



Cucine del Territorio

Cucine del Territorio
volumi già pubblicati:

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

Rachele Padovan

La cucina ampezzana

Presentazione di Giuseppe Maffioli

Prefazione di Neri Pozza

Disegni di Mariuccia Buscicchio

TARKA

La cucina ampezzana
di Rachele Padovan

La prima edizione di questo libro è stata pubblicata nel 1981

Tutti i diritti sono riservati

Nuova edizione: marzo 2023

© 2023 Tarka edizioni srl
Piazza Dante, 2 – Mulazzo (MS)
www.tarka.it

Impaginazione: Emanuela Dell’Orco

Finito di stampare nel mese di marzo 2023
presso Mediagraf SpA – Noventa Padovana (PD)

Indice

Presentazione di <i>Giuseppe Maffioli</i>	VII
Costume e costumi ampezzani di <i>Neri Pozza</i>	1
Introduzione	5
La cucina e gli utensili	9
Latte, burro e formaggio	17
Carne e uova	23
Il lavoro nei campi	29
Piatti tipici tradizionali	39
Le verdure	55
Dall'orto... al bosco	61
Marmellate e grappe	67
I dolci	77
Le mie ricette	93
Conclusione	103
Glossarietto	105
Indice analitico delle ricette	109
Indice alfabetico delle ricette	113

Presentazione

Oramai pensando a Cortina e desiderando “mangiare all’ampezzana” non si può pensare che a Rachele ed alla sua bella casa, ove le tradizioni trovano la misura più umana dell’ospitalità. Una casa semplice resa preziosa dal gusto delle scelte, anche per quanto riguarda la clientela. Ma si può poi chiamare “clientela” il gruppo di amici che la frequentano, “scelti” secondo i valori più autentici della mente e del cuore?

Rachele ha anche l’arte di evocare il passato e di renderlo sempre presente, ed è forse il pregio maggiore di questo “aureo libretto”, dove una tradizione di “cucina povera” ma preparata “con amore”, viene riproposta, non solo con tutti gli ingredienti, ma anche con tutti gli arnesi, e con i gesti che la possono realizzare. Cibi “poveri” e quasi perduti, ma che hanno in sé una straordinaria ricchezza, perché esprimono i sapori di un paesaggio fra i più incantevoli del mondo, e ci auguriamo che queste pagine riescano a ridare a Cortina ed a tutto l’Ampezzano una sua perduta fisionomia gastronomica, oramai troppo falsata da raffinatezze mitteleuropee di anonima delicatezza. Questa di Rachele è una grande lezione di semplicità e di saggezza alimentare montanara, finalmente attingibile e riproponibile.

La cucina ampezzana diverrà, ce lo auguriamo con tutto il cuore, una specie di coscienza alimentare, per ritrovare i rapporti più diretti con ciò che producono i declivi erbosi, i boschi e i campicelli: dolcezza di crema e profumi di lamponi, di fragole e di mirtilli, e tante cose buone per comporre un cibo in cui la realtà viene trasfigurata in poesia per le papille gustative.

Giuseppe Maffioli, 1981

Costume e costumi ampezzani

La cucina ampezzana di Rachele Padovan è tagliata come un antico libro di cucina italiano: quello di Cristoforo da Messisbugo. Là, dopo una brevissima introduzione, l'Autore informa il lettore, anche con bellissime incisioni, che cosa sia una cucina, e quali ferri e marchingegni siano indispensabili al cuoco che sta ai fornelli, e ai suoi aiutanti, quando devono preparare un pranzo o una cena. Cristoforo, che scrive nel 1550 – cuoco e familiare del duca Ercole d'Este – doveva essere uomo di cultura se si permetteva d'invitare a un "festino" il suo signore, "la notte del 14 febbraio 1548, che fu il giorno di carnevale... in casa sua"; associando ad Ercole "ventisette persone della sua corte a gustare sette piatti di vivande".

"Prima del festino, scrive Cristoforo, fu recitata in sala, dove era una bellissima scenetta, la quale era finta Venezia. La comedia era intitolata *La notte* di M. Girolamo Forabosco da Bologna. La quale fu molto piacevole, ridicola e bene recitata, con le sue musiche e intermezzi opportuni... La comedia incominciò a ore 24 e finì a ore 3 e mezza di notte". Anche Rachele, dopo una breve introduzione, si avvia ad elencare i numerosi strumenti dei quali la donna di casa deve disporre; e non tanto per preparare un festino, ma per servire la comunità familiare negli anni in cui molte cibarie erano fatte e conservate in casa. La maggior parte, si direbbe. Manca invece, al libro di Rachele – non per sua colpa ma perché i tempi sono diventati iniqui – il "teatro", la recita prima o dopo il festino; cioè almeno il *lettore* che recita agli invitati, seduti attorno alla "stua" *I reali di Francia*, o le gesta di *Guerino detto il meschino*. Era certo il teatro che in anni da poco passati, anche la "stua" cortinese poteva permettersi senza sfarzi e messinscena, mentre gli astanti centellinavano l'ultimo bicchiere di grappa distillata secondo le buone regole dell'artigianato domestico; e il vento sibilava sulle logge di casa e spingeva i balconi.

Rachele spiega, nell'*Introduzione* del suo libro, i caratteri della cucina cortinese, "povera, anzi austera"; e siamo ai tempi in cui il turismo e l'alpinismo non hanno ancora battuto all'uscio del paese. "Non c'era fame nella vallata, racconta Rachele, i prodotti del latte in tutta la gamma non mancavano... ma la terra era dura e avara, e strapparle i frutti costava tante ore di lavoro e fatica. La donna poteva dedicare ben poco tempo alla cucina, ed è forse anche per questo che la sua fantasia non si è potuta sbizzarrire in ricette complicate, in piatti che richiedessero tanto tempo".

"Anche la cura della stalla, prosegue Rachele, era compito della donna: prima dell'alba era in piedi a rigovernare e a mungere le bestie, a ripulire la stalla; e, ogni quindici giorni, a preparare e a cuocere il pane. Poi c'erano la lana, la canapa, il lino da filare e da tessere, e nelle lunghe sere invernali, al lume di candela o del petrolio, nelle 'stue'... questo era il lavoro delle donne".

Rachele racconta come, all'inizio del secolo, si facesse in casa il formaggio, il burro e la ricotta. Dal suo capitolo stringato e tutto visivo si ha la sensazione che il laboratorio (si fa per dire) fosse un alveare, dove le donne ronzavano attorno ai paioli e alle forme come api. Altrettanto dicasi per il capitolo dove si traffica a tagliare a pezzi il maiale, ad affumicarne la carne, ivi compresa quella di pecora.

Era il lavoro di un'economia silvo-pastorale, ordinata e pacifica; ed è bellissimo che in queste ricognizioni lavori solo la donna, e soltanto lei. L'uomo non esiste nemmeno per compiere le funzioni cruento, come possono essere le uccisioni degli animali. L'uomo non è presente alla preparazione della pasta del pane; addirittura non lo si vede seduto a tavola come un ospite di riguardo. Sembra, questa del sostentamento quotidiano, in tutte le stagioni, una faccenda soltanto di donne; e che l'uomo lavori lontano, in località remote, dalle quali fa ritorno solo nei giorni di festa.

Economia silvo-pastorale governata dalle donne, anche quando Rachele discorre del lavoro dei campi, quando tocca "zappare la terra cretosa e durissima, frantumandola per renderla adatta a ricevere il seme"; o quando, a metà settembre, si batte il frumento "con una lunga mazza, alla quale era attaccata una correggia", per scioglierlo dalla spiga, prima di metterlo in "banca". Di qui alla

confezione del pane e ai rituali che lo accompagnavano, si arriva ad elencare le molte varietà di pane fatto in casa, fino al “pan da morto”, coi semi di anice e impastato con fior di farina. Si saprà così che il forno del pane e il fornello per fare il bucato erano strumenti fondamentali della vita domestica bene ordinata, e che ogni casa ne disponeva a suo piacimento.

Coi piatti tradizionali della valle cortinese entriamo in quella che è la vera e propria analisi della cucina, con le ricette per i singoli piatti.

Si parte quindi dai *knödel*, e se ne leggono le varietà: di lardo, al formaggio, di fegato, di spinaci e di prugne. Si prosegue con le minestre d’orzo e di riso e patate (di tipica ascendenza sud-tirolese) e si arriva alle *lesagnetes*, ai *gnoche de ciadin*, ai *casunziei*, con le barbabietole rosse o le erbe di primavera, spinaci e erba cipollina, ai *tirtl*, ripieni di crauti o spinaci.

Il tubero forte, tale da sostituire il pane, è la patata. Superfluo, ci pare, l’elenco dei suoi usi: dalle minestre al gusto di mangiarla fritta, o mescolata con la pasta dei tortini.

È interessante invece sapere con quale fantasia la donna si comporti passando dal proprio orto al bosco. Rachele coglie l’occasione per raccontare che, durante la grande guerra, i tedeschi e i nativi guardavano stupefatti i prigionieri russi affamati mangiare grandi pentoloni di funghi. I nativi aspettavano ansiosi gli effetti del *veleno*, che non arrivavano mai. I russi quindi conoscevano le infinite varietà di funghi prima dei tedeschi e dei cortinesi.

Nel bosco si coglievano le pigne del pino cembro, i cui pinoli sono saporitissimi, il mirtillo e l’*ua pomela*, e altre delizie. Oggi con questi frutti si fanno marmellate su scala industriale e si distillano liquori profumati. Rachele non parla di caccia. Forse nei boschi (ai suoi anni, o in quelli dei suoi genitori), la caccia era uno svago quasi eccentrico: lo noto perché, fra le ricette di Rachele, non ce n’è una dedicata alla selvaggina, e sul focolare manca lo spiedo.

Finiamo coi dolci, cominciando dai *carafai* (che nel Veneto sarebbero i *crostoli*, e in Toscana le *chiacchiere*). Per il resto la pasticceria è di tipica fattura tirolese-austriaca, fritta o confezionata con lo strutto, ricca di grassi e di zuccheri. Fanno eccezione i biscotti.

Il lettore avrà capito, da queste poche righe d'avvio, che si trova a fare i conti con un libro di costume; cioè della testimonianza di un modo di vivere che riguarda una valle oramai famosa presso le classi agiate, che condusse – almeno fino a 100 anni fa – una vita austera.

Esce dalle pagine di Rachele un senso di umana simpatia per quella vita e quel mondo, per quegli anni difficili. Anzi, nell'allegro accavallarsi delle ricorrenze e delle feste, nel riproporsi delle stagioni, il lettore avvertirà la forza suggestiva di una vita viva e irrecuperabile.

All'inizio del secolo, prima dell'avvento del turismo, forse a Cortina circolavano meno denari, e vi si facevano affari da pochi soldi, e i nativi vivevano comunitariamente, nel rispetto dei propri costumi. La tradizione dell'onestà era proverbiale, e veniva coltivata e difesa silenziosamente. Non c'è stato, con l'avvento del turismo, un accrescimento culturale da parte dei nativi, cioè quell'arricchimento della fantasia che stimola l'uomo a conquiste generose. Anzi pare che l'indigeno ne sia rimasto lontano, estraneo e sospettoso, anche se l'economia locale ha trovato un assetto meno precario di un tempo anche fra le classi subalterne. Rachele può quindi concludere che "ognuno ha quanto gli basta, e sta nella sua casa. Della povertà si partecipava; del benessere si è gelosi".

I disegni di Mariuccia Buscicchio, che illustrano *La cucina ampezzana*, sono ricchi di capacità comunicativa: dagli oggetti di uso comune alle piante, restituite alla loro forma, (in questo senso possiedono anche i caratteri del documento, come le tavole citate di Cristoforo da Messisbugo), agli interni di casa.

Vi è nella padronanza del segno, che par graffito sulla pietra, una singolare abilità manuale. Si vedano le tavole delle *Donne che lavorano nell'orto*, *La visita alla puerpera*, *Le donne che battono le fave* e *La donna al focolare*. La descrittività delle cose e la fissità di alcuni personaggi aggiungono senso alle composizioni, che nascono dalle pagine stesse del libro con una adesione precisa e gentile. Si tratta, insomma, come illustrazioni di un testo di costume, di una ulteriore pezza d'appoggio alla qualità ideale della prosa, che è insieme documento e racconto, memoria ed elegia.

Neri Pozza

Vicenza, 18 novembre 1981

Introduzione

Scrivere un libro di cucina con ricette originali di una vallata che una volta era povera e dove si mangiava solo quello che si produceva sul posto non è facile.

Con l'avvento del turismo e con l'aumentata possibilità d'acquisto le cose sono cambiate; nessuno o quasi ricorda la povertà dei cibi, l'uso dei quali era regolato anche dal ritmo delle stagioni e aveva, a ben pensarci, anche qualche cosa di rituale. Nulla di più di quanto producesse la terra o si ricavasse dal bestiame, tranne il sale – necessario e prezioso – e, in seguito, zucchero, caffè e cacao, usati con parsimonia. Ogni famiglia amministrava le proprie derrate, perché durassero tutto l'anno; al massimo, ma raramente perché l'orgoglio impediva di effettuare questa operazione, ci si faceva prestare dal vicino quanto era finito, questo anche per le sementi, ed era premura e impegno restituire appena possibile.

In questo clima di isolamento, la tavola era una questione di pura sopravvivenza.



Lun a *petrolio* e candelier.



Tuttavia, sia pure in un clima di vita povera e austera, non c'era fame e le sostanze necessarie alla crescita dei bambini e alla sopravvivenza degli adulti non mancavano in tutta la gamma di prodotti del latte, di cui c'era, se non abbondanza, sufficienza.

Purtroppo la donna poteva dedicare ben poco tempo alla cucina ed è forse anche per questo che la sua fantasia non si è potuta sbizzarrire in ricette complicate, in piatti che richiedessero tanto tempo. La terra era dura ed avara e strapparle i frutti costava tante ore di lavoro e di fatica. Anche la stalla era compito della donna: prima dell'alba era in piedi a rigovernare e mungere le bestie e a ripulire la stalla e, ogni quindici giorni, a preparare e cuocere il pane. Poi c'erano la lana, la canapa, il lino da filare e da tessere e, nelle lunghe sere invernali, al lume di candela o di petrolio, nelle stue, questo era il lavoro delle donne.

Ed è a queste donne mirabili, umili e intelligenti, a queste donne che, nonostante la povertà, riuscivano a creare con la loro perizia le tagliatelle più sottili e saporite fatte solo di acqua e di farina, il pane croccante e gustoso anche se fatto di segale, orzo, farina di fava, i "carafoi" fini come carta, è a loro che dedico questa mia piccola cosa. Perché le protagoniste di questo paese sono sempre state le donne: belle e distinte nei loro costumi lindi, lavoratrici indefesse, sempre volte a migliorare la condizione della famiglia, reggitrici oculute delle povere sostanze e, nel tempo, iniziatrici di un'industria, quella del turismo, che ha fatto ricca questa valle.