana, solo per citare le denominazioni più note. Ma l'area vitivinicola si ferma a Garda e Costermano, mentre più a nord la vigna scompare per lasciare spazio all'olivo.

Nonostante tanta ricchezza enologica, mediamente - come





hanno verificato gli alunni delle classi terze - solo metà delle famiglie del territorio studiato mette il vino in tavola tutti i giorni. Ma le medie a volte possono trarre in inganno, e infatti se a Costermano e Malcesine ci sono punte del 65-70% nel consumo quotidiano, negli altri tre comuni i genitori che accompagnano ogni pasto col vino

sono meno della metà. Non solo. La metà delle famiglie di Garda e Brenzone e un quarto di quelle di Torri, Malcesine e Costermano non usano il vino proprio per nulla. L'approvvigionamento segue le strade più svariate.

Un terzo dei consumatori di Garda e di Costermano beve vino prodotto da familiari. Le produzioni del contadino approdano nelle case

del 35-40% delle famiglie di Brenzone e Malcesine e del

20-25% delle altre. Cantine e negozi si dividono quasi equamente (con qualche scostamento da un paese all'altro) il resto

del mercato. In ogni caso, i consumatori della riviera amano le bottiglie col tappo di sughero,

preferite da più della metà degli interpellati. Il bottiglione resiste soprattutto a Costermano, dove del resto, come s'è visto, è più

alta la



percentuale di autoconsumo. Volano pochi tappi di bottiglie di vino anche quando arrivano ospiti in casa: si preferisce offrire tè o caffè nel 70% dei casi. Nelle altre famiglie si equivalgono vino, bibite e (parzialmente) liquori.

E la birra? Il Garda è area a forte presenza turistica tedesca, e in Germania, si sa, è la birra a trionfare. Quanto ha influito il turismo sulle abitudini alimentari locali? Non molto, a ben vedere. Le famiglie che usano la birra quotidianamente o quasi sono molto poche: in genere non si va molto oltre il 10%, con la sola eccezione di Torri, dove la percentuale è più che doppia. Questo in casa. Le cose cambiano invece in maniera sensibile ai tavoli della pizzeria, dove in genere circa metà dei genitori chiedono un boccale di birra. Acqua minerale e bibite gassate si dividono in pizzeria la preferenza di quasi tutta l'altra metà dei genitori. L'abbinata pizza-vino è scelta invece solo da un'esigua e quasi ininfluyente minoranza.



il pesce





Tra sisàm e “pesce bastoncino”

Sapete che cosa rispondono i ragazzini italiani se gli si butta là a bruciapelo la domanda: “Che tipo di pesce conosci?” “La maggior parte dei bimbi, il 19 per cento, cita con sicurezza assoluta il Pesce Bastoncino. Quello che vive e si riproduce nei freezer. Seguono, per fortuna, il delfino e lo squalo, ma al quarto posto spunta il pesce ad anellini fritti” (ma lo stesso delfino, tutto sommato, è fuori posto, trattandosi d’un mammifero). Lo scrive “La Repubblica” del 25 marzo 1999 (l’articolo è di Antonio Dipollina). Sparate giornalistiche? Nient’affatto: “Il sondaggio è al di sopra di ogni sospetto, perché lo ha condotto un’agenzia di pubblicità, addirittura il gigante McCann Eriksson. Sotto esame 320 bambini tra i 7 e i 12 anni”. Insomma: gli spot pubblicitari della tv trionfano nell’immaginario dei bambini. E così domina il pesce surgelato dell’industria alimentare.

Ora, non sappiamo come andrebbero le cose se la stessa domanda la rivolgessimo agli alunni delle scuole gardesane. Ma è probabile che qui le cose possano andare un pochettino meglio. Anche perché l’uso del pesce costituisce ovviamente una delle caratteristiche peculiari dell’alimentazione e della gastronomia del Garda e del suo entroterra.

Oggi ovviamente sono molti meno d’un tempo coloro che pescano direttamente il pesce da consumare in casa. Ma ugualmente il consumo ittico resta un’abitudine alimentare piuttosto diffusa, pur non più limitata al pesce di lago: lo si legge con tutta evidenza nelle risposte raccolte dagli alunni delle classi quinte.

Complessivamente, infatti, nel 60% delle famiglie rivierasche intervistate il pesce arriva in tavola almeno una volta la settimana; a Costermano si scende leggermente sotto il 50%.

Nel 30% dei casi il pesce giunge in tavola, se non proprio ogni settimana, almeno più volte al mese. Solo il restante 10% degli intervistati non consuma mai pesce o ne fa un uso del tutto sporadico.

In genere, nei centri della riviera si cerca di privilegiare il pesce





fresco, consumato in via esclusiva da circa il 40-50% delle famiglie di Garda, Torri, Brenzone e Malcesine. Oggettive difficoltà di reperimento della materia prima fanno scendere a un terzo la quota delle famiglie di Costermano che usano prevalentemente pesce fresco. Ma per il 40-45% degli interpellati è comunque irrilevante che il pesce da cucinare sia fresco, surgelato o inscatolato.

Un terzo delle famiglie di Garda e di Torri (i centri che mantengono più viva la tradizione nel campo della pesca professionale) consumano prevalentemente pesce di lago. Ma nel contempo più di metà degli interpellati quando deve acquistare del pesce fresco trova indifferente la sua provenienza: lago, mare o allevamento.

A Brenzone e Malcesine il 30% delle famiglie cucina pesce lacustre pescato direttamente da un familiare, mentre la percentuale scende attorno al 15% a Garda, Torri e Costermano. L'acquisto

diretto dai pescatori del luogo è

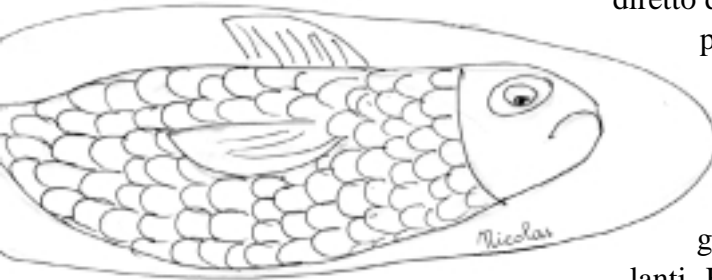
particolarmente alto a Garda e Brenzone (40%), mentre a Torri un quarto delle famiglie si approvvigiona da venditori ambulanti.

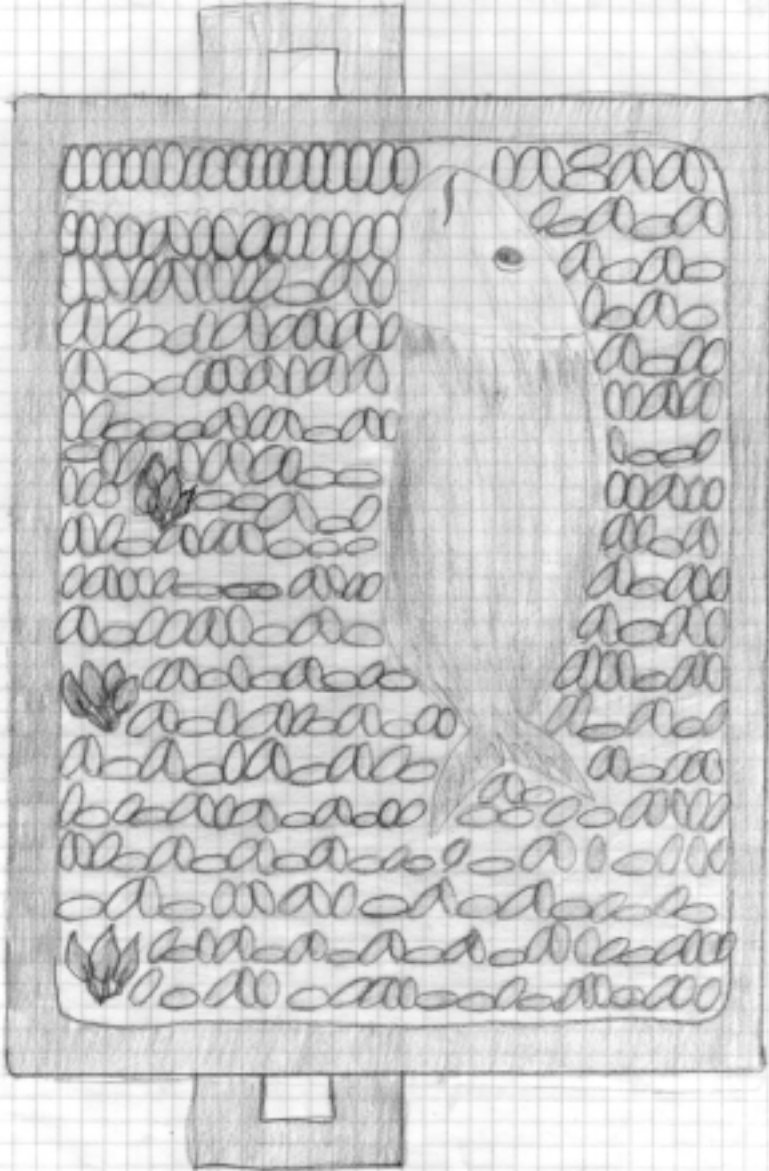
Fanno infine acquisti in

pescheria o al supermercato due terzi delle famiglie di

Costermano, il 45% di quelle di Garda e Malcesine e il 30% di quelle di Torri e Brenzone

Ma come lo si prepara il pesce lacustre sul Garda? Pur essendo quella gardesana una cucina tutto sommato "povera", le ricette tradizionalmente riferite al pesce sono numerose e piuttosto diversificate. Quando abbiamo intrapreso quest'indagine, ritenevamo dunque interessante verificare se accanto alla tecniche più semplici (la friggitura, la bollitura e la griglia) persistessero negli usi familiari anche le preparazioni più antiche. Ossia se nei nuclei familiari del







luogo si conservi tuttora la tradizione della tipica cucina di pesce lacustre. I risultati evidenziano come una parte della terminologia di gastronomia ittica “importata” in epoche passate da Venezia sia quasi del tutto estinta (*a squaquaciò - a scòtadèo*), mentre regge bene la tecnica, arcaica ma efficacissima, della salamoia. Resiste anche il *saór*, aiutato dall’uso che ne vien fatto nella ristorazione.

Per altre formule tradizionali (*en sisàm - en cónsa - en sguasét*) è iniziata una fase di declino che ha ormai sostanzialmente spaccato a metà la popolazione gardesana fra coloro che le conoscono e chi invece le ignora quasi del tutto.

fritto

Sul Garda si friggono soprattutto le piccole alborelle, le sarde lacustri ed i tranci di cavedano. La stranezza è data dal fatto che per la frittura sulla riviera si utilizza ampiamente l’olio di semi, mentre l’ideale sarebbe far uso dell’ottimo extravergine locale.

Fra le regole generali d’una buona friggitura occorre ricordare almeno la necessità di mettere in padella poco pesce per volta e sempre a temperatura ambiente (i pesci non devono cioè essere di frigorifero, altrimenti fanno calare la temperatura dell’olio). Ricordarsi poi di non tenere mai “in caldo” il fritto su una fonte di vapore: rovinereste tutto (Parisi 1996: 16).

Ovviamente, la friggitura del pesce è risultata conosciutissima ed è utilizzata da circa il 90% degli intervistati.

bollito

La bollitura del pesce è una preparazione “classica”, ampiamente presente anche sulla riviera gardesana sia nelle abitudini familiari che nella ristorazione: mediamente, più dell’80% degli intervistati usa questa tecnica di cottura a casa.

La bollitura è ampiamente applicata soprattutto alla trota. Del resto già negli anni Venti il Malfer scriveva che la trota “si mangia





lessata con olio e limone o con altra salsa, preferendo gl'individui più grossi, frolli, dal dorso azzurro-cupo e pescati in acque fredde e fuori fregola. È quello della *mayonnaise* il metodo nobilmente classico” (Malfer 1927: 99).

Il liquido di cottura del pesce si definisce col termine francese di *court-bouillon*. Il *court-bouillon* lo si utilizza freddo “nel caso di cottura di grossi pesci, con tempi quindi più lunghi, che consentono agli aromi di fondersi nel liquido. Nel caso di piccoli pesci faremo prima bollire il *court-bouillon*, in maniera che il liquido si aromatizzi a dovere”. Per un buon *court-bouillon* all'aceto è bene usare due bicchieri d'aceto, un paio di bacche di ginepro, due carote, un paio di cipolle medie, due gambi di sedano tagliati a pezzi, un mazzetto di prezzemolo, una foglia di alloro e cinque grani di pepe nero schiacciati: si mettono tutti gli ingredienti in una pentola capiente, si aggiunge l'acqua (tre litri), si regola di sale, si pone sul fuoco e si fa bollire per un'ora. Nel *court-bouillon* al vino si sostituisce l'aceto con mezzo litro di vino bianco secco; occorre inoltre aggiungere un limone tagliato a quarti (Peretti 1992: 78-79).

ai ferri

La cottura “ai ferri”, cioè “alla griglia”, è fra le più semplici e diffuse per il pesce sia in ambito domestico che nella ristorazione. La preparazione del pesce alla brace è risultata quella più diffusa negli usi domestici, praticata da più del 90% degli interpellati.

en saór

La preparazione del pesce in *saór* ha sicura origine veneziana: le *sarde en saór* sono tuttora uno dei punti fermi della tradizione gastronomica e della ristorazione di Venezia e di molte altre parti del Veneto (vengono servite in genere come saporito, rustico anti-pasto). La ricetta prevede di friggere le sardelle e poi di farle marinare con aceto e cipolla. Anche sul Garda ad essere cucinate *en saór*





sono soprattutto le sarde (ovviamente qui si usano quelle di lago), ma nei ristoranti la tecnica viene sempre più spesso applicata anche alla trota. La “capitale” della conoscenza e dell’uso di questa preparazione è Garda, dove il pesce in *saór* è stato provato dall’85% degli intervistati. Mediamente, tuttavia, in tutti e cinque i comuni della nostra indagine questa tecnica (utile soprattutto per “riciclare” del pesce fritto avanzato) viene utilizzata nel 40% delle famiglie. La percentuale di chi non sa di che cosa si tratti è bassissima a Garda e Costermano, mentre sale attorno al 15% nell’Alto Garda.

a squaquaciò

Il termine *a squaquaciò* è menzionato dal Malfer ed è riferito al cavedano preparato in umido, in guazzetto (Malfer 1927: 280). Il nome sul Garda è ormai da tempo caduto in disuso insieme con la ricetta, tuttavia Pino Crescini nel “Vocabolario dei pescatori di Garda” lo accomuna allo *sguasét*, al “guazzetto”. Ed ipotizza che questo curioso vocabolo possa derivare dal latino parlato “*aquaeum*”, e cioè “acquoso, liquido” (Crescini 1987: 147).

Nella stessa Garda, peraltro, due terzi degli intervistati non hanno mai sentito neppure nominare questo termine gastronomico, mentre la parte restante conosce il nome (in parte probabilmente anche grazie al “Vocabolario” del Crescini) ma non ha mai assaggiato il piatto. Altissima (oltre l’80%) la quota di chi è all’oscuro della definizione *a squaquaciò* nelle altre località.

È curioso notare come in altre aree venete si usi tuttora questa voce per definire la cottura in umido sia delle carni - ad esempio per il *polaastro in squaquaciò* (Contini 1989: 131) - che delle verdure - lo *squarquaciò de spinasse* vicentino (Sandri - Faloppi 1987: 138).

en sguasét

Sono *en sguasét* i pesci cucinati in guazzetto, in umido, con le *erbesine* (le biette, oppure i cespi giovani delle coste) e talvolta



anche i piselli; la ricetta più nota è quella del *cavasì en sguasét*, il cavedano in guazzetto. La popolarità è discreta: la preparazione *en sguasét* viene utilizzata mediamente da un quarto delle famiglie, con la sola eccezione di Brenzone, dov'è quasi assente dagli usi domestici. A Garda, Torri e Costermano, il pesce *en sguasét*, sommando consumo familiare e cucina delle nonne, è stato provato da metà degli interpellati. La ricetta di pesce è però sconosciuta a più di metà dei malcesinesi e addirittura al 70% dei brenzonesi (altrove è ignota al 40% degli intervistati). E va rilevato che a Brenzone può esserci anche qualche confusione sui nomi: lì per *sguasét* si intende anche una minestra di verdure.

en cónsa

La preparazione *en cónsa* la si usa per le *sardéne*, le sarde lacustri. Genericamente, la *sardéna en cónsa* viene considerata una sardella conservata nell'olio (magari con un po' d'aglio o del prezzemolo, ma in questo caso si dovrebbe parlare di *sardéne òio persémol e àî*). In realtà, un tempo per *sardéne en cónsa* si intendeva una preparazione oggi del tutto scomparsa sul Garda (ma ancora - pare - parzialmente in uso su altri laghi dell'Italia settentrionale).

Di che cosa si trattasse ce ne possiamo fare un'idea leggendo ciò che scriveva il Malfer: "È un'alosa all'olio, ottenuta privando le vittime delle interiora, salandole, ponendole dopo qualche ora, infilzate lungo un filo, all'aria ad asciugare e infine comprimendole sotto all'olio d'uliva. Riscaldare poi ai ferri e preparare con olio, prezzemolo ed aglio triturati, offrono un cibo abbastanza gustoso, benché un po' coriaceo" (Malfer 1927: 158).

Oggi qualche appassionato le prepara così: tolta testa, coda e ventre, le sarde vengono messe sotto sale in una bacinella per un paio di giorni, poi si fanno asciugare al sole e infine si conservano sott'olio; i filetti (i pesci così confezionati si sfilettano al momento dell'uso con estrema facilità) possono essere consumati scaldati nell'o-

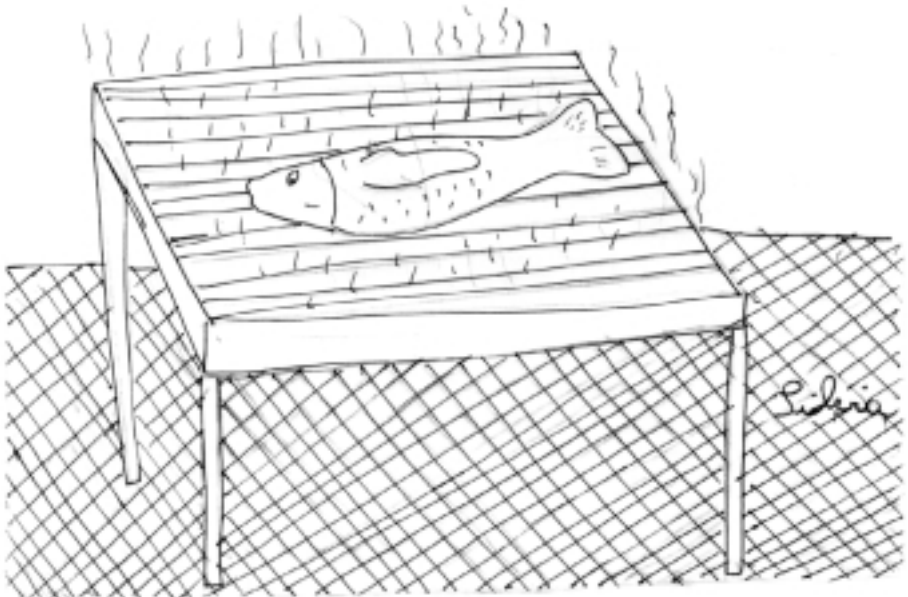


lio, oppure a mo' di acciughe. Che cosa siano dunque le sardelle *en cónsa* è piuttosto difficile definirlo con precisione: unico elemento comune fra le diverse versioni è l'uso d'abbondante olio d'oliva.

Forse proprio grazie a tutte le varianti menzionate, questa tecnica di preparazione (ottima per la conservazione più o meno lunga del pesce) è risultata piuttosto praticata dalle famiglie intervistate: 55% a Garda, 30-35% a Torri, Costermano e Malcesine, 20% a Brenzone. Per converso, circa metà degli interpellati dell'alto lago non sa di cosa si tratti (e ad essere all'oscuro del termine sono anche un terzo dei costermanesi e un quarto dei gardesani).

a scòtadèo

La cottura *a scòtadèo*, cioè “a scottadito”, è quella delle alborelle ai ferri. Viene ricordata da Floreste Malfer nel “Benaco”: “L'alborella fresca si cucina ai ferri, àole a scota-dèo, con sale ed olio, oppure si frigge con olio salandola poi” (Malfer 1927: 216).



Essendo il termine *a scotadèo* più veneziano che gardesano (sul lago si direbbe *a scòtadièl*), non è da stupirsi che la stragrande maggioranza degli intervistati (mediamente almeno due terzi, con una punta del 90% a Malcesine) dichiarò di non conoscerlo.

en sisàm

La tecnica della preparazione del pesce *en sisàm* è sicuramente molto antica, derivando dal “*cisame de pesse*” già testimoniato in manoscritti trecenteschi d’area veneziana. Oggi ne persiste memoria solo sul Garda, applicata alle alborelle cotte con aceto, cipolla e poco zucchero. A conoscerla è circa la metà degli intervistati, ma per dati di dettaglio rimandiamo al capitolo dedicato alle ricette.

in salamoia

Quella che permette di conservare il pesce in salamoia è una tecnica antichissima. Forse si è diffusa sul Garda in età altomedievale, quando i grandi monasteri facevano arrivare ai loro possedimenti gardesani ingenti quantità di sale per destinarlo alla conservazione del pesce. La si applica oggi alle alborelle (per produrre le cosiddette *àole salè* o *àgole salàe*) e parzialmente anche alle *sardéne* per trarne eccellenti filetti da conservare sott’olio. Il pesce in salamoia gode ancora di buona diffusione negli usi domestici: viene utilizzato mediamente dal 45-60% delle famiglie lacustri (il dato scende al 30% solo a Costermano). Pochissimi coloro che non conoscono questa tecnica di conservazione.



I protagonisti



Katia Perotti





I veri protagonisti del progetto “il Territorio e la cucina” sono stati gli alunni delle scuole elementari dei comuni di Brenzone, Costermano, Garda, Malcesine e Torri del Benaco.

Gli alunni, in particolare, oltre ad effettuare il “sondaggio” proposto dal questionario de “I Ghiottoni”, sono stati impegnati in un ben più ampio numero di attività finalizzate al raggiungimento degli obiettivi complessivi del progetto. I ragazzi - guidati dai loro formatori - hanno pertanto intrapreso itinerari interdisciplinari che prevedevano attività stimolanti e motivanti: interviste, incontri in aula, ricerche, uscite didattiche, visite guidate, attività pratiche. Il tutto è sfociato in numerosi “lavori”: disegni, grafici, testi, cartelloni, fotografie ed altro ancora.

Qui di seguito vogliamo menzionare dunque uno per uno tutti i nostri “inviati speciali” sul territorio. L’augurio è che dopo aver conosciuto da vicino una porzione della “cultura materiale” dell’area del Baldo-Garda, se ne facciano ora convinti “promoter”, contribuendo così a salvaguardare una piccola ma importante “porzione” di autentica storia locale.

Scuola elementare di Garda

Gli insegnanti

Beccaris Enrica - Oliva Maria - Maffezzoli M. Emauela - Erbifori Luciana - Martinelli Maria Rosa - Zanotti Valeria - De Beni Daniela - Vedovelli Lucia - Duello Paola - Paltrinieri Maddalena - Alimonta Graziella - Zappalà Caterina - Triches Paola - Graziano Patrizia - Dall’Agnola Flavia - Franza Annarita

Gli alunni

classe I sez. a: Bertasi Alberto - Bongiovanni Alessia - Capalbo Lucilla - Cassinari Chiara - Corvino Valentina - Delai Lucia - Giori Chiara - Guerra Nicolò - Guida Giacomo - Martini Andrea - Monese Alessia - Monese Ettore - Pavoni Yuri - Ragnolini Giorgia - Rizzi Giovanna - Salier Andrea-Rino - Zaglio Medea





classe I sez. b: Bertasi Nicholas - Bertelli Pamela - Bongiovanni Daniel - Bullio Ester - Castelluzzo Marco - Gelmetti Francesca - Guerrato Camilla - Karafli Hajar - Lavanco Francesca Jamila - Mercante Arianna - Michelin Mattia - Pasotti Alice - Petrachi Giacomo - Pincini Sara - Sotero Carmela - Zeni Christian

classe II sez. a: Codognola Priscilla - Doda Giuseppe - Fasoli Nicola - Franca Edoardo - Giornetta Giovanni - Lucchini Michele - Magri Silvia - Malfer Francesca - Malfer Rocco - Monese Pietro - Ouerghemmi Omar - Pasotti Chiara - Pasotti Morgana - Pochì Benedetta - Simoncelli Karin - Tinelli Luigi

classe II sez. b: Bullio Alberto - Campagnari Manuel - Compagni Camilla - De Amico Agnese - Dorizzi Ivan - Dreer Natascha - Felisi Martina - Ferrari Cinzia - Ginami Elia - Loncrini Federico - Marchiori Veronica - Morati Serena - Panizzolo Beatrice - Pinamonte Nicolò - Vilio Andrea - Zermini Vittoria

classe III sez. a: Abbagnato Eliana - Andreoli Arianna - Battistoli Flavio - Corridori Ilaria - Cristofaletti Mirko - De Massari Anna - Donnarumma Gioacchino - Fasoli Amanda - Galazzini Vanessa - Gelmetti Davide - Girardi Roberta - Iamonte Silvia - Maffezzoli Giovanni - Menghin Dario - Mercante Alessandro - Miele Alberto - Mocchi Jacopo - Monese Cecilia - Mori Daniel - Pasotti Andrea - Poli Nerina - Ragnolini Giulia - Sometti Rossano - Tondini Silvia

classe IV sez. a: Aloisi Michela - Boldrini Stefano - Comencini Ciro - Delai Davide - Doda Maria - Donnarumma Michele - Forese Anna - Ginami Maddalena - Lin Luna - Monese Aurora - Mozzi Deborah - Opri Laura - Peretti Walter - Perotti Marco - Pimazzoni Aglaia - Scalvini Davide - Zampa Gianluca

classe IV sez. b: Ballabio Alessandro - Battistoli Mara - Cristofaletti Erika - Dorizzi Mirko - Dragoni Roberto - Franca Emily - Franca Sebastiano - Franzini Paola - Galletti Paolo - Giornetta Leonardo - Lorenzi Cristina - Lucchini Marco - Nateri Federica - Panizzolo Eleonora - Russo Camilla - Saba Chiara - Simoncelli Cristofer - Steiner Marcello





classe V sez. a: Basso Alice - Chimento Gianluca - Comencini Claudia - Delai Elisabetta Chiara - Denitto Matteo - Doda Armena - Eccher Stefano - Faraoni Federica - Ferri Martina - Gastaldelli Christian - Ginami Giulia - Girardi Roberto - Malfer Melissa - Mantovani Paolo - Molani Irene - Monese Jessica - Monese Livio - Pasotti Gaia - Poletan Darko - Ragnolini Jessica - Salier Michele - Squarzone Saveria - Tinelli Chiara - Viola Michela - Zaglio Matisse - Zanetti Niccolò

Scuola elementare di Albaré

Gli insegnanti

Vedovelli Simonetta - Lorenzini Agostino - Gandini A. Tosca - Balboni Iris - Ceradini Daniela - Mastroeni Giulia

Gli alunni

classe I sez. a: Arietti Fabio - Bortignon Luca - Chignola Jessica - Fortunato Nicole - Frezza Matteo - Giramonti Serena - Salvetti Alex - Szczesniak Patrycia Monika - Tinelli Riccardo - Zenatello Tommaso

classe II sez. a: Accordini Alessandro - Arietti Valerio - Consolini Elia - Cresci Samuele - Damiani Carlotta - Firmani Alessandro - Gelmetti Mirko - Gelmetti Stefania - Grigoli Federico - Lorenzini Alberto - Mirandola Mattia - Savoia Valentina - Sometti Davide - Szczesniak Paulina - Tomè Francesco - Zaffaroni Daniel

classe III sez. a: Bignagnoli Sonny - Borsoi Riccardo - Campagnari Serena - Donatelli Elisa - Ferrari Alessandro - Ferrarini Elia - Giramonti Davide - Modena Elisa - Peretti Davide - Perina Samantha - Tommasi Diego - Toni Sofia - Vianini Selene - Zandandrei Filippo - Zanetti Federica - Zilio Andrea

classe IV sez. a: Busi Veronica - Damiani Giulia - Ferrarini Lucia - Ferri Diego - Gambini Gaia - Gelmetti Luca - Grigoli Elena - Grisanti Laura - Peretti Nicola



- Testi Marco - Tinelli Alberto - Zanandrei Mattia

classe V sez. a: Bonometti Marco - Consolini Chiara - Cristini Davide - Dal Cappello Thomas - Ferrarini Denny - Giramonti Alessia - Nicolis Flavio - Sandri Rebecca

Scuola elementare di Castion

Gli insegnanti

Andolina Manuela - Azzolini Luisa - Orio Flavia - Pasotti Laura - Milanese Barbara - Vedovelli Annamaria - Castellani Anna

Gli alunni

classe I sez. a: Ammirati Carmine - Barbazeni Mattia - Bertasi Davide - Caceffo Andrea - Carretta Francesco - Daducci Denis - De Beni Eleonora - De Beni Margherita - Ghirardi Riccardo - Ginesi Michele - Passarini Manuel - Pozzani Davide - Rigatti Anna - Righetti Edoardo - Rossi Barbara - Sartori Michael - Scala Martina - Sometti Francesco - Zanetti Arianna - Zanetti Chiara - Zanetti Nicolò - Zanetti Riccardo

classe II sez. a: Ammirati Serena - Bertasi Michael - Bordignon Elisa - Buratti Gianluca - Cabilli Alessandro - Castellani Thomas - Dalle Vedove Giorgio - Danieli Denise - Da Prati Francesco - De Beni Edoardo - Degli Antoni Alessandro - De Massari Nicole - Ferri Francesco - Franchini Cecilia - Marchi Filippo - Parolini Manuel - Pescetta Giacomo - Truschelli Francesca - Zampini Riccardo - Zanetti Leonardo

classe III sez. a: Cammarata Cristina - Corsini Riccardo - Delibori Alberto - De Massari Chiara - Gasparini Nicola - Gelmetti Benedetta - Lavezzari Giorgio - Pozzani Mirko - Vicenzi Selene - Zavarise Anna

classe IV sez. a: Bertasi Denise - Berti Lia - Castelletti Riccardo - Chignola

Matteo - Ferri Damiano - Ferri Monica - Forti Marta - Gazzini Jessica - Peretti Giulia - Rossi Giulia - Sometti Emanuele

classe V sez. a: Benvenuto Matteo - Bertasi Daniele - Cobelli Gloria - Comencini Jessica - Comencini Luca - Facchin Andrea - Ferri Sara - Foschi Germano - Ghirardi Umberto - Goldin Marina - Lorenzini Andrea - Marchi Pierfrancesco - Marconi Francesca - Marocchini Jessica - Martelli Alberto - Perini Serena - Rossi Marco - Rossi Mattia - Sometti Eleonora - Vicentini Debora - Zanetti Luca

Scuola elementare di Torri del Benaco

Gli insegnanti

Zanolli Cleonice - Corradi M. Luigia - Ferrarini Stefania - Aloisi Germana - Peroni Daniela - Iudica Elvira - Menapace Rita - Marocchini Annalisa - Pagani Marisa - Ruzzenenti M. Gabriella - Giarbini Roberta - Samarati Mariangela - Fiorato Gloria - Zennaro Alexia

Gli alunni

classe I sez. a: Calicante Celeste - Campa Lorenzo - Cavallari Stefano - Formaggioni Francesca - Freitag Isabel Alina - Giacometti Matteo - Greco Martina - Lenotti Jacopo - Loncrini Riccardo - Pavoni Silvia - Perotti Giulia - Pippa Mario - Pozzani Stefano - Righetti Gabriele - Sartori Maddalena - Sestilli Giulia - Tedde Rosa Claudia - Theodorou Nikolaos - Tronconi Amedea

classe II sez. a: Alberghini Jada - Campagnari Valentina - Capece Nicandro - Cavallari Chiara - Darioli Mauro - Giacometti Marcello - Gozzer Francesca - Lagioia Giuseppe - Loncrini Susanna - Menapace Gloria - Mezzari Cecilia - Monese Luca - Nicotera Riccardo - Pedrini Luca - Pozzani Emanuela

classe II sez. b: Aloisi Erika - Bellini Marco - Ceschia Kristopher - Corvaglia Giulia - Fava Selenia - Giunta Giovanni - Gozzer Chiara - Lavanda Carlotta - Marguine Charafeddine - Pedrini Marco - Peroni Davide - Salaorni Francesca -



Salaorni Nicole - Tablate Azziz - Tedde Barbara Luigia Rosa - Venturini Federico

classe III sez. a: Bongiovanni Edoardo - Brighenti Eric - Cavallari Gloria - Celotti Elias - Consolini Anna - Consolini Tobia - De Leoni Jessica - Esposito Dalila - Freitag Nicolas - Peroni Claudia - Pighi Thomas - Vanzani Silvia - Veronesi Sara

classe III sez. b: Berlucchi Claudia - Bernini Michela - Brighenti Sonny - Brunelli Mattia - Giacometti Loris - Gozzer Corrado - Guglielmoni Paolo - Lagioia Ester - Pedrini Alessandra - Perotti Chiara - Perotti Matteo - Pirri Jessica - Santini Celina

classe IV sez. a: Bottura Azzurra - Cavicchioli Sara - Doda Bledar - Gallo Valentina - Martina Giovanni - Peroni Maria - Perotti Katia - Pozzani Elisa - Righetti Nicolò - Santini Luca - Vardaro Marco - Vedovelli Elena - Vedovelli Mauro

classe IV sez. b: Adamo Isacco - Aloisi Iris - Bonetti Serena - Consolini Enrico - Consolini Francesco - Fava Christopher - Fraccarollo Valeria - Loncrini Philippe - Peretti Giulia - Peroni Elisa - Perotti Alice - Pirri Mery - Pozzani Sara

classe V sez. a: Alberghini Jonathan - Aloisi Lisa Augusta - Battistoli Licia Giulia - Bertelli Carola - Casarotti Giulia Flora Maria - Consolini Tommaso - Girardi Matteo - Gozzer Daniele - Lagioia Nicole - Lavanda Matteo - Loncrini Luca - Peroni Sara - Rizzo Michela - Sabaini Martina - Vanzani Veronica - Vedovelli Filippo - Vedovelli Nicola

Scuola elementare di Castelletto-Castello

Gli insegnanti

Tettamanti M. Luisa - Brighenti Silvana - Devoti Anna - Anderle Silvia - Feller Patrizia - Sartori M. Angela - Foresti Lucia - Graziano Francesca - Brighenti Maria





Gli alunni

classe I sez. a: Alpino Mario - Bertanza Alessio - Brighenti Leonardo - Brighenti Lisa - Brighenti Riccardo - Bucca Federico - Caruso Alessandra - Devoti Simone - Fravezzi Elia - Giuliani Marika - Liviero Giulia - Mantovani Andreaa Giorgia - Mantovani Antonia - Mantovani Giorgia - Sartori Lara - Schmidt Liliana - Togni Luca - Tomasello Giorgia - Vernesoni Evelin - Veronesi Michele - Veronesi Serena - Zamperini Giorgia

classe II sez. a: Bonomi Dalila - Bouchakour Rahmani Lotfi - Brighenti Matteo - Buniotto Barbara - Consolati Mara - Consolini Cristina - Costanzo Nastassia - Dall'Olio Samantha - Devoti Ilaria - Devoti Rossella - Gaioni Damiano - Gaioni Erica - Liviero Sara - Perotti Giulia - Reggio Alessandra - Zamboni Ilaria

classe III sez. a: Boschelli Omar - Brighenti Matteo - Cappello Giorgia - Consolati Germano - Consolini Martina - Cressotti Elisa - Gaioni Elisa - Giuliani Ilenia - Guarnati Antonello - Lenotti Elena - Termine Alessandro - Tronconi Davide - Tronconi Susanna - Vernesoni Andrea - Wicklein Giorgio - Zanini Sabrina

classe IV sez. a: Alpino Paola - Battistoni Alessio - Bertuzzi Elena - Boccola Mara - Bonafini Davide - Brighenti Giulia - Brighenti Luisa - Bucca Carmela - Cressotti Sara - Devoti Chiara - Formaggioni Lodovica - Gagliardi Paolo - Ghouati Youssef - Perotti Mattia - Pippa Federica - Sartori Carlo - Tambara Alberto - Termine Nicola - Vedovelli Ermes - Wicklein Junio

classe V sez. a: Battistoni Michele - Brighenti Alessandro - Brighenti Annalisa - Brighenti Barbara - Consolati Mattia - Cressotti Andrea - Dall'Olio Mirko Simone - Devoti Carlo - Devoti Claudia - Gagliardi Stefania - Mantovani Luca - Marconi Silvia - Meoni Daniel - Santini Daniela - Togni Linda - Veronesi Marco - Veronesi Sonia - Zamboni Giorgia





Scuola elementare di Malcesine

Gli insegnanti

Corso Carmela - Serafini Giuliana - Aniballi Massimiliano - Nodari Angelina - Bertuzzi Giacomo - Brighenti Antonietta - Consolini M. Mirca - Rizzardi Alberta - Nascimbeni Luciana - Benamati F. Anna - Sartori Tiziana - Veronesi M. Teresa - Simonelli Elisabetta - Testa Erica - Pierno Ilaria

Gli alunni

classe I sez. a: Berti Graziano - Campostrini Chelsea - Carletto Luca - Chincarini Saverio - D'Agostini Fabiana - Di Ferrante Matteo - Furioni Mary - Gasparini Lucio - Lovece Andrea - Maroadi Nicole - Perseu Jasmine - Piromallo Domenico - Sannicolò Matteo - Toblini Nicole

classe I sez. b: Benamati Valentina - Brocchetto Vittorio - Cuomo Lucia - Festini Battiferro Luca - Guarnati Martina - Lombardi Astrid - Loncrini Massimiliano - Mantoan Marta - Monacelli Christian - Petrucci Nicolò - Picci Marco - Rossi Matteo - Toblini Mirco - Tottolo Nicola

classe II sez. a: Banterla Sergio - Benedetti Jessica - Bertolini Leonardo - Broglia Vanessa - Casella Alessandro - Chincarini Juri - De Marco Veronica - El Hamdouni Asmaa - Fertoni Maria Chiara - Furioli Giovanna - Furioli Jacopo - Guarnati Mattia - Laera Marco - Togni Luciano - Vragnas Priscilla - Zanolli Fabio

classe II sez. b: Battistoni Federico - Benamati Giovanni - Bombana Nicola - Bresaola Fabrizio - Concini Eleonora - Corvetta Elisa - Dossi Eleonora - Gazzi Andrea - Guarnati Simon - Lombardi Benedetta - Manfrin Albarosa - Marangoni Andrea - Raneri Silvia - Valentini Oscar - Zanetti Sarah

classe III sez. a: Bommartini Claudia - Chincarini Chiara - Chincarini Elena - Chincarini Laura - Chincarini Mattia - Consolini Irene - Dal Dosso Andrea -



Errico Denis - Fambri Davide - Manotti Manuel - Romani Luca - Valenti Michela
- Vincenzi Mattia - Zan Sara

classe III sez. b: Carletto Tommaso - Chincarini Stefania - Fravezzi Lorenzo -
Lampa Manuel - Lombardi Elisa - Marconi Alessandro - Negri Cesare Alberto -
Parisi Ludovica - Saglia Sophia - Saglia Thomas - Toblini Margherita - Tonini
Lorenzo - Trimeloni Maikol - Valentini Jasmine

classe IV sez. a: Amitrano Concetta - Bakir Jamal - Barzoi Massimo - Barzoi
Matteo - Benamati Sara - Benedetti Marta - Benetti Andrea - Bertuzzi Nadia -
Bisicchia Amelia - Brighenti Marco - Concini Alberto - Danti Jennifer - Furioni
Mirko - Mantovani Damiano - Mazzoldi Vittorio - Mondon Simone - Nodari Luca
- Nodari Luca - Ragnolini Davide - Rossi Serena - Ruscio Marco - Zamboni
Gabriel - Ziccardi Marco

classe V sez. a: Carbone Vanessa - Carletti Claudio - Chemotti Valentina -
Chincarini Riccardo - Fertonani Gianluca - Lombardi Alessandro - Lovece
Nicoletta - Negri Beatrice - Roncagalli Cassandra - Trimeloni Stefania - Zanetti
Gianmarco

classe V sez. b: Boschelli Nadia - Bresaola Stefano - Concaro Elena - Consolini
Roberta - Esposito Desy - Fogli Dalila - Guarnati Kim - Laera Mario - Luppi
Corinne - Marconi Nicola - Rabagno Martina - Valenti Andrea Giovanna



Bibliografia

- A cena dai nonni*, Puegnago del Garda 1989
- ALBERINI M. - MISTRETTA G., *Guida all'Italia gastronomica*, Milano 1984
- BERNI P. (a cura), *Vita del Monte Baldo. Montagna e risorse*, Caprino Veronese 1990
- BERNI P. - BERNI P. - PARISI L. - PERETTI A. - VEDOVELLI G., *Il Monte Baldo in tavola*, Caprino Veronese 1990
- BERTOLUZZA A., *Cucina trentina del Settecento*, Trento 1990
- BERTOLUZZA A., *De coquina*, Trento 1988
- BERTOLUZZA A., *Libro di Cucina del maestro Martino de Rossi*, Trento 1993
- BIANCHINI F. - GUIDOTTI G. - OPPI E. - PERETTI A. - PARISI L., *Pesci, pesca e cucina del Lago di Garda*, Verona 1986
- BRUNETTI G. (a cura), *Cucina mantovana di principi e di popolo*, Castel Goffredo 1984 (ristampa Guidizzolo 1991)
- BRUSEGAN N., *Cisame de pesse quale tu voy. Il pesce nelle tavole veneziane nei secoli XIV-XVI*, Venezia 1992
- CALZOLARI F., *Il viaggio di Monte Baldo della magnifica città di Verona*, Venezia 1566 (ristampa anastatica Brentonico 1981)
- CAMPORESI P., *Alimentazione folclore e società*, Parma 1983
- CAMPORESI P., *La terra e la luna*, Milano 1995
- CAPNIST G., *La cucina veronese*, Padova 1987
- CHIAPPA B., *Risicoltura a Garda*, in *Il Garda. L'ambiente, l'uomo* n. 11, Torri del Benaco 1995
- COLTRO D., *La cucina tradizionale veneta*, Roma 1983
- CONFORTINI I., *L'ittiofauna del lago di Garda*, Verona 1995
- CONSOLINI I. - PERETTI A. - TAGLIAFERRO F., *La cucina tradizionale del lago di Garda. Parte I*, Torri del Benaco 1997
- CONSOLINI I. - PERETTI A. - TAGLIAFERRO F., *La cucina tradizionale del lago di Garda. Parte II*, Torri del Benaco 1997
- CONSOLINI I. - PERETTI A. - TAGLIAFERRO F., *La cucina tradizionale del lago di Garda. Parte III*, Torri del Benaco 1998
- CONTINI M., *La cucina delle regioni d'Italia. Veneto*, Bologna 1989





- COSTANTINI L. - DE KOCK L., *La flora del Monte Baldo*, Verona 1993
- CREPALDI C. - RIGONI P., *Il fuoco, il piatto, la parola*, Rovigo 1991
- CRESCINI P., *Il vocabolario dei pescatori di Garda*, Garda 1987
- CROSATO E. - GROSSI G. - PERSICO G. - VOLTOLINI G., *La vegetazione dei colli morenici del Garda*, Mantova 1988
- DAGLIO P., *La grande cucina bresciana*, Vimercate s.d.
- DANIELETTO L., *Convivio veneziano*, Venezia 1992
- DA MOSTO R., *Il Veneto in cucina*, Firenze 1985
- FACCIOLI E. (a cura), *L'arte della cucina in Italia*, Torino 1987
- FESTA A. - PASINI M. - PASETTO A. - CAMBIÈ G. M. - PERETTI A.,
L'asparago a Cavaion, Cavaion Veronese 1988
- GIOCO G., *La cucina scaligera*, Milano 1982
- GIOCO G., *La cucina veronese secondo Giorgio Gioco*, Colognola ai Colli 1998
- GIOCO G., *La Verona di Giorgio Gioco in cucina*, Colognola ai Colli 1998
- GRATTAROLO B., *Historia della Riviera di Salò*, Brescia 1599 (ristampa anastatica Brescia 1978)
- GUARNASCHELLI GOTTI M. (a cura), *Grande enciclopedia illustrata della gastronomia*, Milano 1990
- La nostra cucina*, Brenzone 1981
- MAFFIOLI G., *Il ghiottono veneto*, Treviso 1992
- MALFER F., *Il Benaco*, Verona 1927
- MARENGHI F., *La cucina mantovana ieri e oggi*, Roma 1996
- MARINI M., *La cucina bresciana*, Padova 1993
- MESSISBUGO C., *Libro novo nel quale s'insegna a far d'ogni sorte di vivande secondo la diversità dei tempi così di carne come di pesce*, Venezia 1557 (ristampa anastatica Sala Bolognese 1982)
- MONTANARI M., *Alimentazione e cultura nel Medioevo*, Bari 1988
- MONTANARI M., *La fame e l'abbondanza*, Bari 1994
- MOULIN L., *L'Europa a tavola*, Milano 1993
- OTTAVIANI L., *Monte Baldo botanico monte*, Brentonico 1987
- PARISI L., *Il Garda in pentola*, Verona 1996
- PASOTTI M., *Storie de Garda vècia*, Garda 1990





- PEDROTTI W., *La cucina di Trento e delle sue valli*, Bussolengo 1994
- PELLIZZARI E., *La cucina bresciana*, Bornato 1976
- PERETTI A., *Guida ai vini di Verona e del Lago di Garda*, Colognola ai Colli 1998
- PERETTI A., *Il carpione*, Treviso 1992
- PERETTI A., *Il sisàm: le probabili origini di un piatto della tradizione gardesana*, in *Il Baldo* n. 7, Caprino Veronese 1996
- PERETTI A., *Il tartufo del Monte Baldo*, Torri del Benaco 1998
- PERETTI A., *La trota*, Treviso 1992
- PERETTI A., *Pesci del Garda nella cucina di Bartolomeo Stefani, cuoco dei Gonzaga*, in *Il Garda. L'ambiente, l'uomo* n. 10, Torri del Benaco 1994
- PERETTI A., *Piccola antologia dei sapori del Garda*, Vago di Lavagno 1996
- PERETTI A., *Ristoranti, osterie e frasche del Lago di Garda*, Colognola ai Colli 1997
- PERETTI A., *Tra fame, risotti ed ironia*, in *Centro culturale Pal del Vo' 1965-1990*, Garda 1990
- PERETTI A., *Una minestra e tre polente*, in *Il Baldo* n. 5, Caprino Veronese 1994
- PILOTTI DELAINI C. - FAUST-BLAUHUT S., *Pa e vi sücheri*, Arco 1993
- POLETTINI P. - FERRARI R. - MARTINI G. - SANTINI A. - TAMANI R., *Di terra e di acqua. Identità sociale della cucina mantovana*, Milano 1996
- RAMA G., *La cucina veronese*, Custoza 1985
- SANDRI A. - FALLOPPI M., *La cucina vicentina*, Padova 1987
- SARTORI M., *Intervista alla... tradizione*, in *El Gremal*, Brenzone 1995
- SOLITRO G., *Benaco*, Salò 1897 (ristampa anastatica Salò 1977)
- TRIMELONI G., *Dizionario etimologico del dialetto di Malcesine*, Malcesine 1995
- VALERIO N., *Mangiare italiano*, Milano 1988
- VARANINI G. M. (a cura), *Olio ed olivi del Garda veronese*, Vago di Lavagno 1994
- VEDOVELLI G., *A peste, fame et bello...*, Torri del Benaco 1988
- VEDOVELLI G., *I contadini-pescatori dell'Alto Garda*, Verona 1993
- VICENZONE A. (a cura), *La vera cucina del Veneto*, Genova 1976
- ZUANELLI M. - PELLEGRINI E., *La cucina del Lago di Garda*, Salò 1994





Tosta-caffè

Si apriva la palla, si riempiva
di caffè, si attaccava con
una catena al caminetto e
si girava finché si tostava.





Indice

- Introduzione** **pag. 5**
- Il territorio e le famiglie** **pag. 11**
i primi passi - il territorio - le famiglie - le mamme e le nonne
- I piatti tradizionali** **pag. 15**
le venticinque ricette - ànara col pién - bìgoi co le àole - brassadè-la - brassadèle broè - brigàldi - carpione ai ferri - cavasì en sguasét - chissöl - fogàssa - galàni (sòssole) - lavarello ai ferri - lessò co la pearà - luccio in salsa - nadalìn - panàa - paparèle coi fegadìni - polenta balòta - polenta carbonéra - polenta e baccalà - riso e latte - risotto con la tinca - sanvigilini - sardéne en saór - sisàm - sùgoli
- Le erbe e i cereali** **pag. 39**
le erbe - bruscàndoli - bruscànsi - crèn - molesìni - ortica - pissacàni - scràuss - scrisolóni (s-ciopéti) - sparasìne - viàlbe - i cereali: la pasta, il riso e la polenta - le minestre
- L'olio e il vino** **pag. 49**
l'olio (e l'aceto) - il vino (e la birra)
- Il pesce** **pag. 55**
tra sisàm e "pesce bastoncino" - fritto - bollito - ai ferri - en saór - a squaquaciò - en sguasét - en cónsa - a scòtadèò - en sisàm - in salamoia
- I protagonisti** **pag. 65**
- Bibliografia** **pag. 75**



QUESTO VOLUME È STATO STAMPATO
NEL MESE DI MAGGIO DELL'ANNO 1999 PRESSO

Stamperia *snc*
DI CAPRINO VERONESE



COMUNE DI TORRI DEL BENACO
BIBLIOTECA COMUNALE



COMUNE DI
GARDA



COMUNE DI
MALCESINE



COMUNE DI
BREZZONE



COMUNE DI
COSTERMANO



COMUNITÀ
DEL GARDA



COMUNITÀ
MONTANA
del BALDO

