

2015

# Scuola media I. Nievo per Expo

Prodotti tipici e tradizione



Classe III E, II E, II A e CTP

Scuola media "I. Nievo" di Belluno

10/01/2015



La provincia di Belluno, come si studia sin dalla Primaria, è una delle tre province italiane interamente montane (le altre due, per la cronaca, sono Sondrio e Cuneo); nonostante ciò vanta un numero davvero impressionante di prodotti tipici, sono infatti ben 57 quelli agroalimentari marchiati Igp e Dop.

È un numero davvero grande dal momento che la regione tutta ne vanta 355. Si spazia dai fagioli, è famoso quello di Lamon, alla noce feltrina ... dal miele delle Dolomiti alla pecora alpagota ... dalla patata di Cesiomaggiore al Barancino, un liquore che evoca nel suo sapore la montagna bellunese.

Come si vede una varietà davvero notevole di prodotti tipici agroalimentari per un

terreno che si vorrebbe povero; prodotti legati a doppio filo con un patrimonio di tradizioni che rimandano ad un tempo che fu ancora vivo, legati a tante e tante sagre e fiere che li celebrano facendoli assurgere a protagonisti indiscussi, ognuna ad inneggiare uno di questi fiori all'occhiello di queste vallate trasformando la festa in un atto d'amore e di riconoscenza per quanto queste terre hanno saputo dare.

Quali sono questi prodotti censiti da Veneto Agricoltura in collaborazione con la Regione Veneto. Eccoli così come li troviamo schematizzati:

### **Bevande alcoliche:**

Barancino

### **Carni (e frattaglie) fresche e loro preparazione:**

Carne de fea afumegada

Luganeghe de tripan

Pastin

Pecora alpagota

Pendole

Salame bellunese

Senkilam – Speck di Sappada

Speck del Cadore

## **Formaggi**

Fior delle Dolomiti  
Formaggio agordino di malga  
Formaggio bastardo del Grappa  
Formaggio Busche  
Formaggio casel bellunese  
Formaggio Cesio  
Formaggio Comelico  
Formaggio Contrin  
Formaggio Dolomiti  
Formaggio Fodom  
Formaggio latteria di Sappada  
Formaggio malga bellunese  
Formaggio montemagro  
Formaggio Morlacco  
Formaggio Nevegàl  
Formaggio Renàz  
Formaggio Schiz  
Formaggio Valmorel  
Formaggio zigher  
Formaggio Zumelle  
Furmai nustran

## **Prodotti vegetali allo stato naturale o trasformati**

Cavolo cappuccio di Vinigo di Cadore  
Craut verde agre  
Fagiolo bonèl di Fonzaso  
Fagiolo gialét  
Farina per polenta di mais “sponcio”  
Fave bellunesi  
Fragola delle Dolomiti bellunesi  
Kodinze  
Kodinzon  
Mame d’Alpago  
Marrone feltrino  
Noce di Feltre  
Orzo agordino  
Patata di Cesiomaggiore  
Pòm prussian  
Zucca santa bellunese

## **Paste fresche, pane e dolci**

Carfogn  
Casunzie  
Gelato artigianale del Cadore  
Lasagne da fornèl  
Pan de le feste

### **Prodotti di origine animale**

Miele bellunese

Ricotta affumicata

Ricotta Schotte

Di diversi di questi prodotti troverete in questa sezione del sito una scheda esplicativa che, speriamo, ve li faccia apprezzare e conoscere. Tra l'altro troverete taluni prodotti che in elenco non compaiono ma che per le nostre terre sono comunque significativi. Buona lettura 😊

## I fagiolo

Uno dei prodotti più diffusi nella Valbelluna è il **fagiolo**. Nella zona di Lamon e in Valbelluna il fagiolo arrivò nel 1530 grazie a **Papa Clemente VII** che ne regalò degli esemplari al frate bellunese **Pierio Valeriano**. Ed in effetti si può dire che fu in queste zone che venne coltivata in Italia la prima varietà di fagioli.

Valeriano li coltivò nella sua dimora di Castion (è una frazione di Belluno) e fu così contento del sapore di questo leguminaceo che lo regalò per le nozze di Caterina de Medici con Enrico II, re di Francia. Lo studiò, arrivando a scrivere un libro riguardante le sue caratteristiche ed il modo di coltivarlo. Il titolo, in latino, era **“De milacis cultura”**, un poemone di più di 700 versi dedicato ad Alessandro de’ Medici, nipote di Clemente VII.

Ad esaltarne le qualità scrisse: *“Questo legume non è come molti credono cibo volgare, ma anzi gradito al palato e di gusto soave. E’ atto a comparire nelle mense più laute, sia che tu cuocia i fagioli sgranati o che metta in pentola gli interi baccelli”*. E consigliava, una volta lessati, di passarli nell’aceto e metterli sott’olio aggiungendoci sopra del pepe per renderli graditi al palato. Mentre a far vedere la facilità nel coltivarlo poetò: *“Non devi preoccuparti di cercare il terreno giusto, e non ti affaticare a studiare la natura del tuo campo: qualsiasi terra, ovunque sia, accoglierà questa semente, e subito con grande cura farà nascere i teneri germogli, senza esporli alle intemperie mentre li aiuta a crescere”*.

Gli era così gradito che fece sì la coltivazione di esso si diffondesse nella Valbelluna e a Lamon, ed il nome di due delle quattro varietà di fagioli che lì si coltivano, lo spagnolo e lo spagnolit, denunciano sin dal nome le terre che per prime lo videro approdare nel nostro continente.

Ma vogliamo farlo narrare questo momento, questo primo momento della coltivazione del fagiolo, con le parole di Valeriano? Eccole:

*“Fu proprio lo stesso padre Clemente che me lo diede in dono dicendomi, mentre me lo consegnava: anche tu potrai arricchire con questa nuova semente i colli della tua patria, facendo la gioia dei campi di Belluno.*

*E infatti io, non appena tornai nella mia patria, ho seminato i semi che mi erano stati donati ma senza affidarli ai campi o agli orti: in realtà ne avevo ornato la mia casa piantandoli in grandi vasi di argilla o in coppe di metallo alle finestre: diciamo che non mi aspettavo certo chissà quale raccolto, ma ecco che prima sorse una vera e propria selva di foglie poi qui e là spuntarono numerosissime viole lungo il fusto e quindi dappertutto fu pieno di baccelli rigonfi ..... Ormai ricco (nessun*



I prodotti della terra



*giorno era senza raccolto) ho riempito con questa messe ogni sorta di contenitori, dalle scodelle agli orci. Avendo a disposizione una grande quantità di sementi la distribuì in dono per tutta la città, un poco a ciascuno ... contemporaneamente distribuì una parte dei semi perché crescesse altrove ...”.*

**Nel XVII secolo** il fagiolo era un elemento importante per il commercio e l'economia della valle. In quelli successivi si è via via affinata la tecnica di coltivazione fino ad ottenere un prodotto di notevoli qualità. Trentacinque furono le varietà di fagioli coltivate nel Bellunese.

**Carne dei poveri** veniva un tempo definito il fagiolo visto che era ricco di carboidrati e costava molto, molto meno della carne.

**Maresio Bazolle**, un dottore che a fine 800 scrisse un testo in due volumi sulla realtà agricola del suo tempo, **“Il possidente bellunese”**, racconta che i fagioli erano l'unico prodotto agricolo esportato nel basso Veneto vista l'entità della sua produzione. Altri prodotti erano limitati alla realtà locale. Già allora i fagioli feltrini erano ritenuti i migliori della provincia per la loro scorza tenera e sottile. La coltivazione del fagiolo era un'attività familiare, che coinvolgeva tutta la popolazione contadina. Era considerato un cibo per poveri visto che lo si riteneva difficile da digerire (anche se ci erano, come vedremo, alcune eccezioni), vantaggioso però da coltivare perché lo si poteva coltivare unitamente ad altre piante, per esempio il mais. Particolare cura era data alle sementi; venivano riposte al buio nelle soffitte per meglio conservarle ed erano considerate una piccola ricchezza. Facevano parte della dote nuziale e si trasmettevano da mamma a figlia, da suocera a nuora. Chi aveva le migliori aveva proprio un piccolo tesoro prezioso da scambiare. Per tanti decenni i fagioli mantennero il loro prestigio, li persero dopo la Seconda guerra mondiale, quando l'emigrazione portò tantissimi bellunesi a lasciare le loro case in cerca di fortuna per l'Europa o oltreoceano. I pochi rimasti, tra i giovani, più secolarizzati, si rivolsero ad altre occupazioni considerate meno faticose. Solo nel 1975 ci fu la rinascita ... quando un gruppo di piccoli proprietari terrieri, erano in 19, fondò **l'Agricoop Lamonese**, associazione tesa al recupero di diverse colture compresa quella de fagiolo. Nel 1993 l'ultimo tassello con la nascita del **“Consorzio per la tutela del fagiolo di Lamon”**. Per completezza d'informazione dobbiamo dire che una tipologia di fagioli di origine orientale era già noto agli antichi romani ma era di scarsa qualità ed infatti veniva utilizzato come foraggio per le bestie piuttosto che per l'alimentazione quotidiana dell'uomo.



## Biodiversità

## I fagiolo di Lamon

Contrariamente a quello che si può pensare il territorio in cui viene prodotto il fagiolo di Lamon non è limitato soltanto al piccolo comune feltrino ma comprende gran parte della Valbelluna.

I terreni per coltivare questo tipo di fagiolo sono ricchi di potassio, per questa ragione questi legumi hanno una buccia finissima e quindi sono più facili da cuocere.

I comuni compresi nell'area in cui viene coltivato risultano: Alano di Piave, Arsiè, Cesiomaggiore, Feltre, Fonzaso, Lamon, Pedavena, Quero, S. Giustina, S. Gregorio, Lentiai, Mel, Trichiana, Belluno, Sospirolo, Sedico, Ponte, Vas, Limana, Sovramonte, Seren del Grappa.

Sono le sementi che invece devono essere prodotte **nella zona di Lamon e Sovramonte**. Il Consorzio per la tutela del fagiolo di Lamon vigila sulla sua corretta distribuzione e diffusione.



Il prodotto viene commercializzato in una confezione rilasciata dallo stesso Consorzio, con il logo che mostra una contadina che sgrana dei fagioli e la dicitura "**Indicazione geografica protetta**" ben in evidenza.

Il sacchetto, che ricorda nella sua impostazione grafica la trama di un sacco iuta, è sempre accompagnato dall'indicazione della tenuta produttrice, la sua localizzazione, l'anno di produzione, e l'indicazione dell'ecotipo con la certificazione della genuinità del fagiolo.

E' un prodotto **I.G.P. (Indicazione geografica protetta)**, registrato con REG. CEE numero 1263 del 01/07/96.

E' riconoscibile per le striature vermiglie che ne solcano il beige del corpo.



Il fagiolo di Lamon

## Coltivazione:

- **La semina:** il seme non deve avere più di tre anni e, come si è detto, deve essere prodotto nella zona di Lamon. Lì i campi in cui cresce la sementa sono fertilizzati con letame ben maturo su terreni a conduzione familiare.
- **L'irrigazione:** questo tipo di pianta per vivere ha bisogno di molta acqua, infatti patisce molto gli stress idrici. Le irrigazioni diventano quindi indispensabili nei momenti di scarsa piovosità che in Provincia di Belluno coincidono spesso con il periodo di ingrossamento dei baccelli.
- **la concimazione:** la più importante è quella fosfatica, che è a base di fosforo e azoto.

## Le varietà:

- **lo spagnolo (altrimenti detto Ballotton)**, adatto per insalate data la sua aromaticità. E' di forma ovoidale e possiede una buccia abbastanza fine. Il seme è lungo 16,5 mm , è grosso 8,8mm e pesa 1g . Dalla fioritura allo sviluppo completo del baccello passano 20-22 giorni.
- **lo spagnolit** è indicato per la preparazione di antipasti. E' piccolo e di forma rotonda, con delle strisce rosse brillanti su fondo crema. E' il più ricercato per la delicatezza del gusto e per la buccia particolarmente tenera. Sono rare le coltivazioni di una sotto varietà di esso, lo 'Spagnolit Bass', un po' più piccolo ma migliore per qualità.  
In media il seme è lungo 14,8 mm, il suo peso è di 0,75 gr e per ogni baccello ci sono più o meno 4-5 semi.
- **il calonega**, ricorda l'aroma della castagna ed è ideale per le minestre. E' molto comune grazie alla sua buona resa e al fatto che è ottimo in cucina. È di forma schiacciata con striature rosse , il seme è lungo 17 mm e grosso 7 mm. Pesa 0,65gr. Ci sono in media da 4 a 6 semi per baccello. Matura in 25-26 giorni.
- **il canalino**, a causa di una buccia spessa è di ottima qualità per la preparazione di passati di fagiolo. Anche se ha un buon gusto ed è resistente alle malattie non è molto coltivato a causa della buccia molto resistente. Il seme è

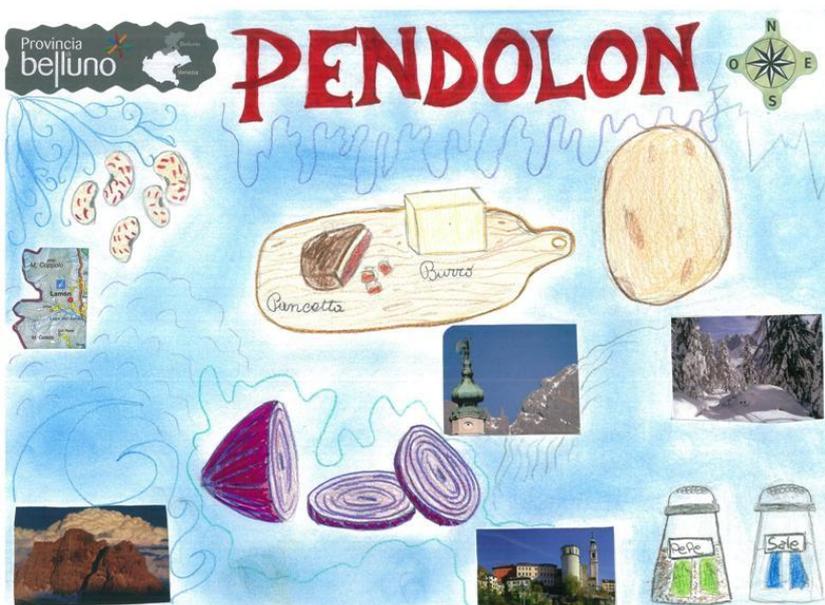
lungo 15,6 cm, è grosso 8,7 mm e pesa 1,3 gr, ci sono mediamente 6-7 semi per baccello.  
Dall'inizio della fioritura allo sviluppo completo del baccello passano 22-25 giorni.

Ogni anno, nel terzo weekend di settembre, a Lamon viene organizzata una sagra che ha al suo centro il suo prodotto più tipico che si cerca in tal modo di valorizzare. Negli stand è possibile acquistare il legume nelle sue varie tipologie ed è possibile assaporare in quelli gastronomici dei buoni manicaretti aventi il fagiolo per ingrediente principe. Non troviamo soltanto zuppe e minestre ma persino ghiotti dolci. Per esaltarne la bontà un cantante-poeta-scrittore dei nostri luoghi, **Gian Luigi Secco**, in una sua poesia dedicata alla pasta e fagioli lo esalta scrivendo in dialetto bellunese:

*“Par far an menestròn che ‘l sìa daverò bòn,  
ocor catàr fasòì che i gnègne da Lamòn;  
in tut al mondo infati, no esist altri cantoni  
indòve che ghe crèse fasòì che i sìa pì boni”.*

Ovvero: “Per fare un minestrone che sia davvero buono, occorre prendere fagioli che provengano da Lamon; in tutto il mondo infatti non esiste altro luogo dove crescano fagioli che siano più buoni”.

#### Una ricetta con i fagioli di Lamon:



Il “**pendolon**” è un antico piatto lamonese a base di patate e fagioli. Il suo nome deriva dal verbo “pendolar” (penzolare) perché l’involto che lo conteneva veniva custodito nella manica della giacca dei pastori che veniva chiusa con un legaccio. La giacca veniva quindi buttata sulle spalle dove

stava penzolante, così lungo il trasporto il pastore poteva mangiare senza aprire la tasca.

**Ingredienti per 4 persone:**

1 kg di fagioli di Lamon  
1 cipolla piccola  
3 kg di patate  
100g di burro, lardo o pancetta  
sale e pepe

**Preparazione:**

In primo luogo occorre lessare le patate con la buccia e cuocere i fagioli (se secchi lasciarli nell'acqua dalla sera prima in modo che si ammollino). Nel frattempo si soffriggono cipolla e lardo (volendo si può usare al posto di quest'ultimo la pancetta). Dopo aver sbucciato le patate le si mescolano con i fagioli, si schiaccia il tutto (o li si passa con il passaverdure) in un paiolo e poi vi si aggiunge il sugo del soffritto aggiungendo del sale. Alcuni fagioli vi si possono lasciare integri, giusto per rendere più accattivante il piatto.

Posto il paiolo su fuoco moderato mescolare gli ingredienti per dieci minuti, sino a quando il tutto non diverrà più sodo.

Alla fine deporre su un tagliere tutto quanto.

Il pendolon può essere mangiato sia caldo che freddo.

Un'altra ricetta che vede come elemento principe il fagiolo di Lamon è la minestra grassa alla lamonese nella quale troviamo in abbinata la cotenna di maiale, o comunque carne di maiale, che contribuisce ad addensare l'impasto, già naturalmente cremoso, ad un punto tale da consentire ad un cucchiaino di legno di stare in piedi e ciò la rende "unica" nel panorama regionale.

## Fagiolo Gialet

Piccolo e giallo-verde, il fagiolo Gialet è detto anche fasol biso o solferino. In realtà se messo in acqua per ammollo (generalmente per 12 ore) e bollito per almeno 40 minuti triplica le sue dimensioni visto che ha una capacità di assorbimento molto alta e risulta davvero ben digeribile. E' molto tenero

e la buccia diviene quasi impalpabile dopo la cottura. Pesa 4-5 grammi ed ogni baccello contiene dai 4 ai 6 semi. La sua produzione si attesta sulle 2 tonnellate annue.



Ha cominciato ad essere coltivato agli inizi del '900 divenendo ben presto uno dei prodotti agricoli tipici della **Valbelluna**.

Non era legato però al consumo dei contadini quanto, visto il suo pregio, piuttosto alla vendita. Un tempo infatti era molto richiesto dai commercianti padovani e bolognesi che lo vendevano al Vaticano, primo e principale acquirente (o almeno così si racconta).

Ancor oggi viene coltivato a mano in piccoli appezzamenti gestiti da agricoltori che di generazione in generazione si tramandano i semi. Viene seminato a maggio e raccolto a settembre. Le piante sono sostenute nella crescita da pertiche di legno o legate a piante di mais.

L'area di produzione comprende diversi comuni della Valbelluna: Feltre, Pedavena, Cesiomaggiore, Santa Giustina, San Gregorio nelle Alpi, Sospirolo, Sedico, Belluno, Ponte nelle Alpi, Limana, Trichiana, Mel, Lentiai, Fonzaso, Sovramonte, Seren del Grappa.

Visto che non era destinato al consumo contadino non sono state tramandate ricette particolari. Ha un sapore delicato che si esalta particolarmente nelle minestre d'orzo.

Grazie alla costituzione di un'associazione a tutela del Gialet,



Il fagiolo Gialet

si cerca di diffonderne la produzione visto che quest'ultima stava via via diminuendo e si rischiava l'estinzione di questo tipo di legume. In particolare l'Istituto agrario "Della Lucia" di Feltre lo ha inserito nel suo progetto per la conservazione delle biodiversità e nella primavera del 2009 ha realizzato un campo teso a conservare, tutelare e fare ricerche su questa varietà di fagiolo.



Ecco una ricetta: **Fagioli giàlet con lardo alle erbe e cipolla dorata**

**Ingredienti:**

500g di fagioli giàlet freschi ( oppure secchi 250 g messi in ammollo in acqua fredda per una notte)

2 cipolle dorate tritate finemente

80 g di lardo bellunese alle erbe tagliato a cubetti

Brodo vegetale q.b.

**Spiegazione:**

Soffriggere la cipolla in poco extravergine , aggiungere il lardo e lasciare dorare, aggiungere i fagioli lasciare che prendano il bollore e continuare la cottura con il brodo per un'oretta.

Aggiustare di sale e pepe e servire ben caldo con dei crostoni di pane casereccio.

## I fagiolo Bonel

Nel corso degli anni la varietà di fagiolo che chiamiamo **Bonel** si è quasi persa visto anche se sino alla vigilia della Seconda guerra mondiale essa era la più presente in territorio feltrino. Fu man mano abbandonata privilegiando altre varietà più fortunate come il fagiolo di Lamon.



Grazie all'interessamento dell'istituto Agrario di Feltre è avvenuta la fase di recupero e di rilancio, coronata dall'inserimento nel 2012 nell'elenco Nazionale dei prodotti agroalimentari tradizionali della regione Veneto. Altro nome con cui è conosciuto è "**Bonel de Fondaso**" e questo la dice lunga sull'area di produzione e di origine del legume.

Il Bonel è un fagiolo sottile e piccolo, di color bianco nocciola la cui semina avviene ad Aprile e Maggio, a seconda delle condizioni climatiche. I semi pesano mediamente 65 grammi e sono sei per boccio. E' molto digeribile ed è molto adatto per fare delle ottime creme di fagioli. La pianta è alta dai 12 o ai 15 cm, dai fiori bianchi e con il baccello giallognolo con striature rosse.

Visto che la produzione non è molto elevata, generalmente viene consumato dagli stessi contadini però, di tanto in tanto, se ne può trovare una modica quantità in qualcuna delle sagre, fiere o feste in giro per la provincia nei mesi invernali. Tra l'altro il territorio di **Fonzaso** vede la presenza di altri fagioli tipici che l'associazione **Coltivare condividendo** sta cercando di far conoscere, ovvero: il fasol del olio, il fumolet ed il bianchet che vengono coltivati in un'area particolare ovvero alle pendici del monte Avena e del monte Vallorca assieme alle viti (Fonzaso è stata in passato tra le poche aree



Il fagiolo Bonel

del Bellunese, se non l'unica, in cui vi fosse una produzione vinicola, come il **Clinto** per fare un esempio), e poi il fagiolo dalla riga blu ed il maseleta rossa.

---

### **I Bala Rossa**

È un importante varietà locale di fagiolo, significativo per molti anziani agricoltori della zona feltrina che in passato coltivavano in modo più diffuso di quanto non lo sia oggi. Appartiene alla "famiglia" dei fagioli **Borlotti** ed è simile al fagiolo di **Lamon**. Da questo si riconosce dal particolare colore del seme: invece che bianco crema è roseo. Si differenzia anche per il baccello di forma più larga e con evidenti striature rosse.

Le caratteristiche di questo fagiolo sono rappresentate dalla sua buccia fine e dal suo sapore originale e intenso. Questa eccellenza agricola ha bisogno di maggiori attenzioni per favorirne una maggiore espansione. Nel 2004 **l'istituto agrario di Feltre** e **l'istituto di genetica vegetale di Bari** hanno collaborato per valorizzare il fagiolo aggiungendolo nell'elenco nazionale dei prodotti agroalimentari tradizionali della regione Veneto.

---

### **Mame dell'Alpago**

Già dal nome si identifica la ristretta zona, l'Alpago, in cui questa varietà di fagiolo viene coltivata. E' di piccole dimensioni ed ha una buccia molto sottile. Ha un gusto molto delicato e ciò lo rende molto adatto ad essere abbinato con diversi altri alimenti, come il pesce. Risulta estremamente digeribile, quindi è adatto per realizzare buone creme di fagioli. La buccia presenta un colore nocciola chiaro.

Viene seminato ad inizi maggio ed è raccolto a settembre. Sin dagli inizi dell'ottocento si ritrovano testimonianze relative alla presenza del fagiolo in queste terre che veniva pure esportato visto che di granturco e frumento vi era penuria e questi sì che dovevano essere acquistati altrove.

## **L**a fava bellunese

Quella della fava è la storia di una sconfitta, della resa ad un altro leguminaceo ... il fagiolo ... che mano a mano si impose nelle abitudini alimentari e produttive dei contadini del Bellunese.

Eh sì ... in **Valbelluna** erano riuscite a resistere alla concorrenza del fagiolo sino ai primi decenni dell'Ottocento, poi l'area di produzione si era ristretta alle zone più montane della nostra provincia, quelle corrispondenti all'area ladina ovvero il Comelico, l'Ampezzano, l'Alto Cordevole ed anche Sappada e lo Zoldano ovvero le zone poste sui **1.000-1.200 metri d'altitudine**. Lì fagioli e granturco non maturano quindi le fave erano fondamentali.

Nonostante ciò, sino ad una cinquantina di anni fa, unici o quasi, nel **Veneto**, si producevano circa 30 tonnellate di prodotto secco, oggi invece, dopo una veloce decadenza, la varietà è a rischio d'estinzione. A sua protezione troviamo schierati il **Museo etnografico Seravella di Cesiomaggiore**, **l'Istituto agrario di Feltre** e il **Parco delle Dolomiti Bellunesi** che cercano di intensificarne l'uso e la sopravvivenza coinvolgendo piccole realtà agricole nelle zone di cui abbiamo parlato.

Ogni pianta fa dai sei ai dodici baccelli contenenti 2-4 semi ciascuno; i semi possono essere beige, nocciola, marrone chiaro, rossastro o violetto.

Per meglio vivere le piante hanno bisogno di terreni a ph neutro, ben irrigati anche se mal sopportano i ristagni d'acqua.

Si semina in primavera, a file singole o parallele, le piante germogliano dopo poco più di un mese; il raccolto viene fatto tra settembre e ottobre con la mietitura a mano. Era necessario rispettare i termini precisi altrimenti si rischiava di compromettere le colture successive. Se i campi fossero stati ancora innevati in primavera, per scioglierla venivano versate su di essa delle gerle di terra. Scaldandosi al calor del sole, quest'ultima affrettava lo scioglimento della neve invadente. Le fave vengono seccate in casa altrimenti possono essere mangiate fresche. Una volta i boscaioli se le mettevano in tasca per mangiarle successivamente, magari accompagnandole con un po' di pane o polenta.

Oggi le fave si usano per fare minstre. Se macinate, si può ottenere una farina che può servire per preparare delle farinate dette **dùfa-zùfa** o particolari pani utilizzando anche farina di segale e orzo.

Come si preparava la Zufa? Si poneva nel fuoco acqua salata ed un goccio di latte, e se c'era, anche un pezzetto di burro.

Quando bolliva si aggiungeva un po' per volta la farina mescolandola sino ad ottenere una pastella abbastanza liquida. La si versava quindi nel piatto e la si mangiava come una minestra. Volendo la si poteva addensare maggiormente facendola bollire più a lungo sino ad ottenere la consistenza desiderata.

**Una tradizione:**

A **San Tomaso Agordino** si credeva che se qualcuno fosse stato derubato ed intendeva vendicarsi bastava andasse in chiesa a mettere una fava dentro ad una lampada ad olio. Quando la fava fosse scoppiata il ladro avrebbe sofferto o addirittura sarebbe potuto morire.

Un tempo le fave erano associate ad eventi tristi, infatti nella parte alta del Bellunese chi vegliava un defunto riceveva dai familiari un piatto di fave bollite.

## La patata di Cesiomaggiore

Nelle Dolomiti bellunesi la “la patata di Cesiomaggiore” è uno dei prodotti più apprezzati per bontà e genuinità. Ha ottenuto il marchio De.C.O ovvero **Denominazione Comunale di Origine** rilasciato dal comune di Cesiomaggiore a tutela della sua origine.



Vi appartengono solo un numero limitato di qualità con caratteristiche ben precise ed è garantita da un gruppo di agricoltori (un centinaio) che, seguendo le antiche caratteristiche, garantiscono il rispetto rigoroso del disciplinare che ne fissa criteri e regole di coltivazione. Viene rigorosamente vietato, per esempio l'utilizzo di insetticidi chimici e diserbanti.

Tra le varietà di patate di Cesiomaggiore più conosciute troviamo: **la majestic, la bintje, la corneta (o cornetta) e la rafaiosa.**

**La Majestic:** è formata da una pasta bianca e farinosa ed è adatta per fare farine e gnocchi.

**La Bintje:** è fatta di una buccia gialla ed è chiara come polpa, si può utilizzare per il gratin, come componente e contorno per l'arrosto e fritta

**la Corneta:** è di dimensione piccola e la pasta è di colore giallo paglierino. È molto morbida ed è buona per sughi con carni ...

**la Rafaiosa:** ha la buccia ruvida e la sua pasta è gialla con un contenuto secco.

A questo prodotto è dedicata una sagra che si svolge la quarta domenica di agosto presso gli impianti sportivi di Cesiomaggiore; nel corso di essa è possibile acquistarne in gran copia direttamente dai produttori o degustare piatti aventi questa varietà di patata come ingrediente principe.



## La zucca santa bellunese (P.A.T.)

Questa zucca ha una forma appiattita vicino al picciolo, è grande, verde e arancione, con una buccia dura e piena di protuberanze.

La polpa è color giallo\arancio ed è ricca di semi, non è fibrosa.

La pianta è lunga 4\5 metri, ricca di fiori gialli (commestibili) ed ha le foglie larghe.



Le zucche maturano in autunno inoltrato, vengono raccolte a mano e conservate all'aperto sotto portici o dentro fienili per tenerle all'asciutto. Questo ortaggio è usato per cucinare gnocchi, crespelle, lasagne, pane ... Da poco è nato il **Consorzio Tutela Zucca Santa Bellunese** che ha il compito di valorizzare e commercializzare questo ortaggio. Questo ortaggio è considerato un prodotto **P.A.T.** cioè Prodotti Agroalimentari Tradizionali (del Veneto). Con la zucca per ingrediente il consorzio produce molte cose, dal liquore (zucca con il cioccolato) alla grappa, dalla marmellata al condimento per la pasta.

Ecco una semplice ricetta:

### Crema di zucca e porri con crostini alla cannella

#### INGREDIENTI:

- 400 g di porri
- 100 ml di panna fresca
- 50 g di burro
- 20 ml di olio
- 4 fette di pane integrale secco
- 1\2 litro di brodo vegetale
- 1 kg di Zucca già pulita



1 foglia di alloro fresca  
un pizzico di cannella in polvere  
sale e pepe quanto basta

**PREPARAZIONE:**

Pulire e tagliare il porro a julienne, saltare con olio e alloro. Tagliare 4\5 di zucca a dadi e aggiungere il porro, mettere il tutto in pentola per qualche minuto con sale, pepe e se necessario un po' di brodo vegetale. Cuocere per 30 minuti, nel frattempo tagliare il resto della zucca a dadini piccoli e spadellarli leggermente con il burro.

Preparare i crostini con il pane secco usando un po' di burro fuso e cannella per insaporire e lasciarli cuocere nel forno. Frullare le verdure per ottenere una crema, aggiungere il rimanente burro e la panna.

Per abbellire il piatto servire con i crostini alla cannella e dadini di zucca.



## I mais sponcio

Il mais sponcio è una varietà di granturco coltivato in prevalenza nelle vallate bellunesi, in particolare nel territorio di Cesiomaggiore (particolarmente pregiato quello coltivato nella frazione di Cerniai), Feltre e Santa Giustina.



È iscritto nel **Registro Nazionale dei Prodotti Tradizionali**. Sponcio è un termine dialettale bellunese, significa “che punge”, questo perché i suoi chicchi sono appuntiti. Ha spighe affusolate. Da esso si ricava un’ottima qualità di polenta gialla, densa, forte e profumata, con caratteristici puntini marroni a variegare l’impasto. Di esso se ne producono qualcosa come **35 quintali**.

Quando arrivò il mais in queste terre? Abbastanza presto rispetto alla scoperta dell’America. Ve ne è traccia nella Feltre del **1588** ma sarà solo qualche secolo dopo, nel **1882**, per trovare i primi riferimenti ad una varietà di mais con i chicchi rostrati o a becco. Uno scrittore di fine Ottocento, Maresio Bazolle, nel suo libro “Il possidente bellunese” decantò le qualità del mais sponcio generatore di quella bella farina gialla tosta e forte disprezzando allo stesso tempo quella bianca del Basso Veneto a suo modo di vedere “insipida e poco nutriente”, adatta al solo uso animale.

Il mais sponcio ha un ciclo vegetativo abbastanza precoce, sui 110 giorni e la pianta è bassa e non raggiunge i 2 metri.

Grazie agli sforzi dell’Istituto agrario di Feltre e del Museo etnografico di Seravella vi è stato il rilancio di questa varietà tradizionale di mais, dal 1999 la Cooperativa agricola La Fiorita ne ha rilanciato la produzione e nel 2008 è stato fondato il Consorzio di Tutela.



## I cavolo cappuccio di Vinigo di Cadore

È una superficie piccola, appena 6.000 metri quadri, posti in una conca, quella del paesino di **Vinigo** (quest'ultimo viene chiamato "**la Terrazza delle Dolomiti**" per la sua posizione panoramica da cui si ammira **la valle del Boite**), a 1.025 metri sul livello del mare quella in cui viene coltivata questa varietà di cappuccio. Bello grande, ha un peso che varia dai 2,5 ai 4,5 Kg ed ha la parte superiore, la testa, alquanto appiattita. Le foglie che lo cingono sono di un verde brillante ed è bianche all'interno. Ha un suo sapore particolare ... dolciastro e croccante.



Viene seminato a partire dal **25 aprile** e le piante vengono messe a dimora nel giorno di San Giovanni Battista che è il patrono del paese, il 24 giugno. Viene raccolto ad inizio novembre, dopo le prime brine. Infatti il freddo fa chiudere il cappuccio e ne viene esaltata la croccantezza. Vengono conservati per due o più mesi in luoghi fresche. Le piante migliori vengono destinate a produrre il seme per gli anni successivi.

Il cappuccio era uno di quegli alimenti definiti poveri e di esso tutto veniva utilizzato, persino le foglie più dure venivano impiegate.

Nel 2005 il comune di Vodo di Cadore lo ha identificato con delibera come prodotto **De.C.O.**, ovvero **Denominazione Comunale di Origine** e fa parte dei prodotti agroalimentari tradizionali (P.A.T.).

## **L**a vite

La presenza della vite nel territorio bellunese risale a tanti secoli fa; le prime notizie che si hanno di territori coltivati con vitigni risalgono al **1184** quando alcune terre con tali coltivazioni vennero cedute dal papa Lucio III al vescovo di Feltre. Alcune di esse erano poste nel territorio di **Fonzaso** che assieme ad Arsicò è stato sempre legato alla produzione dei pochi vini prodotti nel Bellunese.

In effetti era abbastanza conosciuto il vino di Fonzaso. Un certo **Pietro Bajo** affermava, nel 1880, che “il vino più robusto, fabbricato e conservato bene si avvicina al Valpolicella ed al Chianti, né si discosta gran fatto dai vini dell’alta Borgogna, dalla bassa Austria e dell’alto Reno ... in quanto a sapore ed aroma ... non teme confronti nemmeno coi vini del Carso”. Veniva venduto anche in posti impensabili, raggiungeva addirittura le corti dei re d’Inghilterra e d’Austria, ed in effetti veniva soprannominato “**Vino dell’imperatore**”.

Ai tempi, parliamo dell’Ottocento, verso l’Austria finivano quasi 60.000 ettolitri di vino, qualcosa tra i 7 e gli 8 milioni di moderne bottiglie. Mica male, verrebbe da dire. Altri luoghi in cui si trovavano vigneti erano nella zona di Belluno, a **Sala, Fiammoi, Sagrogn, Levego e Castion**. Ve n’erano altri nella parte a sud a Quero e ad Alano, zone che risentivano dell’influenza della vicina **Valdobbiadene** e del suo prosecco. Ma tra la fine dell’Ottocento e gli anni Venti del Novecento, la decadenza. Furono gli anni della malattia, comparvero le malattie crittogamiche ed i contadini dovettero usare sostanze chimiche per proteggere le viti. Il colpo di grazia fu negli anni ’20 del secolo scorso: arrivò la fillossera. Resistero pochi vigneti e la soluzione trovata fu quella di impiantare varietà di vitigni americani, immuni alla malattia. Erano giunti in Europa dal Canada e dallo stato di New York nell’Ottocento.

Vitigni selvatici erano, non appartenenti alla specie europea detta “vinifera” ma ad altre specie che producevano grappoli piccoli, poco adatti alla produzione di vino. L’idea fu quella di incrociare le due specie e tra i vitigni che si ottennero da questa operazione ce ne fu uno che ben si diffuse nei nostri territori: il **Clinto** (detto anche Clinton ... era la contea americana di provenienza).

Dal Clinto si produceva, si produce, un vino aspro, fruttato, rosso, con molto tannino (e quindi per questo **ne è stata vietata la vendita** visto che il forte contenuto di tannino viene visto come dannoso per l’uomo). Aveva una gradazione alcolica abbastanza bassa, 6-8 gradi, e quindi si conservava per un periodo abbastanza limitato, bisognava consumarlo entro

la primavera successiva alla produzione. Lo si consumava nelle osterie e a tavola ed accompagnava spesso frutta secca, patate e castagne arrostiti.

Dicevano gli anziani che il suo uso frequente finiva per scurire i denti, belli viola ti diventavano tanto era scuro. Persino nelle bottiglie e nei bicchieri rimanevano residui scuri. Ancor oggi alcuni agricoltori lo producono per uso rigidamente personale. Un altro vitigno era il **Bacò** (il cui nome sembra originare dal dio Bacco in persona) proveniente dalla Francia, ottenuto nei vigneti sperimentali di Montpellier.

Negli ultimi anni si sta assistendo ad un recupero delle coltivazioni più antiche.

Nella zona di Quero l'azienda "**De Bacco**" sta recuperando gli antichi vitigni della zona per recuperare antichi sapori e saperi vinicoli, un'azienda del trevigiano ha iniziato a produrre prosecco nelle terre di Limana, il **Centore**, anche nel Castionese si ha intenzione di sbancare alcune terre per convertirle a vigneti.

Prodotti del passato che guardano quindi al futuro.



Festa dell'uva a Fonzaso

## I Morone di Feltre

### Storia

Fin dai tempi più antichi, parliamo dell'antica Roma, nell'area prealpina era presente la castagnicoltura e le castagne, per secoli, sono state tra gli alimenti principali degli abitanti delle vallate bellunesi. Nel 1996 si è costituito il “**Consorzio tutela morone e castagna del Feltrino**” avente lo scopo di tutelare e difendere questa varietà di castagno diffuso in quest'area.



### Descrizione

Il “morone feltrino” presenta delle caratteristiche peculiari che lo contraddistinguono da altre varietà di castagne; in particolare ha una forma ovoidale, una faccia laterale generalmente piatta mentre l'altra è convessa. La sua buccia è sottile con un colore marrone con striature più scure, il suo frutto è custodito da una pellicina avente un colore nocciola chiaro che viene via con facilità quando lo si spella. Di colore bianco latte è la polpa, compatta la pasta. Il morone è rinomato per la sua dolcezza e resistenza alla cottura.

Nel mese di ottobre in una frazione di Feltre, a **Rasai**, c'è una sagra dedicata proprio al morone. Qui è possibile assaggiare diversi manicaretti aventi come ingrediente principe questo frutto (per esempio le tagliatelle con salsiccia radicchio e moroni, il pasticcio con moroni e morlacco, il minestrone e gli gnocchi con i moroni, la tagliata con radicchio e moroni) oltre ai tradizionali cartocetti di castagne cotte. La sagra si



Frutta

svolge generalmente nei weekend della seconda e terza settimana di ottobre.

E' prodotto nei comuni di Seren del Grappa, Alano di Piave, Feltre, Cesiomaggiore e Pedavena ed è iscritto nell'elenco dei **Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT)** del Veneto. Altri nomi con il quale questa varietà di castagna sono: Morone feltrino e Marrone di Feltre.



La rostidora per cuocere le castagne



## **L**e noci feltrine

L'origine dell'albero ci porta nel lontano oriente, nell'Asia sudoccidentale.

Si diffuse poi, man mano, anche nelle zone temperate dell'Europa e degli Stati Uniti.



Il nome deriva dal latino Jovis glans (ghianda di Giove). Il noce è una pianta lenta nello sviluppo, però vive fino a 100 anni, con foglie che raggiungono i 30 metri di altezza. La pianta si adatta bene ai terreni di collina, meglio se profondi, freschi e drenati. Resiste al freddo ma preferisce climi miti. Il frutto giunge alla piena maturazione in autunno, ma il guscio raggiunge una piena solidità già in settembre. Nelle nostre zone si è adattato molto bene, specie nel **Feltrino**, e molte sono le tradizioni nate intorno a questa pianta ed ai suoi frutti. Il noce feltrino è una pianta alta, arriva a raggiungere i 20 – 25 metri, ha il tronco dritto ed ha un diametro di circa 2 metri. Maestosa è la sua chioma. Al nascere della pianta essa presenta una corteccia bianca, con il passare del tempo assume un colore grigio tendente al nero. Le sue foglie raggiungono una lunghezza di 35 centimetri e presentano un colore verde lucido nella parte superiore che man mano, in quella inferiore, scolora su tonalità più chiare.

Andiamo alle tradizioni.

Era usanza che per la nascita di ogni bambina si piantasse un noce come buon auspicio, e si era soliti piantarne una nei pressi della concimaia visto che questa era ricca di sostanze organiche.

Presso gli antichi romani, volendo andare un po' indietro nel tempo, per i matrimoni in luogo dell'odierno riso, si era soliti lanciare delle noci visto che esse erano viste come apportatrici di fortuna. Sicuramente erano un tantinello più dure e pesanti



rispetto al riso 😊

E la **storia del noce feltrino** è anche una storia di abbattimenti. Eh sì, basta guardare i dati del passato, non tanto lontano a dir la verità. Andiamo agli anni '50 del secolo scorso. La produzione di noci nel Feltrino arrivava a 5.000 quintali, un terzo della produzione in Veneto.

Ebbene negli anni successivi questa calò bruscamente e ciò per due motivi: l'abbandono delle campagne da parte dei giovani alla ricerca di lavori migliori rispetto ai loro padri ed anche, e soprattutto verrebbe da dire, per l'abbattimento di molti e molti alberi per il valore del loro legno. Sarà con l'arrivo del nuovo millennio che si arriveranno diverse azioni a tutela di questa specie.

Se la pianta del noce feltrino era rinomata per la qualità del suo legno, il suo frutto lo era non solo per la bontà ma anche per la produzione di olio da lampada.

Quattro sono le varietà di noce: la **Comune**, la **Feltrina**, la **Kiza** e la **Cocòna o Grossa di Vignui**, doppia nelle dimensioni rispetto alla noce normale e più dolce nel gusto. Quest'ultima ha un guscio fragile, facile a staccarsi e risulta un po' più pungente rispetto alle altre. La noce **Kiza** è quella più piccola ed ha il guscio più duro ... era da questa che si traeva soprattutto l'olio per le lampade. Fino agli anni '50 del secolo scorso a Seren del Grappa c'era ancora una fabbrica che produceva olio lampante da questa varietà di noce. Quella feltrina è più varia nelle caratteristiche anche se ha una forma ovoidale ed appuntita nell'apice. Il guscio è chiaro e poco rugoso. Questo si rompe facilmente con la sola pressione delle dita. Il gheriglio occupa per intero il guscio ed è facile a staccarsi.

Nel peso queste tipologie di noce variano dai 6 ai 10 grammi.

Nel **2005**, a tutela e valorizzazione, di questo frutto è nato il "**Consorzio di Tutela Noce Feltrino**". Due anni prima, nel 2003, l'amministrazione comunale della città di Feltre riprendeva e rilanciava l'**Antica Fiera di san Matteo** legandola proprio alla valorizzazione della Noce feltrina. La fiera è divenuta un momento importante, grazie alla collaborazione di molte aziende agricole della provincia, per dare visibilità ai tanti prodotti tipici dell'agricoltura nei nostri territori. Lega dibattiti di approfondimento sulle tematiche dell'agricoltura, alla vendita di prodotti a chilometri zero, a stand e ristoranti collegati all'iniziativa proponenti menù tipici a base di prodotti locali tradizionali.



Noce - illustrazione

## La mela prussiana

La varietà di mela che si è ben adattata al microclima di **Faller**, a **Sovramonte** (area non molto distante da Feltre), si chiama prussiana. Come si ben comprende dal suo nome essa è giunta dalla **Prussia** grazie ai minatori che alla fine dell'Ottocento vi andarono a lavorare e, tornando, portarono con sé tranci di alcune piante da frutto per fare gli innesti. Il termine tecnico per definire questi tranci è marze e deriva da marzo, visto che questo era il mese migliore per fare gli innesti. Perché importare quella varietà di mele?



Probabilmente gli emigranti erano stati attratti dalle loro dimensioni e colore e da qui la decisione di tentare di trapiantarle nel loro paese d'origine. Tra l'altro le temperature del luogo di provenienza e quello d'arrivo erano molto simili e questo faceva ben sperare nel successo dell'operazione. Un primo tentativo fu fatto nelle zone più basse di Faller, **intorno ai 500 metri**; alla sua riuscita vennero piantate anche altrove. Tutt'oggi è possibile vedere alcuni di quegli antichi meli. Ben presto questa nuova varietà di mele si diffuse divenendo molto importante dal punto di vista economico per quel territorio. Venne inventato anche un nuovo dolce avente per ingrediente principale la mela ovvero la "**pinza dela nona**": un impasto di farina bianca e gialla, mele prussiane, polpa di zucca, fichi e uva secca. Nell'intermezzo tra le due guerre mondiali le mele venivano commercializzate per procurarsi farina di mais e di frumento. C'era un detto, "Ecco è passato il mercante dei pom", quando il raccolto andava a male per le nebbie che magari avevano ristagnato a lungo, fino alla tarda primavera, compromettendo il raccolto, e quindi ci si aspettava una stagione magra. Quando il raccolto era abbondante per conservare le mele che non erano state





ancora vendute queste venivano generalmente riposte nei fienili e coperte di paglia o dai baccelli secchi di fagiolo. La caratteristica del **Pom prussian** è quella di fiorire più tardivamente rispetto ad altre varietà ben più conosciute come la Golden, un mese dopo per l'esattezza. Il frutto si sviluppa velocemente arrivando in poco tempo alla maturazione.

La mela quasi attaccata al ramo visto che ha un picciolo abbastanza ridotto, sembra quasi che fuoriesca dal ramo. È rosso acceso per colore, su uno sfondo verde che vira sul giallo quando matura.

Ha una polpa che dapprima è croccante e dolce-acidula ma, maturando, diviene più dolce. Sono abbastanza grosse e il loro peso può variare dai 280 ai 450 grammi.

Visto che è una mela naturale, che non è stata trattata con agenti chimici, può essere mangiata direttamente con la buccia. Quest'ultima è liscia ed un po' spessa. Viene commercializzata dalla metà del mese di settembre sino, e non oltre, il successivo 20 maggio.

Questa varietà viene coltivata in tutta la provincia di Belluno ma la riproduzione e la produzione delle piante o dei rami o tranci usati per l'innesto deve avvenire nell'area di Sovramonte. La pianta può raggiungere i cinque, sei metri e le foglie sono verde scuro brillante.

Il Pom Prussian è iscritto nell'elenco dei **Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT) del Veneto** e compare tra i prodotti della "Strada dei Formaggi e dei Sapori delle Dolomiti Bellunesi" e nella "Carta Qualità" del Parco Nazionale delle Dolomiti Bellunesi.

La **quarta domenica di ottobre** a Faller si tiene la Festa della mela prussiana in cui questo frutto viene messo al centro dei riflettori, anche se girando tra le bancarelle che animano il paese è possibile trovare molti dei prodotti tipici del Bellunese. Il paese si è anche gemellato con Panevezys, una città della Lituania anch'essa produttrice di mele prussiane.

#### **La Pinza dela nona o Pinza della nonna**

Ingredienti: 500 grammi di farina gialla, 100 grammi di farina bianca, 2-3 fichi secchi tagliati a pezzetti, quattro mele prussiane, un po' di uva americana e noci, 500 grammi di zucca.

Preparazione: Impastare con la farina gialla e bianca i fichi, l'uva e le noci, aggiungere poi le quattro mele tagliate a spicchi e amalgamare il tutto con un bicchiere di latte e ammorbidire così l'impasto.

Si mescola poi mezzo bicchiere di olio d'oliva, un pizzico di sale e zucchero a piacere. Alla fine mettere la polpa di zucca e una bustina di lievito.

Infornare tutto quanto per 30 – 40 minuti a 180 gradi.

## La pecora alpagota

Quella alpagota è una razza ovina localizzata nell'omonima area geografica. Se ne contano circa **1.000 capi**. Una spinta alla sua conservazione è arrivata dall'Unione Europea che l'ha inserita tra le specie locali minacciate dall'estinzione da proteggere. Eppure un tempo nel solo paese di **Chies**, parliamo del 1863, si contavano ben **700 -800 pecore**, nell'intero Alpago si arrivava a 3.330 – 3.500 capi. La lana che si ricavava dalla loro tosatura veniva inviata alle manifatture di **Serravalle a Vittorio Veneto** per essere lavorata. Il prodotto finito tornava in matasse in **Alpago** per essere colorato e utilizzato per la produzione di capi d'abbigliamento. Era spettacolo comune vedere le donne filare la lana con l'arcolaio davanti alle loro case. Un pastore, fino ad inizio del 900, agli anni 30, era ritenuto un buon partito da sposare per le donne in età da marito visto che la fortunata poteva contare su tutti i benefici che una pecora poteva portare, come la lana, il latte ecc. e pertanto su un reddito costante e sicuro.



La pecora Alpagota ha una testa leggera, delle orecchie piuttosto corte e gli occhi e la bocca non molto grandi. Non ha corna, la sua altezza media al garrese è di circa 68 cm, e il suo tronco è lungo circa 69 cm. Produce dai 60 ai 70 litri di latte e in due tosature 2.800 kg di lana bianca, fine e morbida . Ha un peso che nei maschi raggiunge i 50-55 kg, nelle femmine invece varia dai 40 ai 45 kg. La sua lana è di color bianco ed ha il muso e le zampe connotate da macchie scure, per la precisione brune, castano chiare e nere. La sua carne, per il tipo di alimentazione e di allevamento, è molto ricercata; è spesso usata per la preparazione di agnello al forno. A mostrarci, persino graficamente, l'importanza che la pecora ha sempre avuto per queste zone ci viene incontro lo stemma del comune di Chies d'Alpago. Sulla parte sinistra di esso è ben visibile una candida pecora.



Gli animali

## **L**a pecora lamonese

### **Un po' di storia**

Nel Feltrino, già nel Medioevo una delle più grandi ricchezze era lo sfruttamento intensivo delle pecore (industria della lana). Ci sono vari documenti che ci comunicano indirettamente l'importanza di questo

lavoro.



A partire dal 1600 l'industria della lana iniziò a decadere, conosciamo questo fatto grazie al censimento degli animali avvenuto nel 1868: nel comune di Lamon erano state contate 1353 pecore, tuttavia questa cifra non era esatta perchè molti pastori dicevano di possedere meno pecore di quante ne avessero realmente per pagare meno tasse. Grazie a Jacopo Facen, presidente del Comizio agrario di Fonzaso, possiamo conoscere un numero più esatto (per merito del suo nuovo censimento) Lui ne censì ben 16.250.

Intorno agli anni '50-'60 la pastorizia vagante è quasi scomparsa perchè molti pastori emigravano soprattutto verso la Svizzera. Le aree dove la pastorizia aveva un ruolo rilevante erano l'altopiano lamonese e sovramontino e le conche di Alano e Quero.

Questo diminuire della pastorizia di converso fece sviluppare la coltivazione del fagiolo.

In estate le pecore pascolavano in prati che i pastori affittavano, in autunno andavano in pianura dove però i campi erano incolti e poveri, invece in inverno seguivano il corso dei fiumi e arrivavano anche molto lontano da casa. In primavera tornavano a salire verso l'alta montagna.

## La pecora

La pecora lamonese vive nella **zona di Lamon**, da cui ha preso il suo nome. E' di taglia grande: il suo peso medio è di 66 kg, mentre la sua altezza raggiunge di norma i 74 cm. Di suoi esemplari oggi ne sono rimasti abbastanza pochi, attualmente esistono soltanto 200-400 capi che vivono tra le province di Belluno e Trento, nel comune di Fierozzo in valle dei Mokeni per l'esattezza. E pensare che nel 1960 ne erano stati censiti ben 10.000 capi distribuiti in varie province del Veneto, del Friuli Venezia Giulia e nel Trentino Alto Adige.

Questo esemplare produce dai 4 ai 5 kg di lana all'anno. Lo adornano macchie di colore scuro: le troviamo a ricoprire parte della testa, le orecchie e gli arti. Più raramente sono nere. Il profilo della testa ricorda, specialmente nel maschio, quello del montone; le orecchie sono generalmente lunghe, larghe e pendenti.

Il suo collo è di media lunghezza, mentre il corpo è lungo e proporzionato rispetto all'altezza dell'animale. Gli arti sono robusti e lunghi. Di essa non si usa il latte perché viene utilizzato prevalentemente per l'alimentazione degli agnelli mentre è richiesta la sua carne. Nella zona di Lamon si produce la carne affumicata ovvero la "**carn de fea nfirmigaa**".

E' a rischio d'estinzione ed è la pecora che ha subito più contaminazioni rispetto alle tre altre razze presenti nel **Veneto**: quella Alpagota, Brogne e, appunto, Lamonese. Questa è stata ottenuta dall'incrocio di esemplari locali con arieti di razza Bergamasca e poi con la pecora Padovana e quella Trentina.

Il suo standard come razza è stato definito nel 1942.

Durante l'inverno si trasferisce dalle **Dolomiti bellunesi** alle pianure del Veneto. La pecora Lamonese è una camminatrice instancabile e resistente agli elementi sfavorevoli. Nel passato infatti viveva all'aperto, in transumanza, ecco perché il latte non veniva sfruttato per la vendita, proprio per la difficoltà di raggiungere i centri di raccolta casearia visto che viveva dispersa nel territorio. Oggi viene allevata in piccoli greggi ed in inverno sta in stalla, in primavera ed autunno invece viene condotta in campi limitrofi ed in alpeggio d'estate.

## casunziei

I **casunziei** sono una specie di ravioli a forma di mezzaluna con un ripieno di vario genere. Vengono resi più buoni arricchendone il gusto con la cannella. Dopo cotti vengono conditi con burro e ricotta affumicata grattugiata.



Il cibo

E' vero com'è vero che i casunziei non erano un prodotto limitato soltanto alle alte valli dolomitiche, li trovavamo anche nelle vallate austriache o in quelle alpine del versante italiano ma è altrettanto vero che in queste zone erano il piatto prelibato delle feste. In passato i casunziei venivano prodotti in casa con gli ingredienti coltivati negli orti. Ecco perché troviamo casunziei di diverso colore legati anche al ciclo delle stagioni, ogni stagione un ripieno diverso. Vi erano quelli rossi preparati con le barbabietole rosse, tipicamente invernali, quelli verdi, estivi, con spinaci ed erba cipollina. L'area di produzione corrisponde a quella parte di **Bellunese** in cui viene parlato il ladino, non un dialetto ma una vera e propria lingua figlia come l'italiano, lo spagnolo, il francese ecc. derivante dal latino, ovvero le vallate dell'Agordino, dell'Ampezzano, del Cadore, del Comelico e dello Zoldano. Possono essere chiamati anche **casanzes**, **casanziei**, **csanzöi** ... a seconda dell'area geografica. Ed ogni valle aveva la sua varietà ... in Agordino veniva apprezzato il ripieno di zucca mentre in **Comelico** quello con i crauti o l'erba menta, in **Cadore** le erbette e a **Cortina** con le rape rosse. Chi si occupava di fare i casunziei erano le donne che impastavano farina di frumento con acqua e uova. Ottenuto un impasto asciutto e liscio questo veniva steso con il mattarello fino a ricavarne una sfoglia di pochi millimetri di spessore. Servendosi di stampi o con i bordi di un bicchiere si ritagliavano dei pezzi circolari, su cui si depositava il ripieno. Questi venivano richiusi dandogli la classica forma a mezzaluna.

## **L**a polenta gialla

I Bellunesi sono grandi mangiatori di polenta e quindi non possono non essere chiamati “ polentoni”.

In effetti c'è una grande differenza tra la polenta di montagna e quella del Basso Veneto, infatti quella di montagna è più densa visto che i boscaioli, i pastori, i minatori e i contadini della nostra provincia (o meglio le loro mogli) la mescolavano a lungo, molto a lungo, con grande pazienza e dopo la mettevano su un tagliere e la tagliavano a fette con un filo.



Essa ha un carattere deciso, con un sapore e un profumo molto intenso. Si può abbinare allo schiz, al pastin, al coniglio o a vari tipi di formaggio, ad esempio il Piave. Ovviamente questa polenta è molto buona anche scaldata alla piastra anche il giorno dopo che si è fatta. Essa viene ritenuta un tesoro della tradizione bellunese e non vi è sagra o festa in cui essa non la faccia da padrona, in cui non la insaporisca facendo il “toccio”, ovvero non la si imbeva con il sugo di carni e formaggi fritti esaltandone così la bontà.

## Le pendole

Formaggio e “**pendole**”, erano questi i cibi tipici di un tempo ormai passato. Un tempo che vedeva gli zattieri solcare le acque del Piave per raggiungere Venezia, i boscaioli e i pastori transumanti percorrere le vallate ed i monti del Bellunese. Un tempo in cui il formaggio stagionato e queste strisce di carne secca costituivano il pasto di chi, per necessità, doveva consumare un frugale pasto fuori di casa.



Le pendole sono rappresentative di un tempo più povero in cui non si buttava via nulla perché tutto era prezioso per la sopravvivenza, tutto quello che non si consumava subito era conservato, e quindi anche queste strisce di carne che veniva essiccata stendendola su bastoni da cui penzolavano ... ecco spiegata l'origine del termine pendole.

In origine la carne che veniva utilizzata era quella di selvaggina, o di ovini e caprini. Oggi si preferisce usare quella bovina e suina.

E' un piatto per denti forti e robusti. Di **color rosso marrone scuro**, sono lunghe tra i 15 e 20 cm, larghe un centimetro e spesse da un millimetro a un centimetro.

### Come si preparano?

La tecnica è rimasta invariata nel tempo.

Tagliata in piccole strisce la carne, questa viene messa a macerare con sale, pepe, vino rosso, un pizzico di cannella, rosmarino, salvia e aglio ... a volte anche con ginepro.

Le strisce vengono poi essiccate in due modi, o appendendole ad aste di legno ad una distanza di due – tre centimetri l'una dall'altra o infilando le listelle di carne in aste di ferro di 2-3 millimetri di spessore. A questo punto vengono affumicate usando legno di faggio o di carpino. Per essicarle bene

devono passare almeno sei-sette giorni.

Una curiosità. Quando viene essiccata la carne perde gran parte della sua massa, da dieci kg di carne se ne ricavano, a processo ultimato 4. Le parti che vengono più utilizzate per le pendole sono il collo, la spalla e la coscia del suino, del bovino si impiega invece soprattutto la coscia.

# **F**igadet

Piatto con Costesine in teccia, Figadet e Salsiccia  
E' una salsiccia, più piccola e più scura di quella  
tradizionale, questo per gli ingredienti usati.

Troviamo infatti oltre alla carne di suino anche  
polmone, pancetta e fegato sempre di suino e  
animelle di vitello. Nell'immagine a fianco la

differenza tra una salsiccia tradizionale ed il **figadet** la si può  
cogliere appieno.



Come si ottiene un **figadet**?

In primo luogo bisogna pulire la carne, toglierne il grasso ed i nervetti, poi si deve macinare. All'impasto occorre aggiungere quindi spezie, sale e pepe. Il fegato sarebbe amarognolo ed allora per addolcirne il gusto si aggiunge uva passita. Alla fine si procede come per le salsicce: l'impasto si insacca in un budello naturale. Lo si lega alle estremità, lo si lascia asciugare ed il figadet è pronto per essere cucinato.

Si possono cucinare in padella o sulla brace. Anche il vino e i pinoli potevano essere utilizzati per aromatizzarli. Con il tempo il suo gusto decisamente particolare lo ha decisamente "danneggiato" nella concorrenza con altri tipi di carne e quindi non è facile trovarlo nei vari menù.

Il discorso è che è proprio vero il detto che del maiale non si butta via niente, ovvero che in una società povera come quella dei contadini di anni e anni fa si utilizzava tutto quanto era possibile utilizzare dagli animali quando divenivano cibo ed ecco la genesi di questa diversa tipologia di salsiccia. I figadei sono più buoni se freschi, visto che non vengono utilizzati conservanti per conservarli, quindi ... o li si cucinava immediatamente o venivano lasciati ad asciugare in un luogo per una dozzina di ore. Se conservati in frigorifero li si

doveva mangiare entro sei-sette giorni.  
Anche questo prodotto è stato inserito nel PAT, ovvero nei  
**Prodotti Agroalimentari Tradizionali.**

## **L**a carne di pecora

In passato l'economia rurale bellunese era basata sull'allevamento, decenni fa il numero di pecore e capre era prevalente rispetto alle vacche da latte.

Adesso le proporzioni si sono ribaltate.

L'allevamento delle pecore, un tempo, rappresentava per la montagna bellunese un importante settore economico. Dopo la seconda guerra mondiale andò drasticamente diminuendo fino a minare la sopravvivenza di alcune razze autoctone.

Nel Bellunese infatti erano presenti tre distinte razze ovine: l'Alpagota, la Lamon e la Cadorina. Quest'ultima purtroppo si è estinta, le altre risultano numericamente molto inferiori rispetto al passato.

La carne ovina più tradizionalmente consumata è quella d'agnello.

Quella Alpagota ha una carne delicata molto importante e tenerissima con un giusto equilibrio tra grasso e magro e viene proposta dai ristoratori della vallata in varie ricette come allo spiedo o stufata o appena scottata.

Nell'altipiano lamonese era diffusa un'altra ricetta: **la carne de fèa fumegàda**. In questo caso l'intera pecora veniva lasciata frollare per una decina di giorni. Veniva poi tagliata a pezzi e lasciata macerare per due giorni con sale e aromi.

La carne veniva poi essiccata su particolari graticci posti sopra un caminetto per l'affumicatura. Questa veniva fatta usando legna di ginepro per conferirle un sapore particolare. Questa carne poteva poi essere proposta cotta alla griglia oppure usata come ingrediente, tagliata a pezzetti, nelle minestre d'orzo oppure affettata in sottili fette come il carpaccio.

### **Una ricetta con la carne di pecora**

Ingredienti: Carne di pecora, di montone, di castrato, bacche di ginepro, sale e pepe.

Preparazione: Seleziona con cura la carne in modo da non avere scarti, taglia le parti conservabili in pezzi di 8-10 cm badando che ciascuno sia costituito da massa muscolare, grasso e osso. Metti questi pezzi a marinare per qualche giorno in sale, pepe e bacche di ginepro, poi infilzali in rametti di nocciolo e mettili sopra il fumo prodotto dal legno di ginepro. L'affumicatura deve essere lenta e ha bisogno di alcuni giorni. Una volta affumicati i pezzi di carne vanno tenuti lontano dall'umidità e consumati nelle settimane successive.

## I Pastin

Il pastin è un piatto tipico del bellunese a base di carne di maiale e di manzo macinata salata e speziata. Esistono diverse varietà di pastin, ogni località ha il suo; il più famoso è il **pastin di Zoldo** che ha uno speciale condimento chiamato "conza" formato da vino bianco, aglio e spezie (altri condimenti possono essere chiodi di garofano, cannella; ma, come abbiamo detto, variano da zona in zona).

Il pastin è stato inserito nell'elenco dei prodotti tradizionali veneti ed è il secondo piatto più famoso della valle dolomitica. Fin dal medioevo è noto come un cibo prevalentemente invernale; nato perché nel passato la carne era un privilegio, eccetto quella del maiale che perciò veniva mescolata con un po' di carne vecchia di mucca e poi tritata con sale e pepe. Può essere mangiato sia crudo che cotto (alla piastra o su griglia) con del pane e\o con la polenta

A novembre a **Belluno** dedicata a questo prodotto si tiene una festa gastronomica: la **sagra di San Martino**.



RICETTE:

### Polentina tenera con noci di Pastin e funghi porcini

Ingredienti:

1. polentina tenera
2. pastin
3. funghi porcini
4. formaggio di latteria
5. latte o panna
6. aglio



7. burro
8. sale
9. pepe

Preparazione:

Cuocere la polentina, intanto creare delle polpettine con il pastin e cucinarle bene. Una volta cotta la polenta metterla su un piatto e aggiungervi sopra le polpettine; aggiungere i funghi saltati in padella con l'aglio insieme al formaggio fuso, allungando con il latte.

### **Tagliatelle al pastin e fiori di zucca**

ingredienti:

1. tagliatelle fresche
2. cipolla
3. pastin
4. formaggio grana
5. fiori di zucca
6. burro
7. sale
8. pepe

Preparazione:

Friggere la cipolla nel burro finché non assume un colore roseo, aggiungere il pastin a pezzi, grandi come una nocciola; lessare in acqua salata le tagliatelle, salarle e saltarle in padella con il pastin. Infine aggiungere i fiori di zucca amalgamando il tutto con il formaggio grana e, se necessario, con un po' d'acqua salata.

### **Coniglio ripieno di pastin**

ingredienti:

1. coniglio disossato
2. rosmarino
3. salvia
4. spicchio d'aglio
5. olio d'oliva
6. 400g di pastin

Preparazione:

Coprire il coniglio con carta da forno e appiattirlo con il batticarne; preparare un trito di salvia rosmarino e aglio, distribuirlo sul coniglio con il pastin. Arrotolarlo su se stesso e

legarlo come l'arrosto. Metterlo in forno con l'olio a 160° per un'ora.

## **L**a Biondola

La Bondiola è prodotta con alcune varianti locali in molte province venete compresa la nostra, la troviamo in particolare a Padova, a Vicenza e anche in Emilia Romagna. A differenziare la nostra biondola da quelle prodotte in altri territori è legata al fatto che essa non viene stagionata ma viene mangiata fresca dopo una veloce asciugatura.

La caratteristica fondamentale di essa è l'insaccatura che dà al cotechino una forma rotonda. Le parti più usate del maiale per produrre questo prodotto sono: la testa, la spalla, i muscoli e un po' di pancetta. Ad esse vanno aggiunte altre parti più magre. Durante l'impasto si aggiungono spezie e aromi vari.

Il composto viene poi versato in grossi budelli, contenenti la lingua del suino salmistrata. La superficie viene divisa in spicchi da uno spago.

Il salume finito viene consumato come cotechino e si accompagna con purè di patate o verdure bollite. A **Poggio Renatico**, in provincia di Ferrara, ogni anno si svolge la **sagra della bondiola**.

## I Gelato

Cosa c'è di più buono e più dolce di un gelato, e quando si pensa al gelato si pensa subito all'estate e a climi più miti dei nostri eppure, eppure anche il gelato è un altro prodotto tipico del **Bellunese**, in particolare del **Cadore** e, ancor più famoso, della **Val Zoldana**.

Longarone ospita annualmente una fiera dedicata al gelato che fa capire come sia forte il legame di quest'ultimo con queste terre. Zoldo è un comune in provincia di Belluno molto conosciuto per il suo gelato artigianale. Alla **fine dell'Ottocento**, a causa dell'emigrazione, gli zoldani iniziarono a vendere sorbetti di alta qualità, passando poi a produrre gelati artigianali. All'inizio andavano in giro con dei carretti e poi, diffondendosi l'abitudine a gustarsi un bel gelato, cominciarono ad aprire negozi.

Di gusti ne esistono più di 130 gusti, da quelli alla frutta a quelli al formaggio. I due più strani e interessanti sono il **gelato all'olio d'oliva** e il **gelato alla pasta e fagioli**.

Anni e anni fa si usavano i pozzetti per contenere il gelato e la spatola per prenderlo e porlo sul cono o sulla coppetta. Ora invece si usano le sorbettiere e il porzionatore per fare le palline di gelato. Il gelato artigianale ha come ingredienti fondamentali: il latte, la panna, lo zucchero e il tuorlo d'uovo.

Andando indietro nella storia si può dire che il primo gelato fu scoperto da **Marco Polo** che preparò una granita con neve e condimento di sciroppo di frutta, in realtà gli arabi conoscevano il gelato fin dall'espansione ottomana. Andando avanti nei secoli, si arriva al Cinquecento e qui troviamo **Caterina Dei Medici**. Quando la nobildonna si trasferì a Parigi portò con sé un gelataio di fiducia, in questo modo favorì la diffusione di questo dessert anche in Francia.

Ma tornando a noi, la storia del gelato nel Bellunese ci porta in primo luogo in Cadore e nello Zoldano infatti si parla, nel lontano 1820, di un primo gelatiere bellunese, un certo **Tomea**, che era di **Zoppè di Cadore**. Egli andò a **Vienna** e lì cominciò a fare il gelatiere. Nel 1896 un certo Italo Marchioni, di Vodo di Cadore, emigrato negli Stati Uniti ideò il cono gelato e qualche anno dopo, nel 1903, brevettò il macchinario atto a produrlo.

Ed in effetti il gelato parla di emigrazione. Per fare un esempio e dare dei numeri sulla consistenza di essa, nel 1886 furono in 1450-1460 ad emigrare dalla Val di Zoldo, 850-860 di essi in Italia alla volta di Venezia, Genova, Milano, Roma e Padova e per fare cosa? I venditori di frutta, i panettieri, i pasticciere e, per l'appunto, i gelatai. Altri 600-610 partirono per lidi più lontani, fuori d'Italia, nelle grandi città europee a far gli stessi mestieri. Non era un addio definitivo ai loro paesi quello.

Gli emigranti rimanevano lontani da casa per sei-otto mesi poi rientravano negli ultimi giorni di ottobre, prima della festa dei Santi. Erano partiti nei giorni precedenti la festa di San Giuseppe, il 19 marzo. Fu la crisi delle fonderie e la chiusura delle attività estrattive a farli andare lontano da casa spingendoli in lidi spesso lontani ed ad ingegnarsi in nuovi mestieri di cui quello del gelataio fu uno dei più spesso prescelti. E questo legame con gelato andò a rafforzarsi con il passare dei decenni.

Abbiamo parlato della fiera del gelato.

Quando Longarone fu semidistrutta nel disastro del Vajont, ne 1963, fu **Pieve di Cadore** la sede della fiera. In ogni caso ormai da decenni e decenni il gelato parla zoldano. Lì vi sono i più provetti maestri gelatai, gran parte dei quali lavorano in Germania, dove sono molto apprezzati e hanno fatto la loro fortuna. Anche oggi, come per i tempi passati, tornano a casa solo nei mesi invernali, quando chiudono i negozi per le sospirate vacanze.

## I miele bellunese

Da sempre l'uomo si è nutrito di miele; all'inizio del miele selvatico, dal IV millennio a.C. realizzando le prime arnie. Nel Bellunese la produzione del miele risale a secoli e secoli fa e nel 1712 erano tre le varietà che si ottenevano: fiori d'alta alpe, brugo e del bosco misto. Vi sono ricette che possono risalire al 1580



ed altre successive dal Seicento in poi per la preparazioni di dolci.

Oggi la produzione di miele si estende su gran parte del territorio Bellunese, Dolomiti comprese. Territori interessati sono quindi il Comelico, la Val Zoldana, la Valbelluna e le Prealpi Bellunesi.

Il miele ha una propria specificità, proprie caratteristiche, legate ad alcuni elementi che tendono a differenziarlo rispetto a quello prodotto in altri luoghi, ovvero il territorio montano, il microclima e l'assenza di agenti inquinanti. Il miele delle Dolomiti è dal 2011 un prodotto DOP (Denominazione di Origine Protetta). A questo proposito sono tre i marchi ad aver ottenuto la DOP, oltre al Miele delle Dolomiti anche quello della Lunigiana ed il Miele d'acacia varesino (quest'ultimo da poco, il primo aprile del 2014) mentre quelli del Montefeltro e della Sardegna stanno cercando di ottenerla.

Si distinguono i seguenti tipi:

- Tarassaco
- Acacia
- Tiglio
- Castagno
- Rododendro
- Millefiori

Quello di **rododendro** risulta essere particolarmente pregiato, viene prodotto in alta quota, mentre la varietà **Millefiori** viene prodotta con una grande varietà delle specie alpine scelte dalle api tra le 2.200 che caratterizzano le nostre montagne, in prevalenza troviamo miele ottenuto dal polline di tarassaco, castagno, tiglio e rododendro.

Il **Miele delle Dolomiti di Millefiori** ha un colore che va dal giallo chiaro all'ambrato mentre il suo sapore è dolciastro più o meno intenso; quello di acacia ha un colore chiaro, ambrato, è trasparente. Ha un sapore delicato, molto dolce, non ha un

odore particolare.

Il **miele di tiglio** invece ha un colore che varia dal giallo chiaro al verdolino. A volte può tendere verso il bruno. Pur essendo dolce, ha un retrogusto amaro appena percettibile.

Quello di **castagno** invece è color bruno scuro e le tonalità variano dal noce chiaro al quasi nero, è poco dolce come sapore, amarognolo o molto amaro. Il suo odore è forte ed acre, pungente ed aromatico.

Il **miele di rododendro** quando è allo stato liquido varia per colore dal chiaro al giallo paglierino, mentre quando è cristallizzato varia dal bianco al beige chiaro. Ha un sapore delicato e gradevole. Ha un odore tenue che può ricordare il profumo del fiore.

Abbiamo infine il **miele di Tarassaco** che, se liquido, presenta riflessi gialli per colore, mentre giallo e cremoso se cristallizzato. E' poco dolce, vira sull'acido, leggermente amaro. Pungente e acuto come odore.

Il "**Miele delle Dolomiti Bellunesi**" **DOP** per fregiarsi di questa denominazione deve essere prodotto in arnie poste al di sopra dei 600 metri, e a quell'altezza deve essere lavorato e preparato per la vendita.

Il miele ha proprietà medicamentose e questi sono i suggerimenti in merito per il loro utilizzo fornite dall'Apidolomiti, un'associazione che riunisce gli apicoltori bellunesi che ha sede a Limana, che è possibile leggere in un loro dépliant.

Il miele di Millefiori è indicato nel trattamento delle malattie polmonari e delle infezioni intestinali e urinarie; quello di acacia per zuccherare il pasto dei bambini, anche i diabetici leggeri possono usarlo, chiaramente sotto controllo medico; il miele di castagno, essendo ricco di polline, è indicato nei casi di cattiva circolazione, anemia e affaticamento; quello di tiglio può essere usato come calmante, concilia infatti il sonno mentre il tarassaco è un buon regolatore intestinale e rinfrescante del sangue; il miele di rododendro infine ha proprietà astringenti, diuretiche e depurative.

In onore di questo prodotto ad ottobre si svolge la manifestazione di "**Limana paese del Miele**" nel corso della quale è possibile assistere alle diverse fasi della sua lavorazione e il prodotto finale.

## **L**e Kodinze

Le kodinze sono delle mele tagliate a spicchi o a rondelle.

Successivamente vengono essiccate al sole o in essicatoi ad aria calda; con questa tecnica venivano essiccate non solo le mele ma anche albicocche, pesche, prugne...

Le kodinze sono alimenti energetici e molto dolci anche se non contengono zuccheri aggiunti, oggi sono stati classificati tra i prodotti **P.A.T.**(Prodotti Agroalimentari Tradizionali).

E' un prodotto facilmente conservabile e veniva dato ai boscaioli, ai pastori e a tutti i lavoratori che avevano bisogno di energia ma non avevano molto tempo per mangiare.

Oggigiorno sono prodotte dalla ditta Lise-Di-Cian che ne ha registrato il marchio.

Il procedimento di preparazione è il seguente:

- prendere 7\8 kg di mele
- tagliarle a spicchi o rondelle
- stenderle su telai
- metterle su essicatoi ad aria calda (per farle essiccare)
- gustare le energetiche kodinze!

## I Kodinzon

Il kodinzon è un dolce fatto con le mele lasciate essiccare.

È tipico della località **San Zenon di Sospirolo**. Il nome kodinzon deriva da kodinz, che in dialetto indica la mela essiccata.

E' un prodotto molto energetico e assolutamente naturale.

Questo dolce viene preparato in questo modo:



- sbucciare per bene le mele e tagliarle in piccoli pezzettini



- prendere i pezzetti ricavati e cuocerli, fino ad ottenere una purea (mele cotte)



- trasferire la purea su un piano piatto e pulito e incominciare a schiacciarla con una forchetta per livellarla e ridurre i grumi.



- Mettere il ricavato su una teglia e stenderlo bene, metterlo in forno per un paio d'ore e lasciarlo riposare (possibilmente sempre nel forno).
- Ripetere lo stesso procedimento finché la purea non diventa totalmente asciutta e assume il colore del caramello.
- Si mangia freddo, tagliato a striscioline. BUON APPETITO.

## I Barancino

Il Barancino è un liquore prodotto nel **Bellunese** sin dal 1895; ancora oggi per realizzarlo viene utilizzata la ricetta tradizionale. Viene prodotto con una base di grappa lasciata a macerare, separatamente, con bacche di ginepro, pigne di pino mugo e zucchero.



Questi infusi vengono poi addizionati ad altra grappa. Il prodotto ottenuto viene lasciato così riposare per alcuni mesi e quindi viene imbottigliato.

È privo di coloranti ed ha una colorazione brunastra, con gusto amarognolo e una gradazione che varia dai 35 ai 40 gradi.

Il **Barancino** viene usato in quantità ridotte come ottimo digestivo e può essere servito sia a temperatura ambiente, sia caldo. E' stato inserito nel PAT (prodotti agroalimentari tradizionali) con il Decreto ministeriale dell'8 maggio 2001, pubblicato poi sulla Gazzetta ufficiale del 14 giugno 2001, e tra i prodotti della **Carta Qualità del Parco nazionale delle Dolomiti bellunesi**.

Il termine Barancino proviene dalle vallate del Cadore e del Comelico, con barancio o barance si indica la pianta del pino mugo.



Liquori e bevande

## **B**irra Pedavena

La birra Pedavena è un tipico prodotto bellunese, la fabbrica che la produce si trova nell'omonima cittadina alle spalle di Feltre. Le materie prime da cui la si ricava sono: l'acqua che sgorga dalle montagne bellunesi, proveniente dalle sorgenti dei **monti Oliveto e Porcilla** e dal **Colmeda**, il luppolo di Pedavena, il lievito e il malto.



Sembra strano ma uno degli ingredienti necessari e di qualità per la perfetta alchimia di una birra, per la sua riuscita, è uno a cui nessuno di noi darebbe importanza, il più umile: l'acqua.

Le acque utilizzate sono infatti molto simili nella composizione a quelle dell'acqua di **Monaco di Baviera**, una delle patrie delle birre migliori e più rinomate (la Hofbrau, la HB, per fare un esempio) e quindi sono molto adatte per la produzione di birre di color scuro.

Lo stabilimento è stato edificato nel 1897 quando i **fratelli Luciani** fondarono la birreria; fin da subito questa birra ha avuto un successo eccezionale soprattutto grazie alle materie prime di gran qualità impiegate.

Nel 1920 gli operai costruirono la sala cottura che tuttora, dopo più di 90 anni, viene usata, già allora era considerata la seconda sala più grande d'Italia. A 30 anni dall'apertura della birreria i fratelli Luciani comprarono la Dreher di Trieste e nel 1951 acquistarono altri birrifici a Torino.

Nel 2005 la fabbrica fu chiusa perché la società che controllava allora il marchio, la Heineken, non la riteneva più strategica

per la sua produzione. Si aprì allora una lunga lotta per la sua sopravvivenza. Raccolte firme e appelli vari alla fine giunsero a buon fine e nel 2006 lo stabilimento venne riaperto.

Affianca lo stabilimento una birreria davvero molto grande che non sfigura rispetto alle più rinomate birrerie tedesche. Sono diversi gli ambienti che la vengono a costituire: la più antica ed elegante è la Sala degli elefanti con grandi tavoli circolari ed uno stile inizi '900, troviamo poi la Sala degli affreschi, caratterizzata da un affresco ad ambientazione medioevale del **Resenterra** che l'avvolge tutta, più moderna nella struttura, la veranda, godibile d'estate e d'inverno, ed altre strutture disseminate nel parco che avvolge la birreria. Il parco è sede di numerose manifestazioni che arricchiscono ed animano l'attività della birreria.

Attualmente nello stabilimento vengono prodotte due varietà di birra: la Pedavena normale e la Pedavena speciale; la prima ha un colorito giallo, la seconda invece è più scura. Vengono prodotte poi la **Birra Dolomiti doppio malto**, **Birra Dolomiti Pills**, la **Superior** e la **Birra Castello Premium**.

Una birra particolare è quella del **Centenario**, prodotta per la prima volta nel 1997 proprio per festeggiare questa ricorrenza. Avrebbe dovuto essere un unicum ma piacque così tanto che ha continuato ad essere prodotta. A differenza delle altre non è commercializzata se non direttamente nella sede. Ha un basso contenuto alcolico, 5,8 i gradi, ed è una birra non pastorizzata e non pastorizzata che viene direttamente dalle botti di stoccaggio.



Birreria Pedavena: Sala degli affreschi

## La grappa

In dialetto bellunese la grappa viene chiamata “**snapa**”. I contadini la producevano e alcuni di loro la producono ancor oggi per la famiglia (e a dir la verità non soltanto i contadini). Essi distillavano le vinacce (o “**Žarpe**”), che si ottenevano dopo la vinificazione di vitigni locali. Tempo fa la **grappa** assieme al vino consentiva di sentir meno il freddo e nel caso di febbre era abitudine, e lo è rimasto ancora, bere una scodella di latte addizionato con grappa per far riprendere le forze al povero malato dopo un’abbondante sudata a letto. Poteva anche avere un utilizzo “medico”, ovvero come anestetico per togliersi un dente, infatti un fazzoletto o del cotone idrofilo imbevuti di grappa facevano dimenticare il dolore patito. La grappa artigianale viene prodotta con un alambicco o lambicco, ovvero una caldaia dove si mettono le vinacce da distillare. L’operazione sembra semplice, in realtà bisogna , sembra semplice ma bisogna stare attenti a non bruciare le vinacce con effetti, tutt’altro che secondari, che potrebbero non essere proprio piacevoli.

La grappa veneta “doc” ha ben 52°, fortina quindi, e può anche concludere un pasto come digestivo o utilizzata per preparare dolci, carni, e persino per conservare la frutta. Secondo la tradizione dolomitica la grappa viene aromatizzata con piante della montagna come **bacche di ginepro, pignette di pino mugo, la radice della genziana, foglie e fiori di asperula , germogli di abete bianco, melli di noce, frutti di mirtillo, marette di ruta**, ecc. In questo caso la gradazione diminuisce attestandosi sui 30°. La grappa è iscritta nell’elenco dei prodotti agroalimentari tradizionali (P.a.t.) del Veneto.



## Lo Schiz

Il formaggio schiz è un tipico alimento bellunese ed appare spesso nei menù casalinghi, sia in quello di ristoranti e trattorie che nelle varie sagre che animano la **Valbelluna**.

La sua origine lo collega alle malghe montane. Si produce con latte vaccino molto fresco e se ne ricavano panetti da due chili.

Il suo nome deriva da “schizzare” e sembra legato al fatto che in origine questo formaggio era fatto con gli scarti che schizzavano fuori quando la cagliata veniva schiacciata per fare il formaggio, altri invece attribuiscono il termine schiz alle goccioline di siero che fuoriuscivano dal formaggio durante la sua cottura.

Nel Bellunese attualmente si producono un migliaio di quintali l'anno di schiz, a testimonianza del suo successo.

E' stato inserito nell'elenco (PAT) dei prodotti agroalimentari tradizionali del Veneto

### Come cucinarlo?

Il formaggio schiz può essere preparato con la polenta e funghi, impanato e cotto con abbondante burro e, come vuole la tradizione, tagliato a fette.

### Ecco una ricetta



### Polenta e schiz

Ingredienti (per due persone)



I formaggi

schiz | 2 fette  
burro | 20 g  
panna | 40 g  
sale e pepe | quanto basta  
Per contorno: polenta bianca o gialla

#### Procedimento

Questa è una ricetta semplice, alla portata di tutti.  
In primo luogo occorre tagliare lo schiz in belle fette dello spessore di almeno un centimetro. Si versa il burro in una padella antiaderente e lo si lascia rosolare ben bene, quindi vi si depositano le fette di schiz facendo ben attenzione a che non si attacchino l'un con l'altra ma rimangano ben separate. Aggiungere altri ricci di burro in modo che quando si volta lo schiz questo rosoli nel nuovo letto di burro. Aggiungere poi la panna in modo che ne risultino coperte tutte le fette e continuare la cottura a fuoco basso in modo tale che la panna si addensi.  
Versare sul piatto aggiungendovi la polenta calda e servire.

#### Seconda ricetta

Schiz ai funghi finferli:  
Per 4 persone  
4 fette di schiz dallo spessore di 2 cm  
2 noci di burro  
1 dl di panna fresca  
300 g di funghi finferli precedentemente spadellati con uno spicchio di aglio e un rametto di timo fresco  
Prezzemolo tritato 1 cucchiaino

#### Spiegazione:

Rosolare le fette leggermente infarinate di schiz con poco burro, eliminare il grasso di cottura;aggiungere il resto del burro e la panna e lasciare sobbollire finché la salsa diventa semi fluida . Aggiustare di sale e pepe e aggiungere i finferli , spolverare con il prezzemolo trito e servire ben caldo



## I formaggio Piave

Il formaggio Piave è un formaggio a pasta cotta, duro, e con 5 diverse stagionature. La prima è il **Piave fresco** che varia dai 20 ai 60 giorni, poi troviamo il **Piave Mezzano** con un invecchiamento dai 61 ai 180 giorni, quindi il **Piave Vecchio** che supera i 180 giorni, dopo il **Piave Vecchio Selezione Oro** che oltrepassa i 12 mesi ed infine il **Piave Vecchio Riserva** che va al di là dei 18 mesi di stagionatura.



Le prime produzioni di questo formaggio risalgono al 1960 anche se la sua distribuzione era limitata soltanto alla sua zona d'origine: la nostra provincia. Man mano il suo successo gli ha permesso di varcare i confini non solo del

Bellunese e del Veneto ma anche quelli oceanici visto che è molto richiesto anche negli Stati Uniti e nel Canada.

Viene distribuito in grosse forme circolari dal diametro di 27 – 30 cm ed un'altezza di 7-8 cm a seconda del tipo.

Il suo nome deriva proprio da uno degli elementi che più contraddistinguono la provincia, ovvero proprio l'omonimo fiume, padre della patria, che l'attraversa nella sua interezza avendo le sue sorgenti sul **Monte Peralba**, nella parte superiore di essa.

Il formaggio Piave può essere cucinato fritto prendendo nome di formaggio fritto, il "**formai frit**", accompagnato da polenta e crauti ed è alla base di molti piatti tipici del Bellunese.

Il Piave Fresco può essere esaltato nel suo sapore dal **miele d'acacia delle Dolomiti Bellunesi**, è un abbinamento perfetto, mentre il Piave Vecchio con il miele di castagno e il Piave Vecchio riserva con la marmellata di fichi e noci.



**E**cco altri formaggi. Alcuni non vengono prodotti propriamente nel nostro territorio ma nelle zone vicine del Grappa ma siccome hanno una buona distribuzione anche nella nostra provincia li inseriamo.



### **Montasio**

È un formaggio semiduro, ha una stagionatura che parte da due mesi e può superare i dieci. Viene prodotto nelle province di Belluno, Treviso, Padova, Venezia, Pordenone e Udine. Ha un sapore dolce e delicato che con l'invecchiamento diventa più deciso. È facile da grattugiare quando diventa vecchio.

### **Casel Bellunese**

È un formaggio semiduro, ha una stagionatura che supera gli otto mesi, anche se lo si può consumare dopo due mesi. La stagionatura gli conferisce sapori più forti. Viene prodotto nel territorio compreso tra l'Agordino, il Comelico, la Valbelluna e il Feltrino. Ha un sapore deciso e tendente al piccante nelle forme stagionate, come si è detto prima, e viene considerato un formaggio da tavola.

Le origini della sua produzione risalgono al 1872 quando il parroco di Canale d'Agordo, don Antonio Della Lucia (proprio colui al quale è dedicato l'agrario di Feltre), fondò la prima latteria turnaria d'Italia. Lì, a turno, i contadini della zona portavano il loro latte per lavorarlo. Alcune di esse (a Celarda, Vignui ecc. sono visitabili ancor oggi).



Casel è un termine dialettale (ladino) e significa proprio latteria.



### **Morlacco del Grappa**

È un formaggio molle, ha una stagionatura massima che raggiunge i 5 mesi. Viene prodotto nel territorio del Massiccio del Grappa. Ha un sapore intenso e aromatico che ricorda i pascoli del Grappa.

### **Bastardo del Grappa**

È un formaggio a pasta semicotta, ha una stagionatura che supera i 12 mesi. Viene prodotto nel territorio del massiccio del Monte Grappa. Ha un sapore pieno e marcato.

### **Busche**

È un formaggio semistagionato, ha una stagionatura che va dai 15 ai 20 giorni. Viene prodotto nella provincia di Belluno, ovvero nel comune di Cesiomaggiore e lungo il corso del Piave. Ha un sapore dolce. Ha cambiato nome diversi anni fa per legarlo alla sua zona di produzione, quello precedente era il dialettale “**mastea**”, ovvero secchio.

### **Cesio**

È un formaggio semistagionato/semiduro, ha una stagionatura che varia dai 20 fino ai 45 giorni, quando giunge alla piena maturazione. Viene prodotto in provincia di Belluno, a Cesiomaggiore come dice il nome stesso. Viene prodotto dagli anni '70 nel caseificio locale. Ha un diametro di 32 centimetri ed uno spessore di 8 centimetri, un peso di 6 chili. Ha un

sapore intenso e gradevole. È considerato prevalentemente un formaggio da tavola.

### **Contrin**

È un formaggio semimolle, ha una stagionatura di massimo 3 mesi. Viene prodotto nel comune di Livinallongo. Ha un sapore burroso e retrogusto di frutta. Assume colori diversi a secondo della stagione in cui viene prodotto, ossia bianco in inverno e paglierino d'estate. Ha una crosta ruvida. Prende il suo nome dalla frazione del comune di Livinallongo in cui viene prodotto. La sua forma cilindrica ha un peso di quattro chili, 20 centimetri di diametro e 4-5 di spessore. Si ottiene da latte intero pastorizzato che proviene da ben tre distinte mungiture. Lo si può mangiare da solo come formaggio da tavola o in unione con la polenta e verdure di stagione. È prodotto da un'unica latteria.

### **Dolomiti**



È un formaggio molle, ha una stagionatura di 25-60 giorni. Viene prodotto in provincia di Belluno. Ha un sapore intenso ma gradevole. Presenta una crosta tenera e chiara. Viene prodotto in forme che variano dai sei ai sette chili, ha un diametro di 30-34 cm ed uno spessore di 7-9 cm. Viene prodotto tutto l'anno tranne che in estate. Se ne producono alcune centinaia di quintali l'anno. È buono da solo o in abbinata con verdure al vapore e con polenta e funghi.

### **Fodom**

È un formaggio semimolle, ha una stagionatura di 90 giorni. Presenta una crosta dura, di color giallo mentre è di color



paglierino chiaro all'interno, anche se man mano che invecchia la sua pasta tende sempre più al bruno. Viene prodotto nei mesi estivi nella lattiera di Livinallongo dal 1934. È il frutto di tre mungiture, due mattutine ed una serale. Ha un sapore acidulo e amarognolo che ricorda il sapore

dello yogurt. L'accoppiata con la polenta ne esalta il gusto.

### **Lattiera di Sappada**

È un formaggio semiduro, ha una stagionatura che può superare l'anno anche se è pronto in sessanta giorni. Viene prodotto nel comune di Sappada in due varietà: quella di lattiera e quella di malga. La differenza tra essa sta nel luogo di produzione e l'alimentazione delle mucche visto che nel primo caso esse sono alimentate a fieno, mentre nel secondo con erba e ciò rende leggermente diversi nel gusto i due formaggi. Un tempo veniva chiamato in modo generico Lattiera perché era lì che veniva prevalentemente prodotto. Volete sapere come vengono chiamate le due tipologie di formaggio nel luogo d'origine?

Quello di lattiera "**Plodar Semar Kase**" e quello di malga "**Plodar Olbm Kase**" ... eh sì, perché il sappadino è un dialetto di origine tedesca visto che quel territorio è un'isola alloglotta visto che nell'XI secolo, probabilmente, alcune famiglie provenienti dall'Austria vi si stanziarono e, a causa dell'isolamento del territorio, vi si è conservata la lingua (Plodn è il nome autoctono di Sappada). Il formaggio ha un sapore dolce ed è prodotto tutt'oggi con le tecniche dei tempi che furono (è nato infatti a fine Ottocento) nella lattiera locale. È molto buono da mangiare accompagnato da polenta e funghi.

### **Malga Bellunese**

È un formaggio semiduro, ha una stagionatura che supera gli otto mesi. Viene prodotto nelle malghe montane delle Prealpi e delle Dolomiti Bellunesi. Ha un sapore marcato, intenso e aromatico. Ed in effetti dalla quarantina di malghe che si trovano in questo territorio deve venire il latte da adoperare nella produzione di questo tipo di formaggio. Il latte delle mucche, che in estate pascolano libere in alpeggio, viene bollito sino a portarlo ad una temperatura di 32 – 40 gradi. Viene quindi aggiunto il caglio. A questo punto basta aspettare 30 – 50 minuti per veder coagulare il tutto. L'ammasso viene quindi fatto scaldare sino a 42 – 46 gradi. Viene estratto con

dei teli togliendo il siero e messo nelle forme. Poste su delle tavole vi vengono posti dei pesi per depurarlo dal siero rimasto e quindi immerse nella salamoia per una trentina di ore. A volte le forme sono salate a secco sfregandone la superficie con il sale una volta al giorno per cinque giorni. Viene venduto in malga o in rivendite specializzate.

### **Nevegal**

È un formaggio molle, ha una stagionatura che varia dai 20 ai 30 giorni. Viene prodotto nella provincia di Belluno. Ha un sapore dolce. Sottile di crosta, ha un colore paglierino chiaro. Prende il nome dal monte che domina la città di Belluno, tempo fa era prodotto nei piccoli caseifici e nelle malghe che si trovavano nel territorio. Nel 1994 ha vinto un premio, lo Spino d'Oro alla Mostra Concorso delle produzioni lattierocasearie di Thiene.

### **Renaz**

È un formaggio semiduro, ha una stagionatura che raggiunge l'anno. Viene prodotto nel comune di Livinallongo. Ha un sapore inizialmente dolce e con l'andar del tempo tende a diventare piccantino. Apparentemente viene prodotto da poco più di trent'anni, dal 1983, in realtà le sue radici affondano sulle tradizioni casearie del territorio in cui viene prodotto e da cui prende il nome, Renaz, che è una frazione di Livinallongo. Lì ha sede la Latteria cooperativa che lo produce.

### **Tosella**

È un formaggio molle che va consumato fresco. Viene prodotto nella provincia di Belluno e nel territorio dei sette comuni dell'Altopiano di Asiago. Ha un sapore poco salato.

### **Zigher**

È un formaggio molle, ha una stagionatura di massimo 2 mesi. Ha una forma inusuale, strana, a pera e pesa approssimativamente 150 grammi. Anche il nome è abbastanza particolare, forse viene dal celtico "tsigros" ovvero, e come potrebbe essere altrimenti? .... Formaggio. Un'altra possibilità è che venga dal tedesco "pieghe", ovvero sia capra. Nel corso della lavorazione viene arricchito con erba cipollina, pepe e sale. Viene impastato a mano ed è così che assume questa forma così caratteristica. Lo si può mangiare come antipasto o accompagnandolo con il pane. Viene prodotto nel Comelico superiore e nell'Alto Agordino.

Altre produzioni tipiche sono la **Caciotta cipollina**, che viene prodotta in Valle del Bios e come dice la parola stessa viene arricchita nel sapore dalla presenza di erba cipollina, il formaggio **Camolino**, molle e prodotto dalla Latteria cooperativa che si trova nell'omonima località facente parte del comune di Sospirolo, il **Gresal**, il **Cherz**, che viene prodotto nella Malga Gherz a Livinallongo del Col di Lana, il **Civetta**, il **Focobon**, proveniente dall'Agordino e dalla Valle del Bios, lo **Spres**, anche questo prodotto nei medesimi luoghi del Focobon, il **Comelico**.

Tutti questi formaggi parlano del Bellunese in tutti i suoi luoghi, anche i più remoti e lontani.

## Sagre e feste

Ecco l'elenco delle varie feste e sagre che si svolgono in giro per la provincia nel corso dell'anno e che hanno al loro centro la rivalutazione di un prodotto tipico bellunese:

**Festa provinciale della patata:** si festeggia la terza settimana di agosto a Cesiomaggiore presso impianti sportivi a

**Pradenich.** La festa dura tre giorni, nei quale vengono serviti dei piatti dove l'ingrediente principale è la patata

**Mais a Lentiai ovvero la festa della polenta:** si festeggia la prima settimana di settembre presso la frazione di Campon a Lentiai nell'arco di due settimane. In quell'occasione negli stand è possibile acquistare mais ed altri prodotti agricoli della zona., oltre a lavori artigianali che sono realizzati in legno, ferro o con le foglie del mais. Sono esposti anche vari lavori di merletteria.

**Festa dei codèt:** si festeggia l'ultima settimana di settembre ad Alano di Piave, nel corso della quale è possibile assaggiare diversi tipi di piatti dove l'ingrediente principale è il ciodet, il fungo chiodino. Nelle bancarelle vengono esposti vari prodotti della zona e prodotti di erboristeria. Il chiodino è il partner ideale per accompagnare lo schiz o la soppresa per un pranzo da buongustai.

**Festa del fagiolo:** si festeggia la terza settimana di settembre a Lamon. Per tutte le vie del paese vi sono bancarelle nelle quali è possibile acquistare le diverse varietà di fagiolo ed è possibile mangiare diversi piatti che hanno il fagiolo come alimento principe. E' una festa molto animata ed arricchita da mostre in tema e spettacoli. Un'area delle bancarelle è riservata all'esposizione e vendita dei prodotti tipici dell'agricoltura e dell'artigianato.

**Mercato contadino di Prompicai ad Agordo:** Ad inizio settembre si tiene questa manifestazione dedicata alle tradizioni agricole agordine. E' possibile acquistare ottimi formaggi locali e prodotti artigianali in legno.

**Se desmonteghea a Falcade:** a fine settembre, nel parco giochi di Falcade, si tiene questa sfilata delle mandrie che tornano dall'alpeggio in Valle del Bios che si associa ad una sagra in cui sono presenti, tra l'altro, diversi prodotti dell'artigianato locale e ad una mostra sulle attrezzature agricole dei tempi andati. Sono presenti stand con prodotti artigianali realizzati in ferro, legno, pietra e marmo, cuoio e lana.

**Festa dell'uva:** si tiene l'ultima settimana di settembre a Fonzaso. Nel corso di essa si vendono prodotti derivati dall'uva, per esempio il vino, coltivata nella zona. Per le vie si



Sagre e feste

possono trovare anche prodotti gastronomici tipici del Veneto. E' nata per celebrare le viti ed i vini di questi luoghi. La produzione di vino in questa località risale all'epoca della dominazione austriaca. Fa parte della manifestazione la sfilata di trattori e carri abbelliti da pampini e quant'altro e trasformati quasi in carri allegorici che, attraversando la via principale del paese, raggiungono la piazza centrale in un clima di festa gioiosa.



**Mostra dei prodotti agricoli di Sedico:** si festeggia l'ultima settimana di settembre presso Sedico, ultimamente di nuovo a Villa Patt. In questa mostra è possibile acquistare molti prodotti, ad esempio il formaggio delle piccole latterie che si trovano nel territorio e vari artigiani espongono le loro opere. E' consacrata al formaggio. Ed in effetti, a sancire il felice connubio, è presente ancora nel territorio la "Latteria di Sedico" che è stata fondata nel 1922 ed è tuttora attiva. Riceve il latte delle aziende agricole lì presenti per trasformarlo in formaggi locali assai richiesti: il Formaggio Gresal, il mascarpone, il Formaggio di Noal, quello di Sedico, la Caciotta, il Formaggio Magro, il Misto Capra, il Rustego, il Prapavei, il Formaggio Speziato, il Pressato molle da tavola.

**Festa della Smonticazione di San Gregorio nelle Alpi:** Il rientro delle mandrie dall'alpeggio a Roncoi, una frazione di San Gregorio, è l'occasione per festeggiare nell'ultima settimana di settembre i prodotti caseari del territorio. E' così possibile degustare i prodotti tipici della zona e comprare oggetti dell'artigianato locale.

**Mostra mercato delle attività agricole, artigianali e commerciali a Santa Giustina:** si effettua la prima settimana di

ottobre dal venerdì alla domenica in piazza Maggiore. I prodotti più esposti e venduti sono radicchi, patate, zucche, fagioli e farina. Si possono trovare diversi stand che propongono diversi prodotti artigianali. E' arricchita anche da eventi enogastronomici.

**Festa della zucca a Caorera di Vas:** si festeggia la prima settimana di ottobre presso Caorera di Vas. La protagonista di questa festa è la zucca ma non mancano anche prodotti dell'artigianato locale. È possibile gustare dei piatti di cui la zucca è l'ingrediente principale. Vengono infatti preparati gnocchi, lasagne, risotti, crespelle e tagliatelle, pane e persino torte, biscotti, gelato e biscotti. Si possono trovare poi prodotti quali la zucca in agrodolce, sughi pronti per fare risotti e pasta, marmellate e persino grappa aromatizzata alla zucca.

Le zucche vengono prodotte in quel territorio e l'opera di tutela ha prodotto l'istituzione del "Consorzio tutela della Zucca Santa bellunese", la cui sede è proprio a Caorera. Sono trenta i quintali di zucca generalmente prodotti.

**Festa del Bestiam a Broi di Agordo:** Questa festa è nata con lo scopo di recuperare una tradizione che si era persa ormai dagli anni '60. Si è voluto commemorare i lavori di un tempo come la produzione casearia e del gelato, la lavorazione del legno e del ferro battuto e l'agricoltura tradizionale dei tempi andati. Accanto all'esposizione del bestiame e delle macchine agricole si possono ammirare i maestri artigiani intenti nei lavori di un tempo. Si può quindi osservare, per esempio, il ciclo di lavorazione della lana e del legno e quella del latte.

Quest'anno è stato possibile, tra le altre cose, osservare la squadratura di un tronco impiegando gli utensili di un tempo. La si effettua agli inizi di ottobre.

**Fiera di Ognissanti a Fonzaso:** La seconda settimana di ottobre la piazza principale di Fonzaso si anima per ospitare una mostra mercato di prodotti agricoli locali e stand gastronomici che riempie le vie principali del paese.

**Mele a Mel:** si festeggia la seconda settimana di ottobre per le vie del centro Mel; è possibile gustarvi piatti a base di mele, per esempio dolci come lo strudel. Ci sono, inoltre, altre bancarelle che vendono prodotti artigianali realizzati con il legno, il ferro, il vetro, la stoffa e il cuoio. La cosa bella è che è possibile entrare nelle corti e nei cortili dei palazzi antichi che rendono Mel un paese molto bello da girare. Spettacoli di vario genere, letture di poesie e racconti, danze, ricostruzioni di scene di vita quotidiana dei tempi che furono, danze popolare animano il tutto. In ogni cortile è realizzata una frasca in cui poter mangiare bontà di tutti i tipi.

**Festa dei moroni:** si festeggia la seconda e la terza settimana

di ottobre a Rasai, presso Seren del Grappa. Per l'occasione è possibile acquistare i moroni e mangiarli in compagnia.

Durante il fine settimana sono organizzate varie manifestazioni di diverso genere come la mostra-mercato.

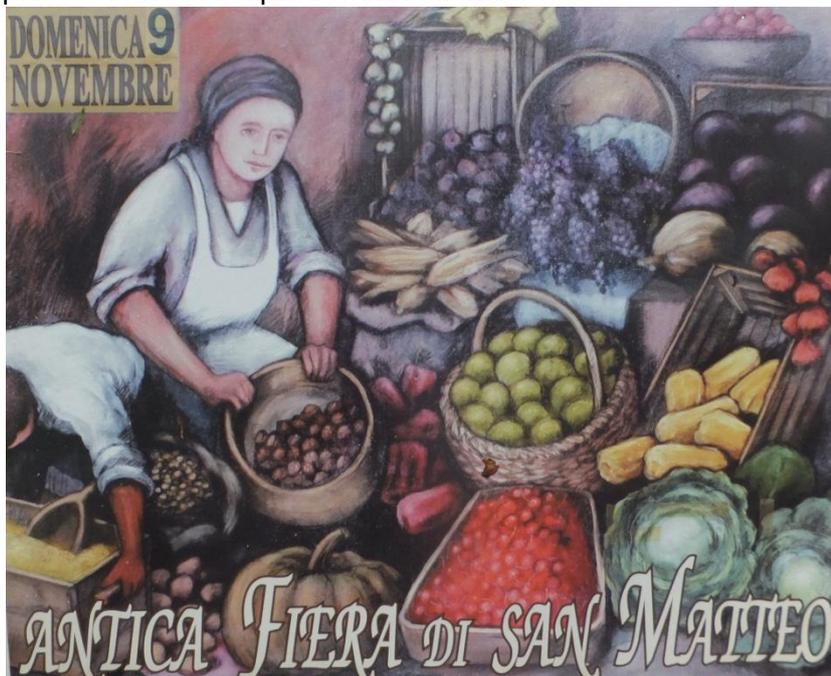
**Fiera del pom prussian:** si festeggia la quarta settimana di ottobre presso Faller di Sovramonte e, ovviamente, il prodotto principale in essa mostrato è la mela, che viene venduta o usata per ingredienti su vari piatti. Oltre al Pom prussian vengono venduti anche i fagioli di Lamon, ortaggi, formaggi di malga e salumi. Nei vari stand sono presenti diversi prodotti dell'artigianato locale.

**Fiera delle Anime ad Arsiè:** è una delle fiere più antiche della provincia, risale infatti al 1666. Era nata con lo scopo di ricordare i morti sepolti nel cimitero di Arsiè, quando vennero create nuove parrocchie staccandole dalla città; erano quelle di **Enego, Primolano e Fastro**. Il parroco di allora, si chiamava don Sartorio, invitò i suoi vecchi parrocchiani in paese per onorare i loro morti lì sepolti.

Venne ufficializzata con apposita bolla il 15 ottobre 1666.

Con il tempo la fiera divenne l'occasione baratti e compravendite di prodotti agricoli. Si tiene la terza domenica di ottobre. La fiera ha cercato di valorizzare nel migliore dei modi la presenza del settore agricolo e forestale per ottenere un maggiore riavvicinamento con le sue origini.

**Mostra Mercato dei fiori d'autunno a Busche:** si tiene l'ultima domenica di ottobre. Gli stand propongono fiori e piante coltivate dai produttori bellunesi.



**Fiera di San Matteo a Feltre:** si festeggia l'ultima settimana di ottobre a Feltre, per l'occasione la maggior parte dei negozi del centro rimangono aperti. È possibile assaporare sapori

delle tradizioni feltrine. E' rinata dopo decenni d'oblio con lo scopo di celebrare "la noce di Feltre".

**Festa di San Martino a Chies d'Alpago:** si festeggia la seconda settimana di novembre e vengono venduti prodotti biologici, miele, saponi vegetali, fiori e piante, giocattoli ecc. E' chiaramente dedicata all'agnello alpagoto e vari piatti a base d'agnello si possono gustare nei giorni in cui la festa si svolge.

**Festa di San Martino a Belluno:** Si tiene la domenica successiva l'11 novembre, il giorno consacrato a San Martino, patrono della città. Varie sono le attività organizzate che la precedono, in particolare l'extempore di scultura su legno, la cui prima edizione risale all'ormai lontano 1986. E' organizzata dal Consorzio Belluno Centro Storico. Nel corso di essa vengono invitati diversi artisti che animano le vie del centro. Da tronchi di legno essi ricavano le loro opere, legati a temi di volta in volta stabiliti. Nel corso della settimana di tempo che viene loro concessa i passanti possono vedere sorgere da un tronco in forme vere e proprie opere d'arte. La fiera è molto antica. E' stata istituita nel 1378 e durava due o tre giorni. Nell'800 essa cadeva tra il 12 ed il 18 novembre e si svolgeva sempre dalle 9 del mattino alle tre del pomeriggio. Costituiva un'occasione di incontro e scambio per gli agricoltori in previsione dell'inverno imminente. Oggi si è tramutata in una vera e propria sagra anche se fra le varie bancarelle è possibile acquistare vari prodotti biologici, miele, prodotti di erboristeria, saponi vegetali, fiori, piante, animali e giocattoli.



**Fiera di Sant'Andrea a Cencenighe Agordino:** Si tiene l'ultima settimana di novembre. I protagonisti di essa sono i cavalli. Non mancano i prodotti del territorio e troviamo anche i mercatini di prodotti artigianali in legno, cuoio e hobbistica.

**Giornata del miele** : si festeggia l'ultima settimana di ottobre a Limana, lo scopo della manifestazione è valorizzare il miele, un prodotto degli apicoltori locali.

**Fiera del miele a Cesiomaggiore**: è la seconda manifestazione della provincia dedicata a questo dolce prodotto. Si tiene l'ultima domenica di novembre. In realtà più che una festa è una cena con prenotazione obbligatoria il cui scopo è la valorizzazione del miele prodotto da vari apicoltori locali.

## Storie, tradizioni e leggende

### San Martino, il diavolo e le capre

Come molti sanno il patrono di Belluno è San Martino. La nostra tradizione narra molte storie sulle avventure di San Martino; molti racconti, ma non tutti, sono stati creati per far comprendere meglio episodi legati alla vita del santo, altri invece sono proprio inventati e venivano in genere narrati ai bambini per divertirli e allo stesso tempo insegnar loro chi era San Martino e la sua personalità. Alcune di queste storie sono molto antiche e cercavano di spiegare alcune abitudini legate alla società contadina di un tempo. Appartiene a questa categoria la storia seguente ...



Un giorno San Martino e il diavolo andarono in montagna a far pascolare le loro capre. Il diavolo raccolse il latte poi chiamò San Martino e gli disse che lo avrebbe bollito e chiese al santo quale parte volesse.

Il santo rispose che avrebbe apprezzato la parte superiore, così il diavolo fece bollire il latte e venne a galla la cagliata.

Un po' arrabbiato il demonio propose di bollire nuovamente il latte ma stavolta avrebbe scelto lui stesso la parte che preferiva, quindi pensò: se la parte sopra è già stata presa da Martino io sceglierò quella inferiore che sarà sicuramente la più buona; e così fece.

Il latte venne bollito un'altra volta, venne così a galla la ricotta che toccò a Martino.

Il diavolo, infuriato perché gli era rimasto nuovamente lo scarto della cottura del latte ordinò alle sue capre di spargersi per le montagne e stabilì che l'anima di chi le avrebbe



Storie, tradizioni e leggende

cacciate sarebbe andata a lui (come sappiamo il diavolo è sempre in continua ricerca di anime), invece San Martino ordinò alle sue di andare tra la gente del popolo ed esse avrebbero fornito loro il latte.

Oggi i cacciatori quando vanno a caccia in montagna si portano appresso un pezzo di pane santo per evitare di incontrare il diavolo e le sue capre.

### L'Om Salvarech



Di leggende riguardanti una creatura, un uomo, un selvaggio che ama vivere isolato nel folto dei boschi ve ne sono diverse sia nell'arco alpino sia nella parte settentrionale degli Appennini, sino a quello Tosco-emiliano. Trascurato, barba lunga e capelli lunghi ed incolti, misteriosa silente creatura ha con se un bastone che assomiglia alla lunga

spatola che utilizzano i casari ed in effetti diverse leggende ce lo indicano come colui che svelò ai pastori l'arte di fare il formaggio o meglio questa fu la prima cosa che rivelò, poi insegnò a trarre dal latte il burro, quindi la ricotta. Una cosa non insegnò agli uomini ... come dal latte si potesse ricavare olio per illuminare perché scomparve prima.

L'Agordino, in particolare Rivamonte, è legato a questa misteriosa figura che, tra l'altro, è ricoperta di un'erba, il Licopodio, che ne cela tutte le fattezze, anche il volto, incrementandone il mistero. Le caverne del monte Armarolo poste sopra Rivamonte erano la sua casa. Questa è una leggenda che narra di lui.

In un giorno primaverile si era scatenata un'autentica tempesta d'acqua, un vero e proprio diluvio. Ed ecco che l'Om Salvarech aprire la porta di un casolare dove viveva un vecchio malgaro per cercare riparo. Nel silenzio più assoluto ed un po' di diffidenza da parte del vecchio la creatura si accostò al focolare per scaldarsi e vide gli sforzi dell'altro per ripulire il latte che aveva appena munto delle impurità cadutevi mentre mungeva.

Quando finalmente la pioggia cessò, così come era venuta la

creatura si alzò ed andò via salvo rientrare poco tempo dopo portando con se una fascio d'erba ed in silenzio mostrò al malgaro come intrecciarne gli steli per ricavarne un colino da usare per filtrare facilmente le impurità del latte. E da quell'anno l'Om Salvarech prese l'abitudine di mostrarsi nel paese di Rivamonte all'arrivo della primavera fino a quando, un anno, non scomparve misteriosamente come misteriosamente era entrato in contatto con loro. Da quell'anno si prese l'abitudine di ricordarlo nel giorno di san Marco. Due ragazzi infatti indossavano delle cappe intessute col licopodio, una di foggia maschile, l'altro femminile con i volti nascosti da un cappuccio ed un bastone in mano e, partendo dal luogo in cui erano stati truccati, scendevano in paese barcollando a mo' di orsi. Lì li aspettava la banda e l'Om Salvarech e la sua donna danzavano prima da soli poi con gli altri lì convenuti.

Questa tradizione, andata persa dopo la Seconda guerra mondiale, è stata riportata in vita da pochi anni anche se adesso la data scelta è un giorno d'estate per ovvi motivi turistici. La festa si conclude con grandi mangiate di polenta e formaggio.

---

## Il Mazarol o Matharòl



Un altro abitante dei boschi, uno gnometto, legato all'arte casearia è il Mazarol o Matharòl.

Il Mazarol è un folletto che si presenta come un vecchietto molto piccolo, vestito di rosso, con le scarpe dalla punta girata all'insù e un berretto con un campanello sulla punta. Vive sia in montagna che tra i boschi e anche in mezzo alle rocce.

E' molto difficile incontrare questo esserino ma se per caso ti imbatti nel Mazarol sei spacciato: ti trasforma in legno o pietra e alcune volte persino in un animale. Purtroppo non è finita

qui: se calpesti le impronte del Mazarol sei costretto a seguirlo e vai incontro ad una serie di contrattempi. Si diceva anche che se i bambini calpestavano queste impronte seguivano il Mazarol fino al suo nascondiglio segreto sulle montagne, ma li trattava bene dandogli da mangiare noci, nocciole e altri frutti, ma soprattutto polenta e latte .

I ragazzi e le ragazze usavano questa scusa quando tornavano a casa in ritardo, dicendo di aver involontariamente calpestato le impronte del folletto.

Questo omino era anche un pastore e dava da mangiare alle bestie, molte volte le faceva ingrassare troppo e intrecciava i crini del collo e della coda di cavalli e mucche, a volte invece mungeva le mucche e le trattava molto bene, ma se i pastori lo vedevano e volevano ringraziarlo lui gli faceva dispetti e smetteva di aiutarli, al limite accettava latte e polenta, nient'altro, al limite un vestito nuovo.

A volte le portava di nascosto al pascolo e nessuna ne perdeva perché tutte le contava e quando le riportava nelle stalle le mungeva. La mattina, quando i contadini andavano a prendere le loro bestie le trovavano già sazie e belle munte ... tutto lavoro in meno.

Una leggenda vuole che abbia insegnato agli abitanti del Cadore a fare il formaggio.

Un giorno accadde che, sorpreso da un violento temporale, il folletto chiedesse riparo ad una famiglia di contadini di Pieve di Cadore. Costoro non solo lo ospitarono ma gli offrirono anche del cibo, una minestra di verdure e del latte. Il Mazarol aveva però ancora fame e chiese se avessero del formaggio. I contadini non capirono, non avevano alcun'idea di che cosa fosse il formaggio. Allora il folletto decise di insegnar loro come prepararlo per contraccambiarli dell'ospitalità. E da quel tempo lontano si diffuse in quei luoghi l'arte del casaro.

---

### **Le anguane, miti dell'acqua**

Le anguane sono esseri femminili soprannaturali, tipiche della mitologia alpina, soprattutto di quella veneta, friulana e trentina. Le loro caratteristiche cambiano di zona in zona, come i loro vari nomi. Vengono chiamate Anguane, Subiane, Ogane, Vagane, Fane, Pagane, Vivane, Salinghe, Strie, Fade, Beate donnette, Belle gutele, Salvateghe, ma anche Pantegane. Nei filò (luoghi dove una volta la sera ci si riuniva per ascoltare le storie e leggende narrate dai vecchi) le anguane erano protagoniste di molte leggende, c'era addirittura qualcuno che giurava di averle viste e raccontava la sua avventura arricchendola con particolari emozionanti per

rendere il racconto più interessante e avventuroso.

Si racconta anche che abitassero in prossimità dell'acqua: vivevano in fiumi, nelle grotte all'interno delle cascate, in laghi, ma anche in montagne o colline o grandi prati verdi, nei posti dove comunque era presente qualche fonte d'acqua. Queste creature erano custodi e protettrici dell'acqua e di tutto l'ecosistema che le circondava. Si dice inoltre che le anguane si manifestassero in due modi:

- come giovani donne bellissime, angeliche figure con lunghi capelli biondi o a volte anche rossi. Sempre vestite con abiti bianchi, lunghi e velati e sono sempre così limpide perché ogni notte lavano le loro vesti cantando e le stendono su fili posti tra una vallata e l'altra.
- oppure come vecchie e brutte, vestite di stracci neri. Queste sono capaci di prevedere il futuro, lanciare maledizioni, ma anche curare malattie, grazie alla loro conoscenza delle erbe curative.

Anche se le anguane potevano apparire diversamente, una cosa le accomunava tutte: avevano sempre qualche malformazione ai piedi, un piede poteva essere rivolto all'indietro, potevano avere zoccoli caprini, invece dei piedi umani, potevano averli palmati come le oche ...

Che fossero giovani o vecchie, tutte le notti, raccontavano le leggende, uscivano dalle loro abitazioni poste in cavità naturali ("spurghe" o "busi") o dietro a piccole cascatelle per fare il bucato e stendere i loro grandi teli sui prati. Il famoso bucato delle anguane è ritenuto prestigioso, nessuna persona può riuscire ad ottenere dei capi più candidi.

Si tramandava che le anguane avessero grandi poteri, dall'arte di lanciare terribili maledizioni e incantesimi, a quella di trasformarsi in animali, soprattutto in lunghi serpenti neri, tipici dei torrenti alpini. Molte persone raccontavano di aver visto dei serpenti trasformarsi in figure umane o viceversa. Esse conoscevano il linguaggio degli animali, tutti i poteri curativi delle erbe e potevano cambiare a loro piacimento il clima. Le loro trasformazioni più "riuscite" erano quelle in gatto, salamandra e serpente. Usavano la trasformazione in serpente per fuggire da eventuali nemici, da qui il detto "Dar via come un'Anguana". Erano irascibili e anche molto vendicative, per questo era meglio non infastidirle. Se qualcuno le tradiva lo portavano in fondo a un lago e ve lo rinchiudevano per sempre.

I due luoghi in provincia di Belluno più caratteristici dove si dice vivessero queste creature sono: il lago del Mis e il lago di

Centrocadore, nella località di Lagole. Nel lago del Mis si trova una cascata, quella della Soffia, da cui, guardando oltre l'acqua, si può scorgere nella roccia, una specie di porticina, che per la tradizione era ritenuta l'entrata della casa delle anguane; in realtà era solo un effetto ottico della roccia. Lagole invece è da sempre stata una località sacra; i paleoveneti vi avevano costruito un tempio dedicato alla dea protettrice dell'acqua.

Il termine ANGUANA può essere derivato da:

- ANGUI (serpente, biscia d'acqua)
- una variazione del termine ANGUINA (ondina, donna d'acqua)
- dal nome dell'antica dea celtica ADGANA.

La più famosa delle anguane è Ittele (o Etele), figlia di Uttele, la regina della Montagna Spaccata (sopra S. Quirico). La ragazza è protagonista di una famosa leggenda: si dice che un bel giovane di nome Giordano passò nei boschi di quella montagna e vide una bellissima creatura, un'anguana per l'appunto. Lei si chiamava Ittele e Giordano decise che sarebbe diventata sua sposa. I vecchi saggi del suo paese cercarono di dissuaderlo, rivelandogli la maledizione che portava: quando sua madre, la Maga del bosco, fosse morta, la ragazza sarebbe svanita. Lui però, non voleva cedere. Anche la Maga del bosco cercò di fargli cambiare idea, ma lui non cambiò idea. Il ragazzo e l'anguana si sposarono e si trasferirono nella capanna che Giordano aveva costruito. Un destino crudele attendeva i due amanti: una notte, mentre i due stavano dormendo tranquilli, la madre dell'anguana morì e Ittele, cercando di non far alcun rumore per non svegliare il marito, si alzò dal letto. Ma i suoi lunghi capelli si mossero e svegliarono Giordano, che inseguì la ragazza, mentre ella fuggiva verso il suo destino crudele. Quando arrivò ai piedi di una rupe, si volse per cercare di scappare ma il marito la stava raggiungendo. Fu allora che un boato fece tremare la terra, la rupe si spaccò e Ittele, trascinata all'interno, scomparve. Giordano cercò invano di penetrare nella fenditura, ma una cascata lo fermò e lo respinse verso valle. Non la ritrovò mai più. Le paura per le Anguane serviva per tener lontani i bambini dai pericoli.

---

### **La minestra di San Giorgio**

La minestra di San Giorgio viene preparata a Sorriva di Sovramonte la domenica successiva alla festa di San Giorgio, o Festa de San Dordi, che si svolge il 23 aprile (giorno dell'inizio delle attività dei pastori), per ringraziare San Giorgio.

Si tramanda infatti che afflitto dalla peste (erano morti in molti, una cinquantina, ed il paese era stato messo in quarantena), nel 1631, il paese fece un voto solenne al santo promettendo di santificare tutte le feste (ovvero le feste del Signore, della Madonna, degli Apostoli e di San Giorgio), digiunare nelle viglie e condurre una vita retta e cristiana. Facile a dirsi, difficile a farsi. Le troppe festività finivano, per esempio, rendere più difficoltosi i lavori agricoli così l'anno successivo si decise di mutare la promessa in una più semplice e meno impegnativa santificazione della sola festa per San Giorgio, il 23 aprile appunto. In quell'occasione si sarebbe fatta una solenne processione e si sarebbe distribuita una minestra ai poveri del paese.

La minestra è di fagioli, questi vengono raccolti di casa in casa ed ognuno dà il suo contributo, quindi cucinati. Il compito di prepararla è assegnato a tre famiglie del paese (differenti di anno in anno), a distribuirli a tutti i presenti in paese sono i ragazzi che nell'anno compiono vent'anni.

Se si desidera assaggiarla, comunque, la si può trovare tutti i giorni dell'anno nei ristoranti del luogo ed è ormai diventata un piatto tradizionale.

Questa minestra era fatta all'inizio con le fave, queste furono poi sostituite, come si è visto, dai fagioli; ad essi si aggiungono un po' di patate, qualche erba aromatica e un condimento di burro (non lardo perché in primavera il lardo scarseggiava mentre c'era abbondanza di latte e quindi di burro).

## **Modi di dire**

### **Qui a Belluno:**

#### **Tirar su al formènt**

Isa, isa Bèta  
Che 'l forment  
Al è a cuèrt.

#### **La raccolta del frumento**

Spesso, verso la fine di giugno, scoppiavano violenti temporali, grande preoccupazione per i contadini che tagliavano il fieno e dovevano aspettare che si seccasse prima di riporlo nei fienili. Una volta però che il loro "lavoro" era al sicuro, beffandosi del tempo, sollevano dire rivolti al cielo:

"Scatenati pure o Elisabetta  
(madre di San Pietro, festeggiata a giugno)  
già tanto il frumento è ormai al riparo."

## Ricettario nella tradizione locale

**R** Intervistando i nostri nonni e consultando diversi libri di cucina della tradizione culinaria locale abbiamo scoperto che la cucina bellunese pur considerata “povera”, offre tante varietà di prodotti tipici legati al territorio.

Fino a cent’anni fa abbondavano i campi dedicati alla coltura di patate, fagioli e granoturco il quale fu introdotto nella cucina tradizionale locale solo nel Seicento ma divenne presto il protagonista principale di tutti i pasti, compresi la colazione e la merenda. Nelle zone di alta montagna, oltre i 1200 metri di altitudine, dove i fagioli e il granoturco crescevano a stento, si coltivavano anche frumento, fave, orzo e segale.

Al tempo dei nostri nonni la maggior parte dei prodotti proveniva dalla coltivazione dei propri campi e degli orti dove si coltivavano rape, piselli, cavoli e verze per “sope”, minestre e altre pietanze.

Le proteine animali non erano frequenti nella dieta tradizionale, ci si accontentava delle uova e di qualche pezzo di formaggio; la carne si mangiava solo nei giorni di festa mentre il brodo di carne era riservato a chi stava male o alle donne incinte. Nelle stalle si allevavano galline da uova, polli, conigli e oche per le grandi occasioni, mucche per il latte da cui si ricavano burro, formaggio e ricotta e il maiale per gli insaccati solo per le famiglie più benestanti.

Ogni famiglia quindi produceva quanto serviva al proprio sostentamento. I pochi prodotti che si acquistavano in negozio erano lo zucchero, il riso, il sale e il caffè, tutti usati con molta parsimonia e solo dalle famiglie più benestanti. Anche i dolci erano un lusso: a Pasqua si preparavano focacce e colombe con le uova sode e a Carnevale si facevano “*crostoli*” e frittelle.

I cibi erano semplici e seguivano il ritmo delle stagioni: in primavera abbondavano le erbe selvatiche commestibili (“*radici da prà*”, “*bruscandoi*”, “*ortighe*”); in estate la frutta e la verdura degli orti e del sottobosco; in autunno fagioli, castagne, cavoli, capucci, zucche; d’inverno si uccideva il maiale del quale si utilizzava tutto, anche il sangue!

A colazione si beveva il latte con il caffè d’orzo con pane vecchio, croste di polenta o polenta avanzata; al pomeriggio si mangiava frutta di stagione o pane e formaggio.



Ricettario

Il cibo non era molto e niente andava sprecato; se avanzava qualcosa si rimetteva in tavola il giorno dopo o si reimpiegava in nuove pietanze.

Poiché non c'erano frigoriferi, durante l'inverno alcuni cibi venivano lasciati all'esterno; altri, gli insaccati, venivano conservati in cantina appesi a ganci di ferro legati al soffitto. Il burro veniva lasciato in un contenitore pieno d'acqua o lo si cuoceva finché diventava di colore scuro lo si conservava in vasi di terracotta. Altri cibi venivano essiccati, affumicati o tenuti sotto sale.

Anche se gli ingredienti erano scarsi, questo non impediva di preparare piatti gustosi e saporiti, pur nella loro semplicità.

La cucina, "*cusina*", era il cuore della casa, il luogo dove si svolgevano le principali attività domestiche: si cucinava, si mangiava, ci si lavava, si stirava, si lavorava, si discuteva. Era una stanza abbastanza grande e dato che in inverno c'era molto freddo ed era difficile riscaldarsi, generalmente aveva il soffitto basso.

Il pavimento era spesso fatto di ciottoli, mattoni, pietra o terra battuta e le pareti erano intonacate fino ad una certa altezza.

Per cucinare e scaldare l'ambiente nelle cucine più vecchie c'era il focolare, "*fogher*", fatto di pietra ed addossato alla parete, oppure nelle famiglie più agiate il "*larin*", al centro della stanza; entrambi non avevano il camino ma c'era una finestrella tenuta sempre aperta per fare uscire il fumo dalla stanza. Il fumo anneriva le pareti che venivano imbiancate, nella parte bassa prima della Pasqua.

Sul focolare pendeva una catena al quale si agganciava il paiolo per fare la polenta, la "*caljéra*", la pentola della minestra o la caldaia per la lavorazione del latte.

Nel fondo della stanza o in uno stanzino adiacente c'era l'acquaio, "*secèr*" formato da una spessa lastra di pietra dove si appoggiavano i secchi riempiti d'acqua alla fontana per gli usi domestici e i mestoli per bere; i piatti venivano sciacquati qui e, una volta a settimana, venivano grattati con la "*pastèla*", fatta di farina di granoturco, sale e aceto o sabbia fina.

Le pentole e gli arnesi per cucinare erano spesso di rame e venivano solitamente appesi alle pareti oppure appoggiati a delle mensole. L'arredamento della cucina era solitamente

composto da un tavolo in legno e poche sedie, da una madia per le farine, “*banc da la farina*”, e una credenza per le stoviglie. Le stufe a legna e le cucine economiche sono comparse solo dopo gli anni '60.

**La signora Da Rold ha 90 anni e vive a Tisoi, frazione di Belluno. Abbiamo voluto chiederle di ricette tradizionali ...  
Eccole:**

**“ PAOLO E CATARINA”**



Si bollivano i fagioli con il mais lasciato ammollo per due giorni, poi si mescolavano in un'unica pentola e si mangiavano freddi.

**“PATUGOI COL LARDO”**

Si preparava una polenta molle da versare in un piatto fondo.

Si faceva sfrigolare il lardo tagliato a striscioline in una padella per poi versarlo sopra alla polenta. Chi poteva permetterselo condiva con del formaggio.

**“PESTARIEI”**

Si preparava una minestra densa con latte, farina bianca e un po' di farina gialla e la si condiva con il burro.

**“TORTA DI COLOSTRO”**

Il primo latte munto dalla mucca che aveva appena partorito era un latte scuro, denso e grasso (il colostro) che veniva cotto in forno con abbondanti cipolle tagliate a pezzetti. Il risultato era una specie di soufflé salato.

---

**Ed ecco altre ricette:**

**Schiz ai funghi finferli:**

Per 4 persone

4 fette di schiz dallo spessore di 2 cm

2 noci di burro

1 dl di panna fresca

300 g di funghi finferli precedentemente spadellati con uno spicchio di aglio e un rametto di timo fresco

Prezzemolo tritato 1 cucchiaino

**Spiegazione:**

Rosolare le fette leggermente infarinate di schiz con poco burro, eliminare il grasso di cottura;aggiungere il resto del burro e la panna e lasciare sobbollire finché la salsa diventa semi fluida . Aggiustare di sale e pepe e aggiungere i finferli , spolverare con il prezzemolo trito e servire ben caldo.

---

### **Fagioli giàlet con lardo alle erbe e cipolla dorata**

Ingredienti:

500g di fagioli giàlet freschi ( oppure secchi 250 g messi in ammollo in acqua fredda per una notte)

2 cipolle dorate tritate finemente

80 g di lardo bellunese alle erbe tagliato a cubetti

Brodo vegetale q.b.

#### **Spiegazione:**

Soffriggere la cipolla in poco extravergine , aggiungere il lardo e lasciare dorare, aggiungere i fagioli lasciare che prendano il bollore e continuare la cottura con il brodo per un'oretta.

Aggiustare di sale e pepe e servire ben caldo con dei crostoni di pane casereccio ( se si servono con la ricetta **precedente è il top!!**)

---

### **Minestra grassa alla lamonese**

500g di fagioli secchi borlotti tipo "Lamon"

200g di cotenna di maiale

100g di lardo o pancetta

2 patate medie

1 cipolla

2 gambi di sedano

3 foglie di alloro

200g di tagliatelle larghe fatte in casa ( senza uova )

pepe

sale

#### **Preparazione:**

Mettere in ammollo in abbondante acqua i fagioli, per almeno 12-14 ore e cambiare l'acqua almeno una volta.

Scottare in acqua bollente le cotenne, poi pulirle e tagliarle a strisce. In una pentola, possibilmente di coccio, buttare tutti gli ingredienti insieme alle verdure tagliate a pezzi, il lardo pestato e le foglie di alloro intere. Coprire il tutto con abbondante acqua fredda, salarlo, aggiungere qualche grano di pepe e cuocerle a fuoco basso per almeno tre ore. Togliere dalla pentola le cotenne e lavarle, poi passare con il

passaverdura metà dei fagioli, rimettere tutto nella pentola , escluse le cotenne, con le tagliatelle. Una volta cotta la pasta aggiungere le cotenne e lasciare riposare il tutto.

La minestra viene servita calda o tiepida, con una buona manciata di pepe nero, senza aggiungere olio. La minestra è ottima anche riscaldata.

---

### **Casunziei ripieni ai fagioli di Lamon**

#### **INGREDIENTI:**

400g di fagioli di Lamon

150g di rape rosse

sale

noce moscata

chiodi di garofano

olio

aglio

350g di farina

4 uova

burro

semi di papavero

#### **PREPARAZIONE:**

Far cuocere i fagioli e le rape rosse in due pentole diverse e scolare tutto una volta cotti. Tagliate a fette le rape e mettetele nel mixer con i fagioli aggiungendo sale, noce moscata e dei chiodi di garofano ben pestati. Intanto si prepara l'impasto dei casunziei con la farina, le uova, sale, olio, e acqua quanto basta. Fate dei quadratini di pasta e mettete il ripieno di rape e fagioli, saltato in padella con un po' d'olio e aglio, ricoprite con un altro quadrato e fatele cuocere. Una volta pronti, condite con burro fuso e dei semi di papavero.

---

### **Polenta**

#### **INGREDIENTI:**

300 grammi di farina di mais (bianca o gialla), un litro di acqua, sale.

#### **PREPARAZIONE:**

Innanzitutto occorre far bollire l'acqua, in un paiolo di rame è preferibile altrimenti si può comunque usare una pentola basta che abbia il bordo alto.

Versare la farina con una mano poco a poco con gesti circolari mentre con l'altra mescolare continuamente per evitare che si

---

formino grumi.

Man mano che la polenta si avvicina al punto di cottura e si addensa diventerà più complesso mescolarla, meglio usare in questa fase un mestolo di legno (per la fase precedente basta una frusta) e girare in senso orario. Dopo una quarantina di minuti, con tanta pazienza, senza mai fermarsi, si noterà il formarsi di una crosta superficiale. La polenta è ormai pronta e si staccherà senza problemi dal recipiente.

Adesso basta versare la polenta su un tagliere di legno, con un gesto deciso per evitare di fare disastri e ritrovarsi polenta dappertutto, e porzionare. Molto spesso il tagliere della polenta era provvisto di un filo che serviva a tagliare in modo agile la polenta.

A rendere meno difficoltoso e faticoso il cucinar polenta, adesso sono in vendita delle "Polentine" automatiche, fornite di un braccio meccanico alimentato da un motorino elettrico che gira in automatico la polenta. Sarà meno romantico, ma sicuramente anche meno faticoso.



---

### **Pasta e fagioli alla veneta (minestra tipicamente invernale)**

**INGREDIENTI:** Fagioli di Lamon secchi lasciati in acqua per almeno una notte intera, 2 patate (a piacere), acqua, sale e pepe quanto basta; per il condimento: cipolla, carota, sedano, trito di rosmarino, prezzemolo.

**PREPARAZIONE:** Si mettono i fagioli in abbondante acqua e si aggiungono le patate e le verdure, si sala e si lascia bollire a lungo la minestra per poi aggiungere la pasta all'uovo fatta in casa, tagliata a losanghe. Alla fine si toglie dal fuoco e si lascia

intiepidire; nel frattempo la pasta risulterà cotta. Si aggiunge quindi il trito di rosmarino e prezzemolo e la minestra si serve calda e fumante. C'è chi unisce alla minestra delle striscioline di cotica di maiale.

### Formaggio fritto



Diciamo che non è un piatto leggero 😊 e non è davvero fritto, il formaggio, anche se si chiama così e di formaggi, generalmente, se ne combinano tre e di diversa stagionatura, anche se è bene evitare quelli freschi e mezzani.

#### **Ingredienti per tre persone:**

una fetta dal peso di 200 grammi per ognuno dei tre formaggi scelti. Si può usare il Piave, il Dolomiti, l'Asiago ... a proprio piacimento.

- 2 bicchieri di latte
- un cucchiaio e mezzo di pane grattugiato
- burro, quanto basta.

#### **Preparazione:**

Per prima cosa tagliare a pezzetti molto piccoli le fette dei formaggi, metterli in una teglia con una noce di burro e farli sciogliere a fuoco lento. Quando si sono sciolti, versare man mano il latte in modo che l'impasto non si bruci e mescolarvi il pane grattugiato mescolando a fuoco basso.

Al posto del pane è possibile usare una patata sbucciata e grattugiata.

Per portare a compimento la ricerca occorrono circa trenta minuti, sino a quando il grasso dei formaggi non si sarà

separato dal composto.  
Servire caldo con della polenta.

---

Ed ecco due ricette prese da un ricettario particolare di qualche decennio fa. Ricettario particolare perché non si limita a contenere ricette di un tempo della cucina ampezzana ma racconta anche di usi, costumi e tradizioni di quei luoghi. Il libro è "**La cucina ampezzana**" di Rachele Padovan, del 1981 per la Franco Miuzzo editore, ristampato nel 1985. La prima delle ricette è la "zufa" di cui abbiamo parlato anche nelle pagine del sito dedicate alle verdure, nella parte in cui scrivevamo delle fave. La ricetta la si può trovare a pagina 57.

### **La zufa**

Mettere sul fuoco una pentola con due litri di latte e uno d'acqua. Salare. A ebollizione versare a pioggia un composto di due terzi di farina gialla e uno di farina bianca; sbattere con la frusta e far cuocere per mezz'ora. La "zufa" in una terrina, cospargerla di "zigar"(una specie di ricotta" o formaggio grattugiato e irrorare di burro fuso.

Si usava anche il burro fresco appena tolto dalla zangola, non lavato e senza formaggio.

L'altra, è a pagina 58, sempre di fave parla, ed è la minestra:

### **Minestra di fave (faariesa)**



- Fave secche
- Carne affumicata o pancetta o lardo o cotica di maiale
- Patate

- Cipolla
- Olio
- Acqua

È una minestra pesante, non facilmente digeribile, anche se gustosa. Mettere a mollo le fave secche, sguocciarle (anche se non si usava farlo), metterle sul fuoco con il resto degli ingredienti, esclusa la cipolla. Far bollire per tre, quattro ore. Affettare la cipolla, soffriggerla nell'olio, aggiungere un cucchiaio di farina, farla tostare e versarla sulla "faariesa".

---

Le tre ricette che seguono sono tratte dal libro "Immagini e sapori emersi dal passato longaronese" a cura di Elda Deon Cardin, Grafica Nievo Belluno, 2003.

Testimoniano del passato di povertà di queste zone e della semplicità degli ingredienti per preparare questi cibi.

### **Breuf de merle (Brodo di merlo)**

#### **Ingredienti:**

- cipolla
- burro (una volta ont: burro cotto)
- formaggio stagionato
- pane raffermo
- acqua bollente

#### **Preparazione:**

Preparare il soffritto con cipolla e burro. Tagliare il pane a pezzetti e metterlo in una terrina. Versare il soffritto, mescolare e aggiungere acqua bollente.

Continuando a rimestare, mettere il formaggio grattugiato o anche solo a dadini. Mescolare e mangiare.

Il libro attribuisce la ricetta a Franca Filippin di Erto (comune che Bellunese non è ma si trova nelle zone vicine) e si trova a pag. 182 di esso.

### **Pinza**

#### **Ingredienti**

- 2,5 hg. di farina gialla
- 1,5 hg. di farina bianca, mezzo litro di latte circa
- 1 uovo intero,
- un etto di zucchero
- 2 hg. di fichi secchi
- un etto di uva passa

- 2 cucchiaini di olio di oliva o di semi
- 2 cucchiaini di grappa
- una bustina di zucchero vanigliato,
- sale

**Preparazione:**

Far bollire il latte poi, un po' alla volta, versarlo nella farina gialla e mescolare bene. Lasciare poi raffreddare. A parte sbattere l'uovo con lo zucchero, unire un po' alla volta la farina bianca e l'impasto precedente (farina gialla e latte). Aggiungere due cucchiaini di grappa, il sale e olio quanto basta per ottenere un impasto morbido. Unire l'uvetta (prima lavata e asciugata), poi i fichi tagliati piuttosto piccoli. Alla fine aggiungere lo zucchero vanigliato. Infornare a 180 – 200 gradi.

La ricetta è di Mary Martini di Igne e la si trova a pagina 26 del libro.

**Minestrone campagnolo****Ingredienti:**

- un bicchiere di farina da polenta
- burro
- sale e acqua quanto basta

**Preparazione:**

In una teglia si rosola il burro, Si aggiunge la farina, rosolando anche questa. Si aggiungono poi acqua e sale fino a cottura ultimata.

La ricetta è di Cesira Piucco di Soffranco. La si trova a pagina 16.

---

**Gnoc de zuca, gnocchi alla zucca****Ingredienti:**

- farina di tipo 00 q.b.;
- 1 uovo;
- noce moscata;
- sale a piacere;
- 1 zucca di medie dimensioni.

**Procedimento:**

Tagliare la zucca a pezzi e farla bollire in acqua salata per 35-40 minuti circa; dopo averla scolata passarla a setaccio e mescolarla bene con tutti gli ingredienti aggiungendo farina finché il mestolo di legno conficcato nell'impasto rimane in piedi da solo.

In una pentola di acqua bollente immergere con un cucchiaino l'impasto e farlo bollire finché gli gnocchi non vengono a galla. Dopo averli scolati man mano cospargere gli gnocchi con abbondante con burro fuso e grana e\o ricotta affumicata grattugiata. Consigliata una spolverata di semi di papavero.

---

## **Gnocchi di polenta**

### **Ingredienti:**

- polenta avanzata
- burro
- salvia
- parmigiano grattugiato
- acqua
- sale

### **Preparazione:**

Tagliare la polenta a quadretti, versarli in una pentola contenente acqua bollente salata e lasciarli bollire dolcemente per 2 minuti.

In un tegame a parte, far fondere il burro con la salvia.

Scolare i quadretti di polenta, condirli con il burro fuso e spolverarli con il parmigiano grattugiato.

---

## **Gnocchi di pane alle erbe**

### **Ingredienti**

- 500 gr. pane raffermo
- q.b. latte per ammorbidire il pane
- 150 gr. di erbe cotte (spinaci, bietoline, dotte)
- 1 cipolla tritata fine – n. 2 cucchiaini parmigiano grattugiato
- 2 cucchiaini farina

- q.b. olio e burro
- q.b. sale, pepe e noce moscata

**Procedimento:**

Sbattere le uova con il latte tiepido, mettere il sale, il pepe, la noce moscata e versare il tutto sul pane; coprire e lasciare ammorbidire.

Stufare la cipolla con olio e burro, unire la verdura tritata fine, insaporire e cuocere per alcuni minuti.

Unire al pane ammollato la verdura, il formaggio, la farina e mescolare il tutto, provare a cuocere un gnocco in acqua per vedere la consistenza; se troppo teneri unire della farina o pane grattugiato.

Con le mani inumidite nell'acqua formare delle palline dando una forma ovale; poi cuocere gli gnocchi in acqua bollente salata per 15 – 20 minuti. Scolare, mettere nel piatto, cospargere con formaggio e versare sopra del burro fuso.

---

**Gnocchi di patate con burro fuso e ricotta affumicata**

**Ingredienti per 5-6 persone**

- 1 Kg patate cotte e pulite
- 250 gr. di farina
- 1 uovo intero
- 1 rosso d'uovo
- 1 pizzico di noce moscata
- sale, burro e ricotta affumicata grattugiata q.b.

**Procedimento:**

Passare le patate calde allo schiacciapatate su di un tavolo, lasciare che si raffreddino poi unire le uova sbattute, il sale, la noce moscata, la farina e impastare.

Formare dei bastoncini di cm. 1 ½ di diametro e ritagliarli in tocchetti di 2 cm. di lunghezza, passarli alla forchetta, oppure alla grattugia infarinandoli man mano.

Cuocere gli gnocchi pochi alla volta in acqua bollente salata, appena affiorano in superficie sgocciolarli e disporli nei piatti, condirli con ricotta affumicata e versare sopra il burro fuso.

**N.B.** Per la migliore riuscita degli gnocchi è importante che l'impasto venga preparato all'ultimo minuto per evitare che si ammorbida troppo. Per un grosso quantitativo di gnocchi si possono cuocere prima, rinfrescarli in acqua fredda e conservarli leggermente unti di olio.

---

### **Pasta e fasioi, Pasta e fagioli**

#### **Ingredienti:**

- un pugno di fagioli per persona
- una costa di sedano
- pasta fatta in casa
- sale, pepe e olio d'oliva a crudo b.

#### **Preparazione:**

In una pentola fare bollire abbondante acqua salata, aggiungere i fagioli freschi (se sono fagioli secchi, metterli in ammollo 4-5 ore prima), il sedano tagliato a pezzettini e far sobbollire per 3 ore. Quando i fagioli sono cotti, aggiungere la pasta fatta in casa. Cucinare ancora per 10 min. e prima di servire aggiungere l'olio d'oliva e un pizzico di pepe nero.

---

### **Capriolo con i funghi**

#### **Ingredienti per 4 persone:**

- 1 cosciotto di capriolo
- ½ bicchiere di aceto
- ½ bicchiere di vino bianco
- 50 gr di lardo fresco
- 3 cucchiaini di olio di oliva
- Odori di origano, mentuccia, basilico, timo e maggiorana, alloro, garofano q.b.
- 1 cipolla
- 1 cucchiaio di farina bianca
- ½ bicchiere di latte
- Funghi porcini

## **Preparazione:**

Stecchettare il cosciotto con spicchi di lardo, sale, pepe, odori vari e con 2-3 chiodi di garofano, porlo nell'infuso della marinata lasciandovelo il tempo necessario. Poi metterlo a rosolare in casseruola con il restante lardo a pezzetti, l'olio e la cipolla tritata.

Quando ha preso colore, aggiungete i rimanenti odori (non quelli della marinata, ormai inservibili) e versare a poco a poco il liquido filtrato della marinata. Il recipiente dovrà restare coperto e il fuoco basso, fino a cottura della carne.

Togliere la carne e passare il sugo di cottura allo staccio.

Aggiungervi la farina stemperata nel latte, mescolare e rimettere per pochi minuti sul fuoco a sobbollire.

Servire il capriolo con la salsa così ottenuta e i funghi.

---

## **Coniglio in umido**

### **Ingredienti per 4 persone**

- 1 coniglio
- 350 gr di salsiccia
- 1 cucchiaia abbondante di lardo raschiato
- Mollica di pane
- Brodo
- 1 spicchio d'aglio
- 1 pugnetto di prezzemolo tritato, timo, alloro
- Carote
- Cipolle
- 1 bicchiere di vino rosso robusto
- Sale e pepe q.b.

### **Preparazione**

Preparare il coniglio aprendogli la cavità addominale, svuotandolo e riempiendolo poi con un impasto costituito dagli stessi visceri (esclusi intestini e stomaco) tritati finemente, con la salsiccia, la mollica di pane messa a bagno in brodo e poi strizzata, aglio, prezzemolo, timo e alloro. Ricucire e fare rosolare il coniglio in un battuto di lardo, cipolla e carote affettate.

Bagnare poi con il vino, farlo ritirare e aggiungere un bicchiere di brodo, aggiustando quindi di sale e pepe.

Coprire la pentola e continuare la cottura nel forno a calore moderato, per un paio di ore.

Togliere poi il coniglio e conservarlo al caldo in un piatto vicino al fuoco; nel frattempo, ridurre il liquido di cottura, quindi legarlo con il sangue dell'animale che avrete tenuto in disparte. Effettuare l'operazione lentamente, affinché il sangue non coaguli e mescolare sempre, mantenendo la fiamma molto bassa.

Al termine rimettere il coniglio in pentola e finire di cuocerlo, sempre a fuoco moderato, per un'altra mezz'ora scarsa.

Sgrassare il sugo che servirà di contorno al coniglio pronto da servire in tavola.

---

## **Formai schiz, formaggio schiz con polenta**

### **Ingredienti per 4 persone:**

- 4 fette di formaggio schiz
- una noce di burro
- sale

### **Preparazione:**

Far rosolare in padella le fette di schiz con del burro e poco sale, prima da una parte e poi dall'altra, finché si forma una crosticina dorata. Accompagnare nel piatto caldo con la polenta.

Alcuni amano aggiungere 200 ml di panna in fase di cottura per un risultato finale più cremoso.

---

## **Pastin**

### **Ingredienti:**

Il pastin è un impasto (in genere fatto a mano) di carne di suino e bovino, con aggiunta di grasso\lardo, sale, pepe, spezie e aromi vari (chiodi di garofani, aglio, cannella) e vino bianco

che si differenziano leggermente a seconda delle diverse zone di produzione.

#### **Preparazione:**

Il pastin viene tradizionalmente consumato cotto alla griglia o in padella e accompagnato da polenta.

Nella versione più moderna, si è diffuso il panino imbottito col pastin (a volte arricchito di formaggio alla piastra), una rivisitazione locale dell' Hamburger ma coi prodotti del territorio.

Vi è anche chi lo consuma crudo, spalmato sul pane.

---

### **S'CIOS IN UMIDO (lumache in umido)**

#### **Ingredienti:**

- 10 lumache a persona, 5-6 fettine di lardo,
- 2 grosse cipolle tagliate a fettine sottili,
- 1 mazzetto di prezzemolo tritato,
- 2 cucchiaini di conserva, sale, pepe.

#### **Preparazione:**

In una padella rosolare bene il lardo con la cipolla, quindi unire le lumache, farle rosolare, unire un po' d'acqua, sale, pepe, conserva e cucinare per un'ora.

Unire il prezzemolo tritato e cucinare ancora per 10 minuti. Servire con polenta.

---

### **Polenta con le patate**

#### **Ingredienti:**

- Polenta fredda
- Patate non molto cotte
- Burro
- Salvia

**Preparazione:** Ritagliare in piccoli cubetti regolari la polenta e le patate. In una teglia friggere burro e salvia, versare la

---

polenta e le patate e continuare a friggere a fiamma media scuotendo sovente la padella. Si accompagna bene con formaggio tenero.

---

### **Kodinzon**

Per spiegarvi cos'è il kodinzon mi rifaccio a ciò che scrive Dino De Cian: sono mele trasformate con un lento ed elaborato procedimento di cottura, essiccazione al sole e stagionatura. Il risultato: una sfoglia scura dall'aspetto simile al cuoio. E'



delizioso mangiarlo, dolce e profumato. I metodi di preparazione risalgono ad un'antica tradizione della Val Belluna. Era

una soluzione per conservare una grande quantità di mele che ogni famiglia contadina aveva, ed oggi disprezzate e abbandonate.

Da otto kg. di mele ne bisognava sbucciare le mele, cucinarle finché diventavano pure; allargarle su una tavola al sole e coprirle con un velo. Farle asciugare bene finché sia possibile voltarle. Lasciarle asciugare e poi arrotolarle per l'inverno.

---

### **Lunaneghe co' la broda**

#### **INGREDIENTI** (per 4 persone)

- 2l d'acqua
- un cucchiaio raso di sale grosso
- 1kg di farina di mais (varia da polenta a polenta e dai gusti delle persone)
- 4 salsicce

#### **PENTOLE**

una caliera da polenta e una padella con i bordi alti

#### **PREPARAZIONE**

Versare l'acqua nella caliera e portarla ad ebollizione.

---

Intanto preparare le salsicce aperte e tagliate a metà, impadellarle e farle rosolarle.

Salare l'acqua Versare la farina facendola rimanere liquida mescolando con l'apposita frusta in modo da eliminare eventuali grumi.

Attendere appena il tempo che si rapprenda e incominciare a versare leggermente con un mestolo nella pentola delle salsicce.

Abbassare il fuoco sotto la pentola delle salsicce e lasciarle cucinare nel liquido.

Versare il resto della farina (quanta occorre a seconda della consistenza voluta).

E procedere con la cottura per 40-50 min.

Le salsicce con la broda vanno tenute in caldo fino a cottura della polenta ottimata.

#### **VARIANTI**

Si può lasciare rosolare le salsicce con la broda con del peperoncino o/e aggiungere della cannella alla polenta.

#### **COSTO E CALORIE**

Costo: 7,50 euro

Calorie(kal):4883

## Ricette dal Veneto

# R

Tiramisù

**Ingredienti:** uova, Mascarpone, zucchero, biscotti Savoiardi, caffè, liquore a piacere, cacao amaro

**PREPARAZIONE** In una terrina frullate i tuorli con lo zucchero sino a ottenere una crema gonfia e spumosa. Aggiungete un po' di il liquore e mescolate con delicatezza per evitare che il composto smonti e poi il Mascarpone .

In una terrina mescolate il caffè e il liquore. In una piccola pirofila stendete uno strato di crema e sopra questa formate uno strato di Savoiardi inzuppati nel caffè. Ricoprite con un altro strato di crema quindi proseguite con i Savoiardi fino a terminare con la crema. Mettete in frigorifero per almeno due ore. Poco prima di servire cospargete la superficie del Tiramisù con cacao amaro in polvere.

---

### Risi e bisi (ricetta tipica primaverile)



Per preparare risi e bisi per prima cosa preparare un leggero brodo vegetale e lasciatelo a raffreddare. Nel frattempo sgranare i piselli, tenendo da parte i baccelli, poi, dopo averli lavati sotto l'acqua e scolati, immergerli nella casseruola con il brodo, coprire con un coperchio e cuocere per un'ora a fuoco

moderato.

Terminata la cottura, con un frullatore a immersione frullare i baccelli senza toglierli dal brodo fino a ottenere una purea, versarla in un setaccio a maglie strette posizionato su una ciotola e pressare bene la purea con una spatola in modo da eliminare la parte troppo fibrosa dei baccelli, raccogliendo il succo che fuoriuscirà.

Passare alla cottura del riso: sciogliere in una pentola capiente del burro e far appassire la cipolla finemente tritata, una volta che la cipolla si sarà imbrionita, aggiungete la pancetta tritata e il prezzemolo. Far insaporire per un paio di minuti e quindi aggiungete i piselli, versare due mestoli di brodo, mescolare facendo cuocere per 5 minuti. Unire quindi il brodo ottenuto con i baccelli insieme ai piselli, regolare di sale e di pepe e portare ad ebollizione.

Poi unire il riso, aggiustate di sale se necessario e farlo cuocere al dente mescolando spesso con un cucchiaio di legno; a fine cottura la consistenza di risi e bisi dovrà essere quella di una minestra, ma non eccessivamente brodosa. Spegner il fuoco e mantecare il riso con del burro e il formaggio grattugiato, se piace potete aggiungere dell'altro prezzemolo tritato.

---

## Verdure autunnali

### INGREDIENTI

- porcini (o altro tipo)
- melanzane
- zucchine
- fagiolini
- peperone
- pomodori pelati
- cipolla
- picchio d'aglio
- foglie di basilico
- fette di pane casereccio

### PREPARAZIONE

Pulire i porcini e affettarli, affettare la cipolla, sbucciare l'aglio. Mondare melanzane, zucchine, fagiolini e peperone poi tagliarli a pezzetti. Mettere in una pentola 4 cucchiai di olio e soffriggerli la cipolla e lo spicchio d'aglio schiacciato per 5 minuti a fuoco basso. Aggiungere i peperoni e i fagiolini, lasciare cuocere, poi aggiungere le zucchine e le melanzane e lasciare cuocere, infine mettere anche i funghi e i pomodori a

pezzettini, condire con sale e pepe e lasciare cuocere mescolando spesso. Eliminare l'aglio, aggiungere il basilico a pezzettini, mescolare bene, lasciare insaporire ancora 2 minuti e togliere dal fuoco. Abbrustolire sulla griglia le fette di pane, quindi servire le verdure accompagnate da una fetta di pane.

---

## Bavarese "mon amour"

### Ingredienti

- 150 g di zucchero
- 500 g di lamponi
- 25 g di colla di pesce

**PREPARAZIONE** Fate ammorbidire la colla di pesce in acqua fredda. Lavate i lamponi e frullateli. Versate il frullato di lamponi in una casseruola con lo zucchero, fatelo scaldare, unitevi la colla di pesce e fatela sciogliere mescolando. Togliete dal fuoco e fate raffreddare mescolando spesso. Mescolate e versate la crema in uno stampo da budino. Mettete in frigo per 3 ore.

---

## Risi, verze e salsicce

### Ingredienti

- riso per risotto (Carnaroli o Vialone)
- verza
- scalogno
- 2 salsicce
- 2 litri di brodo vegetale o di carne

### PREPARAZIONE

Innanzitutto preparare il brodo, quindi tagliare le verze, contarne 2 foglie a porzione, più una per la pentola. Se ne tiene una da parte che verrà utilizzata come decorazione alla fine.

Tagliarle a striscioline e poi a quadretti. Sbucciare lo scalogno e tritarlo grossolanamente.

Dopo aver cotto lo scalogno e la verza in una padella per circa 4 minuti con un goccio di brodo, salare e pepare a piacere.

Intanto si tosta il riso in una pentola con olio, aggiungere il sale, bagnarlo con il vino bianco e poi aggiungere il brodo un po' alla volta per portarlo a cottura.

---

A metà cottura si aggiungono le verze. Intanto si cuociono le salsicce, avendole prima bucate con una forchetta e poi rosolate in padella, in modo da far uscire parte del grasso. Le si spella e poi le si rompe a pezzetti.

A cottura ultimata si manteca il riso con burro e formaggio, mantenendolo piuttosto brodoso, si aggiunge quindi la salsiccia sbriciolata e alla fine si decora il tutto con una macinata di pepe e della verza a julienne cruda.

---

### Baccalà mantecato



#### **Ingredienti:**

500 g di baccalà ammollato, 100 g di latte bollente, 2 spicchi d'aglio, 1/4 di litro d'olio, 3 litri d'acqua fredda, sale, pepe

**PREPARAZIONE:** Sbucciate gli spicchi d'aglio e strofinateli sulle pareti interne del robot o del vaso del frullatore. In una capace pentola dalle pareti alte versate l'acqua fredda, immergetevi il baccalà, portate a bollore e fate bollire per soli 2 minuti, spegnete e lasciate raffreddare il pesce nella sua acqua di cottura. Sgocciolatelo, spezzettatelo con le mani, eliminate spine e pinne, mettetelo nel robot e azionatelo finché lo stoccafisso non sarà completamente destrutturato poi, continuando sempre a frullare, versatevi lentamente a filo e, alternandoli, l'olio e il latte. Quando l'impasto avrà assunto una consistenza cremosa, regolate sale e pepe e lasciatelo riposare alcune ore prima di servirlo freddo con polenta grigliate.

# Ricette dal mondo

## Brasile

### Feijoada

La feijoada è un tipico piatto appartenente alla cucina brasiliana. Il termine deriva dal portoghese feijao ovvero fagiolo, ed in effetti questo legume è uno degli ingredienti di questo piatto. Allora come potremmo tradurre in italiano feijoada? Fagiolata sembra essere quello più appropriato. Per quello che riguarda la ricetta non c'è una vera e propria ricetta tipica, sono tante le variazioni, ogni regione del Brasile ha la sua variante.

Gli ingredienti più tipici sono i seguenti: acqua, fagioli neri o bruni, carne di maiale e di mucca, aglio, cipolline verdi, peperoncino. alloro, olio ...



### Ingredienti per 4 persone

600 g di costine di maiale, 500 g di lonza di maiale a pezzi, 200 g di salsiccia, 150 g di salsiccia affumicata, circa 2 litri d'acqua, 600 g di fagioli neri, 80 g di pancetta affumicata in una fetta unica, 250 g di manzo, 250 g di pancetta affumicata tagliata a dadi, 2 cucchiari di olio, 2 cipolle tritate, 1 spicchio di aglio tritato, 20 pomodorini tagliati a metà (o 3 pomodori tagliati a cubetti), 2 peperoncini tagliati a pezzetti, sale.

Vediamo come prepararla: dopo aver lasciato ammollare i fagioli per una notte intera cucinarli in acqua abbondante con pezzi di lonza di maiale, manzo e salsiccia tagliata a pezzetti, il tutto per un'ora e mezzo ... sino alla cottura dei fagioli.

A parte si lascia soffriggere l'aglio, la cipolla, salsiccia affumicata, peperoncino e pancetta con due cucchiaini d'olio.

Dopo averli lasciati soffriggere per un paio di minuti, aggiungere un po' d'acqua presa dal liquido di cottura dei fagioli. Mettervi quindi dei pomodorini tagliati a metà.

Mescolare il tutto continuando a soffriggere.

Alla fine aggiungere il tutto nella pentola dei fagioli. Al tutto unire le costicine di maiale ed una tazza d'acqua. Sale e pepe quanto basta. Cucinare il tutto quindi a fuoco lento sino a quando la carne non sarà cotta e lo stufato ben denso.

---

## Lituania

### La šaltibarščiai

È una zuppa fredda lituana che si ottiene dalle barbabietole, la kefyras (una bevanda ottenuta dalla fermentazione del latte) e i cetrioli. Vi è una sua variante calda, invernale, la barščiai, che viene chiamata "burokėlių sriuba".

Quella fredda è buona da consumare d'estate visto che è rinfrescante. Viene servita con un contorno di patate lesse mentre quella invernale viene accompagnata dalla panna acida.



### Ecco gli ingredienti:

2 Barbabietole rosse cotte

2 Cetrioli a dadini

2 Uova sode

250 G Panna da cucina  
500 G acqua bollita raffreddata  
500 G Siero di latte  
10 rametti di aneto fresco  
150 G Porri tritati

Sale  
2 Cucchiaini di succo di limone

#### Preparazione

In primo luogo bisogna mescolare il siero con l'acqua e la panna. Aggiungervi poi barbabietole, cetrioli ed il bianco d'uovo tagliato a pezzettini. Adesso mescolare i tuorli con i porri, aggiungendovi un po' di sale. Versare il tutto nella zuppa e aggiungere due cucchiaini di succo di limone per rendere il tutto più acidulo. Versare nelle ciotole ed usare l'aneto per decorare il prodotto finito.

Non sapete cos'è l'aneto? Una pianta simile al finocchio e all'anice originaria dell'India. Ha un gusto alquanto pungente.

---

## Cina

### Panini col ripieno

**Ingredienti:** Farina, lievito, carne macinata, funghi, carote, cappuccio, erba cipollina, sale e olio.

#### Preparazione:

Tagliare tutte le verdure in piccoli pezzi e saltarli in padella con la carne e un filo d'olio e sale fino a quando tutto è ben cotto.  
Un attimo, manca qualcosa .... L'impasto. Prima preparare l'impasto come si fa con il pane normale o la pizza e lasciar lievitare. Una volta lievitata, lavorare un po' l'impasto e dividerlo in pezzi più o meno uguali e piccoli.  
Prendere ogni porzione e distenderla per poi mettervi il ripieno. e chiudere il tutto attorcigliando in modo che il ripieno non fuoriesca.  
Cucinare per 20 minuti al vapore e servire.  
Se ne avanzano, di questi paninetti, si possono mettere nel frigo e quando ne avete voglia basta scaldarli al microonde.  
Una volta messi in frigo si conservano al massimo per cinque giorni.

---

## Camerun

### Ndolè

**Ingredienti:**

---

- 1,5 kg di carne
- 4 cipolle grandi
- 600 g di foglie di ndolè
- olio di arachidi
- 5 o 6 spicchi di aglio
- zenzero
- 50 g di gamberi
- 100 g di gamberetti essiccati
- sale e pepe



#### **Preparazione:**

Lessare le foglie di ndolè per togliere l'amaro.

Cucinare la carne in una pentola a pressione per 35 minuti con mezza cipolla.

Nel frattempo lavare le arachidi e poi farle bollire in un litro di acqua per 20 minuti; dopo la cottura scolarle e frullarle con un robot mixer da cucina fino ad ottenere una pasta di arachidi.

Fare lo stesso con una cipolla, con l'aglio e con lo zenzero.

Quando la carne è cotta, aggiungere la purea di cipolla, aglio e zenzero e la pasta di arachidi precedentemente ottenuta.

Amalgamare bene con il sugo di cottura della carne e cuocere ancora per 20 minuti.

Aggiungere progressivamente le foglie di ndolè, i gamberi e i gamberetti, mescolare e lasciare cuocere per altri 15 minuti.

E' pronto! Si può mangiare con riso bollito o fritto con platano.

---

## **Filippine**

### **Palitaw**

### **Ingredienti:**

- ½ Farina di riso glutinosa
- Acqua
- Cocco fresco
- Zucchero

### **Preparazione:**

- Mettere insieme alla farina glutinosa l'acqua e impostarla.
- Formare con l'impasto piccole palline e schiacciarle con il palmo della mani.
- Far bollire l'acqua per 10 minuti.
- Passati 10 minuti mettere le palline nell'acqua ed aspettare che vengano a galla.
- Quando le palline sono venute a galla toglierle dalla pentola e lasciarle asciugare un po' in modo che non siano troppo bagnate
- mettere insieme il cocco grattugiato fresco e lo zucchero.
- Mettere il cocco e lo zucchero sull'impasto asciutto
- Metterlo bene nel piatto.



### **Tikoy**

#### **Ingredienti:**

- 3 tazze di farina di riso glutinoso
- 1 1/2 tazza di acqua calda

- 1/2 tazza di zucchero di canna
- 2 cucchiaini di semi di sesamo tostiti
- 1/2 tazza di datteri, snocciolati e tritati

#### **Preparazione:**

- Unire acqua e zucchero di canna, quindi mescolare bene
- Unire farina di riso glutinoso con la miscela di acqua e zucchero di canna, quindi mescolare accuratamente.
- Aggiungere i datteri tritati poi mescolare fino a che ogni ingrediente è ben distribuito.
- Ungere una tortiera rotonda e trasferire il composto, poi cospargere i semi di sesamo in cima.
- Rimuovere la tikoy dalla tortiera e trasferirla su una carta oleata o pellicola trasparente, poi in frigo per almeno 5 ore.
- Prendete la tikoy dal frigorifero e servirla.

\* cucinare utilizzando il metodo desiderato:

la Tikoy può essere cucinata al vapore, al microonde o fritta dopo immersione in miscela di uovo sbattuto.



---

## **India**

### **Pane indiano**

#### **Ingredienti per 12 pani:**

- 210 gr farina di grano integrale
- 100 gr farina bianca
- 200 gr di acqua calda

- olio extravergine di oliva q.b.
- burro fuso q.b.
- sale



#### **Preparazione:**

Mescolare la farina integrale e la farina bianca, aggiungere il sale, l'acqua calda e impastare con le mani.

L'impasto dovrà risultare molto morbido, a questo punto ungersi le mani con l'olio e ungere anche la terrina e continuare a impastare, così l'impasto si staccherà dalle mani e dalle pareti della ciotola, per poter formare una palla.

Lasciare riposare per qualche ora.

Formare 12 palline tutte uguali di circa 4 cm e tenerle coperte per non far seccare la superficie.

Stendere con il mattarello una pallina alla volta, formando dei dischi di 1 mm di spessore e cuocere sulla padella antiaderente.

Durante la cottura si creeranno delle bolle, premendo con una paletta sui bordi del pane, si dovrebbero gonfiare fino a formare un palloncino.

Rigirare un po' di volte il pane con una spatola, cuocendo 1 minuto per lato circa e quando è pronto metterlo in un cestino per pane.

Spennellare con del burro fuso e coprire con un panno per trattenere il calore e l'umidità.

## Pollo al curry

### Ingredienti:

- **200 gr** di riso basmati
- **250 gr** di petto di pollo
- **mezza** carota (se piccola 1 carota)
- **mezza** cipolla
- **curry b.** (1-2 cucchiai dipende dai gusti)
- **sale**
- **2-3 cucchiari** d'olio extravergine d'oliva
- **latte q.b.** (circa 1 bicchiere)
- **2-3 cucchiari** di farina



### Preparazione:

Preparare il riso come nella preparazione del riso alla cantonese sciacquandolo in un recipiente sotto l'acqua corrente e poi passandolo in un colino. Si deve sciacquare piu' volte senza lasciarlo in ammollo, finchè l'acqua ne uscirà pulita

In una pentola mettere il riso e l'acqua in eguale misura (praticamente il riso verrà appena coperto dall'acqua).

Portare ad ebollizione con un coperchio, quando bolle mettere il fuoco al minimo e lasciate cuocere per 10 minuti.

Togliere il coperchio e sgranare il riso con una forchetta. Se non si utilizza subito mettere un canovaccio sopra la pentola e chiudere con il coperchio, in questo modo si manterrà perfetto fino all'utilizzo.

Preparare il pollo tagliandolo a strisciole e metterlo in una terrina a insaporire con il curry.

Tagliare finemente la cipolla e la carota, in una padella mettere un filo d'olio e cuocere il soffritto per qualche minuto. Aggiungere il pollo a pezzettini e rosolarlo per bene. Cuocere per 10 minuti, regolare di sale e aggiungere il latte, la farina e un altro po' di polvere di curry. Lasciare cuocere per altri 10 minuti circa, e se si asciuga troppo unire altro latte.

Servire accompagnato con il riso basmati fumante.

---

## Marocco

### Tanjia

#### Ingredienti:

- pentola rigorosamente di coccio
- se possibile un camino o comunque un luogo dove fare la brace
- 1kg di ossobuco
- 1kg di petto di vitello non sgrassato
- 1cipolla e mezzo
- 3 spicchi di aglio interi senza la camicia
- 2 cucchiaini abbondanti di cumino
- 2 cucchiaini abbondanti di curcuma (se non trovate va benissimo il curry )
- 2 cucchiaini abbondanti di paprica
- 2 cucchiaini abbondanti di coriandolo
- 3 bustine zafferano (se non pistilli ancora meglio)
- mezzo tubetto di concentrato di pomodoro
- mezzo panetto di burro
- sale q.b.

#### Preparazione:

La preparazione è relativamente semplice, perché la carne non va fatta marinare ma cucinata sul momento.

Prendete la pentola di coccio e ungete l'interno con il burro, sia il fondo che le pareti; il restante burro tenerlo pure nella pentola.

Adesso mettete la carne, le spezie, la cipolla, mezzo tubetto di concentrato e 2 bicchieri d'acqua.

Appena la brace è pronta, mettere una griglia sopra e adagiare la pentola. Per la prima ora fatela andare, dopo, quando il carbone comincia a perdere vigore, fate un buco al centro

della brace e poneteci la pentola con tutto il carbone attorno. Fate cuocere la carne per 3 o 4 ore, praticamente fino a quando il colore della brace si esaurisce definitivamente. Ahimè, se non avete la brace, potete provare a far andare la pentola a fuoco basso sui fornelli, penso venga buona comunque.

A cottura ultimata, avrete una carne tenerissima, praticamente si sfilaccia da sola, con cui potete anche condire il cuscus. Buon appetito!



---

## Mali

### Zuppa di oca

#### Ingredienti per 6 persone:

- 4 cucchiaini di olio
- 1 kg di carne di manzo
- 1 cipolla grossa
- 1 scatola di concentrato di pomodoro
- 200g di pasta d'arachidi
- 3 carote
- 150 g di oca fresca tritata
- 2 dadi da brodo, sale e pepe

#### Preparazione:

Tempo di preparazione: 20 minuti

Tempo di cottura: 60 minuti

- Rosolare la carne tagliata a pezzi in olio,

- Aggiungere il concentrato di pomodoro e la cipolla tritata,
- Bagnare con un 1 litro d' acqua e aggiungere l' oca e le carote, cuocere per 35 minuti,
- Aggiungere la pasta di arachidi e cuocere per 20 minuti, sale e pepe a piacere e servire con riso bianco

# Bibliografia

Di libri e siti per metter su questo lavoro ne abbiamo consultati un bel po' ... eccone alcuni.

**“La grande cucina bellunese”** di Giampiero Rorato, Dario de Bastiani editore, luglio 2006, Vittorio Veneto

(TV)

**“Il quaderno delle ricette delle Dolomiti”**, Autori vari, Arsenale Editore S.r.l., maggio 2013, San Giovanni Lupatoto (Verona)

**“Sapori e saperi delle Dolomiti”** a cura di Serena Turrin, Edizioni DBS, novembre 2013, Rasai di Seren del Grappa (BL)

**“La cucina ampezzana”** di Rachele Padovan, Franco Muzzio editore, 1981.

**“Mangiar bellunese (come e perchè)”** di Adele Caproni, Tipografia Piave, Belluno. Giugno 1985.

**“Polenta e tocio”** di Gian Luigi Secco, Tarantola editore, Belluno, 1972.

**“Milacis cultus aperire paramus – De milacis cultura di Pierio Valeriano, il primo testo europeo dedicato al fagiolo”**, a cura di Marco Perale, Momenti AiCS editore, dicembre 2001.

**“Noce feltrina”** di Serena Turrin, Edizioni DBS, ottobre 2007, Rasai di Seren del Grappa (BL)

**“Le vie del gusto, alla scoperta di un territorio”** a cura della Provincia di Belluno, 2007.

**“Montagne di cibo. Studi e ricerche in terra bellunese”** a cura di I. Da Deppo, D. Gasparini, D. Perco, Quaderni Museo etnogr. prov. di Belluno, Editore Provincia di Belluno, 2013.

**“Tutti i volti delle Dolomiti assolutamente da scoprire e amare”** di Renato Zanolli, Editoriale Programma s.r.l., giugno 2012, Vicenza.

**“Lunario”** di Renato Zanolli, Dario de Bastiani editore, 2011, Vittorio Veneto (TV)

## Sitografia:

<http://www.venetoagricoltura.org/>

<http://www.regione.veneto.it/web/agricoltura-e-foreste/disciplinari-dop-igp-stg>

<http://www.fagiolodilamon.it/>

<http://www.lapatatadicesiomaggiore.it/>

<http://fagiologialetdellavalbelluna.blogspot.it/>