



Cucine del Territorio

Cucine del Territorio
volumi già pubblicati:

- La cucina ampezzana*, di Rachele Padovan
La cucina aretina, di Guido Gianni
La cucina bresciana, di Marino Marini
La cucina dei Genovesi, di Paolo Lingua
La cucina dei milanesi, di Marco Guarnaschelli Gotti
La cucina del Montefeltro, di Graziano Pozzetto
La cucina del Parco del Delta, di Graziano Pozzetto
La cucina del Piemonte collinare e vignaiolo, di Giovanni Gorla
La cucina della Carnia, di Pietro Adami
La cucina della Maiella, di Lucio Biancatelli e Gino Primavera
La cucina della Terra di Bari, di Luigi Sada
La cucina della Tuscia, di Italo Arieti
La cucina delle Murge, di Maria Pignatelli Ferrante
La cucina delle Valli d'Aosta, di Salvatore Marchese
La cucina di Lunigiana, di Salvatore Marchese
La cucina ferrarese, di M. Alessandra Iori Galluzzi, N. Iori, M. Jannotta
La cucina fiorentina, di Aldo Santini
La cucina istriana, di Mady Fast
La cucina ligure di Levante, di Salvatore Marchese
La cucina livornese, di Aldo Santini
La cucina maremmana, di Aldo Santini
La cucina modenese, di Sandro Bellei
La cucina padovana, di Giuseppe Maffioli
La cucina piacentina, di Andrea Sinigaglia e Marino Marini
La cucina picena e delle Marche, di Beatrice Muzi e Allan Evans
La cucina reggiana, di M. Alessandra Iori Galluzzi e Narsete Iori
La cucina trapanese e delle isole, di Giacomo Pilati e Alba Allotta
La cucina trevigiana, di Giuseppe Maffioli
La cucina vicentina, di Giovanni Capnist e Anna Capnist Dolcetta
Le cucine di Parma, di Marino Marini
Le cucine di Romagna, di Graziano Pozzetto
Le cucine di Sardegna, di Nuccia Caredda
Mangiare triestino, di Mady Fast

Giovanni Goria

La cucina del Piemonte collinare e vignaiolo

Presentazione di
Marco Guarnaschelli Gotti

TARKA

La cucina del Piemonte collinare e vignaiolo
di Giovanni Gorla

Tutti i diritti sono riservati

Nuova edizione: 2016

© 2018 Tarka Edizioni srl

Piazza Dante 2 - Mulazzo (MS)

www.tarka.it

Impaginazione ed editing: Monica Sala

ISBN: 978-88-99898-06-9

Questo libro è disponibile anche in ebook (ISBN 978-88-98823-10-9)

Finito di stampare nel mese di novembre 2018
presso Mediagraf SpA - Noventa Padovana (PD)

Indice

Presentazione *di Marco Guarnaschelli Gotti* VII

Prefazione IX

Cucina regionale, oggi IX

Storia prima delle ricette o “dentro” alle ricette? XIV

Le sorgenti dei piatti piemontesi XVI

Antipasti 1

Primi 101

Secondi 169

Dolci 227

Bibliografia 245

Indice analitico delle ricette 249

Indice alfabetico delle ricette 257

Presentazione

Durante il lungo periodo di più o meno forzato soggiorno in Belgio, Baudelaire si abbandonava a pensieri di questo tenore: “Niente amante, quindi leggere libri d’amore... Niente di decente da mangiare, quindi leggere libri di cucina”. Bene, vorrei che la cronologia mi avesse consentito di proporgli questo, di Giovanni Gorla: se un libro può sostituire il piacere gustativo (ma secondo me può anche superarlo) è quello che state ora sfogliando.

Ci sono autori che, indipendentemente dal magistero tecnico, raggelano la materia: le salse si addensano immote nei loro testi, le fricassees non sprigionano aromi, bisogna fare per capire. Gorla è il contrario: la gioia tattile e papillare si sprigiona dalla sua pagina, la sua ricetta come un risotto “ben pemperato”, emana commoventi profumi. “...Si fa ora il condimento a parte: lardo rosa o pancetta a striscioline o cubetti piccoli... Si rosola con poco burro, poi si mettono due cipolle affettate grossolane e si imbondisce pochi minuti (la cipolla deve restare mezzo cruda e croccante) aggiungendovi un trito fine di salvia, rosmarino, una foglia d’alloro, sedano foglia, prezzemolo, un grosso spicchio d’aglio a fettine... È una zuppa divinamente buona... variante più ghiotta” e così per quasi tutte le centinaia di ricette, un tripudio per l’immaginazione sensoriale.

Ma Giovanni Gorla è anche un solido gentleman astigiano, avvocato e campagnolo, profondamente radicato nella cultura e nella tradizione di quel territorio “collinare e vignaiolo” dove ha origine tanta parte della cucina del Piemonte: e, oltre ai profumi, di questa cucina sa rendere il valore profondo storico, sociologico, agroeconomico, senza pignolerie ma con affettuoso rigore. Un esempio? Tante ricette vedrete distinte in varianti “del mezzadro” e “del padrone”, “borghesi” e “contadine”, “cittadine” e “campagnole”; e noterete che di solito il piatto è simile, solo nella seconda

versione c'è maggior forza aromatica, aglio in generale. Questo fa capire abbastanza chiaramente che in quell'area dell'ordinato Stato Sabaudo non c'era la selvaggia fame storica caratteristica di altre regioni italiane e che "borghesi" e "contadini" mangiavano spesso cose simili "viste" in modo un po' diverso: e non crediate, per populismo attuale, che quelle contadine fossero sempre le versioni migliori. La cucina del Piemonte esprime poi il meglio del Goria "protagonista" sulla scena del mangiare piemontese attuale, perché il corpus delle ricette è anche lo strumento del suo appassionato, quotidiano intervento nella "cucina reale", quella dei ristoranti e delle trattorie: è insomma il breviario di un curatore di anime e di cuochi e cuoche, cui tanti operatori gastronomici del settore devono il successo e il paradiso attraverso confessione e redenzione dei loro peccati contro la ricca e sensualissima tradizione culinaria del territorio.

Marco Guarnaschelli Gotti, 1990

Prefazione

Cucina regionale, oggi?

Scrivere oggi, nell'anno quasi 2000, una cucina regionale, pare impresa a dir poco ardua, quasi impossibile. Nella Babele dell'attuale cucina ristorantiera, arbitraria – spesso incomprensibile – nel lessico e nella sostanza, e nella latitanza di una qualsiasi cucina casalinga, sostituita da una velleitaria “non cucina” dietetico-salutista strombazzata dai “media” (ma è ancora una cucina, o è una terapia, un trattamento cosmetico per il look?!), con quale lumicino ritrovare la cucina di tradizione regionale, la cucina dei sapori noti delle nostre madri e nonne, e dei buoni ristoranti del non lontano passato? A meno di fare una copiatura stanca e acritica, e con scarsi riscontri nella realtà attuale, di quelle dieci o quindici (non più!) ricette che tutti conoscono e credono, comunque tramandano, come “tipiche della regione” (e sono ricette che poi magari la gente di cento anni fa non faceva e non mangiava affatto), quale criterio di ricerca e scelta adottare? Si possono, è vero, trascrivere – lavandosene le mani – le ricette del passato, quelle che la gente realmente faceva e mangiava in un certo luogo e in una certa fascia sociale cento o duecento anni fa, ma a che scopo se non sono più attuali, non più fattibili, non più nella cultura e nel gusto del tempo attuale?! Sarebbe un'operazione di mera memoria, come presentare un museo di mummie, per puro gusto storico, operazione ben lontana da un libro di cucina utile e praticabile. Oppure si guarda a ciò che la gente ancora cucina e mangia oggi generalmente in fatto di piatti di tradizione e ascendenza piemontesi e allora l'esito è altrettanto sconcertante: quasi nulla è rimasto nelle famiglie e nelle trattorie, specie di città, alle volte solo il nome, altre volte neanche quello. *Ma nessuno dei due criteri è giusto.* Ci siamo invece messi in un atteggiamento volon-

taristico e promozionale, selettivo e didattico, che ci ha portato a considerare cucina regionale quanto della cucina antica o vecchia *è ancora vivo o potrebbe diventarlo perché tuttora valido, accettabile, buono e congeniale*, presente nel ricordo, solo che ci proviamo con un po' di coraggio a ritrovare e a rinverdire i gusti, le preferenze, le memorie di sapori in noi latenti, così adatti e così giusti da non poter essere abbandonati e buttati via per abitudini alimentari moderne molto più insipienti, squallide, e scarse apportatrici di soddisfazioni.

Infatti tutte le ricette che qui presentiamo *sono vive*, nel senso che ci provengono da persone (spesso anziane, talvolta di campagna e talaltra di vecchie famiglie tradizionali di *bon ton*) che ancora le fanno – almeno qualche volta – e con gusto. Tutte comunque rientrano nei canoni della vecchia cucina piemontese e vi hanno un preciso riscontro, o scritto (nei pochi ricettari vecchio piemontesi stampati, nei manoscritti di famiglia e dei cuochi, infine nelle sedi letterarie diverse, come poesie, romanzi e cronache) o almeno nella sicura memoria di certe persone. Tutte sono state provate e sperimentate. Tutte ritoccate crediamo con saggezza e realismo *nel senso di toglierne quel poco che oggi proprio non va più, senza travisarle, e di aggiungervi quel poco che oggi è in più richiesto* per un cibo signorile moderno. Così i piatti piemontesi che per trent'anni ho cercato, raccolto e vagliato, e che qui presento, non sono certamente *tutti quelli del vecchio Piemonte* – chissà quanti altri ve ne sono nella realtà, potenzialmente da riscoprire e riconoscere ben anche non fossero più fatti – *ma sono di sicuro veri*, cioè proprio piemontesi, *e di sicuro attuali*, cioè fatti e fattibili e godibili oggi nell'area regionale (anche fuori di questa, direi, se devo giudicare dal successo che hanno su comitive di buongustai, accademici della cucina, che spesso mi arrivano a gustarle dalle altre regioni d'Italia).

I propositi e le speranze di questa raccolta delle *ricette piemontesi antico-attuali* di mia esperienza sono volti in tre direzioni. La prima è che sia utile alle rimaste famiglie piemontesi benmangianti, alle cuoche casalinghe, oggi quasi sempre padrone di casa, mogli e madri, e ai cuochi “dilettanti” (quelli e quelle che ci si divertono!),

uomini specialmente, fornendo loro dei piatti nostrani semplici e semplificati, eseguiti con tecnica culinaria *casalinga*, eppure ghiotti, attraenti e “importanti” quanto richiede il nostro tempo abbastanza raffinato ed esigente particolarmente nell’occasione dell’invito a cena degli amici. Piatti come si dice “da fare bella figura” e insieme rigorosamente piemontesi, care e riconoscibili espressioni di un gusto, di una nobile tradizione, di una civiltà e cultura della tavola e della vita, prodotti dalla Storia di questa terra e di questa gente (perché mi darette atto che c’è una differenza di classe enorme tra ciò che produce la Storia e ciò che è frutto dell’improvvisazione, ancorché chiamata “creativa”). Sono piatti di cucina “domenicale”, per la massima parte, non certo di quella cucina spicciativa dei giorni di lavoro – oggi dominata da esigenze di dietetica e di premura (reale o presunta) – che è diventata una necessità per quasi tutte le famiglie, specialmente giovani, sicché potranno servirsene soltanto in certe occasioni festive. La distinzione tra cucina “*di tutti i giorni*”, ossia dei giorni di lavoro, e “*cucina festiva, delle occasioni*” è oggi più che mai essenziale per il nostro modo di vivere. Mi stupisco che prima i dietisti-nutrizionisti, poi le riviste coloratissime delle mille ricette “nuove” quasi tutte uguali (di discendenza non dichiarata perciò figlie della provetta!), infine i giornali “*della salute, della bellezza e della felicità*” (sic) che insegnano a “nutrirsi magro”, a “mangiare bene cioè leggerissimo” e *quasi niente*, per raggiungere (oh cori angelici! oh cerchi dei Cherubini!) la taglia 38-40 superanoressica e superbeatificante, non abbiano ancora rimarcato questa bipartizione. Sospetto vi sia una sottile malafede nell’apparente dimenticanza. A parte la polemica – obbligatoria per un gastronomo! – contro il mangiar “dietetico” erroneamente identificato e inteso dalla gente come il “non cucinato, insipido, cattivo”, che “*fa bene*” (e contro il suo diabolico rovescio: cibo buono, uguale cibo da fuggire perché “*fa male*”), è pur vero che c’era anche nei secoli delle grandi imbandigioni rinascimentali e signorili una cucina del Banchetto o del Convito, e una cucina semplice di tutti i giorni (parsimoniosa anche per i benestanti, povera per la gente comune), profondamente diversa. La cucina del Convito del principe non la mangiavano tutti i gior-

ni nemmeno i Principi delle Corti rinascimentali (forse sì i Re di Francia, che avevan tutti la gotta, l'ultimo finì sulla ghigliottina per le 5 minestre e 6 pernici che s'attardò a mangiar per cena a Varennes!). E sì che basta questa distinzione a eliminare tante inutili polemiche: noi siamo ben d'accordo e convinti che oggi la cucina del mangiare di tutti i giorni deve essere sana, naturale, non troppo abbondante, contenuta di grassi, specie animali, di alcool e di zuccheri, giocata su uno o due soli "piatti unici", ma *tipici-regionali* e consumati *lentamente* e in pace (*slow!* e non *fast!* Come hanno ragione gli amici dell'Arcigola, Carlin Petrini di Alba-Bra in testa!). Un piatto solo, ma di tipo nostrano-regionale: agnolotti, o polenta e coniglio arrosto, o tagliatelle al ragù, o fonduta sui cardi, o riso e fagioli, un piatto più una bella verdura: non hamburger, non fritti precotti, non orrendi panini a 6 piani, non gelati carichi di panna verde, non hot-dog, e via dicendo! Non è nemmeno che la disprezziamo, questa cucina di ogni giorno, anch'essa



Dipinto del pittore Pietro Domenico Olivero (Torino 1680-1755) che rappresenta la venditrice di burro e formaggio.

tanto importante per ben vivere: pensate che dopo aver insegnato per sei anni alla Università della Terza Età della mia città la “grande cucina piemontese del Pranzone degli Amici, successore nel tempo del Banchetto del Rinascimento”, ora, nel 1991, insegnerò i “piatti piemontesi del mangiare svelto di tutti i giorni”! Quindi vi è sempre stata e sempre vi sarà – il nostro tempo non è poi in questo tanto diverso dagli altri! non è vero che abbiamo oggi tanto meno tempo, tanta più fretta, tanto più lavoro, uomini e donne: abbiamo solo tanta più nevrosi e meno pazienza – una cucina di ordinaria amministrazione che oggi, per intenderci, chiameremo *di mera nutrizione* e di salute (per tutti i giorni normali) e un'altra cucina meno frequente che diremo “*di piacere, di arte, di qualità*”, perlopiù dedicata alla festa, all'occasione, soprattutto al ritrovarci con gli altri per star bene insieme: ecco “il pranzone piemontese degli amici”! Ed ecco la cucina piemontese, opulenta e importante. Una volta alla settimana, due, tre al mese!

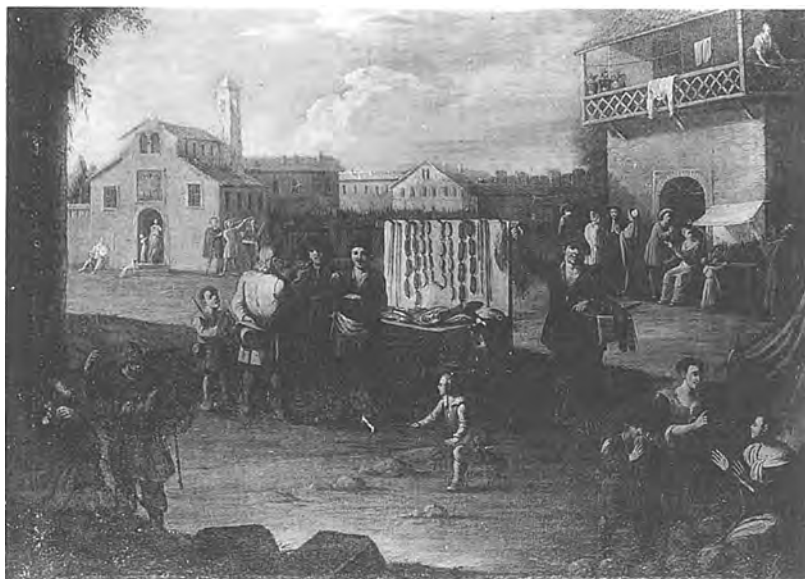
Chi invece può e deve fare una cucina in certo senso festiva tutti i giorni, sono i ristoranti: e a loro si volge la mia seconda speranza, che questi piatti piemontesi vengano dai tanti miei amici ristoratori e dai tanti buoni cuochi professionali miei allievi utilizzati nei loro menù-degustazione, per essere riproposti alla gente, sia pur con tutte le modifiche e gli abbellimenti della loro arte e tecnica, nei loro locali di ogni parte del Piemonte, specie di questa zona Monferrina-Langarola e collinare. Devo dire che questo secondo proposito del mio lavoro è già oggi in certa parte attuato, perché molti buoni ristoranti piemontesi, che mi sono vicini, sono tornati negli ultimi anni a riproporre, e con successo, questo tipo di cucina.

La terza intenzione di questo ricettario – un po' “narrato” e un po' commentato, non certo aridamente tecnico – è rivolta a una categoria di gente che non cucina, ma legge e s'interessa e ha a cuore tutto ciò che sa di piccola storia, di costume e cultura locale, di ricordi e di piaceri di un certo modo di vivere dei nostri padri: a queste persone sensibili anche all'arte, alla letteratura e alla lingua regionali vorrei offrire, se ci riuscirò attraverso questi piatti e questi menù, una sintesi di “piemontesità”.

Se nelle famiglie di tutti i ceti si ritornerà a fare qualche volta, nel pranzo domenicale, degli amici, delle grandi occasioni, questi bei piatti piemontesi senza lasciarli cadere nella desuetudine e nell'oblio; se nei buoni ristoranti di campagna e di città di tutte le province piemontesi si offrirà alla gente almeno come prima proposta di menù-degustazione questa cucina, facendone riassimilare il gusto e il piacere nel bagaglio di costume attuale dei clienti; se i lettori non facitori ma meri consumatori di buon mangiare nostrano troveranno dei graditi riscontri e qualche interessante notizia in questa lettura; ecco allora lo scopo di aver per trent'anni raccolto queste ricette dal vivo, in giro per campagne e città piemontesi, e ora pubblicate, potrà dirsi veramente raggiunto.

Storia prima delle ricette o “dentro” alle ricette?

Mi sono chiesto tante volte se è giusto e illuminante far precedere la raccolta delle ricette piemontesi da una loro “piccola Storia”. Ma, per farle capire meglio, serve una pretesa *piccola storia della cucina piemontese*, o non piuttosto una *Storia del Piemonte* stesso?! Sono giunto alla conclusione sproporzionata e allarmante, ma vera, che più di tutto servirebbe a illustrare e far capire le ricette non una piccola, ma *una grande storia del Piemonte*, di tutte le singole parti del Piemonte – che ebbero vicissitudini, esperienze e apporti diversi e particolari, da luogo a luogo – e di tutti gli aspetti dell'evolversi di vita della gente piemontese: dai reggimenti politici alle occupazioni straniere, dall'agricoltura all'economia e agli scambi, dalle vicende religiose a quelle climatiche, dalle canzoni alla letteratura locale, dall'artigianato popolare alla moda, dal dialetto al folklore, dagli usi di famiglia a quelli di osteria. Tutto questo è l'antecedente della cucina. Non soltanto quel piccolo bagaglio di notizie convenzionali e non verificate, di cui mancano quasi sempre le sicure fonti documentali, sull'origine più o meno leggendaria di questo e quel piatto, di questo o quell'uso alimentare, che va sotto il nome di “storia” della cucina regionale. Quantomeno, non siamo ancora maturi e documentati per farla



Giovanni Michele Graneri (Torino, scarse notizie dal 1736 al 1778): vivace scena di mercato, in evidenza il banchetto del salumiere.

seriamente, questa storia delle cucine regionali. In Piemonte esiste il bel libro della prof. A.M. Nada Patrone, *Il cibo del ricco, il cibo del povero*, che in 560 pagine condotte con rigoroso metodo di studio fornisce, come dice il sottotitolo, un mero “contributo alla storia qualitativa dell’alimentazione = l’area pedemontana negli ultimi secoli del Medioevo”. Sono note eccellenti di storia delle materie prime alimentari, della produzione agricola, delle importazioni, mercati e conservazioni delle derrate e delle carni, con le relative usanze e normative. Ma la *storia della cucina* che ci piacerebbe conoscere è ancora un’altra, è la storia dei piatti e delle ricette, dei pranzi familiari e rituali nelle varie ricorrenze, feste, eventi agricoli, delle tecniche usate per ottenere certi sapori, dei menù stagionali poveri e ricchi, feriali e speciali, di ogni borgo e vallata, di ogni tipo di famiglia, categoria e corporazione. Questa conoscenza forse non l’avremo mai. E comunque la strada ancora e sempre più giusta è la ricerca interna, lo studio affettuoso di ogni mangiare dei nostri padri basato sì sulle poche carte disponibili,

ma ancora e soprattutto sull'ascolto attento e rispettoso dei vecchi, e sulla immaginazione ricostruttiva. È molto importante amarla (e "goderla") questa cucina, per capirne e saperne qualcosa di più. Nel redigere ciascuna ricetta, ne ho avute presenti molte versioni simili e differenti; nello sforzo di compararle e di tirarne fuori la dizione migliore – cioè più semplice, più piemontese, più completa e più significativa – ne ho già tratteggiato, in molti casi, una specie di *piccola storia*. Sono infatti ricette non strettamente tecniche, ma "raccontate" a chi ne ricerca, più che le dosi precise – la cuoca casalinga ha sempre una sua "mano" personale e direi "libera" nel metterne giù di volta in volta gli ingredienti –, le origini, l'ambientazione, il senso, il gusto, la tipicità, la bellezza. Così abbiamo risparmiato ai lettori la poco utile "piccola storia introduttiva della cucina piemontese" facendone filtrare man mano i connotati, staremmo per dire il "messaggio", nel contesto delle singole ricette.

Ai ristoratori e cuochi professionali basterà lo "spunto" offerto loro dalla ricetta pur sommaria; mentre qui le cose sono descritte ed eseguite con una modesta cucina a gas casalinga con piccolo forno e strumenti tradizionali (diciamo pure "antiquati"). Essi faranno tutto (certo, meglio e più sveltamente) con la loro modernissima strumentazione professionale.

Le sorgenti dei piatti piemontesi

Provo un moto di contrarietà e di dissenso ogni volta che sento parlare – in fatto di cucina regionale – di *cultura materiale*, concetto limitativo che si riserva per lo più non tanto a un singolo ma a una pluralità, per esempio a una popolazione. Perché *materiale*? Cosa vuol dire in relazione alla multiforme qualità di vita di una comunità fatta di tante cose, e la cucina è in testa?! Di questa antica comunità locale quale sarebbe la cultura *non materiale*? Tuttalpiù, ma è già una distinzione artificiale, vi sarà una cultura aulica, scolastica, libresca da un lato – diciamo la cultura dei professori e delle lauree – e una cultura tradotta in qualità umana, in capienza

di vita fisica e morale, in sensibilità, in gusto, in possesso di valori, in *humanitas*. Allora non diciamo mai che la cucina, cioè la sapienza del ben mangiare e dello stare insieme a tavola di un certo gruppo, appartiene alla sua cultura solo *materiale*, ma includiamola piuttosto nel concetto non aulico e scolastico, ma ben più vasto, di cultura totale, che si identifica poi con *civiltà*.

Ebbene, tutte le cucine regionali-locali, cucine delle famiglie e delle madri, stratificate in un lungo tratto di esperienze, di prove e di sentimenti – non soltanto la cucina piemontese –, sono il patrimonio più bello, più concreto, più culturalmente identificante di ogni popolazione, così come lo è la lingua parlata o dialetto, la tradizione favolistica e narrativa, la poesia, i proverbi, le canzoni di quella determinata stirpe e area. Sorge questa cucina dalla notte dei tempi, per tradizione familiare e orale, avendo come base di partenza e direttive di evoluzione e diversificazione non solo l'agricoltura e i prodotti spontanei del paese, gli animali allevati e catturabili, gli ortaggi, gli usi e strumenti di cottura, le erbe e i condimenti disponibili, i contatti con popolazioni viciniori oltre confine od oltre mare, ma ancora e soprattutto i gusti, le inclinazioni, l'indole e le preferenze di quella popolazione.

La cucina del vecchio Piemonte, come quasi tutte le cucine regionali italiane ed europee, ha *tre ceppi* originari: la *cucina popolare povera e rustica*, delle categorie lavoratrici di fatica e non abbienti, stragrande maggioranza numerica nei passati secoli di “formazione”; la *cucina dei ceti medi* e delle prime categorie pur subalterne ma relativamente benventi che confluiranno nella borghesia; infine la cucina di Corte o di Palazzo o *cucina nobile* comprendente quasi tutte le famiglie patrizie e possidenti. Per il vecchio Piemonte – ci riferiamo più precisamente (dopo uno sguardo ai tre secoli precedenti, oggetto della citata opera della prof. Nada Patrone) all'età del Duca Emanuele Filiberto, e di qui in avanti – la prima cucina, *quella povera*, appare quasi sempre articolata in modi diversi di mangiare, interessantissimi, delle singole categorie di lavoro e corporazioni di arti e mestieri. Abbiamo così trovato tracce e ricordi ancor vivi delle preparazioni *degli ortolani* (nessuno può dire quanto indietro risalenti e mutanti nei tempi intermedi):



G. M. Graneri: una rissa fra giocatori di carte, ma nella vivacissima scena rustica di popolo non manca la donnina dei formaggi e quella che si coccola la sua gallinella, tra un tacchino e due belle papere.

esempio, *l'insalata degli ortolani*, fatta con porri affettati, qualche ritaglio di cuori di insalata bianca e pesce conservato, la scomparsa "tonnina" in salamoia o salata secca poi sostituita da tonno o sgombri conservati sottolio; i buonissimi piccoli *conigli quarantini* alimentati con le amare foglie dei salici selvatici fiorenti sulle rive del Tanaro e del Po, arrostiti interi nel padellone di ferro con la pancia piena di aglio vestito, finocchio, lardo e rosmarino; la *zuppa di zucca e porri* condita con un po' di latte e con tutti gli avanzi di formaggio rimasti in casa; lo *sformato verde* fatto con tutte le foglie esterne non vendibili o meno vendibili della scarola, dell'indivia, spinaci, bietoline e ortaggi consimili, tritati, passati al setaccio misti con poca farina e uova, sale e pepe e un po' di latte, cotti a tortino asciutto, dal quale derivarono probabilmente tutti i più ricchi flan; le *frittate con la coda* fatte utilizzando la parte terminale verde, quasi *una coda* ritenuta a torto non mangiabile, dei cipollotti verdi, degli scalogni e degli aglietti novelli. Gli ortolani erano i cugini privilegiati e raffinati dei contadini che stavano sulle più aspre e aride colline, contigue alle convali, e i loro piatti citati rivelano già un buon grado di gentilezza e di gusto educato:

quasi tutti quei loro piatti, appena ritoccati per l'uso moderno, sono oggi di nuovo praticati in ristoranti astigiani e piemontesi, e sono davvero buoni: la cucina degli ortolani è un grande serbatoio di ricette.

Lasciando gli ortolani delle vallate, vi erano i modi di mangiare di tutta quella vasta categoria dei *postiglioni*, *carrettieri*, *mercanti di bestiame*, *bovari* e *cavallanti* che frequentavano i mercati e facevano capo agli stallaggi e alle locande della posta: i loro piatti erano essenzialmente *zuppe di trippe* e zampini, *di ceci e testina*, di *pane e coda di bue*, ben cotte con patate e verdure e condite con l'appetitoso soffritto di aglio, cipolla, salvia e rosmarino e pomodoro; ancora, grandi *insalate di fagioli*, *cipollotti crudi e carne lessa* (magari i resti del Grande Bollito Misto della domenica!) o bricioloni di tonno, condite con olio, aceto e pepe nero, d'inverno arricchite con verdure sottaceto (cipollini, funghi, soprattutto peperoni), piatti per loro natura sempre pronti, anzi ancora più buoni il giorno dopo, insaporiti da una notte in cantina; così come i famosi *carpioni*, ideali nel colmo dell'estate (uova "al cirighèt", zucchini e tinche e polpette di carne, aglio e menta, fritte e carpionate in aceto e salvia), tutte antiche preparazioni estive della campagna, comuni alle osterie e alla fascia meno povera della ruralità. Proprio alle locande e alle osterie dei mercati apparteneva inizialmente il *salame "cotto" piemontese* – un tipo di insaccato che per lo più non si ritrova nelle altre regioni – saporito anche se fatto di ritagli poveri del maiale e di lardo (oggi lo rifacciamo, un po' più magro, deve cuocere 4-5 ore, e lo serviamo a grandi fette calde e profumate come antipasto, meglio ancora del più raffinato cotechino); così come una specie di *testa in cassetta* fatta con lingue e musetti di porco conditi con bagnetto nostrano all'acciuga e trito d'erbe e di verdure, il tutto in gelatina agra d'aceto rosso, resa un poco piccante con peperoncino "spagnolino" (ottima ricetta, che diamo nel testo sotto il nome "*Brusch delle Langhe*").

Ho trovato ancora il ricordo dei cibi *dei muratori* (lo stufato d'asinio e gli agnolotti farciti dello stesso, la polenta col gorgonzola forte o il "bross"), *dei barcaioi e pescatori* del Tanaro (anguille al vino rosso e cavedani e tinche in carpione, frittura d'arborelle,

tomino di pesce bianco passato al setaccio condito con olio, pepe, sale e aceto), *dei soldati* (uno solo, il pezzo di carne di vacca o di manzo bollito, con la sua gamella di grasso brodo caldo in cui si spezzava il gran pane bigio; il rancio unico ed eterno dell'esercito sardo, il combustibile di tutte le guerre dell'Indipendenza), infine *dei terragnoli* più poveri (pane strofinato d'aglio e asperso di sale a far la "sòma", pane e cipolla e "picchetta" – il vinello fatto con la torchiatura del Barbera rinfrescata con una "cavagna" di uvaggi, di quelli che dan colore vermiglio – e polenta magramente condita con qualche "bagna" in cui entravano pomodoro, cipolla, aglio, peperoncino e prezzemolo, certamente un po' di lardo, nella versione festiva qualche pezzo di gallina, forse un goccio di vin nero a rinforzare il gusto...).

Ma i cibi dei contadini sono un campo ancora tutto da indagare. Oltre ai mangiari che abbiamo testé detto, alle eterne antiche zuppe di pan secco, di cereali minori e di legumi, ai pesci salati quale parsimonioso companatico (come dimenticare Pavese e il Fenoglio de *La malora* con la scena, del resto benissimo ricordata ancora da molti vecchi conosciuti nella mia adolescenza, dell'aringa da barile appesa per la coda sopra la tavola, cui ogni commensale dava uno schiaffo col pezzo di polenta tenuto in mano, così insaporendolo di pesce?!...), talvolta cercando ci si imbatte in piatti che sembrano usciti dalla notte dei tempi. Così nell'Astigiano abbiamo riportato alla luce un remoto piatto delle cascine, la "*tártra*" o "*tartrà*", che oramai più nessuno faceva (pare sia stata praticata fino intorno alla Prima guerra mondiale), mentre il nome stesso di "tartrà" ne fa sospettare l'origine spagnola (tarta = torta, sformato circolare) o addirittura arabo-barbaresca.

Tuttavia i contadini collinari piemontesi, *ab antiquo* poveri e sempre morti di fatica, ma dignitosi e fieri perché compenetrati della loro qualità di piccoli (o piccolissimi) possidenti terrieri indipendenti, mangiarono in modo poverissimo solo negli ultimi due secoli (XVIII e XIX) della grande civiltà contadina, che fu anche l'età della lesina o, come dice Camillo Brero, della "Santa Miseria". La popolazione rurale era troppo aumentata, le famiglie erano stracariche di figli, la proprietà dei singoli si andava ulteriormente



G. M. Graneri: una vivace scena piemontese di metà Settecento. Si direbbe che la vita di questa gente ruoti tutta attorno all'interesse primario per il cibo; si scorgono contrattazioni di formaggi, salse, derrate, pollame e in fondo capretti o conigli scuoiati.

frazionando e polverizzando a ogni divisione, infine la produzione agricola era pochissimo pagata sui mercati di città e non esisteva richiesta alternativa di mano d'opera. Cosicché nell'Ottocento i contadini mangiavano la polpa della carne solo nelle grandi feste dell'anno; e le domeniche, se andava bene, cucinavano frattaglie – rognone, cuore, zampini, fegato e animelle allora poco pregiate – annegandole nelle famose *bagne* e *bagnetti* verdi di prezzemolo o rossi di pomodoro, in cui intingere molto pane e polenta, intingoli che per fortuna ci sono rimasti! Ma pochi piemontesi sanno che due o tre secoli prima, dal XIV al XVI secolo, la carne bovina era tanto abbondante nell'agro piemontese che anche i contadini ne mangiavano spesso, per lo più bollita (cfr. Nada Patrone, *op. cit.*) o stufata.

La *cucina delle classi medie e borghesi* costituì, fin dall'inizio della lunga vicenda evolutiva mettendo capo alla *cucina piemontese mo-*

derna consolidata nell'Unità d'Italia, la parte più vitale e più "portante". Non essendo questa cucina troppo condizionata, come quella popolare, dalla povertà e dalla necessità di non spendere, né alterata al limite opposto dall'esigenza di lusso, di rappresentanza e di "bella figura" (come la cucina nobile o di palazzo), essa finisce di essere delle tre quella che meglio e più serenamente traduce in preparazioni di cucina la produzione agricola del territorio, i ritmi della natura, le stagioni dell'orto e del pollaio, le modeste ma salde acquisizioni di arte culinaria ereditate dalle generazioni precedenti. In tutti gli anni che vanno dalla fine del Medioevo all'inizio del corrente secolo, questi proprietari terrieri e benestanti signorotti di campagna, questi primi mercanti e bottegai e professionisti, ecclesiastici, militari di grado, funzionari prima ducali e poi regi –



Giovanni Michele Graneri (Torino, scarse notizie dal 1736 al 1778): contadini piemontesi a tavola. Si noti il grosso pezzo di un formaggio che pare grana padano, e l'importanza data al vino servito nei calici dell'epoca in vetro, pur nell'ambito rustico.

tutte categorie che sarebbero confluite nella classe emergente della borghesia – mangiavano un vitto non dispendioso, anzi ancora retto dalla saggia parsimonia della padrona di casa, ma vario e saporito, rispecchiato dai tre o quattro ben noti ricettari stampati del Settecento e dell'Ottocento piemontese (*Il Cuoco Piemontese* dell'Anonimo, la *Cuciniere Piemontese* pure non firmata, nel Settecento; *La Vera Cucina Casalinga Sana Economica e Dileicata* del Chapussot e *La Cucina Borghese* del Vialardi, nell'Ottocento): consumavano tante specie di *zuppe al cucchiaino*, perlopiù a base di pane arricchito e sposato ai più diversi ingredienti; carni di bue, di vitello, di castrato, di ovini e suini e pollame, sempre cotte in umido o lesse in tegami profondi di rame stagnato e di coccio, condite con grassi rustici (lardo, strutto, burro) ma non troppo abbondanti, con vino e con tutte le erbe aromatiche; semplici intingoli di frattaglie, combinazioni di uova e formaggi, soprattutto una infinità di verdure e ortaggi ben cotti e ben conditi, sotto forma di fritti, di ripieni, di sformati e torte, di buone insalate, di imbrogliate in teglia; spessissimo presenti, in questi casalinghi piattini, i gusti dell'aglio, dell'acciuga, della cipolla imbiondita al burro, del prezzemolo crudo o poco cotto talvolta mischiato all'estrageone o al cerfoglio o alla salvia, dell'aceto, dei capperi, più raramente del limone, appannaggio dei nobili e dei maggiorenti. A questa categoria sociale, e a quella dei trattori di medio livello, appartengono le origini dell'insalata di carne cruda, della fonduta, della finanziaria, del Fritto Misto Piemontese, del Grande Bollito Misto, infine degli agnolotti (i quali però furono all'inizio, lo si ricordi, "zuppa di raviuoli alla villereccia", in brodo e non asciutti). Infine, *nella cucina nobile e di palazzo*, per tutto l'Ottocento si andò avanti con piatti a denominazione francese, che di francese avevano però via via sempre meno, adeguandosi al gusto nostrano e prendendo spunti, gusti e condimenti dalle prime due cucine inferiori. Dunque molti pâté, bodini e soufflé, molta selvaggina, in çivet e in salmì, molti fricandò, fricassee e besciamelle e vellutate e "spagnole". Ma persino a Corte si sfuggiva sempre più alle costumanze galliche e si tendeva a mangiare secondo il gusto della gente piemontese.

Nell'unificazione delle tre antichissime cucine in un'unica cucina piemontese, la tendenza fu sempre quella di assumere, da parte delle cucine superiori, i piatti poveri del popolo, arricchirli, nobilitarli, cittadinazzarli, così farli diventare la cucina di tutti, col sopraggiungere della prima industrializzazione e della tendenza al livellamento delle classi economiche.

Come la crescita di un popolo nella propria cultura e costume, la cucina regionale è simile a un fiume: le acque delle lontane sorgenti vanno certamente crescendo e mutando nel lungo andare e serpeggiare del fiume, e si trasformano unendosi a quelle dei molti affluenti, ma in definitiva alla foce hanno ancora qualcosa del ruscello iniziale.

Giovanni Gorla, 1990

Antipasti

Trota all'astigiana

Si prendono trote di porzione o doppie, a polpa bianca o rosa salmonato. Dopo averle pulite si infila nel ventre di ognuna una mezza foglia di alloro, una di salvia, un gambo di prezzemolo e un pezzetto di burro. Si dispongono le trote in una teglia o tegame basso, una accanto all'altra, dritte con la pancia in giù mettendo una fetta di cipolla cruda tra l'una e l'altra. Le si copre a metà di vino bianco Cortese o Arneis, giovane e fruttato; si aggiungono altri pezzetti di burro, sale, pepe nero, qualche scorzetta gialla di limone e sulla fine della cottura un po' di succo di limone.

Si portano a bollore prima sulla fiamma, poi si infornano a forno caldo per 10 minuti, in modo che le trote "asciughino" terminando la cottura; in questa fase vanno spruzzate bene di rhum.

Il fondo di cottura di vino bianco, burro, cipolla, limone e rhum dovrebbe già essersi ristretto, sennò lo si restringe a parte.

È bene rinfrescare, prima di servirlo sulle trote aperte e spinate, questo sughetto con una dose di burro fresco, una grattugiata di pepe nero, un po' di limone e magari una tritata di prezzemolo, estragone o erba cipollina.

Il gusto è spiccato e d'altri tempi, la ricetta molto vecchia: è stata una sorpresa anche per noi trovarla proprio così, "all'astigiana"!

Ballotte torinesi di ricotta, tonno e basilico

È un gustoso antipasto praticato nelle famiglie borghesi tra Torino e Cuneo. Fatelo specie d'estate quando il basilico è profumato e abbondante, anche se in cambio, purtroppo, non sempre è disponibile il delizioso *seiràss*. Si trova però una buona ricotta più asciutta, di tipo "romano" ma di produzione piemontese.

Impastate in una terrina, col cucchiaino di legno, 3 etti di ricotta, 2 etti di robiola molto umida e burrosa, 4-5 tuorli d'uovo sodo, 3 cucchiaini di olio vergine o più (per ammorbidire al punto giusto l'impasto), il succo di mezzo limone spremuto e un po' della sua scorzetta gialla grattugiata, un grosso cucchiaino di parmigiano grattugiato, infine un trito fatto con 2 etti di tonno, molto basilico (usate le fogliette piccole, di punta), un pizzico di prezzemolo, un cucchiaino di capperi, si può tritare anche qualche sottaceto (per esempio cetriolino, cipollino, fungo). Pepate generosamente con pepe nero fresco e regolate di sale (l'impasto non va molto salato). Passate la terrina in frigo per almeno 1 ora affinché la pasta diventi un po' dura.

Poi con le mani pulite formate tante pallotte grosse come una noce, avvolgete ogni pallotta in una foglia di basilico (se non c'è basilico fresco usate lattuga, o altra foglia d'insalata), deponetele una accanto all'altra in un piatto da antipasto. Al momento di servire versate un filo d'olio vergine su tutte le pallotte. Amen. È un antipasto molto fresco, ghiotto e gradito, e di bell'aspetto.

Insalata di trote

Prendete e pulite trote freschissime di allevamento (il migliore del Piemonte è quello di Centallo) sia a polpa bianca che a polpa rossa cioè salmonato.

Lessatele immergendole in acqua già quasi bollente in cui avrete messo in precedenza 1 bicchiere di bianco secco forte e 2 cucchiaini d'aceto ogni mezzo litro d'acqua, 1 cipolla in quartata, 1 spicchio d'aglio, 2 gambe di sedano colla loro foglia e un mazzetto di prezzemolo, gambo compreso, sale q.b. Riportate a leggero bollore e cuocete la trota, se di grandezza di porzione, non più di 10-12 minuti, togliendola quando è ancora ben intera, la testa non accenna a staccarsi, ma la polpa è già tenera a penetrarla con uno stuzzicadenti. Sgocciolatela bene, lasciatela un po' raffreddare e a questo punto fate l'operazione più delicata, di mondarla togliendo la pelle, la testa, la coda e tutte le spine, sì da ottenere non delle briciole ma pezzi di polpa di una certa grossezza, sui cm 2 o 3 o più.

Ora versate sulla trota un po' di olio extravergine e alcune gocce d'aceto, lasciandola riposare.

A parte preparate gli altri ingredienti, cioè: 1) alcune patatine bianche lesse, a piccoli spicchi; 2) carciofi crudi, solo la parte tenera, in ragione di un carciofo ogni trota, puliti, sbianchiti con acqua e limone e tagliati a fette o spicchi più sottili e regolari possibili; 3) un po' di insalatina verde o indivia bianca o cicorietta non troppo amara, che deve col coltello essere tagliata finissima, come fossero tagliatelle fini; 4) alcune uova sode tagliate a grossi spicchi, alcuni pomodorini rossi e tondi e alcuni limoni; 5) nel frullatore fate infine il condimento mettendovi olio vergine, capperi abbondanti, 4 filetti d'acciuga freschissimi e un pizzicone di prezzemolo.

Infine fate l'insalata aggiustandola nei singoli piatti: al centro alcune cucchiainate di insalata di pezzi di trota, spicchietti di patata lessa e di fette di carciofo crudo, ben irrorato della salsa detta sopra al numero 5; tutto attorno un cordoncino rotondo grosso come un dito di insalatina verde appena condita con olio, sale e aceto, tagliata fine come già detto; all'esterno della corona di insalata ornate a piacere con spicchi d'uovo sodo e di pomodoro – che potranno venire mangiati – e di limone.

Varianti

È possibile, ed è buono, aggiungere all'insalata di trote e carciofo questi ulteriori ingredienti: qualche cipollina d'Ivrea scottata in agrodolce, tagliata in metà di piatto, o qualche dadino di zucca gialla al forno, o qualche spicchio di cavolino verde di Bruxelles bollito, qualche rara bacchetta di carota lessa anche per dare colore. Più avanti nella stagione si potranno sostituire ai carciofi, crudi o lessi, le punte degli asparagi, poco lesse e croccanti.

Per il condimento vi sono famiglie e tradizioni locali che preferiscono alleggerirlo, sostituendo all'acciuga la senape inglese diluita con un trito di prezzemolo ed erbe, un po' d'aglio schiacciato, tuorlo d'uovo bazzotto, capperi pestati, olio e limone o aceto. È in ogni caso un antipasto piacevolissimo ed elegante, di tradizione schiettamente piemontese.

Trote in salsa di vendemmia

per 4 persone

- 4 trote
- 1 cipolla
- Farina bianca
- 1 cucchiaino di aghetti di rosmarino
- 1 cucchiaino di pinoli
- 1 cucchiaino di foglioline di salvia fresca
- 1 cucchiaino colmo di uva passa rinvenuta nel vino rosso (Dolcetto o Barbera) zuccherato
- 20 chicchi, sani e belli, di uva Barbera matura (o altra uva ben matura)
- 4 cucchiaini di aceto di vino rosso; scorza di limone
- 1 cucchiaino raso di zucchero
- 800 g di pomodori maturi
- Olio d'oliva
- Sale q.b.

Lavate i pomodori, pelateli, liberateli dei semi e tritateli finemente. Tritate anche la cipolla con la salvia e il rosmarino e fatela rosolare con 2-3 cucchiaini d'olio. Quando è appassita, aggiungete i pomodori, l'uvetta rinvenuta, i pinoli, un po' di scorza di limone grattugiata, l'aceto e lo zucchero. Coprite e portate lentamente a cottura. Lavate e asciugate le trote, passatele in un velo di farina poi friggetele a fuoco vivo in poco olio. Quando il pesce sarà arrostito, trasferitelo nel recipiente dove sarà ormai pronta la salsa, insieme ai chicchi d'uva nera (lasciate loro un poco di picciolo perché non si rompano, e fate attenzione a rigirarli col cucchiaino di legno). Lasciate sul fuoco finché il pesce è completamente cotto. Servite le trote ben acconciate in un piatto ovale, circondate di salsa rossa, con l'uva in evidenza, e ciuffi di salvia e rosmarino per decoro.

Trotelle al burro e rhum con le noci

Pulite le trotelle e conditele all'interno e all'esterno con sale e pepe e quindi infarinatetele. Mettete su fuoco moderato una padella con mezz'etto di burro, allineate le 4 trotelle e fatele cuocere, rigirandole delicatamente per 15 minuti. Toglietele e tenetele in caldo.

A parte fate liquefare nella stessa padella un altro mezzo etto di burro, e quando sarà diventato color nocciola, buttatevi dentro una manciata di gherigli di noci spezzettati e un bicchiere da vermouth di buon rhum; una volta sfumato quest'ultimo, versate la salsa bollente sulle trotelle e servite.

L'agliata verde monferrina

Prendete una mezza "toma" piemontese, di quelle bianche fresche e abbastanza asciutte, che si sbriciolano, di circa 2 etti, e impastatela con una ugual quantità di ricotta (*seiràss*) più asciutta possibile. Nel mortaio o nel frullatore mettete 2 manciate di prezzemolo, 4 spicchi d'aglio, 4 fogliette di salvia, 8 di basilico, 2 di mentuccia, un pizzico di foglie tenere del cuore del sedano; inoltre 1 bicchiere di olio buono d'oliva (meglio extravergine), il succo di 1 limone spremuto e un po' della sua scorza grattugiata, sale fino e grani di pepe nero intero. La verde è profumata purea che ne uscirà la verserete sui due formaggi raccolti in una terrina, impastando a lungo con cucchiaino e forchetta a rendere omogenea la pasta. Assaggiatela e regolatela di sale e di pepe nero, che deve sentirsi. Tostate delle fettine di pane, strofinatele leggermente di olio e aglio, servite la vostra bellissima mousse verde sui crostini, da primo antipasto, magari assieme a una fetta di salmone crudo e a una di salame cotto nostrano.

Questo antipasto estivo, valido tutto l'anno, va preparato una giornata prima dell'uso, e nei giorni successivi è ancora più buono.

Insalata di formaggi freschi

Nei banchetti nobili del Rinascimento si mangiavano i formaggi freschi al principio del grande pranzo, e così pure le insalate, col dichiarato scopo di "aprire lo stomaco". Anche nel vecchio Piemonte si facevano delle insalate di formaggio, di solito in salsa verde, oggi collocate all'antipasto. Da questa tradizione sono venuti fuori quei "tomini elettrici" conditi col pepe o peperoncino rosso, oggi un po' scaduti a preparazione stanca da pizzeria.

Per una bella insalata, prendete almeno tre formaggi (per esempio: toma delle Langhe un po' asciutta, mozzarella, fontina, gorgonzola o altri formaggi freschi che non spappolino, tipo Bra o raschera o toma "del bergé") e tagliateli a dadini come piccole nocciole. Preparate il condiglione così: olio extravergine, poche gocce di aceto o limone, una tritatina finissima di poco prezzemolo ed estragone, 1 tuorlo d'uovo sodo, mezzo cucchiaino di senape gialla, una torchiata di pepe nero fresco. Mettete nei piattini di sotto un pizzico di insalata di *sarsèt* (valerianella), di sopra una cucchiata di dadi di formaggi misti ben conditi con la descritta *vinaigrette*, di fianco uno spicchio di uovo sodo.

Merluzzo in teglia al pomodoro alla contadina-estiva

Infarinate le quadrelle di merluzzo (di circa 5 cm di lato) ben ammollato e spinato. Ponetele una accanto all'altra, strette in una teglia con olio d'oliva, molti rametti di rosmarino, punte di salvia e alcuni spicchi d'aglio vestito e schiacciato. Rosolate le quadrelle girandole fino a che formino una crosticina abbronzata a fuoco vivace. Allora versatevi sopra un grosso bicchiere di latte fresco di mucca intero (in mancanza, metà latte dei "cartoni" e metà panna liquida) e fatelo restringere in salsina.

Infine aggiungete alcune cucchiataie di pomodoro ben dolce (salsa già fatta e ristretta in precedenza, con i suoi profumi – basilico, timo, un goccio di aceto e un po' di zucchero) e fatelo asciugare sul merluzzo. Pepate con pepe nero. Spolverizzate di prezzemolo o cerfoglio e servite in tavola la stessa teglia da forno.

Merluzzo al forno alla borghese

per 6 persone

- 600 g di merluzzo in un pezzo solo, già ammollato
- 1/2 litro di latte bollito e raffreddato
- 30 g di burro e un po' d'olio d'oliva
- 2 cucchiaini con la colma di capperi lavati e strizzati
- 2 tuorli d'uovo
- Pepe nero e noce moscata a piacere