PIEMONTE PARCHI

Le Ricette

Parchi da gustare

REGIONE PIEMONTE

LA NATURA TUTELATA DEL PIEMONTE

Aree protette

Parchi e riserve naturali in Piemonte

95

Natura 2000

Siti d'Importanza Comunitaria (SIC) e Zone di Protezione Speciale (ZPS)

146

Superficie

Ettari di superficie tutelata in Piemonte, pari al 16,4 % del territorio regionale

416 mila

Habitat

Tipi di ambienti utili alla conservazione della Biodiversità

56

Specie protette

46 vertebrati, 33 gruppi di invertebrati, 18 gruppi di piante

97

Le ricette dei Parchi
Quando la biodiversità arriva in tavola

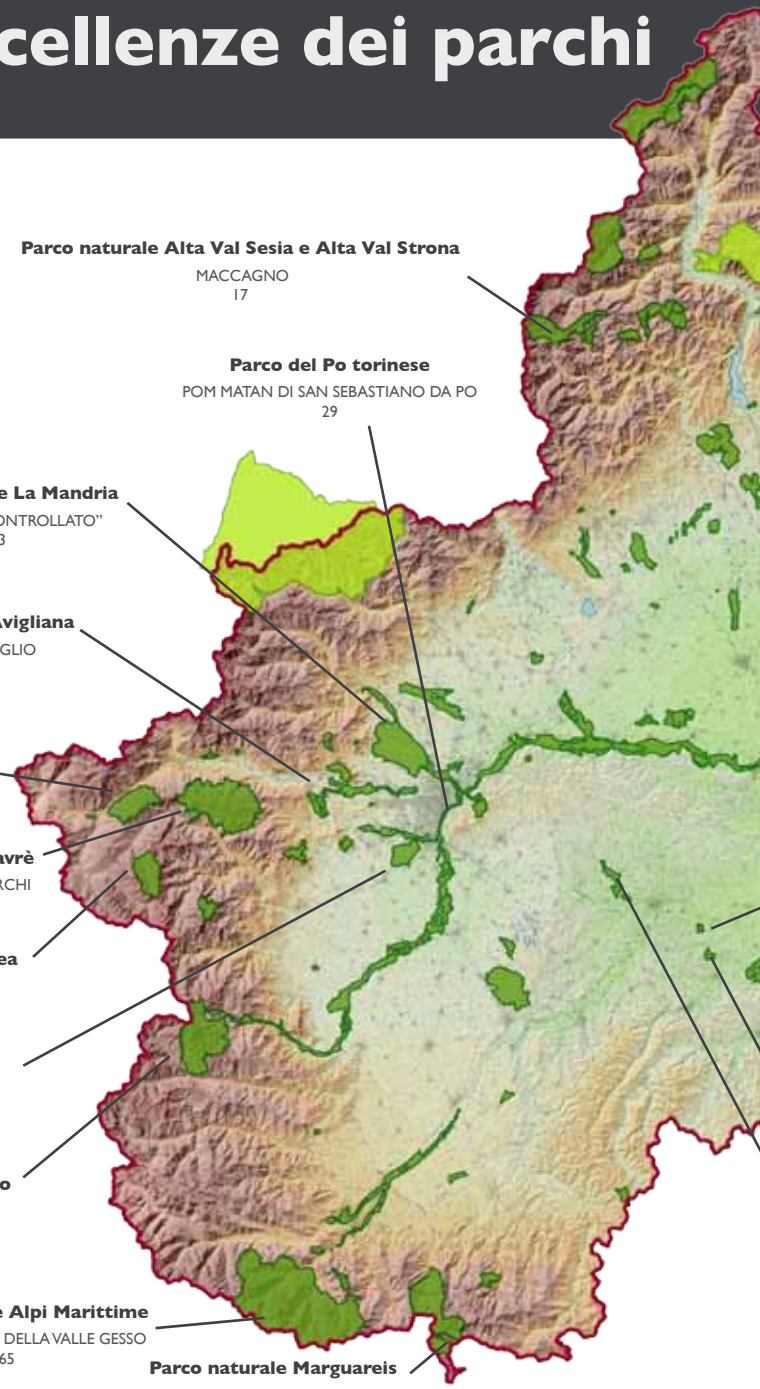
Qualcosa di più di un semplice libro di ricette. Sì, perché questa preziosa guida sa documentare in modo suggestivo e puntuale il lavoro degli uomini dei parchi nel salvaguardare una ricchezza di saperi e sapori. Sfogliarne le pagine, suddivise tra tipologia di piatti (antipasti, primi, secondi, contorni e dolci) e aree naturali protette, significa davvero cogliere tutta la portata dell'espressione "biodiversità a tavola".

Prodotti che rischiavano di essere dimenticati, un gusto che nasce da un lavoro umile e costante, le tante sfumature di storie e piatti che oppongono un argine all'appiattimento alimentare e dunque culturale: ecco il significato di questa operazione editoriale che prima di tutto è un atto d'amore verso il nostro territorio.

Diventa difficile, dunque, riuscire a trattenere un impeto di gratitudine, di fronte a quelli che nella guida vengono definiti i prodotti "bandiera", simboli appunto, di una certa porzione di territorio. Tipicità quali il Formaggio di Maccagno nel Parco naturale Alta Val Sesia e Alta Val Strona, la farina di Stupinigi, il peperone quadrato d'Asti nel parco di Rocchetta Tanaro, la Piatlina del Parco Gran Bosco di Salbertrand, (solo per citarne alcuni) rappresentano aspetti di un giacimento di diversità biologica che il Piemonte vuole continuare a tutelare.

Alberto Valmaggia
Assessore alle Aree Protette
della Regione Piemonte

Le eccellenze dei parchi



Parco naturale Alta Val Sesia e Alta Val Strona
MACCAGNO
17

Parco del Po torinese
POM MATAN DI SAN SEBASTIANO DA PO
29

Parco naturale La Mandria
CINGHIALE "CONTROLLATO"
103

Parco naturale Laghi di Avigliana
CIPOLLA PIATTA DI DRUBIAGLIO
113

Parco naturale Gran Bosco di Salbertrand
PATATA PIATLINA
35

Parco naturale Orsiera Rocciavrè
TOMA D'ALPEGGIO A MARCHIO PARCHI ALPI COZIE
37

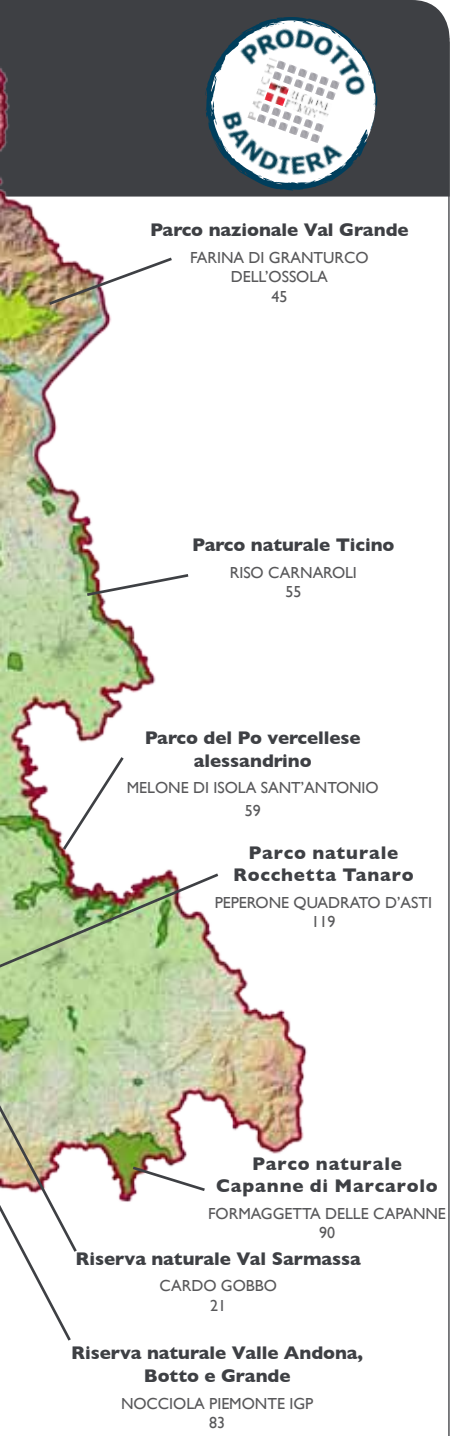
Parco naturale Val Troncea
PLAISENTIF
23

Parco naturale Stupinigi
FARINA DI STUPINIGI
129

Parco naturale Monviso
CASTAGNE DI PAESANA
63

Parco naturale Alpi Marittime
FARINA DI SEGALE DELLA VALLE GESSO
65

Parco naturale Marguareis
TROTA DELL'ALTA VALLE PESIO E TANARO
89



17 MACCAGNO
Parco naturale Alta Val Sesia e Alta Val Strona

21 CARDO GOBBO
Riserva naturale Val Sarmassa

23 PLAISENTIF
Parco naturale Val Troncea

29 POM MATAN DI SAN SEBASTIANO DA PO
Parco del Po torinese

35 PATATA PIATLINA
Parco naturale Gran Bosco di Salbertrand

37 TOMA D'ALPEGGIO A MARCHIO PARCHI ALPI COZIE
Parco naturale Orsiera Rocciavrè

45 FARINA DI GRANTURCO DELL'OSSOLA
Parco nazionale Val Grande

55 RISO CARNAROLI
Parco naturale Ticino

59 MELONE DI ISOLA SANT'ANTONIO
Parco del Po vercellese alessandrino

63 CASTAGNE DI PAESANA
Parco naturale Monviso

65 FARINA DI SEGALE DELLA VALLE GESSO
Parco naturale Alpi Marittime

83 NOCCIOLA PIEMONTE IGP
Riserva naturale Valle Andona, Botto e Grande

89 TROTA DELL'ALTA VALLE PESIO E TANARO
Parco naturale Marguareis

90 FORMAGGETTA DELLE CAPANNE
Parco naturale Capanne di Marcarolo

103 CINGHIALE "CONTROLLATO"
Parco naturale La Mandria

113 CIPOLLA PIATTA DI DRUBIAGLIO
Parco naturale Laghi di Avigliana

119 PEPERONE QUADRATO D'ASTI
Parco naturale Rocchetta Tanaro

129 FARINA DI STUPINIGI
Parco naturale Stupinigi

antipasti

8 Antipasto di marroni IGP della Valle di Susa con miele millefiori, erbe e fiori su lardo
9 Bagna brusca per salame cotto
10 Bagnetto di sedano rosso
11 Crostone toma blu e gelatina di birra Iside
12 Friscioli
13 Insalata di carne cruda battuta al coltello
14 Involtini di cavolo - Caponèit
15 Focaccia di patate
16 Miacce con formaggio Maccagno
18 Millefoglie al gorgonzola piccante e confettura di pere
19 Pane di semola di grano duro rimacinata ai semini
20 Sformato di cardo gobbo con fonduta e tartufo bianco
22 Tartine con formaggio Plaisentif e miele
24 Torta salata di riso
25 Torta salata di barbabietola *La tourtë 'd carótta roùia*

primi piatti

28 Agnolotti di pom matan
30 Agnolotti monferrini
31 Cajettes
32 Cuchela
33 Curzetti
34 Ghinefle
36 Gnocchi di patate di montagna con fonduta di toma Alpi Cozie e maggiorana
38 Gnocchi all'Ossolana
39 Gnocchi alla toma di Lanzo
40 Lasagna di castagne con spinaci e patate rattine gratin al Rivet D'Or
41 Lasagne nere - lasagnasse
42 Panissa di Casale Popolo
43 Orzo rustico
44 Pulènte tride
46 Polenta con Seirass e toma di Entracque
47 Polenta e merluzzo accomodato
48 Polenta mescia
49 Polenta saracena con sugo di porri
50 Rabaton verdi
51 Ràviole
52 Ravioli al Tuccu
53 Ravioli ripieni di patate e porri alla Vernantina
54 Riso Carnaroli al Ghemme e cipolle rosse
56 Riso ai porri con Raschera e pancetta
57 Risotto al Barbera d'Asti DOCG
58 Risotto al melone d'Isola S. Antonio
60 Risotto con le rane
61 Serpentone
62 Straccetti di castagne di Paesana
64 Tagliatelle di segale integrale all'Occitana
66 Tajarin al tartufo bianco
67 Tòfeia - Preti o e fagioli
68 Trofie di castagne
69 Tultei
70 Zuppa dei monti
71 Zuppa di ajucche
72 Zuppa di cavolo verza con fagioli bianchi di Bagnasco e grano saraceno
73 Zuppa di trota della Valle Gesso
74 Zuppa di pesce d'acqua dolce
75 Zuppa Walser Walisschuppa
76 Zuppa del Gran Paradiso

secondi piatti

82 Arista di maiale alle nocciole
84 Arrosto di maiale alla mela grigia di Torriana
85 Cagliette di patate - Lâ calhètta 'd trufa
86 Coniglio al bianco delle Colline novaresi e olive nere
87 Finanziera alla monferrina
88 Filetto di trota in fumetto di mais ottofile sfumato al Dolcetto delle Langhe monregalesi
91 Frittata di luppolo
92 Frittata con salampatata
93 Insalata di gallina bianca di Saluzzo
94 Insalata di "Pula (gallinella) di Morozzo"
95 La Glôre alla maniera del Rivet d'Or
96 Lepre al sugo
97 Pastella con fiori di sambuco
98 Pess coj
99 Pratahapla
100 Preti, Prejvi, Previ, o Quajette
101 Salmerino di fonte in panatura croccante di fumetto di mais ottofile su vellutata di patate a buccia rossa e "bagnet verd"
102 Spezzatino di cinghiale
104 Spiedino di pesce d'acqua dolce e verdure
105 Tagliata di Fassone piemontese alla griglia
106 Trancetti di storione in casseruola sfumati al mandarino su letto d'indivia belga
107 Trota in manto di verza e lardo alle erbe aromatiche gratinata in forno

contorni

110 Asparagi in salsa tartara all'alessandrina
111 Cipolle ripiene di magro
112 Cipolle di Drubiaglio ripiene
114 Crema di sedano rosso
115 Fagioli Billo' in umido
116 Flan di cardo gobbo
117 Pilot 'd trufa gratà crua - Frittelle di patate crude
118 Peperoni in salsa di acciughe

dolci

122 Arsumà
123 Amaretti di Gavi e Voltaggio
124 Canestrelli di Tonengo
125 Caritun
126 Ciambella tiepida di mele e amaretti con zabaione al Moscato d'Asti DOCG
127 Crescianzin
128 Cuori di lavanda di Stupinigi
130 Dolce di patate e cioccolato con composta di renette
131 Fiacia
132 Latte dolce fritto
133 Marmellata di cardo gobbo
134 Mostarda d'uva - Cugnà
135 Panna cotta di bufala agli agrumi
136 Paste di meliga
137 Pere Martin sec
138 Semifreddo al genepì
139 Semifreddo al torrone
140 Tirà
141 Torcetti di Lanzo
142 Torta di Alagna con crema al vino: d'Land turta und Wiweljeta
143 Torta di riso
144 Torta di pane e latte al rosmarino
145 Tortino alla nocciola con olio di nocciola

ANTIPASTI

GIGI PADOVANI

Nel bagnetto di sedano rosso, nelle miacce con il Maccagno, nel flan di cardo gobbo è concentrato un valore che in tutto il mondo si tenta di preservare: la biodiversità. Le Aree naturali protette del Piemonte non sono soltanto un patrimonio inestimabile di fauna e di flora, ma consentono ancora tanti "assaggi di natura" che senza la tutela della Regione Piemonte rischiavano di andare perduti. Ecco perché si è voluto raccogliere in questa pubblicazione un "menu dei parchi": ogni zona salvaguardata offre prodotti-bandiera che caratterizzano il territorio e piatti in grado di indurre allo stupore anche i palati più insensibili.

Secondo le indicazioni dettate dalla cucina borghese moderna, il catalogo di questi sapori ineguagliabili incomincia con gli antipasti. Costituiscono l'apertura di ogni menu e anche il vanto della tradizione culinaria piemontese. Vengono alla mente piatti come la compusta, o giardiniera, la lingua al verde, il tonno di coniglio o la carne cruda servita in vari modi, tagliata al coltello o affettata a carpaccio albese: quest'ultima presente, non a caso, tra le specialità segnalate dal Gran Bosco di Salbertrand, anche se si può trovare in tutto il Piemonte. In realtà quella dell'"antipasto" è una tradizione piuttosto recente: non a caso, questa sezione del Menu dei Parchi è più esigua delle altre. Giovanni Vialardi, il cuoco di Casa Savoia assunto da re Carlo Alberto, nel suo trattato *Cucina borghese semplice ed economica* (1864) descrisse ancora con un termine francese quelle «cosette appetitose che si mangiano nel principiar del pranzo», indicandoli come *Hors d'Oeuvres*.

«L'arte della cucina è indizio di progresso e felicità sociale», scriveva il Vialardi nella prefazione di quel libro: ancor oggi uno chef mediatico come Davide Scabin del Combal.Zero di Rivoli (To) - autore di piatti "molecolari" e dal design creativo -, considera quel ricettario come il suo breviario di gastronomia. E dunque nello sformato di cardo gobbo dalla Val Sarmassa si può cogliere tutto il *savoir faire* del contadino monferrino, che interra l'ortaggio per fargli superare indenne il freddo dell'inverno. Anche il sedano rosso è un piccolo concentrato di storia culinaria. Fu infatti introdotto in Italia dalla francese duchessa Anna Maria d'Orleans, dopo essere andata in sposa a Versailles, nel 1684, di Vittorio Amedeo II: la crema del Parco di Stupinigi – appunto, un castello dei Savoia – diventa così un ideale *trait-d'union* con le casate dei re di Francia.

Di natali meno nobili ma assai popolare anche nell'Europa dell'Est è invece

l'involtino di verza, o cavolo. Lo segnala il Parco del Monte Fenera, in Valsesia, ma è tipico ancor oggi di tutti gli antipasti piemontesi: battezzato in dialetto *caponet*, è un piatto povero. Lo si può gustare in una sera d'autunno e rimanda a ingredienti semplici, come la carne tritata del bollito avanzato, il pane ammollato nel latte, un po' di formaggio per insaporire. Se gli *Hors d'Oeuvres* di verdure sono consigliati anche da Vialardi, un capitolo importante tra gli antipasti dei parchi è da attribuire ai formaggi, da sempre il primo prodotto tipico delle valli alpine e delle zone protette.

Così dalla Valsesia avanza il Maccagno, un formaggio a pasta semicotta che prende il nome da un alpeggio a 2200 metri in testata dalla Val Vogna, accompagnato dalle "miacce", una sorta di antica crêpe a base di farina, latte e uova cotte in apposite piastre di ferro circolari. Se si fanno pochi chilometri quelle cialde croccanti, nel Canavese sono state battezzate come "miasse", ma rientrano in una tradizione tutta italiana: preparazioni sottili – basti pensare alla piadina romagnola, alla farinata ligure, fino alla pizza napoletana – realizzate con farina di grano o altri cereali, da unire a un ingrediente più saporito, come salumi o formaggi. Un tipo di "pane" non lievitato facile da fare sul fuoco di un bivacco in montagna o in una cascina senza il forno, che per generazioni ha accompagnato le feste contadine. Sul Ticino appare invece la toma blu, l'erborinato che racconta nella sua pasta quanto il formaggio sia un elemento vivo e naturale, con quel tocco di modernità dato dalla gelatina di birra, ovviamente realizzata dalla bevanda di uno dei tanti birrifici artigianali che sono il nuovo vanto dell'Italia. Infine sui monti della Val Troncea, ai confini con la Francia, si gusta il Plaisentif, detto anche il "formaggio delle viole": si produce nelle malghe, in luglio, con gli ultimi fiori dei pascoli alpini.

Se si scende nella pianura padana, lungo il Po, ci si imbatte nelle risaie. Non può quindi mancare la torta di riso salata, proposta dal Parco del Po Vercellese Alessandrino: le distese di questa pianta erbacea di origini asiatiche hanno sfamato per secoli le campagne di queste zone, segnando le stagioni con l'alternarsi della semina, dei campi allagati tra la primavera e l'estate, e della raccolta a mano.

Oggi il lavoro delle mondine è stato superato grazie alle macchine e ai diserbanti, ma quella torta è rimasta la testimonianza di un tempo che fu.

Come tutti questi piatti, segnati dal lavoro e dai sacrifici, eppure semplici e gustosi.

Antipasto di marroni IGP della Valle di Susa con miele millefiori, erbe e fiori su lardo

Ingredienti

1 kg marroni con buccia
200 g miele millefiori
200 g zucchero di canna
300 g lardo
erbe e fiori a piacere

Preparazione

Cuocere i marroni in acqua per circa 15/20 minuti, scolarli, sbucciarli e continuare la cottura con miele e zucchero.

Affettare finissimo il lardo, cospargerlo di erbe e fiori e gustarlo con i marroni.

RISTORATORI

Albergo ristorante Bellavista di Ghione Olimpia
Via Pian Barale 6 - Meana di Susa TO - Tel 0122 39162

PRODUTTORI MIELE

Associazione apicoltori Valle di Susa "Valsusamiele"
Sede legale Via Trattenero 15 - 10053 Bussoleno (TO)
presso Unione Montana Valle di Susa
Tel 0122 38444 - 338 2061993
Email: valsusamiele@yahoo.it
Info: www.valsusamiele.it

Azienda Agricola "Apis in fabula" di Chiara Ciminelli
via don O. Chirio, 17 - Caprie (TO)
Tel 348 5506390
Email: chiara.ciminelli@tin.it

Apicoltura "Les Avies" di Federico Miletto
via Aghetti 21 - Mattie (TO)
Tel 0122 38291
Email: federico.m94@libero.it - Info: www.valsusamiele.it

PRODUTTORE MARRONI

Marrone IGP Valle Susa Cooperativa La Maruna S.C.C.A R.L
Via Conte Carroccio 30 – Villar Focchiardo (TO) - Tel 345 7776982 Email: lamaruna05@gmail.com - Info: www.lamaruna.it

Bagna brusca per salame cotto

Ingredienti per 6 persone

12 fette di salame cotto
2 spicchi d'aglio
1 cipolla
2 acciughe sotto sale
1 peperone sott'aceto
alcuni carciofi sott'olio
1 ciuffo di prezzemolo
1 peperoncino piccante
½ bicchiere d'olio extravergine
1 bicchiere di vino bianco secco
Sale
Pepe

Preparazione

Tritate finemente gli spicchi d'aglio e metteteli in una casseruola con l'olio, unite le acciughe dissalate e fate rosolare a fuoco lento fino a quando le acciughe si siano disfatte. Tritate finemente la cipolla e unitela alla bagna facendola appassire per 10 minuti.

Sgocciolate il peperone, liberatole dai semi e tagliatelo a quadrettino, tagliate anche i carciofini a fettine e tritateli grossolanamente.

Unite il peperone e i carciofini all'intingolo, aggiungete il peperoncino piccante e versate il bicchiere di vino bianco secco facendolo evaporare e cuocete per 10 minuti.

Tritate finemente il prezzemolo unitelo al bagnetto e cuocete ancora per qualche minuto. Controllate il sale e pepe a piacere. Lasciate raffreddare la bagna e versatela sulle fette di salame cotto. Se volete rendere la bagna più "brusca" sostituite metà del vino con aceto di vino rosso.

Bagnetto di sedano rosso

Ingredienti

40 g foglie di sedano rosso
20 g prezzemolo
3 acciughe sotto sale
mollica di un panino
aceto
capperi
1 spicchio d'aglio
olio d'oliva

Ricetta proposta dal Consorzio del Sedano rosso di Orbassano

Preparazione

Tritare finemente le foglie di sedano rosso e il prezzemolo unendo l'aglio, i capperi e le acciughe, dopo averle ben pulite.

Versare il trito in una ciotola, unire la mollica di pane, dopo averla imbevuta in buon aceto e poi strizzata.

Mescolare accuratamente gli ingredienti con un cucchiaio di legno, aggiungere abbondante olio d'oliva perché la salsa risulti ben liquida. Salare e pepare. Servirla come accompagnamento al bollito.

Variante

Vengono aggiunti alla ricetta cetriolini sottaceto tritati, peperone crudo o peperoncino.

PRODUTTORE E RISTORATORE DEL SEDANO ROSSO DI ORBASSANO

Agriturismo Cascina Gorgia di Paolo Gilardi
Strada Stupinigi, 80 - Orbassano TO
Tel 011 9002384

Crostone toma blu e gelatina di birra Iside

Ingredienti

1 bottiglietta di birra
50 g toma blu
gelificante vegetale agar agar
pane a fette
zucchero

Realizzato con
Toma Blu
Latteria Sociale di Cameri

Birra Hordeum Iside
di Soc. Agr. Hordeum srl

Preparazione

Gelatina di birra. Versare una bottiglietta di birra Iside in una pentola e lasciarla riposare per qualche ora in modo che perda la sua schiuma. Aggiungere lo zucchero e scaldare finché non bolle. Abbassare completamente il fuoco e bollire per circa 15 minuti a fiamma molto bassa aggiungere l'agar agar setacciandolo rapidamente, evitando che si formino grumi, continuando a mescolare molto bene. Far bollire almeno per altri 5 minuti, spegnere e travasare subito la gelatina di birra in piccoli vasetti sterili sottovuoto. Girare i vasetti a testa in giù finché si saranno raffreddati completamente affinché il vuoto si formi facilmente; mettere in frigorifero per due o tre ore.

Crostini. Far abbrustolire qualche fetta di pane da entrambi i lati in una padella antiaderente. Appoggiare una fetta sottile di toma su di un lato, tenere ancora al caldo sul fuoco per qualche istante in modo che la toma si sciolga leggermente. Spalmare sulla toma un velo di gelatina di birra.

PRODUTTORI FORMAGGI

Latteria Sociale di Cameri Soc. Coop
Via per Novara, 67 - Cameri NO
Tel 0321 518224
www.latteriadicameri.it

PRODUTTORI BIRRA HORDEUM ISIDE

Società Agricola Hordeum srl
Corso Vercelli, 120 - Novara
Tel 0321 467574

Friscioli

Ingredienti

2 uova
1 cubetto di lievito di birra
½ L di latte tiepido
½ kg di farina

Preparazione

Mescolare gli ingredienti.

Lasciare la pasta in riposo per 20 minuti, mescolare, lasciare altri 20 minuti in riposo.

Salare e, volendo, aggiungere uvetta o pezzetti di mela. Friggere per ottenere delle frittelle dalla forma a piacere.

Insalata di carne cruda battuta al coltello

Ingredienti

carne cruda di bovino di razza "Piemontese" battuta al coltello
aglio a spicchi tagliati a metà
olio di oliva
sale e pepe
limone (a piacere)

Preparazione

Tagliare finemente la carne con il coltello in modo che i succhi non vengano persi e la consistenza rimanga croccante. Condire con sale, pepe, un filo di olio di oliva e succo di limone (a piacere). Servire in modo che la carne sia ancora rosata.

RISTORATORE

Ristorante "Due Bandiere"
Chef Silvano Arnaud
Piazza Martiri della Libertà, 2 - Salbertrand TO
Tel e fax 0122 854640

PRODUTTORI

Azienda Agricola Zolin Maurizio
Via Monginevro, 72 - Frazione San Romano Salbertrand TO
Tel 339 6523307
Email: azagrmauriziozolin@libero.it

Involtini di cavolo - Caponèit

Ingredienti

per 10 persone

600 g salame cotto

500 g verza (in alta Valsesia si utilizza il Rumex alpinus o "lavasse")

50 g prezzemolo

10 g aglio

1 cipolla ramata

100 g pane comune

200 ml latte

100 g burro

1 L brodo comune

Preparazione
Tempo richiesto 3 ore

Disporre le foglie di cavolo verza oppure di Rumex lavate e sbollentate sul tagliere e collocare al centro un impasto fatto con il salame cotto, la cipolla e l'aglio soffritti, il prezzemolo tritato e il pane ammollato nel latte. Piegare a fazzoletto o a involtino e disporre il tutto in una teglia con poco olio d'oliva o burro.

Soffriggere leggermente e bagnare con vino bianco. Ridurre, bagnare con poco brodo e cuocere a fiamma bassa con coperchio per 20 minuti.

Servire tiepidi con polenta.

Focaccia di patate

Ingredienti

400 g farina
1 patata
sale
1 cubetto di lievito di birra
½ bicchiere di latte
olio

Preparazione

Impastare la farina con una patata bollita e schiacciata, sale, un cubetto di lievito di birra sciolto, mezzo bicchiere di latte appena tiepido e olio. Lasciare lievitare, stendere con le mani nella teglia, fare i "buchi" e aggiungere un filo d'olio.

Aggiungere ancora un po' di olio quando esce dal forno.

PRODUTTORI PATATE QUARANTINE

Consorzio della Quarantina
Cel 347 953451
www.quarantina.it

Azienda Agricola Lorenzo Merlo
Cascina Leveratta I,
Frazione Capanne di Marcarolo - Bosio AL
Tel 0143 684029

Azienda Agricola Boffito Mirko
Cascina Boffito, Località Boffiti, 39
Casaleggio Boiro AL
Tel 0143 877239

Miacce con formaggio Maccagno

Ingredienti
per 10 persone

1,2 kg farina bianca
800 g latte intero
150 g uova intere (facoltativo)
100 g panna
poca acqua
sale

Preparazione
Tempo richiesto 20 minuti.

Impastare tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto piuttosto consistente. Per cuocere l'impasto sono necessari gli appositi ferri, due piastre di ferro circolari con lunghi manici, che devono essere scaldati e unti con del lardo (un tempo venivano appoggiati sul focolare).

Versare un mestolo del composto su una delle due piastre ben calde. Tenere schiacciato con l'altra piastra sul fuoco, cuocere le miacce da ambedue i lati e servire.

Origini

Le miacce sono prodotte in tutte le località valsesiane e sono costantemente proposte in quasi tutte le feste tradizionali così da poter essere considerate il simbolo gastronomico della Valsesia.

PRODOTTO BANDIERA

IL MACCAGNO

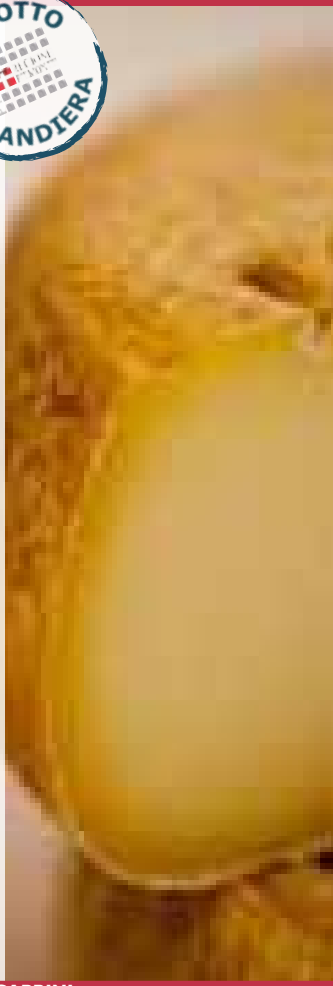
È un formaggio tipico che prende il nome dall'Alpe omonima, che si trova ai piedi del Monte Rosa.

Oggi si produce sulle montagne del Biellese e della Valsesia, in particolare nelle valli Cervo, Sessera e Sesia. Più piccolo della Toma Piemontese, è un tipico formaggio di montagna fatto con latte vaccino intero e crudo. La sua particolarità più importante è la produzione a ogni mungitura, metodo probabilmente nato dalle esigenze di sfruttare la naturale temperatura del latte.

Le forme pesano da 1,7 a 2,3 kg. Sono tonde, con un diametro di 18 - 25 cm e uno scalzo di 5,8 centimetri.

La crosta è sottile, liscia e con colore che varia dal paglierino al grigio con sfumature dal giallo all'arancione. La pasta è compatta, elastica, con una leggera occhiatura sparsa e un colore bianco paglierino, quando è giovane e tendente al dorato con la stagionatura.

Prodotto due volte al giorno e nel periodo estivo, il Maccagno ha una particolare fragranza: al naso si avvertono nettamente il pascolo e piacevoli sensazioni floreali.



PRODUTTORI FORMAGGI D'ALPEGGIO VACCINI E CAPRINI

Carla Bozzo
Alpe Lavazei - Rima S.G. Località Baraggiotta
Pratosesia NO - Tel 0163 850495

Alessia Caresana
Alpe Pianelli - Carcoforo località Casa del ponte 1
Carcoforo VC - Tel 0163 95600- 0163 95603

Lidia Fresco
Frazione Dorf , 1 - Alagna VC - Tel 333 26672877

Edis Garbella Tavernin
Alpe Faller Alagna - via Capomosso 28 - Mosso BI

Pie Flavio Giacomone
Alpe Testanera / Faller / Fun Bitz – Alagna VC
Frazione Rolando 8 - Mosso BI

Vittorino Muretto
negozio via A Daverio - Alagna VC

Caseificio La Giuncà
via Rizzetti 46 - Fobello VC
Tel 163 55043

Millefoglie al gorgonzola piccante e confettura di pere

Ingredienti

1 confezione di pasta fillo (già stesa)

200 g gorgonzola piccante

3-4 cucchiai di latte

100 g confettura di pere

PRODUTTORE MARMELLATA DI PERE

Az. Agricola Bianchi Guido
Cascina Picchetta - Cameri NO
Tel 0321 616211 - Cel 3484125121

PRODUTTORE GORGONZOLA

Latteria Sociale di Cameri Soc. Coop
Via per Novara, 67 - Cameri NO
Tel 0321 518224

Preparazione

Ritagliare la pasta fillo in quadrotti di più o meno 4 x 4 cm. Disporre i quadrotti su una teglia ricoperta da carta forno e cuocere in forno a 160 gradi per qualche minuto finché i quadrotti si saranno leggermente gonfiati e colorati. Scaldare il gorgonzola piccante (nel formo a microonde, oppure a bagnomaria) e diluirlo leggermente con qualche cucchiaio di latte.

Comporre dei piccoli millefoglie ponendo un quadrotto, uno strato sottile di gorgonzola piccante (ancora tiepido in modo che sia ben morbido e sciolto), mezzo cucchiaino da caffè di confettura di pere, un altro quadrotto, altro gorgonzola, pere e infine un terzo e ultimo quadrotto. Lasciare riposare almeno un'oretta in modo che gli ingredienti si leghino bene e prendano sapore.

Presentare una porzione intera 4 x 4 cm in caso di antipasto, una mezza porzione di circa 2 x 2 cm, se volete trasformarle l'antipasto in un finger food da aperitivo!

Pane di semola di grano duro rimacinata ai semini

Ingredienti

400 g semola di grano duro rimacinata

250 g acqua (temp. ambiente)

10 g di sale fino

½ cubetto lievito di birra fresco

½ bustina malto

semi di lino

semi di sesamo

foglioline di aneto

Realizzato con Semola rimacinata di grano duro dell'Azienda Agricola Rabellotti Stefano

Preparazione

Lo chef prepara questa ricetta aiutandosi con l'impastatrice elettrica planetaria (con l'accessorio a foglia prima e poi con il gancio); comunque non sarà di difficile preparazione neppure a mano: la durata dell'impasto richiede 15-20 minuti circa!

Versate la semola rimacinata e il malto nel contenitore della planetaria e aggiungete il lievito sciolto in un po' d'acqua. Aggiungete il resto dell'acqua poco a poco. Non aggiungete subito il sale, in quanto inibisce la lievitazione. Incorporate pian piano anche due cucchiai di semi di lino, due di semi di sesamo e un cucchiaio di foglioline di aneto. Aggiungere il sale, sciolto nell'ultimo goccio d'acqua, quando l'impasto sarà già un po' avanzato. Impastate per almeno 10 minuti con la foglia, poi prendete l'impasto e finite d'impastare a mano (oppure con il gancio) fino a quando non noterete che assume una certa consistenza ed elasticità. Mettete a lievitare l'impasto in una ciotola leggermente unta, coprendolo bene con un canovaccio spesso. Lasciatelo lievitare per circa due ore: l'impasto dovrà all'incirca raddoppiare di volume. Togliete l'impasto dalla ciotola e posatelo su di un piano infarinato. Cercate di dare al pane una forma (ad esempio fare un panetto rotondo e ricoprire di altri semi di sesamo facendo un po' pressione con le mani in modo che si attacchino bene alla superficie). Riponete la pagnotta su di una teglia ricoperta da carta forno, coprite con uno strofinaccio e lasciate riposare almeno un'altra mezz'oretta. Trascorso il tempo della seconda lievitazione, togliete lo strofinaccio, incidete il pane con un coltello in modo che si formino dei solchi (ad esempio a croce, o in diagonale), infarinatelo leggermente e mettetelo in forno pre-riscaldato al massimo della sua potenza (220 gradi) per circa 20 minuti, poi abbassate la temperatura a 180 gradi e fare cuocere ancora 15 minuti. Mentre il pane è in cottura, provate ad alzarlo prima da una parte e poi dall'altra, appoggiandolo sulla parete laterale del forno per agevolare la cottura del fondo, oppure trasferitelo sulla griglia del forno. Ultimata la cottura lasciate riposare il pane finché non si sarà quasi del tutto raffreddato.

Gustatelo ancora tiepido, oppure utilizzatelo come base per il Crostone Toma Blu e Gelatina di Birra Iside!

Sformato di cardo gobbo con fonduta e tartufo bianco

Ingredienti per 6 persone

Per lo sformato

1,5 kg cardo gobbo
200 g parmigiano
200 g panna da cucina
6 uova
1 noce di burro
pane grattugiato

Per la fonduta

250 g toma piemontese
2 tuorli d'uovo
200 g latte
un po' di farina

RISTORATORE

Agriturismo La Ca' Rusa
Via Sant'Agata, 6 - Incisa Scapaccino AT
Tel e fax 0141 74368 - Cel 348 5131089
E mail:info@agriturismolacarusa.it
Info: www.lacarusa.it

Preparazione

Pulite i cardi, tagliateli a piccoli pezzi e cuoceteli in acqua salata con qualche goccia di limone, per circa un'ora. A cottura avvenuta, scolateli, passateli nel burro e frullateli. Montate a neve gli albumi, uniteli ai cardi, ai tuorli, ad abbondante parmigiano grattugiato, alla panna e a un cucchiaio di pane grattugiato. Cuocete il composto in forno, a bagno maria, per circa un'ora e mezza, finché non si sia formata in superficie una leggera crosticina. Capovolgete lo sformato su un piatto da portata e ricopritelo con la fonduta. Servite lo sformato caldo dopo averlo cosparso con lamelle di tartufo bianco.

Per la fonduta: fate sciogliere a bagno maria 250 g di toma piemontese di media stagionatura, tenuta a temperatura ambiente dalla sera precedente in 200 g di latte. Lavorate il tutto mescolando e aggiungendo i 5 tuorli, uno alla volta. Aggiungete, sempre continuando a mescolare un po' di farina. Lasciate cuocere il composto per pochi minuti, togliendolo poi dal fuoco. Capovolgete lo sformato su un piatto da portata e ricopritelo con la fonduta. Servite lo sformato caldo dopo averlo cosparso con lamelle di tartufo bianco.

PRODOTTO BANDIERA

IL CARDO GOBBO

Si coltiva nei terreni ricchi di sabbia alluvionale adiacenti le sponde del Fiume Belbo, ai piedi delle colline della Riserva Naturale della Val Sarmassa. I "cardaroli" dotati di sapiente manualità, custodiscono una tecnica che si tramanda da generazioni: a maggio seminano i cardi della varietà Spadone e li raccolgono d'autunno. I "gobbi" sono un bell'esempio di agricoltura sostenibile perché non si irrigano, non si concimano e non si trattano. A fine estate, quando sono già alti e rigogliosi, il "cardarolo" scava una buca, vi adagia dentro i cardi legati, ricoprendoli di terra. Tentando di liberarsi dalla terra sabbiosa per ritrovare la luce, i cardi si gonfiano e s'incurvano trasformandosi in cardi gobbi. Le coste perdono la clorofilla e diventano bianchissime e tenere. Dopo un mese l'imbianchimento è compiuto e inizia la raccolta: con la "purinetta" (una roncola lunga e sottile) si eliminano le foglie esterne e le coste danneggiate, si tiene solo il cuore croccante e dolce. È l'unico cardo che si mangia crudo, il re delle verdure che accompagnano il piatto simbolo dell'arte culinaria piemontese: la bagna càuda.

PRODUTTORI

Azienda Agricola Pavese Pierlorenzo
Via Cortiglione, 66 - Incisa Scappaccino AT
Tel 0141 74058 - Cel 349 6493238

Azienda Agricola Ortofrutticola Pomato
Via IV Novembre, 4 - Incisa Scapaccino AT
Tel e Fax 0141 791243 - Cel 347 2759547

Azienda Agricola Quaglia Vittorio
Via Piana, 8 - Incisa Scapaccino AT
Tel 0141 74620 - Cel 328 6493238

Azienda Agricola Boggero
Via La Serra, 20 - Vaglio Serra AT
Tel 0141 732024

Tartine con formaggio Plaisentif e miele

Ingredienti

Pane integrale artigianale

Fette di Plaisentif, toma delle viole

Miele millefiori di Pragelato

Preparazione

Tagliare a fette il pane. Distribuire su ciascuna fetta un po' di formaggio.

Versare sul formaggio un po' di miele millefiori di Pragelato.

PRODUTTORI PLAISENTIF

Azienda agricola Giletta Mario e Massimo
Via Roncaglia, 2 - Revello CN
Cel 340 5929751 - 349 1391016 - Tel e Fax 0175 273198
Monticazione estiva presso l'alpeggio di Troncea (non produce ricotta)

Azienda agricola Perotti Franco
Via Tegas, 9 - Buriasco TO - Tel 012156401 - Cel 339 6738604
Monticazione estiva presso l'alpeggio di La Val

PRODUTTORI MIELE

Consorzio Apicoltori di Pragelato
c/o Presidente pro tempore Luca Audibert
Cel 348 0084355

PRODOTTO BANDIERA

IL PLAISENTIF

Il Plaisentif è l'antico "formaggio delle viole". La ricetta è stata recuperata da una tradizione secolare: viene prodotto con il latte crudo delle mucche alimentate sui pascoli dell'alta Val Chisone e alta Val Susa nel periodo di fioritura delle viole (giugno-luglio). La stagionatura del Plaisentif dura 80 giorni e può essere commercializzato solo a partire dalla terza domenica di settembre in occasione della festa di Poggio Oddone a Perosa Argentina. Il Plaisentif è tutelato dal Consorzio produttori e si riconosce dalla lettera "P" e dal logo, riportante una violetta stilizzata, che viene marchiato a fuoco su una delle facce della forma. Accuratamente selezionate, le tome devono rispettare un preciso protocollo che riguarda ogni fase della loro preparazione.

PRODUTTORI

Azienda agricola Giletta Mario e Massimo
Via Roncaglia, 2 - Revello CN
Cel 340 5929751 - 349 1391016
Tel e Fax 0175 273198
Monticazione estiva presso l'alpeggio di Troncea

Azienda agricola Perotti Franco
Via Tegas, 9 - Buriasco TO
Tel 0121564401 - Cel 339 6738604
Monticazione estiva presso l'alpeggio di La Val

Agriturismo Rivet d'OR
Fraz. Rivet - Pragelato TO
Cel 348 3635123 -348 4149973

Torta salata di riso

Ingredienti

per 4 persone

200 g riso Carnaroli
100 g burro
½ kg spinaci
½ cipolla
3 uova
olio extra vergine di oliva
parmigiano
sale

Preparazione

Lessate il riso e conditelo con il burro. Lessate anche gli spinaci che poi bisognerà tritare.

Soffriggete in una padella la cipolla con un po' di burro, aggiungere il riso e gli spinaci.

Fuori dal fuoco aggiungete anche le uova e il parmigiano grattugiato e una presa di sale. Amalgamate bene il tutto e sistemate l'impasto in una teglia che va messa in forno a 150° C.

Cuocere la torta salata finché la superficie non sarà dorata.

Torta salata di barbabietola
La tourtë 'd carótta roùia

Ingredienti

pasta del pane
½ verza
1½ carote
2 barbabietole
1½ patate
½ cipolla grossa (o 1 porro)
2 fette di pancetta tagliata spessa
olio e burro
sale e pepe

Preparazione

Lavate, pelate se necessario e bollite verza, carote, patate e barbabietole, quindi scolate il tutto e tagliate finemente gli ingredienti. A parte, preparate il soffritto con la cipolla e la pancetta tagliata a pezzettini, l'olio e un po' di burro.

Amalgamate il tutto, unendo sale e pepe, quindi farcite la torta e cuocete per 30 minuti circa in forno caldo (170-200 gradi, a seconda del forno).

PRODUTTORI ORTAGGI

Agriturismo L'Itialette
Via Assietta, 1 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Tel 338 9361243

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51 - Pragelato TO
Tel 349 5291235 - Email: stefanobalcet@gmail.com

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4 - Pragelato TO
Tel 347 3132480 - Email: consuelo.ferrier@teletu.it

Ferrier Massimo
Viale IV novembre, 16
Frazione Soucheres Hautes - Pragelato TO
Cel 347 6772595 - Email: ferrier.monimax@gmail.com

Varetti Davide
Via Oulx, 15
Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Cel 366 4574801 - Email: davide.varetti@gmail.com

PRIMI PIATTI

GIGI PADOVANI

Zuppe e minestre, in gran quantità: polenta insaporita da verdure (la "mescia"), dal merluzzo, dai formaggi (la "concia" delle Valli Ossolane o quella con il "seirass" delle Alpi Marittime); e poi il riso, gli gnocchi, i ravioli.

E' un ricco catalogo quello che raccoglie i primi piatti del Menu del Parchi. Così voleva la tradizione. Soltanto nel 1891, infatti, Pellegrino Artusi codificò gli "spaghetti con il pomodoro", bandiera culinaria italiana nel mondo, nel suo *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*. E comunque in quel suo testo le zuppe e le minestre abbondano. Scriveva il gourmet di Forlimpopoli: «Una buona e generosa minestra per chi ha uno scarso desinare sarà sempre la benvenuta, e però fatele festa».

Non deve stupire se tra i primi piatti della tradizione segnalati dalle aree protette regionali risulti una netta prevalenza di brodi. Nel Parco Marguareis, ai confini con la Liguria, si predilige il cavolo verza con fagioli e grano saraceno. Nella Valle Gesso e nell'Oasi di Crava Morozzo i torrenti forniscono i pesci d'acqua dolce che servono a dare sostanza a ogni pietanza liquida. Tra le montagne del Parco Nazionale del Gran Paradiso è consuetudine contadina servire in tavola un piatto unico gustoso e nutriente, a base di pane, cipolle, porri con aggiunta di formaggi saporiti. L'orzo è invece la base delle ricette preparate dalla popolazione Walser in Val Sesia.

Dopo l'Unità d'Italia nel 1878 un'inchiesta promossa dal ministero dell'Agricoltura individuò quasi centomila casi di "pellagra" in pianura padana: la malattia era causata dall'eccessivo consumo di polenta, che per tanti contadini costituiva l'unico alimento disponibile, mai accompagnato da cibi proteici. Oggi ci si è dimenticati di quella malnutrizione causata dalla mancanza di vitamine e le gialli fette di farina "bramata" sono insaporite da sostanziose specialità: come il seirass, un tipo di ricotta che matura per 30 giorni nel fieno (Alpi Marittime), o le verdure tagliate a minestrone (Capanne di Marcarolo), o il merluzzo "accomodato" (con pomodori, pinoli, olive, patate ed erbe aromatiche) della Val Grande, o ancora la classica "concia" a base di fontina dell'Alta Valle Antrona.

Rettangolari, quadrate, a mezzaluna, a forma di ombelico (si sprecano le leggende sull'origine dei tortellini, ispirati alle dolci forme muliebri di Venere), le paste ripiene costituiscono un altro capitolo importante della gastronomia

italiana. Come spesso succede, le ricette più saporite, nascono nelle cucine povere con il riciclo della carne avanzata nella tavola dei più ricchi. Che siano stati battezzati come agnolotti, "raviole" (alla piemontese) o "tultei", l'importante è che siano ben conditi: con il sugo "u tuccu", tipico della tradizione ligure ma segnalato anche dal confinante Parco Capanne di Marcarolo; oppure ripieni di patate e bietole (alla Vernantina, nelle Alpi Marittime). I più sorprendenti sono quelli con i "pom matan", (Parco del Po Torinese), mele speciali di San Sebastiano da Po, protagoniste di una sagra annuale: il ripieno degli agnolotti è costituito da questo frutto – che si presenta verde all'esterno, di sapore acidulo e solitamente consumato cotto – mescolato con salsiccia, burro e noce moscata.

Tajarin, curzetti (o corsetti o corzetti) e lasagne rientrano nel patrimonio nazionale delle paste, e i parchi le offrono realizzate da materie prime diverse: con segale, all'Occitana (Alpi Marittine); con le castagne e le patate (Val Troncea); addirittura arricchiti dal nobile tartufo bianco in Val Sarmassa, nella zona di Vinchio, Vaglio Serra, Incisa, famosa per le "trifule" e la Barbera. Le patate sono protagoniste in molti piatti che arrivano dalle aree protette: da sempre sono una grande risorsa anti-fame - dopo che il francese Antoine-Augustin Parmentier nel XVIII secolo ne intuì le potenzialità per contrastare le carestie facendolo diventare il "pane dei poveri" – e si prestano a un facile uso culinario: dagli gnocchi (Orsiera Rocciavrè, Riserva Ponte del Diavolo in Val di Lanzo, Ossola), alle ghinefle del Gran Bosco di Salbertrand (piatto in verità di tutta la cucina valdese).

E infine, ecco Sua Maestà il riso, tipica coltivazione italiana che nella varietà Carnaroli con il Ghemme e le cipolle (nel Parco del Ticino) o con i porri e il raschera oppure con le rane (Parco del Po Torinese) dà il meglio di sé in forma di risotto. Naturalmente, se "annega" i suoi umori nel Barbera, come succede nel Parco di Rocchetta Tanaro, esprime al massimo la sua profonda "piemontesità".

In brodo, asciutti, conditi con formaggi o con pesci, verdure, questi primi piatti costituiscono una ghiotta passerella di sapori autentici e naturali: ogni preparazione rimanda a un territorio, a un prodotto, a una tradizione. Poterli assaggiare in loco presso le osterie che ne conservano la preparazione è un privilegio, ma questa Guida consente di riprodurre anche a casa tali meraviglie per il palato.

Agnolotti di pom matan

Ingredienti

Per la pasta (circa 40 agnolotti)

300 g farina 00

3 uova

Per il ripieno

6 pom matan

1 noce di burro

100 g salsiccia

noce moscata

sale

Preparazione

Fare cuocere a pezzetti i pom matan aggiungendo alla purea di mele cotte qualche pezzo di burro, noce moscata, salsiccetta bollita a parte e poi tritata e amalgamata con l'aggiunta di un po' di sale.

Una variante del ripieno, adatta ai vegetariani, si ottiene mediante la sostituzione della salsiccia del ripieno con uova, cavolo e pane pesto.

Gli agnolotti di mele vanno conditi con un buon sugo al pomodoro insaporito con tutti i gusti dell'orto.

IL POM MATAN DI SAN SEBASTIANO DA PO

Il pom matan è una varietà di mela autoctona delle Colline Torinesi. Originatasi probabilmente da ibridazione spontanea, questa varietà di melo è stata successivamente selezionata e riprodotta ad opera dell'uomo. Esemplari di alberi di pom matan, oltreché nelle Colline Torinesi, sono stati segnalati anche in Val Chisone e nelle valli di Lanzo. Tuttavia soltanto nella piana tra San Sebastiano da Po e Monteu da Po esistono vivai in grado di riprodurre questa varietà. L'albero di pom matan è rigoglioso, con chioma folta e larga, che viene lasciata a crescita naturale. Il pom matan è poco sensibile alla ticchiolatura, la principale avversità del melo. La produzione di mele ha inizio dopo circa 5 anni dalla messa a dimora della pianta ed è molto abbondante. Se è innestato su un melo franco, si concede all'albero molto spazio. La pezzatura del frutto è medio-grossa, di forma sferoidale, con peduncolo corto ma robusto. La buccia è di colore di fondo giallo-verde chiaro, con sovracolore rosso slavato specialmente nelle parti esposte al sole. La polpa è di colore bianco-crema, di tipo asciutto e fondente con tessitura fine e dal sapore acidulo-asprigno. La polpa è adatta anche per preparazioni salate. I frutti, raccolti tra settembre e ottobre, raggiungono la completa maturazione a fine autunno e si conservano fino a tarda primavera.

La zona di produzione comprende il comune di San Sebastiano da Po e i paesi limitrofi.

A San Sebastiano da Po ogni anno, nella seconda settimana di settembre, si svolge l'affollatissima e tradizionale Sagra del pom matan.

Agnolotti monferrini

Ingredienti
per 8 persone

Per la pasta :

250 g farina

acqua tiepida

burro

1 mazzetto di odori

1 spicchio di aglio

1 mazzetto piccolo di prezzemolo

100 gr prosciutto

450 kg di polpa manzo

300 g spalla di vitello

150 g cavolo verza

4 cucchiai di sugo

farina

4 cucchiai di parmigiano reggiano

pepe

5 uova

tartufo bianco o funghi porcini

Preparazione

In una ciotola mettete la farina, rimestarla aggiungendo acqua tiepida finchè si ottiene una pasta molle da poter mischiare. Poi mettetela su di un asse di legno e impastatela molto bene aggiungendo farina fino a che si stacchi. Stendete la sfoglia (sottile) e componete gli agnolotti con il ripieno.

Fate cuocere in umido gli odori con un po' di burro insieme al prosciutto, aggiungete il manzo con il vitello fate rosolare, aggiungete le foglie di verza, cuocete finchè le carni saranno cotte irrorandole di tanto in tanto con poco brodo. Passate carne e cavolo e il fondo.

Soffriggete con il burro per due minuti un trito di prezzemolo, unite il passato con quattro cucchiai di sugo ristretto addensando con farina tostata (rosso). Quando il ripieno è giunto a ebollizione levatelo dal fuoco e aggiungetevi quattro cucchiai di parmigiano reggiano, le uova e un trito di tartufo bianco (che potrete sostituire con i funghi porcini).

Preparate la sfoglia che bagnerete in superficie con una miscela di uovo sbattuto allungato tre volte con acqua.

Disponete in fila tanti mucchietti di ripieno grandi come una nocciola e ripiegatevi sopra la pasta. Schiacciate bene il tutto in modo che non ci sia aria all'interno degli agnolotti e tagliate con la rotella. Disponete gli agnolotti su asciugamani infarinati e lasciateli riposare e asciugare per 10 minuti prima di cuocerli in acqua bollente.

Scolateli e conditeli con burro formaggio e sugo di carne.

Cajettes

Ingredienti

300 g pane grattugiato

1 L di latte intero

olio extravergine d'oliva

noce moscata

1 manciata di erbette, spinaci o erbe spontanee a seconda della stagione (ortiche, luppolo)

1 cuore di sedano

100 g di farina di segale

200 g di farina bianca tipo "0"

2 patate di montagna di media grandezza, precedentemente lessate e ridotte a pureè

100 g pancetta o coppa

200 g burro d'alpeggio

sale e pepe

Preparazione

Mettere a bagno il pane grattugiato nel latte, aggiungere olio extravergine d'oliva, noce moscata sale e pepe. Lasciare ammorbidire il composto per 1 ora circa.Aggiungere poi le erbette lessate e i cuori di sedano tritati finemente e le patate. Mescolare il tutto aggiungendo, un po' alla volta, le due farine precedentemente mescolate. Fare delle piccole cucchiaiate e cuocerle come degli gnocchi in abbondante acqua salata.

Quando le Cajettes vengono a galla, scolarle e sistemarle su un vassoio largo e basso. Lasciar raffreddare perché diventino più consistenti, aggiungere un po' di olio extravergine d'oliva.

A parte, in un padella di rame o antiaderente far soffriggere la dadolata di pancetta con burro d'alpeggio e qualche rametto di timo.

Sbollentare le Cajettes e farle saltare in padella per qualche minuto. Servire molto caldo.

PRODUTTORI BURRO D'ALPEGGIO

Canton Ettore
Alpe Pian dell'Alpe (Usseaux)
Via Conte Brunetta, 1 - Usseaux TO
Tel 347 4656571

Giovale Manuel
Alpe Montebenedetto (Villar Focchiardo)
Via Cardinal Maurizio, 44 - Giaveno TO
Tel 368 3599047

RISTORATORE

Ristorante Il Mulino di Mattie,
Via Giordani 52 - Mattie TO
Tel 0122 38132 - 333 1973660

Cuchela

Ingredienti

500 g carote
800 g patate
500 g cornette (bagian)
1 verza verde
2 cipolle
1 kg costine
6 salamini
200 g pancetta tesa
1 dl acqua
100 g burro
sale

Preparazione

Lavare tutte le verdure e tagliarle a pezzi grossi.

Disporre a strati in una pentola, salando leggermente; in ultimo sistemare le costine, i salamini e le fette di pancetta.

Ricoprire con fiocchi di burro, aggiungere l'acqua e chiudere con un coperchio pesante. Mettere sul fuoco o nella brace.

Lasciare cuocere lentamente per circa 2 ore senza rimestare, ma scrollando la pentola di tanto in tanto.

A cottura ultimata, rovesciare su un piatto di portata e servire direttamente in tavola molto caldo.

La cuchela è generalmente servita come piatto unico.

Curzetti

Ingredienti

per 8 persone

1 kg farina
2 tuorli d'uovo
2 L acqua
sale
olio
pepe
cipolla

Preparazione

Preparare un impasto con la farina, l'acqua calda e le uova, in modo da ottenere una consistenza molto morbida, dividere quindi l'impasto in grossi pezzi quanto un pugno e lavorare questi ultimi con le mani, a formare dei cordoni uniformi.

Tagliare i cordoni ottenuti in pezzetti, di circa un centimetro di lunghezza, ad uno ad uno comprimerli con l'indice ed il medio e rovesciarli.

Ghinefle

Ingredienti

1 kg patate di montagna
3 uova intere
noce moscata
farina tipo "00"
panna
parmigiano

RISTORATORE

Ristorante "Due Bandiere"
Chef Silvano Arnaud
Piazza Martiri della Libertà, 2 - 10050 Salbertrand TO
Tel/fax 0122 854640

Preparazione

Far bollire le patate con la buccia in abbondante acqua salata, scolarle, pelarle e passarle calde al setaccio.

Aggiungere all'impasto uova intere e una manciata di farina bianca. Formare dei gnocchi (un po' più grandi di quelli tradizionali di patate) e metterli a bollire in acqua salata, senza lasciarli venire a galla. Scolarli e sistemarli in una teglia.

Coprire a metà con panna e abbondante parmigiano, gratinare in forno.

PRODUTTORI: ANTICHE VARIETÀ TRADIZIONALI DI PATATE DI MONTAGNA

Allemand Giorgio
Frazione Jouvenceaux 56 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850876

Gorlier Alessandro e Riccardo
Via Clotes 13 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850361 – 338 9733195

Vitton Giuliano
Via Assietta 11 - Sauze d'Oulx TO
0122 858456

Eydallin Fabrizio
Villaggio Alpino 32 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850175

Perotto Andrea
Via Roma 55 - Salbertrand TO
338 3546052 - Email: perotto.andrea@alice.it

Azienda Agricola "LA VINCIA"
di Mout Danilo
Via Levis 35 - Chiomonte TO - 329 2219928

PRODOTTO BANDIERA

LA PATATA PIATLINA

Antica varietà autoctona delle vallate Occitane del Piemonte, era la varietà tradizionalmente coltivata prima dell'importazione di nuovi ibridi. È stata recentemente recuperata e rigenerata, si dimostra estremamente versatile.

Pezzatura media e forma tonda leggermente appiattita (da cui il nome), è contraddistinta da occhiature di colore rosa. La pasta è bianca, di consistenza tenace e profumata. È ottima bollita e indicata per frittura, purea, minestre, gnocchi.

PRODUTTORI PATATA PIATLINA

Allemand Giorgio
Fraz. Jouvenceaux, 56 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850876

Eydallin Fabrizio
Villaggio Alpino 32 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850175

Gorlier Alessandro e Riccardo
Via Clotes, 13 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850361 - Cel 338 9733195

Parco naturale del Gran Bosco di Salbertrand
Via Fransuà Fontan, 1 - Salbertrand TO
Tel 0122 854720
Socio fondatore Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Perotto Andrea
Via Roma 55 - Salbertrand TO
Cel 338 3546052
Iscritto a Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Vitton Giuliano
Via Assietta, 11 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 858456
Socio fondatore Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Azienda Agricola La Vincia
di Mout Danilo
Via Levis, 35 - Chiomonte TO
Cel 329 2219928

Gnocchi di patate di montagna con fonduta di toma Alpi Cozie e maggiorana

Ingredienti

per 6 persone
Per gli gnocchi:

1 kg patate di montagna

350 g farina di grano tenero

1 tuorlo d'uovo

Per la fonduta:

400 g toma a marchio Alpi Cozie di media stagionatura

200 g panna da cucina

4 tuorli d'uovo

12 rametti di maggiorana

sale

pepe

Preparazione

Cuocere le patate per circa un'ora a seconda della grandezza in acqua salata. Pelarle e schiacciarle subito, allargarle su una superficie e lasciarle raffreddare Quando sono fredde unire la farina e il tuorlo e impastare fino ad ottenere un impasto liscio e omogeneo. Se troppo molle aggiungere ancora farina. Tagliare l'impasto e, infarinandolo leggermente, formare dei grissini che taglierete a cilindretti di 2 centimetri.

Fonduta: Pelate la toma, cubettatela fine e lasciatela a bagno con la panna per 1 ora. Scaldatela poi a bagnomaria fino al completo scioglimento, aggiungete i tuorli d'uovo e regolate di sale e pepe. Aggiungete le foglie di 6 rametti di maggiorana e tenete in caldo.

Cuocete i gnocchi in abbondante acqua salata, scolateli lasciando passare 30 secondi da quando salgono in superficie e amalgamateli alla fonduta. Servite in un piatto caldo decorando con i rimanenti 6 rametti di maggiorana.

RISTORATORE

Ristorante Phoenix
chef Sandro Ostorero
via Magnoletto (str. per Mocchie)
18 - Condove TO
Tel 011 9643392
www.ristorantephoenix.com

PRODOTTO BANDIERA

TOMA D'ALPEGGIO A MARCHIO PARCHI ALPI COZIE

È un formaggio semicotto a pasta morbida o semidura, di latte vaccino intero o parzialmente scremato, tipicamente destinato alla stagionatura, prodotto soltanto nei mesi estivi in alpeggio e di conseguenza caratterizzato dall'intensità di profumi e di aromi e dalla complessità gustativa che deriva dall'erba dei pascoli (sapore di burro, sentori floreali).

La toma d'alpeggio prodotta secondo il disciplinare del Parco viene marchiata come Formaggio tipico delle Alpi Cozie.

PRODUTTORI TOMA D'ALPEGGIO E TOMA DI LAIT BRUSC

Agù Chiaffredo
Alpe Selleries (Roure)
Via del Castello, 19 – Villar Perosa TO
Cell. 329 2184128

Canton Ettore
Alpe Pian dell'Alpe (Usseaux)
Via Conte Brunetta, 1 – Usseaux TO
Cell. 347 4656571

Canton Mario
Pascolo Alpe Pintas – Colle delle Finestre (Usseaux)
Via C. Brunetta, 34 – Usseaux TO
Cell. 333 4201432

Giovale Manuel
Alpe Montebenedetto (Villar Focchiardo)
Via Cardinal Maurizio, 44 – Giaveno TO
Cell. 368 3599047

Gulli Manuel
Alpe Toglie (Mattie)
Via Malenghi, 7 – Mattie TO
Cell. 339 3364415

Listello Amelio e Giovale Lucia
Alpe Balmetta Vecchia (Bussoleno)
Via Vaie, 43 – Sant'Antonino di Susa TO
Cell. 333 2424584

Lussiana Ugo
Alpe Fumavecchia (Villar Focchiardo)
Via Avigliana, 97 – Giaveno TO
Cell. 338 6197124

Lussiana Giancarlo e Listello Daniela
Alpe Sellery (Coazze)
Via Monte Grappa, 2 Coazze TO
Cell. 333 4510981

Gnocchi all'Ossolana

Ingredienti

800 g zucca gialla lessata, passata al setaccio

600 g patate lessate, passate al setaccio

100 g castagne lessate, passate al setaccio

200 g pangrattato

2 tuoli d'uovo

1 cucchiaio d'olio

sale

pepe

noce moscata

Per il condimento:

burro

salvia

rosmarino

nostrano a dadini

Preparazione

Disporre la farina a fontana, aggiungere la zucca, le castagne e le patate. Incorporare i tuorli d'uovo, il sale, il pepe, la noce moscata, l'olio. Impastare il tutto, aggiungendo il pane grattugiato un po' alla volta sino ad ottenere un composto consistente che non si attacchi alle mani.

Ricavarne dei piccoli gnocchi, immergerli in acqua bollente e scolarli quando vengono a galla con l'aiuto di una schiumarola.

Per il condimento soffriggere in un tegame il rosmarino, la salvia con il burro.

Saltare in padella gli gnocchi cospargendo con dadini di formaggio nostrano.

Gnocchi alla toma di Lanzo

Ingredienti

per 4 persone

1 kg di patate

farina

300 g toma di Lanzo

2 uova

burro

Preparazione

Portare a bollore 1 kg di patate in acqua salata, schiacciarle e aggiungere due pugni di farina bianca e 300 grammi di toma grattugiata con le due uova.

Lavorare un impasto omogeneo e creare su un'asse infarinata dei tocchetti grossi come un grissino tagliati della lunghezza di 1 o 2 cm al massimo.

Versare in una pentola con abbondante acqua, alla bollitura, gli gnocchi e allorché salgono in superficie raccoglierli con una schiumarola ponendoli direttamente nelle fondine e condendo con burro fuso e salvia

Lasagna di castagne con spinaci e patate rattine gratin al Rivet D'Or

Ingredienti

per 5 persone
Per la pasta

350 g farina tipo "00"

150 g farina di castagne

4 uova intere

1 pizzico di sale

Per il ripieno

200 g Rivet d'Or

200 g Spinaci freschi

10 patate Rattine

Preparazione

Pasta: ponete tutti gli ingredienti in una ciotola capiente e amalgamate il tutto. Quando gli ingredienti sono ben miscelati, mettete l'impasto su un piano e lavoratelo energicamente fino ad ottenere un composto liscio ed elastico. Coprite l'impasto con una pellicola trasparente e ponetelo in frigorifero per 30 minuti.

Ripieno: cuocete le patate in acqua bollente, scolatele e tagliatele con la buccia a rondelle di circa mezzo cm di spessore. Mettete le patate in un contenitore e condite con olio e sale, poi lasciatele da parte. Prendete gli spinaci freschi e conditeli crudi con sale, olio e aglio, poi teneteli da parte.

Riprendete la pasta dal frigo e, con l'aiuto di un mattarello, fate delle sfoglie di circa 3 mm di spessore ritagliate dei quadrati di circa 10 x 10 cm. Quindi cuocete la pasta in acqua salata fino a che non sarà ben cotta, scolate e lasciate raffreddare in un contenitore con acqua fredda e un po' di olio. Sbriciolate il Rivet d'Or. Prendete una teglia, ricopritela di carta da forno e iniziate col mettere un pezzo di pasta come base con sopra qualche foglia di spinacio, 5 o 6 rondelle di patate e il Rivet d'Or. Fate poi un altro strato uguale e andate a chiudere con uno strato di pasta e il solo Rivet d'Or. Mettete in forno a 170 gradi per circa 7 minuti coperto e 3 minuti scoperto.

RISTORATORI

Agriturismo Rivet d'Or
Chef Alessio Arrigoni
Fraz. Rivet - Pragelato TO
Tel 348 3635123 - 348 4149973
Email: info@rivetdor.com

PRODUTTORI PATATA RATTINA

Agriturismo L'Itialette
Via Assietta, 1 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Tel 338 9361243

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51
Frazione La Ruà - Pragelato TO
Tel 349 5291235 - Email: stefanobalcet@gmail.com

Ferrier Massimo
Viale IV novembre, 16
Fraz. Soucheres Hautes - Pragelato TO
Tel 347 6772595 - Email: ferrier.monimax@gmail.com

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4 - Fraz. La Ruà - Pragelato TO
Tel 347 3132480 - Email: consuelo.ferrier@teletu.it

Varetti Davide
Via Oulx, 15 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Tel 366 4574801 - Email: davide.varetti@gmail.com

PRODUTTORI RIVET D'OR

Agriturismo Rivet d'Or
Fraz. Rivet - Pragelato TO - Tel 348 3635123 - 348 4149973 - Email: info@rivetdor.com

Lasagne nere - Lasagnasse

Ingredienti

per 4 persone
Per la pasta:

150 g farina di grano integrale

150 g farina bianca

2 uova intere

Acqua e sale

100 g patate

Per il condimento

100 g raschera

100 g panna

50 g cipolla

40 g burro

Preparazione

Preparare la pasta miscelando le due farine, le uova e poca acqua in modo da ottenere una pasta soda e liscia, lasciarla riposare per un'ora circa. Tagliare la cipolla a julienne e farla stufare a fuoco lento nel burro poca acqua e sale.

Tirare la pasta sottile e tagliarla a forma rettangolare irregolare cm 2x5 circa. Farle cuocere in abbondante acqua salata in cui è stata già messa a lessare la patata tagliata a spicchi. In una padella unire il formaggio raschera tagliato a cubetti, la panna e la cipolla stufata, mettere sul fuoco per fare amalgamare il tutto. Scolare le lasagnasse e le patate e aggiungerle al condimento spadellare e servire al momento.

RISTORATORE

Ristorante Corsaglia
Chef Dho Sebastiano
fraz. Corsaglia - Montaldo Mondovì CN
Tel 01743491.09

PRODUTTORI FORMAGGI

Azienda Agricola Casa Frescu
di Dardanelli Margherita
Valgironima, 6 - Frabosa Sottana CN
Tel 338 5617015 - 339 8860703

Azienda Agricola Capre Al Pascolo
di Bruno Federico
Via San Luigi, 38 - Frabosa Sottana CN

Panissa di Casale Popolo

Ingredienti

per 4 persone

100 g lardo

3 salamini morbidi o 3 pezzetti di salsiccia magra

400 g riso tipo maratelli

500 g fagioli borlotti

1 cipolla

2 spicchi d'aglio

1 rametto di rosmarino

Alcune foglie di salvia

3 ciucchiai d'olio d'oliva

1 L brodo vegetale

pepe

Preparazione

Fate cuocere i fagioli con sale acqua e tre cucchiai d'olio per circa due ore. Tritate la cipolla, l'aglio e gli aghetti teneri del rosmarino e mettete il tutto a soffriggere in una pentola a fuoco lento. Aggiungete la salsiccia "disfatta" con una forchetta e fate cuocere per trenta minuti aggiungendo un po' di brodo. Versate il riso mescolando delicatamente.

Appena il riso è tostato, aggiungete i fagioli e il relativo brodo. Fate cuocere per una ventina di minuti. Al termine aggiungete una grattata di pepe nero.

Nella versione popolare e rustica, si usava aggiungere, al momento del servizio o direttamente nel piatto del commensale, mezzo bicchiere di vino rosso Barbera molto robusto, rendendo il risotto di colore scuro.

Accompagnate la panissa di Casale Popolo con un vino barbera o un rubino di Cantavenna.

Orzo rustico

Ingredienti

per 5 persone

200 g orzo perlato (la ricetta può essere preparata anche con il farro o farro e orzo)

3 o 4 cotechini nostrani medi

4/5 patate

4 carote

2/3 hg di fagioli borlotti secchi o freschi

2 porri

1 gambo di sedano

prezzemolo e basilico

1 spicchio d'aglio

sale

Preparazione

Cuocere per 1 ora e mezzo i cotechini cambiando più volte l'acqua per ridurre il grasso.

Tagliare le verdure a pezzetti. Tritare finemente prezzemolo, basilico e aglio. Aggiungere l'orzo lavato e scolato, 2 litri e mezzo di acqua, una presa di sale.

Portare a ebollizione e lasciar cuocere 40/50 minuti. Tagliare a fette i cotechini. Disporre 3 o 4 fette in ogni piatto e unire l'orzo.

Pulènte tride

Ingredienti

per 6/8 persone

1 ¼ di litro d'acqua

1 manciata di sale

1 kg farina gialla

Preparazione

Portare a ebollizione l'acqua nel paiolo, aggiungere il sale e 1 kg di farina in una sola volta. In pochi istanti l'acqua si assorbe. Usare una forchetta di legno per rompere la polenta a tocchetti. Cuocere per un'ora a fuoco alto con coperchio, ogni 5-10 minuti mescolare sollevando dal fondo.

Le "pulènte tride" deve presentarsi a gnocchetti ed è ideale servirla con il latte.

FARINA DI GRANTURCO DELL'OSSOLA

La Polenta di Beura è una farina di mais integrale, coltivata in Ossola evitando l'utilizzo di concimi e antiparassitari. Derivata da antiche varietà messicane, giunte in Europa all'indomani della scoperta dell'America. È un prodotto sorprendentemente buono, in quanto la presenza della parte oleosa (germe) le conferisce un gusto pieno e naturale, oltre a una morbidezza e plasticità uniche, che ne rendono particolarmente pratico l'utilizzo. Infatti la Polenta di Beura non fa grumi e difficilmente "attacca" alla pentola . Si consuma subito dopo la cottura, ma è adatta anche a essere passata alla piastra, conservando intatto il sapore e l'umidità, che la fa sembrare "fresca" anche a distanza di ore.

Alcuni particolari, come la macinatura a pietra, che non scalda il seme durante la macinatura, contribuiscono alla conservazione dei valori nutrivi e all'ottenimento di una farina di qualità superiore, con granulometria irregolare, che consente di rivisitare piatti tradizionali, utilizzando un ingrediente "originale", del tutto simile a ciò di cui si disponeva anticamente, quando dallo stesso mais non venivano ottenuti 3/4 prodotti (polenta bramata, olio e farinetta o amido) come normalmente accade, ormai da molti anni.

Il progetto Polenta di Beura, contribuisce al salvataggio di varietà antiche di mais, che da ormai troppi anni sono a serio rischio di estinzione, destinando ogni anno alcuni campi alla sperimentazione di varietà non ibride, destinate alla costituzione di una banca del germoplasma a salvaguardia della biodiversità del pianeta.

PRODUTTORE

Associazione produttori agricoli ossolani

Polenta con Seirass e toma di Entracque

Ingredienti

per 8 persone

1 kg farina integrale di mais pignulet otto file dente del cane e altre varietà macinata a pietra

4 L acqua

sale

Seirass

toma fresca di Entracque

Preparazione

Scaldare l'acqua e salarla. Incorporare poco a poco la farina evitando la formazione di grumi. Cuocere a fuoco lento girando il composto con un bastone di legno per almeno 70 minuti. Impiattare lo polenta su piatti caldi con formaggio Seirass e toma fresca di Entracque.

Piatto tipico del nord Italia per preparare la polenta, in Valle Gesso per tradizione si utilizzava principalmente il mais pignulet che veniva mangiata con il latte o con i formaggi freschi locali.

PRODUTTORI FORMAGGIO SEIRASS

Azienda agricola I Gemei
Vicolo Blua, 5 - Valdieri CN
Tel 347 4110266

Caseificio Valle Gesso
Tetti Rim, 14 Entracque CN
Tel 0171 978575
www.caseificiovallegesso.it

Azienda agricola L'isola
Frazione Palanfrè - Vernante CN
Tel 340 5979779

Azienda agricola En Barlet
(Alpeggio della Vagliotta, Valdieri)
Tetto Barlèt - Chiusa Pesio CN
Tel 0171 735288 - 347 1873878

Polenta e merluzzo accomodato

Ingredienti per 4 persone

Per il merluzzo

2/3 filetti di merluzzo salato

6/7 etti di cipolle

4/5 cucchiai di olio di oliva

prezzemolo tritato

sugo di pomodoro leggero

farina bianca

Per la polenta

1 ½ Kg farina per polenta

acqua

sale

2/3 cucchiai olio di oliva

PRODUTTORE

Mulino San Giorgio
Via Al Toce, 17 – Beura Cardezza VB
Tel 334 1417916 – 349 5274412 – 348 3031638
Email: mulinosangiorgio@gmail.com

Preparazione

Il giorno prima preparare il merluzzo: togliere il sale, tagliarlo a pezzetti, lavarlo e lasciarlo a bagno per circa 8/10 ore, cambiando l'acqua 4/5 volte. Il giorno dopo lasciarlo sotto l'acqua fredda per 15/20 minuti, asciugare, infarinare e friggere. Sbucciare le cipolle, tagliarle a fettine e farle stufare nell'olio. Aggiungere il merluzzo e cuocere a fuoco lento per 15 minuti. Scaldare il forno e mettere il merluzzo coperto per una decina di minuti (variante: aggiungere sugo di pomodoro e prezzemolo).

Mettere sul fuoco una pentola adatta alla polenta con l'acqua, portare a ebollizione, aggiungere olio e sale, la farina a pioggia, mescolare in modo da ottenere un composto morbido ma non troppo, lasciare bollire per qualche minuto in modo da verificare se aggiungere, sempre a pioggia, ancora una manciata o due di farina. Mescolare in modo da far cuocere bene la farina per circa 1 ora (la polenta è cotta quando si forma la crosta intorno alla pentola e il composto è uniforme). Una volta pronta, servire la polenta con il merluzzo.

Polenta mescia

Ingredienti

verdure per minestrone (soprattutto cavolo nero e fagioli borlotti, poi patate, sedano, carote, cipolle e altre a piacere).

50 g per persona di farina di granoturco

sale

acqua

Preparazione

Cuocere normalmente un minestrone di verdure per due ore circa, salare e prelevare una parte nella quale andrà versata a pioggia la farina di granoturco.

Cuocere ancora per circa 45 minuti come per fare la polenta aggiungendo eventualmente il brodo restante per mantenere la morbidezza.

Presentazione: a cottura ultimata disporre nelle fondine con burro o olio e formaggio grattugiato. Si può mangiare il giorno dopo disponendo la polenta a fette in un tegame, e infornando per 15 – 20 minuti con olio e formaggio.

Polenta saracena con sugo di porri

Ingredienti
per 10 persone

2 kg patate di montagna
300 g di farina tipo 2
100 g farina di grano saraceno
acqua e sale
500 g porri
1 L latte
2 L panna
1 noce burro
2 cucchiai olio extra vergine di olive taggiasche
sale
pepe

Ricetta di Paolo Pavarino
Chef del ristorante Italia, Ceva

Preparazione

Sbucciare le patate e tagliarle a pezzettoni. Nel tipico paiolo con il fondo concavo (ramina o "bronsa") metterle a bollire coperte di acqua salata; una volta cotte, porre le due farine a fontana sopra le patate, lasciar cuocere a fuoco basso per almeno un'ora. Trascorso il tempo di cottura indicato iniziare a pestare la polenta con il caratteristico "pistau" (pestello in legno che ricorda una mazza da baseball). La polenta va pestata e mai mescolata fino a quando non è bene amalgamata. Una volta cotta va girata su un tagliere di legno e la tradizione vuole che venga tagliata con un filo e servita ben calda. I porri una volta mondati, vanno tagliati abbastanza fini e fatti rosolare nel burro e nell'olio; quando sono ben tostati si aggiunge la panna e il latte. Il sugo va cotto a fuoco moderato per almeno 45 minuti. A fine cottura aggiungere sale e pepe.

Rabaton verdi

Ingredienti

per 4 persone

2 L latte e un limone, oppure 400 g di ricotta

1 kg erbette di campo o coste o spinaci

10 g maggiorana fresca

20 g prezzemolo

1 spicchio d'aglio

150 g parmigiano

4 uova

6 rami salvia

6 rami rosmarino

20 g burro

noce moscata

pepe

sale

Preparazione

Portare a ebollizione 2 L di latte intero e fresco, aggiungere il succo di 1/2 limone. Spegnere il fuoco e mescolare delicatamente sino ad ottenere il caglio del latte. Filtrare in una pezza e premere il contenuto per avere una formaggetta fresca, la giuncà. In alternativa utilizzare 400 grammi di ricotta.

Lessare in acqua non salata un chilogrammo di erbette selvatiche di campo (ortiche, "donnette", "denti di cane", verfis) oppure utilizzare spinaci, costine o bietole. Conservare l'acqua di cottura che verrà riposta al fuoco con un brodo vegetale. Strizzare bene la verdura, e poi tritarla sul tagliere.

Tritare la maggiorana, il prezzemolo, qualche foglia di salvia e uno spicchio d'aglio. Grattugiare 60 grammi di parmigiano reggiano ben stagionato. Rompere 3 uova intere e un tuorlo e sbattere per qualche minuto. Riunire in una terrina il parmigiano, la verdura, la ricotta, il trito d'erbe e le uova e formare un impasto che dovrà avere la consistenza del ripieno di ravioli di magro nel caso aggiungere pan grattato. Aggiustare di sale e aggiungere un po' di noce moscata.

Formare delle polpettine della dimensione di un pollice. Rotolare i rabatòn nella farina bianca. Lessate le polpettine nel brodo per pochi minuti, disponendoli quindi in una teglia precedentemente imburrata. Ricoprire i rabatòn con qualche cucchiaio di parmigiano grattugiato, aggiungere qualche fiocchetto di burro, rosmarino, salvia e 2 cucchiai di latte. Infornare a 180 gradi per 10 minuti.

Servire caldissimi.

Ràviole

Ingredienti

per 10 persone

500 g farina di mais

100 g farina di grano "00"

30 g burro

2 L latte

100 g toma

100 g salamella

200 g pancetta affumicata.

100 g pane raffermo

2 uova

Preparazione

Portare ad ebollizione il latte con l'acqua salata. In una bacinella fare ammorbidire il pane con 2 dl. di latte. Aggiungere le uova, unire le farine e impastare fino a quando il composto diventa omogeneo ma non troppo duro (in questo caso aggiungere un po' di latte).

Formare delle palline e riempirle con il salame, la toma e il burro. All'ebollizione del latte misto all'acqua, unire la pancetta affumicata tagliata a piccoli pezzetti. Immergere le ràviole una alla volta, stando attenti che non si attacchino sul fondo. Cuocere a fuoco lento per circa 1 ora (non mescolare mai le ràviole dopo che cominciano a bollire, perché si disferebbero).

Origini

Piatto tipico Walser che generalmente veniva consumato in autunno.

In estate la popolazione di Alagna (Alta Valsesia) andava all'alpe con le mucche e in autunno scendeva a valle, dove scambiava il formaggio con il mais.

Il mais veniva macinato per ottenere la farina per le ràviole, per il pane e per le torte salate.

Ravioli al Tuccu

Ingredienti

tuccu (sugo di carne alla genovese)

matamà di manzo o castrato

burro, cipolla, carota, sedano, alloro, sale, vino rosso

conserva di pomodoro

ripieno

tuccu, salsiccia, mollica di pane, burro, formaggio grattugiato, uova, borraggine, scarola, maggiorana, sale

Preparazione tuccu

Tuccu: rosolare la carne nel burro. Cuocere cipolla, carota e sedano a pezzi con una foglia di alloro. Tritare e aggiungere alla carne. Aggiungere sale, vino rosso, lasciare sfumare quindi aggiungere la conserva di pomodoro.

Lasciar cuocere lentamente a lungo aggiungendo acqua o brodo.

Ripieno: tritare la carne del tuccu che si userà per condire i ravioli. Cuocere la mollica di pane bagnata nel latte con il burro fino a che diventa una crema. Aggiungere salsiccia, formaggio grattugiato, uova, borragine e scarola bollite e tritate, maggiorana e sale.

Ravioli ripieni di patate e porri alla Vernantina

Ingredienti

per 10 persone
Per la pasta

600 g farina

4 uova intere

sale

per il ripieno

800 g patate

5 dl latte

sale, timo, pepe, noce moscata

100 g burro

100 g parmigiano

1 dl sugo d'arrosto

3 porri saltati in padella

Preparazione

Formare la pasta impastando uova e farina aggiungendo il sale e poi farla riposare nel frigorifero prima di utilizzarla. Nel frattempo lessare le patate pelate, passarle al passaverdura e amalgamarle con latte, timo, sale, pepe, noce moscata e porri tritati. Tirare la pasta sottile in strisce, tagliarla in cerchi con un bicchiere e con un cucchiaio disporre l'amalgama al centro. Chiudere la pasta a mezzaluna, poi premere sui bordi unendo le estremità. Cuocere i ravioli in abbondante acqua salata e saltarli in padella con burro o panna e formaggio.

PRODUTTORI PATATA

Gruppo Patata d'Entracque
c/o Comune di Entracque
Piazza Giustizia e Libertà, 2 - Entracque CN
Tel 0171 978108

Maria Grazia AIME
Via Divisione alpina cuneense, 18 - Valdieri CN
Tel 0171 97168

Silvana BRAO
Vicolo Blua, 4 - Valdieri CN
Tel 0171 97358 - Cel 340 6116780

Azienda agricola I GEMEI
Vicolo Blua, 5 - Valdieri CN
Tel 347 4110266

Roberto RABBIA
Strada Santa Croce, 22 - Valdieri CN
Tel 366 3543931

Bruna BUSSO
Regione Vietta, 2 - Valdieri CN
Tel 0171 97239

Riso Carnaroli al Ghemme e cipolle rosse

Ingredienti
per 4 persone

350 g riso Carnaroli

1/3 L vino Ghemme DOCG Leblanque

300 g cipolle rosse

1 cucchiaino zucchero

1 cucchiaio dado vegetale granulare fatto in casa

1 noce burro per la mantecatura

parmigiano, pecorino o gorgonzola grattuggiato

olio d'oliva

sale

Preparazione

Lasciate tostare per qualche minuto il riso in una padella piuttosto larga a fuoco vivo. Sfumate il riso con vino Ghemme e aggiungete un mestolo dopo l'altro acqua bollente in cui avrete sciolto un cucchiaio di dado vegetale granulare. A metà cottura aggiungete la cipolla rossa tritata non troppo finemente dopo averla fatta brasare a fuoco lento per circa 45-50 minuti in olio extravergine d'oliva e vino Ghemme. Abbiate cura di tenerla sempre umida con un po' d'acqua in modo che non frigga e aggiungete il vino man mano, in modo che evapori progressivamente, fino ad assumere un colore rosso scuro. Dopo aver aggiunto la cipolla brasata nel riso, completate la cottura aggiungendo ancora del brodo e verso la fine regolare di sale a piacere. Spegnete il fuoco e dopo aver lasciato riposare il riso un paio di minuti procedete con la mantecatura unendo il burro girando con qualche movimento deciso.

Presentate il risotto, con una spolverata di parmigiano oppure con una grattugiata di gorgonzola piccante che contrasta bene con il gusto dolce della cipolla brasata. Il gorgonzola dovrà essere precedentemente surgelato in modo che sia ben duro e possa essere grattugiato a mano.

PRODOTTO BANDIERA

IL RISO CARNAROLI

"Il riso nasce in acqua e muore nel vino" è un detto usato nella pianura tra Vercelli e Novara, dove le risaie sono l'elemento tipico del paesaggio rurale, circondate da vitigni che danno ottimi vini. Da secoli l'immagine di questa terra tra i fiumi Sesia e Ticino è rappresentata da un geometrico rincorrersi di rogge e canali, argini e fossi, una trama irrigua che rende ricca e fertile la distesa pianeggiante, dando vita a un vero e proprio "mare a scacchi". Anche se oggi la meccanizzazione ha ridotto il numero delle persone dedite alla risicoltura, il riso rimane la coltivazione più importante. Il piatto tipico a base di riso del novarese è la Paniscia, un gustoso risotto saporito e nutriente con verdure e salumi, ma il riso è utilizzato per molte altre ricette, dai primi piatti ai dolci. Sono molte le varietà di riso coltivate; ricordiamo il Carnaroli, che è la qualità preferita dagli chef e recentemente il Venere, un riso nero di provenienza orientale che qui ha trovato un habitat ideale.

PRODUTTORI RISO CARNAROLI

Azienda Agricola Artusi
di Emiliano Artusi
Via Bagno - Cerano NO
Tel 389 8069154
https://cascinartusi.com

PRODUTTORI CIPOLLE ROSSE

Cascina Dulcamara
di Aina Pacifico
Via Don Bosco, 12 - Romentino NO
Tel 0321 867033
http://cascinadulcamara.it

PRODUTTORI GHEMME

Ghemme di Vigneti "Valle Roncati"
di Bianchi Cecilia
Via Nazionale,4 - Briona NO
Tel 0321 829234

Riso ai porri con Raschera e pancetta

Ingredienti

per 4 persone

350 g riso Carnaroli

150 g Raschera

100 g porri dolci lunghi di Carmagnola

50 g pancetta

40 g burro

3 cucchiai olio d'oliva

1/2 bicchiere di vino bianco, sale e pepe, brodo di carne quanto basta

Preparazione

Mondare i porri eliminando le parti dure, conservare le parti verdi, lavarli, affettarli sottilmente e farli appassire con la pancetta in olio e mezza porzione di burro. Aggiungere il riso, tostandolo leggermente e mescolare con un cucchiaio di legno, irrorare con vino bianco e lasciare evaporare, aggiungere il brodo.

A cottura ultimata aggiungere il formaggio Raschera a dadini ed il burro rimasto, mantecare, aggiungendo sale e pepe. Tempo: 40 minuti.

PRODUTTORI

L'elenco completo dei Produttori è disponibile su: www.parcopotorinese.it/aziende.php

Risotto al Barbera d'Asti DOCG

Ingredienti

per 4 persone

320 g riso varietà Carnaroli

1 cipolla dorata astigiana tritata

1 foglia di alloro

2 noci di burro

2 bicchieri e ½ di vino Barbera d'Asti DOCG

2 bicchieri di brodo di carne

2 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato

sale

pepe

Preparazione

In una casseruola appassite molto dolcemente una noce di burro con la cipolla tagliata a fettine sottili e la foglia di alloro tritata finemente.

Quando la cipolla avrà preso un leggero colorito dorato, unite il riso.

Alzate la fiamma di cottura e mescolate con il cucchiaio di legno, facendo assorbire il condimento per un paio di minuti.

Quando il riso sarà tostato, cioè risulterà quasi trasparente, abbassate la fiamma a fuoco medio e versate il vino barbera.

Evaporato il vino, portate il risotto a cottura aggiungendo il brodo bollente poco alla volta e mescolando frequentemente.

Togliete dal fuoco, amalgamate con il burro rimasto e il parmigiano mescolando fino a quando non risulterà di consistenza cremosa, quindi servite.

RISTORATORE

Bar - Trattoria degli Amici "dal Quarantin"
Piazza Piacentino, 16 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644448

PRODUTTORI BARBERA

Cantine "Braida"
Loc.Ciappellette S.P. 27, 9
Rocchetta Tanaro Asti AT
Tel 0141 644113 - Fax 0141 644584

Azienda Agricola Marchesi Incisa della Rocchetta s.s.
Via Roma, 66 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644647 - Fax 0141 644942

Cantine "Post dal Vin Terre del Barbera"
Via Salie,19 - Rocchetta Tanaro AT
Tel e Fax 0141 644143

Azienda Agricola Vitivinicola Bologna&figli srl
Via Nicola Sardi, 35
Rocchetta Tanaro AT
Tel e Fax 0141 644128 - Cel 348 5728086

Azienda Agricola Del Balzo Rosa
Frazione Asinara, 27
Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644441

Risotto al melone d'Isola S. Antonio

Ingredienti

per 4 persone

400 g riso (violone nano o carnaroli)

12 fette di melone

3 scalogni

2 cucchiai di olio

1,5 litro di brodo vegetale

2 cucchiai di brandy (eventuale)

Preparazione

Pulite e tagliate lo scalogno in modo da realizzare un trito finissimo, poi versate 2 cucchiai di olio in una padella capiente, mettetela a fuoco medio e quando inizia a scaldarsi versateci il trito di scalogno.

Fate imbiondire per qualche minuto, poi aggiungete il riso, mescolate bene e tostatelo per 3-4 minuti, quindi sfumate con il brandy e mescolate a fuoco medio fino a quando l'odore dell'alcool non sarà completamente evaporato.

A questo punto aggiungete la polpa di melone sminuzzata (deve essere quasi una poltiglia) e fate cuocere per circa 5-6 minuti. Quando il composto di riso e melone tenderà ad asciugarsi, aggiungete un mestolo di brodo vegetale e mescolate fino a quando il riso non avrà assorbito tutto il liquido. Ripetete l'operazione versando dell'altro brodo fino a quando non sarà cotto.

Togliete dal fuoco, lasciate riposare il riso per una decina di minuti e servite con una spolverata di parmigiano.

MELONE DI ISOLA SANT'ANTONIO

Azienda Agricola Balduzzi
Via Mezzo Nuovo, 15
15050 Isola Sant'Antonio AL
Tel 0131 857303
www.agribalduzzi.com

Azienda Agricola IL CASONE
via Mazzini, 85
15050 Isola sant'Antonio AL
Tel 0131 857176

Azienda Agricola Goggi Antonio e Paolo
Via Mazzini, 65
Isola Sant'Antonio AL
Tel 0131 78905 - Fax: 0131 78905
Cel 349 1710527

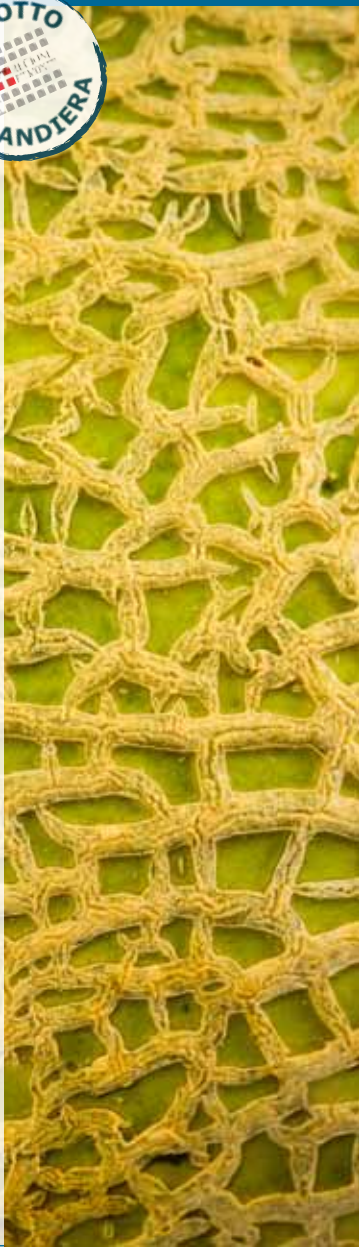
PRODOTTO BANDIERA

IL MELONE DI ISOLA SANT'ANTONIO

Spesso si parla del legame tra un determinato prodotto e la "terra" da cui proviene, dove per "terra" si intende quell'insieme di fattori culturali, climatici e storici che favoriscono una coltivazione piuttosto che un'altra. Nel caso del melone di Isola Sant'Antonio il legame con la terra non è solo culturale e storico, ma anche strettamente pedologico: per nascere e crescere, tale melone ha bisogno di un tipo di suolo limoso e argilloso al punto giusto per permettere un adeguato livello di umidità e calore, grazie al quale i meloni sono particolarmente profumati e dal sapore dolcissimo.

I meloni di Isola Sant'Antonio si dividono in due varietà principali: la Cantalupo, con la superficie liscia e la Reticolata, con buccia spessa ricoperta da un disegno bianco "retato".

Il territorio d'origine di questi particolari meloni è disegnato dalle acque di Po, Tanaro e Scrivia e da un complesso sistema di canali che formano delle vere e proprie isole con clima e caratteristiche perfette per un prodotto che vanta l'iscrizione nell'albo dei prodotti agroalimentari tradizionali del Piemonte. Ideale con il gelato d'estate o per un leggero pasto accompagnato dal prosciutto crudo, il melone di Isola Sant'Antonio si può adattare anche a ricette più raffinate come il melone al moscato o il risotto al melone.



Risotto con le rane

Ingredienti

per 4 persone

1 kg rane
½ kg riso
1 cucchiaio olio
100 g burro
1 spicchio aglio
1 cipolla
prezzemolo

Preparazione

Lavare le rane in acqua corrente dopo averle spellate e pulite; scottarle in acqua bollente per qualche secondo e spolparle, tenendo poi da parte la carne. Pestare ciò che rimane delle rane spolpate e versarlo in una pentola con un litro di acqua salata, lasciando cuocere per almeno mezz'ora.

Passare il brodo così ottenuto al setaccio fine e tenerlo in caldo.

A parte, in un tegame, far rosolare un cucchiaio d'olio, 50 g di burro, uno spicchio d'aglio schiacciato, la carne delle rane e il prezzemolo tritato. Salare e lasciare insaporire per qualche minuto.

In una casseruola fare rosolare 50 g di burro con la cipolla tritata, aggiungere il riso e lasciarlo tostare, quindi aggiungere il brodo di rane caldo e ultimare la cottura.

Una decina di minuti prima di servire il riso, versarci sopra le rane con il loro sughetto, mescolando delicatamente e salando quanto basta.

Servire con una spolverata di prezzemolo tritato.

PRODUTTORI

L'elenco completo dei Produttori
e Ristoratori è disponibile su:
www.parcopotorinese.it/aziende.php

Serpentone

Ingredienti

Per la pasta:

1 kg farina 00

8 uova

sale

olio

Per il ripieno:

200 g arrosto di vitello

200 g lonza di maiale in arrosto

200 g coste

200 g verze

2 uova

100 g parmigiano reggiano

Preparazione

Pasta: far riposare la pasta per ½ ora poi stenderla a foglio cercando di formare un quadrato dello spessore di circa 3 mm.

Ripieno: unire e macinare tutti gli ingredienti. Stendere il composto sul foglio di pasta. Lo spessore del ripieno deve essere di circa 4-5 mm. Arrotolare il tutto, bagnando le estremità per facilitare la chiusura.

Avvolgere in un canovaccio e legare le estremità. Far bollire in acqua salata per circa 30 minuti.

A cottura ultimata tagliare a fette e servire ricoprendo le fette con ragù o burro e salvia a seconda delle preferenze.

RISTORATORE

Ristorante Lago Pineta
Località Lago di Antrona, 25 - 28841 Antrona Schieranco - Tel 0324 51808

Straccetti di castagne di Paesana

Ingredienti

per 4 persone

800 g farina di castagne

200 g farina 00

15 tuorli d'uovo

vino bianco secco

Preparazione

Disporre a fontana la farina di castagne e la farina 00, aggiungere i tuorli d'uovo e il vino bianco, quindi impastare energicamente fino a ottenere un impasto molto sodo.

Tirare la pasta e tagliarla a liste diseguali. Lasciare seccare per almeno 12 ore.

Dopo una cottura di circa 10 minuti condire la pasta a piacere con sugo di funghi, di verdure o porri a seconda della stagione.

LE CASTAGNE DI PAESANA

La castagna è stata per secoli la principale fonte di carboidrati e proteine degli abitanti della valle, che potevano disporre di poche terre coltivabili a cereali ad esclusione della segale. Le castagne venivano essiccate e trasformate in farina che si mescolava con quella di segale e talvolta con quella delle ghiande: prima della diffusione del mais si cucinava così una rustica ma nutriente polenta. Oggi la farina di castagne, sempre meno utilizzata per la cucina quotidiana, entra invece in preparazioni più raffinate, come quella degli straccetti. La ricetta varia a seconda della sensibilità dei cuochi. Si tratta di una pasta tirata a mano e tagliata a strisce irregolari, che viene preparata con farina di castagne (circa 80%) e con farina di grano (indispensabile per rendere elastico il composto). Impastata con almeno 10 uova per 1 kg di farina (in parte con l'albume e in parte con i soli tuorli), si lascia asciugare bene per mezza giornata prima di cuocerla. Come sempre nell'area alpina, il condimento è in bianco, a base di burro, panna, porri e funghi porcini.

Tagliatelle di segale integrale all'Occitana

Ingredienti

per 4 persone
Per la pasta

450 g di farina di segale integrale della Valle Gesso

3/4 uova intere

2 cucchiai di olio extravergine d'oliva

1 pizzico di sale

Per il sugo

4 filetti di acciuga

4 fette di pancetta di circa 1/2 cm di spessore

polpa di pomodoro

½ cipolla

1 carota

olio extra vergine d'oliva

Preparazione

La pasta. Setacciare la farina e disporla a fontana. Unire il pizzico di sale e versare al centro della fontana l'olio e le uova, già sbattute. Impastare per un decina di minuti, aiutandosi con un po' di acqua tiepida, fino a ottenere una pasta soda ma elastica. Stendere la sfoglia con il matterello - dal centro verso l'esterno - girandola più volte e cospargendo della farina sull'asse affinché l'impasto non si attacchi. Una volta ottenuto lo spessore desiderato (circa 2 o 3 mm), arrotolare la sfoglia su se stessa e tagliare a listarelle larghe circa 6 mm. Adagiare, quindi, le tagliatelle di segale su un canovaccio infarinato e farla asciugare per almeno un paio ore.

Il sugo. Rosolare i filetti di acciuga in padella fino allo scioglimento e farla saltare con la pancetta. Preparare un soffritto classico (olio, cipolla, carota), unire della polpa di pomodoro, far consumare il tutto e poi unire l'acciuga con la pancetta. Condire le tagliatelle.

LA FARINA DI SEGALE DELLA VALLE GESSO

Fino agli anni Cinquanta, nei fondovalle delle Alpi Marittime la segale era onnipresente. Con questo rustico cereale, capace di resistere al clima severo delle alte quote, si faceva tutto: il pane con la granella, i tetti delle case e le lettiere per gli animali con la paglia. Dopo un lungo periodo di totale abbandono, che coincide con gli anni del grande esodo dalla montagna cuneese, in tempi recenti la coltivazione è ripartita grazie a un progetto dell'Ecomuseo della Segale che ha coinvolto alcuni imprenditori agricoli della Valle Gesso. Da una prima fase in cui si è puntato sulla produzione di paglia e granella, si è poi passati alla creazione di una filiera che, insieme agli agricoltori, riunisce panificatori locali e il birrificio artigianale Troll di Vernante, artefice della birra di segale Brunalpina. Paglia, farina, pane, biscotti, birra: lentamente, ma con costanza, la segale sta riconquistando un suo spazio nell'economia locale. Per contraddistinguere e difendere il prodotto, il marchio è stato registrato. La segale è così diventata simbolo di "biodiversità" ma anche di riscoperta di tradizioni e prodotti locali, altrimenti dimenticati.

PRODUTTORI SEGALE DELLA VALLE GESSO

Silvana Brao
Vicolo Blua, 4 - Valdieri CN
Tel 0171 97358 - Cel 340 6116780

Alberto Rosso
Via Confraternita, 1 - Valdieri CN
Tel 338 5869394

PRODUTTORI PANE DI SEGALE DELLA VALLE GESSO

Fabrizio Lerda
Via Angelo Barale, 4 - Entracque CN
Tel 0171 978460

L'Albero del pane
Corso Nizza, 27 e via Savona, 81 - Cuneo
tel 0171348249

Biscotteria Cavanna
Via Gatto, 9 - Villar San Costanzo CN
Tel 0171 902186
www.mulinodellariviera.com

PRODUTTORI BIRRA DI SEGALE

BREW PUB TROLL
Famiglia Canavese
Via Valle Grande, 15 - Vernante CN

Tajarin al tartufo bianco

Ingredienti

per 4 persone

400 g farina 00

4 tuorli e 4 uova intere

1 cucchiaio d'olio extravergine d'oliva

1 noce di burro

5 foglie di salvia

sale

scaglie di tartufo

Preparazione

Disponete la farina a cascata sulla spianatoia, versate nell'incavo le uova freschissime, un pizzico di sale e l'olio. Impastate con cura e tirate con il mattarello una sfoglia molto sottile che lascerete riposare per almeno mezz'ora. Arrotolate la sfoglia su se stessa e tagliate il rotolo a fettine finissime con un coltello affilato. Otterrete delle striscioline leggere che dovrete far riposare e debitamente asciugare. E' la ricetta classica per preparare i tajarin esclusivamente a mano.

A questo punto cuocete i tajarin in abbondante acqua bollente e salata per non più di 5 minuti, quindi scolateli. A parte, in un tegame basso, sciogliete la noce di burro e unite le foglie di salvia. Versate i tajarin appena scolati e impreziosite con una cascata di lamelle di tartufo bianco.

Variante: I tajarin con sugo di asparago saraceno. Pulire e sbollentare 250 g di asparagi saraceni, dividendo le punte dai gambi che taglierete a rondelle. Preparare un soffritto con ½ cipolla, ½ gambo di sedano, ½ carota, rosmarino, 1 cucchiaio di olio d'oliva, ½ noce di burro. Unire gli asparagi e allungare con la loro acqua di cottura. Cotto il sugo, unirlo ai tajarin e spolverare con parmigiano.

RISTORATORE TARTUFO

Agriturismo San Michele
Via San Michele, 14 - Vinchio AT
Tel e Fax 0141 950420

RISTORATORE ASPARAGO SARACENO

Ristorante "Non solo crudo"
Via Belveglio, 9 - Vinchio AT
Tel 347 7968778
www.nonsolocrudo.com

PRODUTTORI ASPARAGO SARACENO

Azienda Agricola Bussi Pietro
Via Belveglio, 1 - Vinchio AT
Tel 0141 950164

Azienda Agricola Laiolo Giuseppe
Via Monghisio, 1 - Vinchio AT
Tel 0141 950223

Azienda Agricola Oldano Secondo
Via Belveglio, 12 - Vinchio AT
Tel 0141 950302

Azienda Agricola Piovano Silvia
Via Caduti Liberazione, 4 - Vinchio AT
Tel 0141 950158

Azienda Agricola Ratti Fabio
Via Vaglio Serra, 12 - Vinchio AT
Tel 0141 950278

Tòfeia - Preti o e fagioli

Ingredienti

3 preti (cotenna di suino arrotolata con aglio, sale pepe e aromi vari)

1 kg di fagioli bianchi (piatline)

1 cipolla, 1 gambo di sedano

1 rametto di rosmarino, salvia

1 spicchio d'aglio

sale, pepe

Preparazione

Mettere nella tòfeia (recipiente di terracotta adatto al forno) i preti, i fagioli (tenuti precedentemente in ammollo per 24 ore) e tutti gli altri ingredienti, aggiungere acqua fino a coprire il tutto.

Far cuocere in forno a legna a fuoco medio lentamente per un'intera nottata (aggiungere eventualmente acqua o brodo).

PRODUTTORI CARNE DI FASSONE PIEMONTESE E ORTAGGI

Cascina Le Fortune, Famiglia Bianco
Loc. Ronchi Ceretti, 19 - San Carlo Canavese TO - Cel 345 2926254

Trofie di castagne

Ingredienti

per 8 persone

400 g farina bianca

400 g farina di castagne

sale

acqua calda

Preparazione

Disporre a fontana le due farine mescolate insieme sulla spianatoia; aggiungere l'acqua calda e un pizzico di sale lavorando il tutto con le mani ad ottenere un morbido composto. Procedere alla lavorazione come per gli gnocchi di patate.

Presentazione. Le trofie vanno accompagnate con pesto alla genovese, oppure con un sugo veloce così preparato: pestare nel mortaio 3 spicchi di aglio con due manciate di pinoli, aggiungere 2/3 cucchiai di acqua di cottura delle trofie e mescolando ottenere una cremina morbida.

Tultei

Ingredienti

per 4-6 persone
Per la pasta

1 kg farina di frumento

½ bicchiere crema di latte o panna da cucina

3 cucchiai di olio extra vergine di oliva

1 pizzico di sale

Per il ripieno

1 kg patate

200 g erbette (cime di ortiche, spinaci selvatici)

2 porri

1 bicchiere di crema di latte o panna da cucina

1L latte

3 cucchiai olio extra vergine oliva

1 pizzico di sale

Preparazione

Versate la farina a fontana sulla spianatoia, mettete al centro gli altri ingredienti e impastare fino ad ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate una palla, coprite con un canovaccio e lasciate riposare. Tritate finemente i porri e rosolateli in una casseruola con poco olio. Aggiungete il latte e fate cuocere lentamente il sugo per un'ora circa. A fine cottura unire la panna, salate e pepate a piacere. Nel frattempo preparate il ripieno (cin). Sbucciate le patate, fatele cuocere in acqua leggermente salata per circa un'ora, poi passatele al passaverdura. Lessate anche le erbette, scolatele e tritatele finemente. Unite alle patate e alle erbette cotte il sugo di porri e amalgamate il tutto. Passate la pasta nella sfogliatrice fino ad ottenere fogli sottili. Sistemate il "cin" sui fogli e formate dei ravioloni. Cuoceteli sulla piastra e serviteli caldi con il "bruzzu", tipico formaggio fermentato.

Anticamente i tultei (tultea al singolare) erano cotti sulle piastre delle stufe a legna e consumati anche freddi, sul luogo di lavoro; oppure, fritti e zuccherati, si davano come merenda ai bambini.

RISTORATORE

Trattoria Il Borgo
Via Roma 120 - Ormea CN - tel. 0174 391049

Zuppa dei monti

Ingredienti

100 g brucoi (spinaci selvatici)
200 g patate
60 g pane secco
1 noce burro fuso
100 g formaggio d'alpeggio
1 bicchiere di latte
1 L acqua
sale

Preparazione

Pulire e sciacquare i brucoi e le patate. Cuocere gli spinaci selvatici in una pentola con 1 litro d'acqua, il pane secco, le patate a tocchetti e il burro. Tagliare a pezzetti il formaggio d'alpeggio. La zuppa sarà cotta, quando si sarà addensata e ridotta quasi della metà l'acqua. Quando la cottura della zuppa sarà ultimata unire i pezzetti di formaggio e il bicchiere di latte. Lasciare riposare per 15 minuti e servire.

RISTORATORE

Ristorante da Mimì e Coco
via della Pineta 5 - Salbetrand - Tel 339 2873347 - 339 2873347
Email: info@mimoecoco.it - Info: www.mimiecoco.it

Zuppa di ajucche

Ingredienti

per 4 persone

1 filone pane di grano duro

1 cesto di ajucche e di bistorta mondate (circa 1 kg)

1 tocchetto di lardo d'Arnad

2 pezzi d'aglio

3 scalogni

100 g burro d'alpeggio

olio d'oliva extravergine

timo serpillo

1 L brodo di gallina sgrassato

250 g toma d'alpeggio Col delle oche

100 g toma brusca stagionata

4 piccole uova di gallina ruspante

P.g.c. Vivaio delle Naiadi

Preparazione

Mondare le erbette e lavarle accuratamente, tagliarle al coltello in modo trasversale perché i gambi non risultino filamentosi nella zuppa.

Tagliare il pane a fette spesse 1 centimetro e ritagliare dei quadri di cm 6 per 6, sfregare leggermente con aglio e condire con un filo d'olio extravergine.

Portare a bollore il brodo e scottare le ajucche e la bistorta, scolare bene. Far sciogliere il burro in tegame e rosolare un cubo di lardo con lo scalogno tritato, sbriciolare le foglioline di timo serpillo, insaporire brevemente le erbe. Far raffreddare la preparazione.

Montare la zuppa in uno stampo d'acciaio a forma di cubo alternando a strati per tre volte, come se fosse una lasagna, il pane tostato, il composto d'ajucche e bistorta, la toma tagliata sottile, avendo cura di premere bene e dare al composto la forma dello stampo. Finire con toma d'alpeggio e toma stagionata grattugiata e una piccola noce di burro. Nel frattempo cuocere a vapore a bassa temperatura le uova in modo che risultino molto morbide, colanti. Mettere in una piccola teglia i cubi di zuppa e bagnare le preparazioni con un mestolino di brodo che avrà preso anche il sapore delle erbe.

Infornare a 160° per 30 minuti, poi alzare il forno per permettere la gratinatura. Servire in piatti fondi accompagnando con un po' di brodo e con un uovo colante.

Zuppa di cavolo verza con fagioli bianchi di Bagnasco e grano saraceno

Ingredienti

per 4 persone

150 g cavolo verza
100 g fagioli bianchi di Bagnasco
100 g grano saraceno decorticato
2 carote medie
2 patate medie
1 foglia di salvia
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 gambo di sedano
2 cucchiai di olio
sale e pepe

Preparazione

Mettere in ammollo i fagioli per 18-24 ore. Nel frattempo tagliare la cipolla, il gambo di sedano e le carote a cubetti. Sbucciate l'aglio: fate soffriggere ora le verdure per 5 minuti con olio di oliva, aggiungete i fagioli e coprite di acqua, salate e pepate. Fate cuocere per circa 1 ora a fuoco lento. Aggiungete poi il grano saraceno decorticato e le patate, aggiustate di sale e continuate la cottura per circa mezz'ora, finché il grano saraceno e i fagioli saranno cotti. A parte rosolate, fate sudare in una padella il cavolo verza precedentemente affettato e aggiungetelo per gli ultimi 10 minuti di cottura della zuppa. Guarnite con una foglia di salvia e un giro di olio extra vergine di olive taggiasche.

Consiglio della Comunità del Cibo di Slow Food "Piccoli Chef di Bagnasco": "Secondo noi se ci fosse una buona pancetta da tagliare a fette sottili, rosolare in padella, farla diventare croccante e servirla su del pane nero sarebbe il top come guarnizione finale..."

Zuppa di trota della Valle Gesso

Ingredienti

per 6 persone

4 filetti di trota

2/3 carote

2 cipolle

2 gambi di sedano

1 manciata di prezzemolo e di basilico

4 rametti di timo

2 pomodori freschi

3/4 cucchiai di olio extra vergine

sale

salsa aioli

crostini di pane

Preparazione

Tagliuzzare le verdure e mettere i filetti di trota in pentola. Coprire abbondantemente di acqua, aggiungere sale e olio. Portare a ebollizione e continuare a cuocere a fuoco lento almeno 2 ore aggiungendo acqua se necessario. Frullare con il mixer creando una minestra consistente.

Salsa aioli: fare una maionese compatta e aggiungere uno o due spicchi d'aglio e colorare con pomodoro.

Presentazione: mettere in un piatto per minestra o una terrina i crostini al centro e ricoprirli con la salsa aioli, versare delicatamente la minestra ai bordi e portare in tavola.

PRODUTTORI TROTA

Marco Borroni
Regione Gerb, 8 - Valdieri CN - Tel 0171 97116 - Cel 333 7951874

Zuppa di pesce d'acqua dolce

Ingredienti

per 6 persone

2 filetti da 120 g di salmerino di fonte

2 filetti da 120 g di trota iridea salmonata

2 filetti da 120 g di trota iridea bianca

2 filetti da 120 g di trota fario

18 gamberi di fiume

100 g sedano

100 g carote

100 g cipolle

18 g di scalogno

12 g prezzemolo

6 cl vino bianco secco

5 g dragoncello fresco

5 g erba cipollina fresca

5 g rosmarino fresco

olio extravergine d'oliva

sale q.b.

pepe q.b.

Preparazione

Preparate un brodo vegetale con il sedano, la carota, la cipolla e i gusti: dovrete ottenerne tre litri. Portate a bollore e immergetevi i gamberi di fiume per cinque minuti. Scolateli e fateli raffreddare, poi eliminate il carapace e ricavate così diciotto code di gambero. Filtrate il brodo vegetale in cui avete sbollentato i gamberi di fiume e fatelo consumare sino a ottenere circa 1,2 litri di brodo. Spinate, private della pelle tutti i filetti e tagliate la polpa di pesce ottenuta in 12 trancetti per ogni tipologia. Scaldate sul fuoco una padella con un filo d'olio, fate lievemente imbiondire 3 g di scalogno e rosolatevi per un minuto 2 trancetti di pesce per ogni tipo. Aggiungete 2 g di prezzemolo, regolate di sale e pepe, sfumate con 1cl di vino bianco, coprite con 20 cl di brodo di pesce e fate cuocere per alcuni minuti.

Ripetete l'operazione per altre cinque volte e avrete ottenuto le vostre sei zuppe di pesce, prima di servirle incorporate in ognuna tre code di gambero di fiume e servite.

PRODUTTORI PESCI

Agritrutta
Strada San Biagio 13 - Frazione San Biagio - Mondovì CN
Tel 0174 686835 - Cel 335 1863923

Zuppa Walser Walisschuppa

Ingredienti

per 10 persone

700 g cipolla bianca
700 g pancetta tesa
200 g burro
400 g pane di segala
2 L brodo di carne
g. 500 toma
5 g cannella
30 g zucchero semolato

Preparazione

Predisporre tutti gli ingredienti sul tavolo da lavoro. Lavare e pulire la cipolla, togliendo la pelle cartacea, tagliarla a fette sottilissime, così pure la pancetta affumicata.
Disporre le fette di pane su di una teglia, cospargerle di formaggio e tostarle in forno.

Preparazione della minestra: cuocere le cipolle in una casseruola; a completa rosolatura unire la pancetta e lasciare soffriggere; disporre una parte del composto sul fondo della ciotola e coprire con la fetta di pane e la toma; continuare l'operazione fino al riempimento della ciotola e poi versare sopra il brodo; mettere in forno il tempo di gratinare leggermente e servire.

Origini

Piatto tipico Walser che veniva consumato prevalentemente in inverno, perché dopo giornate di duro lavoro al freddo, una minestra sostanziosa era molto apprezzata. In questo piatto troviamo pane di segale, ammollato in brodo, formaggio locale e cipolle. Il pane veniva fatto soltanto due volte all'anno, quindi divenendo duro lo si doveva ammollare in acqua o brodo.

LA ZUPPA GRAN PARADISO

Le vallate alpine piemontesi e valdostane che fanno parte del Parco Nazionale Gran Paradiso godono di una notevole quantità di prodotti e piatti tipici che si sono tramandati nei secoli e che riflettono la storia di un ambiente speciale come l'area protetta più antica d'Italia.

L'Ente parco, in stretta collaborazione con i produttori e ristoratori che aderiscono al Marchio di Qualità Gran Paradiso, ha pensato di creare un piatto che potesse racchiudere e custodire le tipicità di questo territorio e diventare così emblema del parco.

Nasce così la Zuppa del Gran Paradiso, pietanza a base di patate, cipolle o porri e pane che è possibile gustare nelle strutture del parco che aderiscono al progetto. La zuppa viene preparata con ingredienti della tradizione contadina, servita più o meno densa, a seconda di come ogni ristoratore vorrà interpretare e personalizzare il piatto, con l'aggiunta di creatività e sapore personale. Tante sono le varianti della Zuppa Gran Paradiso: di seguito vi segnaliamo le strutture Marchio di Qualità e le ricette suggerite.

RICETTA RISTORANTE LOU BEQUET DI COGNE - www.loubequet.it

Ingredienti e dosi per 6 persone. 125 g burro - 8 cipolle bianche grandi - 50 g farina - 6 fette pane raffermo - 240 g toma d'alpeggio - 60 g grana padano - 1,5l acqua - sale - pepe - noce moscata

Modalità preparazione. Tagliare a fettine le cipolle, soffriggerle nel burro e farle bianchire. Aggiungere sale, pepe e noce moscata. Mescolare e versare la farina. Aggiungere l'acqua fredda e far cuocere per 1 ora. Versare la zuppa in 6 cocotte. Aggiungere 1 fetta di pane in ognuna e ricoprire con la toma e una spolverata di grana. Mettere in forno a una temperatura di 200° a gratinare per ultimare la cottura fino a che la zuppa risulti dorata

RICETTA RISTORANTE CHALET DEL LAGO DI CERESOLE REALE - www.chalet-ceresolereale.it

Ingredienti e dosi per 4 persone. 4 cipolle - ½ bicchiere d'olio - ¼ l di brodo - 10 fette pane abbrustolito 4 cucchiai di seiras al pepe - sale - pepe

Modalità preparazione. Tagliare le cipolle a fette e farle cuocere lentamente nell'olio finché saranno imbiondite. Versare il brodo e lasciare sobbollire per 10/15 minuti. Ungere d'olio 4 terrine e deporre le fette di pane, coprirle con uno strato di Seiras sbriciolato, versare un mestolo di cipolle e brodo. Fare nello stesso modo un secondo strato finendo con il Seiras o parmigiano. Passare in forno finchè la superficie sia dorata. Eventuale variante: l'utilizzo di pane di grano saraceno rende più gustosa e "antica" la zuppa.

RICETTA HOTEL L'AROLLA DI COGNE - www.hotelarolla.it/contatti.php

Ingredienti e dosi per 2 persone. 60g orzo perlato - 1 porro - 2 patate - 1 carota - 4 fettine fontina - 2 fette pane integrale - 2 noci di burro - 10g timo aromatizzato nel burro fuso

Modalità di preparazione. Ammollare l'orzo e tagliare tutte le verdure a cubetti. Farle tostare in una pentola con una noce di burro, aggiungere l'orzo scolato, bagnare con del brodo e cuocere a fuoco basso. A cottura ultimata mettere la zuppa in una ciotola di terracotta, coprire con una fetta di pane integrale precedentemente tostato, quindi coprire con la fontina. Far gratinare leggermente in forno e per ultimo rosolare l'altra noce di burro, aromatizzata con il timo, da aggiungere nella zuppa prima di servire. Eventuale variante: utilizzare il pane bianco.

RICETTA RISTORANTE NOTRE MAISON DI COGNE - www.notremaison.it

Ingredienti e dosi per 2 persone 4 porri - 4 patate - 500g castagne - burro - fette di lardo

Modalità di preparazione. Incidere, lessare e pelare le castagne. Stufare i porri con il burro, aggiungere le patate e bagnare con il brodo. Quando le patate sono cotte aggiungere le castagne, sale e pepe. Servire ben caldo con alcune fette di lardo arrotolate su crostone di pane.

RICETTA HOTEL GLI SCOIATTOLI DI CERESOLE REALE - www.hotelgliscoiattoli.it

Ingredienti e dosi per 4 persone 4 piccoli pugni di riso - 1 grossa cipolla - 1 grossa patata - 1 noce di lardo - 3 pugni di foglie di ortica tenere - 3 pugni di foglie di "verquegno" (spinacio selvatico) - 1 pugno di foglie di "lenga buinà" (erba serpentina) - toma di Ceresole di media stagionatura

Modalità di preparazione. Soffriggere la cipolla affettata finemente in poco olio. Aggiungere 2L d'acqua, la noce di burro e la patata tagliata a cubetti piccolissimi. Portare a bollore e cuocere per 15/20 minuti. Aggiungere poi le erbe lavate e tritate grossolanamente e il riso; mescolare bene e continuare la cottura per circa 20 minuti fino a che il riso sia cotto al punto giusto. Se necessario aggiungere un po' d'acqua. Servire con scaglie di toma di Ceresole.

RICETTA RISTORANTE GRANTA PAREY DI RHÊMES-NOTRE-DAME - www.rhemesgrantaparey.com

Ingredienti e dosi per persona carote - zucchine - patate - fagioli - erbe di montagna - 2 fette di pane nero - 2 fette di fontina

Modalità di preparazione Preparare il minestrone con carote, zucchine, erbe di montagna di stagione, fagioli, patate. Una volta cotto a punto lasciare raffreddare per poi metterlo in cocotte con fette di pane nero raffermo e fontina. In forno per 10 minuti. Eventuale variante: utilizzare il pane bianco raffermo anziché quello nero.

RICETTA LOCANDA AQUILA BIANCA DI VALPRATO SOANA - locandaaquilabianca.wix.com/piamprato

Ingredienti e dosi per 4 persone 1 scalogno - 2 patate - 1 porro - 300ml brodo vegetale - olio extravergine di oliva - sale - pepe - farina bianca - 4 "pagnotte" di pane a forma tonda di diametro 12cm circa

Modalità di preparazione Mondare lo scalogno, tritarlo finemente e appassirlo per 3 minuti circa con un filo d'olio a fiamma viva. Aggiungere le patate precedentemente sbucciate e tagliate a cubetti ed il porro (la parte bianca). La parte verde del porro sarà utilizzata a filamenti che si andranno a infarinare e friggere in altra pentola. Allo scalogno, patate e porri aggiungere il brodo vegetale e far cuocere il tutto per circa 20 minuti. Nel frattempo svuotare le "pagnotte" di pane della mollica interna per creare dei crostini d'accompagnamento alla zuppa passandoli per qualche minuto in forno. Frullare la zuppa trascorsi i 20 minuti di cottura ottenendo così una crema. Aggiustare di sale e pepe e versare nelle pagnotte che diventeranno le ciotole da portata. Guarnire con i crostini, i porri fritti tagliati alla julienne ed un filo d'olio

RICETTA HOTEL RISTORANTE "SANT'ORSO" DI COGNE - www.hotelsantorso.com

Ingredienti e dosi per 6 persone. • 1 cipolla • 1 carota • 1 gambo sedano • 1 pomodoro fresco • 1 mazzetto erbe aromatiche (salvia, alloro, rosmarino...) • 300 g salsiccetta • 1 kg fave • 200 g pasta corta tipo ditalini rigati • 2,5 L acqua • 50 g burro • 300 g pane integrale raffermo (pane nero di Ozein) • 100 g fontina • 100 g formaggio toma • santoreggia • sale • pepe

Modalità di preparazione Tritare la cipolla, il sedano, la carota, il pomodoro fresco e farli soffriggere assieme alle erbe aromatiche. Unire le fave, aggiustare di sale e lasciar insaporire per una decina di minuti. Ricoprire di acqua calda far cuocere per circa 1 ora. A parte, far saltare in padella la salsiccetta sminuzzata e unirla alla minestra di fave. Aggiungere la pasta corta e continuare la cottura per altri 10 minuti aggiustando di sale e di pepe. Far sciogliere il burro in una padella e passarvi il pane integrale tagliato a cubetti. Unirlo alla zuppa alla quale vanno ancora aggiunte la fontina e la toma ridotte e dadini. Servire ben calda accompagnata da un buon vino rosso tipo Torrette di Aymavilles.

SECONDI PIATTI

GIGI PADOVANI

I francesi lo hanno battezzato *plat* – sta per plat principal –, gli inglesi lo chiamano *main course*. Per noi italiani il "secondo" è, nel menù tradizionale, in auge soltanto dagli inizi del Novecento e costituisce l'elemento nutritivo più importante. Nella antica dieta contadina costituiva spesso un "piatto unico", realizzato con ingredienti alternativi alla carne, un lusso domenicale e delle festività. Nei piatti presentati dalle aree protette del Piemonte prevale una grande biodiversità anche animale, tanto che il vitello fassone (l'antica razza piemontese di bovini "della coscia" allevata soprattutto in pianura) è protagonista soltanto di una ricetta, proveniente dalla Val Sarmassa, nell'Astigiano, sotto forma di "tagliata" alla griglia, una costata appena scottata e poi resa a fettine sottili in superficie. Gli altri Parchi si sono sbizzarriti soprattutto con le carni bianche – come si usa dire oggi – di coniglio, di lepre, di gallina, e con l'onnipresente maiale, che ha sempre salvato dalla fame intere generazioni di contadini.

I numerosi torrenti delle nostre valli offrono trote, salmerini, pesci d'acqua dolce da gustare in mille maniere. Naturalmente tra i secondi segnalati non potevano mancare le frittate (addirittura al luppolo, rara coltivazione usata per produrre la birra, che si prepara alle Capanne di Marcarolo), e anche i robusti piatti unici come la "pratahapla" Walser a base di patate e formaggi (della Valle Antrona) e "la glôre" – patate grattugiate insaporite da cipolle, pancetta, uova, latte - della Val Troncea.

È un catalogo molto ben assortito di sapori all'italiana. Già nel 1854 il cuoco di Casa Savoia Giovanni Vialardi, nel suo primo libro dal titolo *Trattato di cucina pasticceria moderna* - costituisce una pietra miliare nella storia della nostra gastronomia, anticipò l'Artusi - ricordava la varietà di materie prime eccelse che il nostro Paese offre, in antitesi alla cucina francese: all'autore allora pareva ricca soltanto di buone "scuole" per insegnare l'arte dei fornelli ai "grandi chef", come diremmo oggi. Così scriveva della sua appassionata introduzione: «Del resto può il nostro Paese riacquistare il primato che ha perduto [nella cucina, *Ndr*], perciocché non vi ha altra regione del mondo meglio favorita dal cielo: qui sono carni eccellenti, ottimi pollami, selvaggina saporita, pesci squisitissimi tanto d'acqua salata che d'acqua dolce,

legumi gustosi, frutti bellissimi, olii finissimi, latticini e formaggi di qualità eccellentissima, le quali cose sono il fondamento della buona, sana cucina».

Purtroppo alcuni prodotti dei quali era ricco il Piemonte ai tempi del Vialardi, rischiano ora l'estinzione. Per esempio, lo storione a metà Ottocento era segnalato persino nelle acque del Po, fino a Torino. Oggi la specie è ormai estinta allo stato selvatico, e viene allevato da un'azienda di itticoltura a San Biagio di Mondovì, all'interno della Riserva naturale di Crava Morozzo, che per le vasche impiega le acque pure del Torrente Pesio. Quando nelle cucine dei Savoia dettava legge il cuoco originario di Salussola (Vc), nelle campagne piemontesi tutte le cascine allevavano tue tipi di galline: la "Bionda Piemontese" (piumaggio dorato) e la "Bianca di Saluzzo" o di Cavour, completamente candida, compresa la coda. Oggi rischiava di scomparire e c'è voluto un Presìdio Slow Food per salvare questa specie dalla carne così gustosa. Il Parco del Monviso ripropone le carni del pennuto sotto forma di insalata.

Lo stesso discorso non può dirsi per il cinghiale, che è diventato un pericolo per le coltivazioni, essendosi sviluppato in modo non controllato. Così lo spezzatino di cinghiale del Parco La Mandria è il sintomo di una proliferazione che soltanto la caccia selettiva può contenere. D'altronde le sue carni fanno parte della nostra tradizione, perché uniscono al sapore del suino quello della cacciagione: la lunga cottura dello spezzatino riesce a vincerne la sua naturale fibrosità.

Carni, pesci, uova, formaggi: la gran varietà della natura si riflette nella tavola. Tanti ingredienti, che usati sapientemente, danno origine a piatti saporiti. Francesco Chapusot, cuoco francese che lavorò a lungo a Torino presso l'ambasciata inglese, nel suo trattato *La cucina sana economica ed elegante* del 1846 scriveva che nessun piatto sarà mai immutabile: «La cucina può modificarsi secondo le circostanze e le simpatie od antipatie gastronomiche, senza perciò rimpicciolirsi, allargando anzi i suoi confini e inventando dieci nuove e tutte eccellenti ricette per una che ha dovuto variare, le quali potran sempre a questa succedere, purché ne serbino la fisionomia, serbandone il fondo o l'essenziale».

Arista di maiale alle nocciole

Ingredienti

per 4 persone

1 kg arista di maiale

20 g burro

150 g nocciole Piemonte IGP

1 cucchiaio olio extravergine d'oliva

1 spicchio d'aglio

1 rametto di rosmarino

1 foglia di alloro

1 bicchiere di panna liquida

1 tazza di brodo

sale

pepe

Preparazione

In una teglia fare rosolare l'arista con burro, olio, aglio, rosmarino e alloro.

Lasciarla colorire da ogni lato a fuoco vivo, quindi togliere gli aromi, irrorare con un po' di brodo, salare, pepare e passare la teglia in forno a 180°-200° per un'ora circa.

Mentre prosegue la cottura, unire il restante brodo rigirando la carne. Verso fine cottura aggiungere le nocciole tostate e tritate in precedenza.

Filtrare il sugo di cottura, farlo addensare ancora per qualche istante, infine versarlo sulle fettine di carne e servire.

RISTORATORE

Ristorante Madama Vigna
Via Nazionale, 41 Baldichieri d'Asti AT - Tel 0141 6592338 - 0141 64471
Email: info@madamavigna.it - Info: www.madamavigna.it

PRODOTTO BANDIERA

NOCCIOLA PIEMONTE IGP

Molte aree collinari dell'astigiano guardano con grande interesse alla possibilità di diversificare la produzione agricola introducendo la coltivazione del nocciolo, una coltura ad alto valore ambientale/paesaggistico e con prospettive economiche incoraggianti. Si assiste in effetti a un rilancio della corilicoltura che si sta insediando sui dossi lasciati liberi dalla viticoltura e, in alcune zone, anche negli appezzamenti un tempo destinati alla cerealicoltura. Il nocciolo, regala un frutto senza uguali: la nocciola della varietà Tonda Gentile, che si è selezionata grazie a un lento processo naturale guidato dell'uomo ed è conosciuta come Nocciola Piemonte Igp. Il maggiore impiego della nocciola è indubbiamente legato alla produzione di dolci, dalla crema di gianduia (quando miscelata al cacao), fino al gianduiotto e al torrone natalizio. In tutti questi casi la nocciola esprime al meglio le proprie caratteristiche ed esalta le qualità dei prodotti tipici del territorio.

PRODUTTORI

Azienda Agricola Teresina di Chiusano Paolo
Frazione Valleandona, 153 - Asti
Cel 339 5040514

Monsferax - Produzione biologica
Località Valbersonetto, 1 - Settime AT
Cel 346 7710812

Azienda Agricola l'Alegra
Frazione Meridiana, 35 Settime d'Asti AT
Tel 0141 209131 - Fax 0141 209856

Azienda Agricola La Colombina
Valle delle Orfane, 111 Frazione Variglie - Asti
Tel 0141 208316

Azienda Agricola "La Cascina dei vecchi sapori"
Via Valsungana, 6 - Castellero AT - Tel 0141 669259

Azienda Agricola Baldaiassa
di Massimiliano Baldizzone
Collina del Negro, 2 - Cortazzone AT
Tel e Fax 0141 995256

Azienda Agricola Rosso Felice
Frazione Variglie, 81 - Asti
Cel 348 393 4263

Arrosto di maiale alla mela grigia di Torriana

Ingredienti

per 6 persone

1 kg lonza di maiale

2 mele grigie di Torriana

2 cucchiai di zucchero di canna

4 chiodi di garofano

½ cucchiaio senape in polvere

10 grani pepe nero

1 bicchiere brodo vegetale

2 bicchieri vino rosso

olio d'oliva

sale, pepe

Preparazione

Salate e pepate leggermente la carne, arrotolatela, legatela con lo spago bianco da cucina e fatela rosolare in un tegame con due cucchiai d'olio caldo. Nel frattempo portate a ebollizione il vino e il brodo con i chiodi di garofano, la senape, lo zucchero, il sale e i grani di pepe pestati. Togliete la carne dal recipiente, adagiatela in una pirofila, salate e pepate. Disponete tutt'intorno le mele sbucciate e tagliate a cubetti. Irrorate con il vino caldo, coprite con la carta d'alluminio e mettete in forno preriscaldato a 200 gradi. Dopo 20 minuti abbassate a 180 gradi e cuocete per circa un'ora bagnando spesso l'arrosto con il sugo di cottura. Quando manca un quarto d'ora allo scadere del tempo, togliete la carta d'alluminio e proseguite la cottura a recipiente scoperto. Ritirate, sgocciolate la carne e lasciatela riposare. Passate la salsa al colino per ottenere un composto caramellato; regolate il sale e il pepe. Eliminate lo spago dalla carne, tagliatela a fettine, disponetele sul piatto da portata e nappatela con la salsa calda.

PRODUTTORI

Consorzio Produttori Mele di Val Bronda
Via Roma, 3 Pagno CN - Tel 0175 76185

Azienda Agricola Borghino
Via Morra, 2 Castellar CN
Tel 0175 76214 - Cel 349 8346099

Azienda Agricola L'Asparago dolce di Revello
Via Rivarola, 3 Revello CN - Cell 328 8057705

Azienda Montana Achillea s.r.l.
Via Barge, 84/a Punto vendita: via Crissolo, 11
Paesana CN - Tel 0175 987079 - 0175 94292

Il Frutto Permesso
Strada Statale per Pinerolo, 177 - Cavour TO
Tel 0121 600045

PRODUTTORI ANTICHE VARIETÀ DI MELE

Giuseppe Callieri
Via Sant'Anna, 18 - Cavour TO - Tel 0121 6788

Mauro Fassi
via Nuova, 56 - Frazione Babano - Cavour TO
Tel. 0121 6236

Filippo Odetti
Via Barrata, 1 Cavour TO - Tel. 0121 6774

Mario Martini
Via Vigone, 64 - Fraz. Cappella del Bosco - Cavour TO
Tel. 0121 6574

Silvio Priotti
Via Gemerello, 87 - Cavour TO - Tel 0121 6678

Mauro Rolando
Via Gemerello, 81 Cavour TO - Tel 0121 6688

Elda Tavella
Via Macello, 8 Cavour TO - Tel 0121 6792

Cagliette di patate - Lâ calhètta 'd trufa

Ingredienti

per 5/6 persone

2,5 kg patate (poco acquose)

1 cipolla grande

3 fette spesse di lardo o pancetta

2 uova

1 o 2 cucchiai di farina per l'impasto

olio d'oliva

burro

aglio

sale e pepe

Ricetta tratta da:
C. Ferrier, *...così facevano festa - la cucina tradizionale raccontata da Secondina Lantelme, donna di Borgata Sestriere*, Alzani Editore, Pinerolo 2005.

Preparazione

Preparare un soffritto con: olio, burro, (aglio a piacere) cipolla e lardo tagliati finissimi; usare poco olio e burro è molto importante perché le cagliette non si squaglino durante la cottura. Grattugiare tutte le patate sbucciate e crude con una grattugia, quindi strizzarle in uno straccio. Devono perdere gran parte della loro acqua. In una teglia unire: il soffritto, le patate, le uova e la farina (la quantità dipende dalla consistenza), il sale e il pepe. Mescolare bene, quindi formare delle palline aiutandosi con un cucchiaio, infarinare e mettere a cuocere in acqua abbondante, bollente e salata. Se nell'acqua aggiungerete una o due foglie di verza intere, le cagliette verranno più morbide. Per indovinare il tempo di cottura: appena messe in acqua, le palline andranno a fondo, dopo qualche minuto torneranno a galla: quando si adageranno nuovamente sul fondo saranno cotte (da 30 a 40 minuti a seconda della dimensione degli gnocchi).

Per il brodo: usare più foglie di verza sminuzzate durante la cottura delle cagliette. Una volta tolti gli gnocchi potrete utilizzare questo brodo di verdura per della pasta adatta.

PRODUTTORI

Agriturismo L'Itialette
Via Assietta, 1 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Cel 338 9361243

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51 - Frazione La Ruà - Pragelato TO
Cel349 5291235

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4
Frazione La Ruà - Pragelato TO
Cel 347 3132480

Ferrier Massimo
Viale IV novembre, 16
Fraz. Soucheres Hautes - Pragelato TO
Cel 347 6772595

Varetti Davide
Via Oulx, 15 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Cel 366 45 74 801

Coniglio al bianco delle Colline novaresi e olive nere

Ingredienti

1 coniglio di circa 1.2kg (al netto di testa e interiora)

½ bicchiere di olio d'oliva

40 olive nere Taggiasche

6 spicchi grandi di aglio

4 rametti di rosmarino

1 cucchiaino di dado vegetale granulare

30 cl di Bianco dei Colli Novaresi Doc

farina (meglio se di riso)

sale

Preparazione

Tagliate il coniglio a pezzi e infarinatelo leggermente.

Preparate le olive: per metà disossate e tagliate a pezzetti e per metà intere. Sminuzzate il rosmarino togliendolo dal rametto. Tagliate gli spicchi d'aglio a metà.

In un tegame (antiaderente) soffriggete leggermente l'aglio con l'olio.

Aggiungete i pezzi di coniglio, le olive, il rosmarino, un pizzico di sale e continuate a far rosolare tutto insieme. Aggiungete il vino e fate sfumare pian piano. Coprite tutto il coniglio con il brodo vegetale ottenuto con acqua bollente e dado vegetale granulare. Portate a ebollizione a fiamma vivace senza coperchio.

Coprite il tegame, abbassate la fiamma e continuate la cottura per circa 45 minuti.

Scoprite il tegame, alzate la fiamma e continuate la cottura per altri 20 minuti circa, finché il coniglio sarà completamente cotto e il liquido di cottura si sarà ridotto. In questa fase aggiustare di sale a proprio gusto.

Servire ben caldo, con un contorno semplice di insalata verde o verdure lessate.

PRODUTTORI VINI

Azienda Agricola Brem
Via de Amicis, 16 - Galliate NO
Tel 0321 866756
www.aziendagricolabrem.it

Cantine dei Colli Novaresi
Via Cesare Battisti, 68/70 - Fara Novarese NO
www.cantinecollinenovaresi.it

Azienda Vitivinicola Enrico Crola
Via S. Stefano 53 - Oleggio NO
Tel 347 8017054 - 0321 1696716
www.cantinecrola.it

Finanziera alla monferrina

Ingredienti

per 6 persone

200 g duroni
200 g crestine di pollo
200 g filoni di vitello "Fassone"
100 g cetriolini sottoaceto
6 scaloppine di manzo
3 testicoli di vitello
Bargigli
funghi porcini
aceto
marsala secco
vino bianco secco
burro
farina
sale

Preparazione

Tagliare a pezzetti tutte le frattaglie e fare bollire in acqua, aceto e sale, scolarle. In un altro tegame rosolare in poco burro la dadolata di animelle, creste, testicoli e filoni. Riunire poi tutte queste carni provenienti dalla rosolatura in un solo tegame aggiungendo il burro rimasto, i funghi tritati grossolanamente, il marsala e il restante aceto.

Al termine della cottura, unire la farina mescolata con un po' d'acqua per legare. Scaldare il tutto a fuoco vivo per un paio di minuti e servire.

È una ricetta di origine monferrina che ha subìto nel tempo diversi rimaneggiamenti. Rimane comunque un piatto delle mense contadine nato dal riutilizzo delle parti scartate durante la trasformazione dei galletti in capponi e di alcuni scarti di macellazione dei bovini. Il nome "*finanziera*" deriva dal fatto che erano gli uomini dell'alta finanza torinese abituali consumatori di questa vivanda.

RISTORATORE

Ristorante "L'angolo del Beato"
Vicolo Cavalleri, 2 angolo Piazza Statuto - Asti
Tel 0141 531668 - Cel 338 6332441
Email: info@angolodelbeato.it - Info: www.angolodelbeato.it

Filetto di trota in fumetto di mais ottofile sfumato al Dolcetto delle Langhe monregalesi

Ingredienti per 6 persone

6 filetti di trota da 140 g

40 cl dolcetto delle Langhe Monregalesi

40 cl brodo vegetale

200 g fumetto di mais ottofile

80 g burro

20 g olio extravergine d'oliva

sale, pepe

Preparazione

Spinate i filetti di trota e passateli nel fumetto di mais ottofile. Scaldate sul fuoco una capiente padella antiaderente con il burro e l'olio extravergine d'oliva; disponetevi i filetti di trota, avendo cura di rosolarli per primo dalla parte sprovvista di pelle e, quando saranno ben dorati, regolate di sale e pepe, voltateli e continuate la cottura per due minuti. Sfumate i filetti con il dolcetto, fate evaporare quasi completamente il vino e irrorate con il brodo vegetale e continuate la cottura per altri 8 minuti. Quando la salsina sarà leggermente addensata spegnete il fuoco e servite.

PRODUTTORE

Agritrutta
Strada San Biagio 13 - Frazione San Biagio - Mondovì CN
Tel 0174 686835 - 335 1863923

LA TROTA DELL'ALTA VALLE PESIO E TANARO

Forse non tutti sanno che di trota non ce n'è una sola: in Italia ci sono almeno sette sottospecie di trote, da quella appenninica, a quella del Lago di Garda, passando per quella "di mare", che colonizza i delta dei fiumi e le zone costiere. In Piemonte i ceppi che dominano i corsi d'acqua alpini sono due: la trota fario e la trota marmorata. Le origini di questi ceppi, che tra di loro si possono anche ibridare, sono tuttora oggetto di studio e testimoniano come anche un habitat apparentemente statico come i piccoli laghi o torrenti alpini siano in verità un "terreno di incontro-scontro" molto dinamico tra specie diverse e spesso in competizione.

La trota fario privilegia torrenti a corso impetuoso e laghi freddi, mentre la trota marmorata trova il suo habitat ideale in laghi, paludi e corsi d'acqua più fermi. Secondo alcuni studi, la trota fario presente nei corsi d'acqua piemontesi presenta molti tratti genetici in comune con la trota fario francese: l'origine di questa similitudine affonderebbe le proprie radici nella notte dei tempi, probabilmente in era immediatamente post-glaciale, quando la fusione dei ghiacci e la nascita di laghi e corsi d'acqua effimeri in alta quota ha collegato per un breve momento storico due aerali che ora sono divisi dalla catena. La trota ci dà un'ulteriore testimonianza che le Alpi possono essere una barriera, ma anche una straordinaria cerniera tra habitat solo apparentemente differenti e scollegati tra loro. Entrambe le specie sono protagoniste dei piatti tipici del Parco naturale Marguareis e della Riserva naturale Crava Morozzo.

PRODOTTO BANDIERA

FORMAGGETTA DELLE CAPANNE

La formaggetta delle Capanne è il prodotto che meglio rappresenta le attività agricole del territorio di Marcarolo, un tempo diffuse su tutto l'Appennino Piemontese. Viene prodotta unicamente alla cascina Saliera di Capanne di Marcarolo Superiori, una piccola borgata dove le cascine in pietra, i prati da sfalcio, i campi coltivati e le vacche al pascolo 9 mesi l'anno, riportano alla mente il mondo contadino tradizionale delle nostre montagne.

La formaggetta viene prodotta con latte crudo vaccino e può esser consumata fresca o stagionata.

Fresca si presenta in forme rotonde da 500 g di colore bianco latte con pasta morbida e gusto delicato. Stagionata ha un colore giallo paglierino, pasta compatta e sapore lievemente erbaceo.

Un prodotto che mani sapienti lavorano secondo formule apprese di generazione in generazione e che un laboratorio moderno, ma sempre familiare, garantisce per quel che riguarda l'igiene e la genuinità. Un esempio di come la montagna, grazie alla tradizione, alla passione e alla tenacia indispensabili, possa rispondere positivamente alla crisi del mondo rurale.

La formaggetta delle Capanne viene preparata con latte fresco appena munto che viene scaldato a una temperatura variabile tra i 36 e i 37 gradi. Aggiunto il caglio lo si lascia in lavorazione per circa un'ora, quindi si rompe la cagliata fine. Separata dalla cagliata l'impasto, si mette quest'ultimo nelle forme cilindriche. Infine, dopo circa un'ora, si gira il formaggio nella forma e di aggiunge sale.

Il modo migliore per assaporare la formaggetta delle Capanne è con il miele o con le confetture locali.

PRODUTTORI

Azienda agricola Sciutto Sandra
Cascina Saliera - Località Capannette Frazione Capanne di Marcarolo, Bosio AL - Tel 0143 684037

Frittata di luppolo

Ingredienti

germogli di luppolo
cipolla
vino bianco
uova
foglie tenere d'ortica
erbe aromatiche

Preparazione

Raccogliere, in primavera, le parti tenere dei germogli del luppolo. Preparare un leggero soffritto di cipolla.

Aggiungere i germogli a pezzetti e fare appassire, spruzzare con vino bianco e cuocere per pochi minuti.

Cucinare una frittata come d'abitudine.

Si possono cucinare insieme al luppolo anche le foglie tenere delle ortiche e erbe aromatiche a piacere.

Frittata con salampatata

Ingredienti

per 4 persone

1 salame di patata di media grandezza

4 uova

prezzemolo tritato

burro

poco olio

sale e pepe

Preparazione

In una ciotola sbattete le uova, aggiungete il salame di patata sminuzzato, il prezzemolo tritato, salate e pepate a piacere.

In una padella scaldare il burro e l'olio: versare il composto, portare a cottura rigirando la frittata.

Insalata di gallina bianca di Saluzzo

Ingredienti

per 6 persone

1 gallina bianca

1 cipolla, 3 carote, 2 coste di sedano, 1 porro, 1 rapa bianca

1 bicchiere di vino bianco

2 chiodi di garofano, 2 bacche di ginepro, pepe misto in grani (per un gusto più aromatico aggiungere finocchietto e anice stellato)

maionese (già pronta o fatta in casa, in versione più liquida)

2 ravanelli

valeriana a piacere

2 fette di pane rustico

olio di oliva, sale e pepe

Preparazione

Fate bollire la gallina a lungo con le verdure, il vino e le spezie, nel frattempo preparate la maionese. A fine cottura disossare e sfilacciare la gallina, disporre la carne su un piatto da portata. A parte preparare i ravanelli tagliati finemente, la valeriana e il pane tagliato a cubetti e passato in padella con olio, sale e pepe. Il condimento può essere un semplice olio extravergine fruttato, oppure un'emulsione di olio e succo di limone, o ancora una maionese piuttosto liquida come vuole la tradizione. Interessante anche l'abbinamento della gallina lessa con una salsa fluida a base di nocciola Tonda Gentile delle Langhe.

PRODUTTORI CARNI

Salumeria Marchisio
Piazza C. Battisti, 2 – Mondovì (CN)
Tel 0171 442592

Consorzio per la tutela e valorizzazione del cappone
Via Bongioanni, 4 - Morozzo (CN)
Tel 0171 772001

S.S. Allevamenti San Quirico
via Peirone n. 1 - Rocca de' Baldi (CN)

Referente dei produttori del Presidio Cappone Di Morozzo
Giovanna Mellano - Tel. 349 0712309

Cascina Biasin
(Prosciutto cotto di Mondovì De.Co.)
Via Rifreddo, 30
Frazione S. Giovanni dei Govoni - Mondovì (CN)
Tel 333 6688774

Insalata di "Pula (gallinella) di Morozzo"

Ingredienti

per 4 persone

600 g "pula"
4 carote
3 patate
3 zucchine
una cipolla
2 coste di sedano
5 cucchiai di olio evo
8 noci sgusciate
Sale, limone, prezzemolo, pepe nero
bacche di ginepro
aceto

Ricetta di Comunità del Cibo di Slow Food "Piccoli Chef di Bagnasco"

Preparazione

Cuocete la "pula" in acqua calda, per circa 2 ore, con sale, carote, sedano, cipolla, bacche di ginepro. Pelate le patate e le carote, quindi riducetele a listarelle. Tagliate le zucchine in 4 e rimuovete il centro, quindi tagliatele a fiammifero. Mettete a bollire dell'acqua in un'altra pentola, quando bolle aggiungete il sale e l'aceto, quindi lessate le verdure. Scolate la "pula" e lasciate che si raffreddi. Scolate anche le verdure e fatele raffreddare. Della "pula" se ne prende solo la carne e si sfilaccia a listarelle, si unisce alle verdure, si aggiungono i gherigli delle noci spezzettati, si condisce con olio, sale, pepe e prezzemolo tritato e il succo di limone. Mescolate bene, quindi servite dopo aver fatto riposare per almeno un'ora.

La Glôre alla maniera del Rivet d'Or

Ingredienti

per una teglia da 25 x 25 cm

2 kg patate di montagna

1 L latte

6 fette di pancetta spesse ½ cm

1 ½ cipolla bianca

sale e pepe

RISTORATORI

Agriturismo Rivet d'OR
Chef Alessio Arrigoni
Fraz. Rivet - 10060 Pragelato
Tel 348 3635123 - 348 4149973
Email: info@rivetdor.com

C. FERRIER. *...e così facevano festa - la cucina tradizionale raccontata da Secondina Lantelme, donna di Borgata Sestriere.* Alzani Editore, Pinerolo 2005

Preparazione

Tagliate le fette di pancetta a tocchetti da 1 centimetro e mezzo circa. Tritate le cipolle non troppo finemente e mettete il tutto in una padella a fuoco lento fino a che non si ammorbidisce la cipolla e la pancetta avrà preso colore. Nel frattempo pelate e affettate le patate facendo delle rondelle di circa 4/5 centimetri. Imburrate una teglia e ponete le patate con la pancetta e la cipolla: salate e pepate a piacere. Quindi versate il latte nella teglia fino a ricoprire completamente le patate.

Mettete in forno a 140° per circa 45 minuti; sarà pronta quando il latte è diventato denso e cremoso, anche un po' gratinato. Per sicurezza infilare uno stecco nelle patate: se affonderà facilmente anche le patate saranno cotte; in caso contrario aggiungere un po' di latte e rimettere in forno per qualche minuto.

PRODUTTORI PATATA

Agriturismo L'Itialette
Via Assietta, 1 - Frazione Grand Puy, Pragelato TO
Tel 338 9361243

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51 - Frazione La Ruà, Pragelato TO
Tel 349 5291235 - Email: stefanobalcet@gmail.com

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4 - Frazione La Ruà, Pragelato TO
Tel 347 3132480 - Email: consuelo.ferrier@teletu.it

Ferrier Massimo
Viale IV novembre, 16 - Soucheres Hautes, Pragelato TO
Tel 347 67 72595 - Email: ferrier.monimax@gmail.com

Varetti Davide
Via Oulx, 15 - Frazione Grand Puy, Pragelato
Tel 366 4574801 - Email: davide.varetti@gmail.com

Lepre al sugo

Ingredienti

1 lepre
1 cipolla
chiodi di garofano
1 carota
alloro
rosmarino
ginepro
aglio

Preparazione

Far asciugare un po' sul fuoco la lepre a pezzi, poi metterla in infusione nel vino rosso con i gusti (cipolla, chiodi di garofano, carota, alloro, rosmarino, ginepro, spezie, aglio). Quindi far rosolare la carne con un po' di cipolla.

Tritare i gusti con il fegato e unirli alla lepre insieme al vino. Far cuocere molto lentamente.

Pastella con fiori di sambuco

Ingredienti

1 cucchiaio di farina bianca
1 cucchiaio di sale
1 uovo
1 bicchiere di latte
1 cucchiaio di zucchero
fiori di sambuco
olio per friggere
1 bicchiere di vino

Preparazione

Raccogliere i racimoli di sambuco quando sono ben asciutti e puliti. Preparare una pastella leggera con l'uovo, la farina, lo zucchero, il sale e il latte; farla riposare 15/30 minuti, poi intingervi i fiori tenendoli per il gambo, e friggerli nell'olio bollente per poco tempo, al fine di non bruciarli ma lasciarli ben dorati. Appoggiarli in un foglio di carta assorbente e subito intingerli nel vino leggermente tiepido (volendo, anche dolcificato con un cucchiaino di zucchero). Servire subito caldi. A Carezzo, Comune del parco, si festeggiava l'arrivo della primavera preparando queste deliziose frittelle.

Variante

Pastella con borragine (I burai)

Scegliere delle belle foglie di borragine, lasciandovi un picciolo di un paio di centimetri. Lavarle e lasciarle asciugare. Passare le foglie di borragine in una pastella preparata con farina e acqua. Friggere in abbondante olio caldo. Cospargere eventualmente di zucchero e servire calde.

Pess coj

Ingredienti

per 4 persone

12 belle foglie di cavolo
400 g macinato di vitello
200 g pasta di salsiccia
100 g mollica di pane
1 uovo fresco
1 tazza di latte
½ spicchio di aglio
sale e pepe

Preparazione

Mettete a sbollentare le foglie di cavolo in acqua bollente per 3 minuti circa finché non si ammorbidiscono.

Prendete la carne, la salsiccia e 4 delle 12 foglie di cavolo che nel frattempo avrete tritato e amalgamate il tutto assieme all'uovo e all'aglio tritato in precedenza.

A parte, ammollate il pane con il latte e aggiungete al composto. Salate e pepate a piacimento. A questo punto, con le mani, formate delle "polpette allungate" con il composto e adagiatelo sulle foglie di cavolo che andrete ad arrotolare formando dei cilindri. Una volta arrotolati tutti i *pes coj* metteteli in una teglia con carta da forno e un filo d'olio.

Infornate a 160°C per 25 minuti circa.

RISTORATORI

Agriturismo Rivet d'OR
Chef Alessio Arrigoni
Fraz. Rivet - 10060 Pragelato TO
Tel 348 3635123 - 348 4149973
Email: info@rivetdor.com

PRODUTTORI ORTAGGI, CAVOLI

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51 - Pragelato TO
Tel 349 5291235 - Email: stefanobalcet@gmail.com

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4 - Frazione La Ruà, Pragelato TO
Tel 347 3132480 - Email: consuelo.ferrier@teletu.it

Pratahapla

Ingredienti

per 4 persone

500 g toma ossolana di media stagionatura

300 g patate

2 cipolle

burro

olio di oliva

sale

pepe

Preparazione

Lessate le patate con la buccia preferibilmente la sera precedente. Scolatele e lasciatele riposare tutta la notte a temperatura ambiente. Mettete un poco di olio e di burro in un tegame e fatevi imbiondire la cipolla affettata finemente. Bagnate con un goccio d'acqua, lasciate appassire a fuoco moderato e unite le patate tagliate a grossi pezzi. Schiacciatele con una forchetta sempre in modo grossolano: non deve assolutamente formarsi un purè. Quando il tutto è ben amalgamato e imbiondito, aggiungete il formaggio a pezzetti. Mescolate delicatamente e fate scogliere il formaggio a fuoco lento. Quando nella parte inferiore si forma una crosticina, girate il composto a mo' di frittata. Salate e pepate solo a fine cottura.

Trasferite in una pirofila la pratahapla (il nome è germanico, come l'origine delle genti che dal Medioevo popolano l'Ossola e le valli del monte Rosa) e infornate a 200°C per una decina di minuti. Servite con radici di soncino (scorzobianca), condite con olio extravergine di oliva, sale e una riduzione di aceto balsamico (una sorta di caramellatura che si ottiene mettendone due o tre cucchiai in un tegamino e facendolo evaporare a fuoco vivo).

Preti, Prejvi, Previ, o Quajette

Ingredienti

700 g cotenna di maiale (in un solo pezzo)

1 kg fagioli borlotti di Saluggia secchi o fagioli piattella canavesana di Cortereggio

1 cipolla media

50 g lardo (oppure in sostituzione, olio d'oliva)

3 spicchi aglio

2 foglie alloro

4 foglie salvia

1 rametto rosmarino

garofano

cannella

sale

pepe

1 carota

Preparazione

Bruciacchiate e raschiate bene le cotenne in modo da asportare eventuali peli e grasso e quindi lavatele. Tritate il rosmarino con due o tre pizzichi di sale, pepe, gli spicchi di aglio e le foglie di salvia e alloro. Con questo trito cospargete la cotenna di maiale (chi la desidera speziata può aggiungere noce moscata, garofano, cannella), dopodiché tagliate la cotenna in strisce larghe 10-15 cm, arrotolate ben strette le strisce di cotenna e legatele con spago resistente.

A parte mettete i fagioli a bagno in acqua fredda per almeno una decina di ore. Così reidratati i fagioli sono pronti per essere cucinati in una pignatta di terracotta riempiendola d'acqua per 2/3 della propria capacità.

Tritate il lardo e la cipolla e fateli rosolare in un pentolino, poi versateli nella tofeja (è una pentola in terracotta tipicamente piemontese che per questa ricetta servirà della capacità di 8 litri) gli altri ingredienti e tanta acqua fredda fino a che il livello dell'acqua rimanga circa quattro dita al di sotto del bordo del recipiente. Mettete il coperchio e legatelo ai manici affinché non scivoli, quindi mettete in forno preriscaldato a 160-170°C per almeno 5 ore, ma anche più a lungo. A cottura ultimata tutte le parti dovranno essere tenerissime e il brodo di cottura ben legato. Servite caldissima, portando la tofeja direttamente in tavola appena uscita dal forno.

Consigli utili: nella tofeja mai mettere parmigiano o altro formaggio, perché il piatto risulterebbe "rovinato" e qualora il brodo non risulti sufficientemente denso, potete aggiungere una manciata di fagioli "passati".

PRODUTTORI

L'elenco completo dei Produttori e Ristoratori è disponibile su:
www.parcopotorinese.it/aziende.php

Salmerino di fonte in panatura croccante di fumetto di mais ottofile su vellutata di patate a buccia rossa e "bagnet verd"

Ingredienti

per 6 persone

Per il "bagnet verd" rivisitato

80 g prezzemolo

5 cl olio extravergine d'oliva

1 o 2 spicchi aglio

Per la vellutata

300 g patate a buccia rossa

40 g porro di Cervere

1 L brodo vegetale

10 g burro

olio extravergine d'oliva

sale e pepe

Per il salmerino

6 filetti di salmerino da 120 g ciascuno

150 g fumetto di mais ottofile

sale

PRODUTTORI PESCI

Agritrutta
Strada San Biagio 13 Frazione San Biagio - Mondovì CN
Tel 0174 686835 - 335 1863923

Preparazione

Preparate il primo il *bagnet verd* rivisitato, frullando il prezzemolo precedentemente pulito e mondato, l'olio extravergine d'oliva, e uno o due spicchi d'aglio mondati. Passate il tutto in un colino a trama molto piccola, per ottenere un olio aromatizzato e con un bel colore verde. Sbucciate le patate e tagliatele a pezzi non troppo grandi, mondate il porro e tagliatelo a rondelle, mettetelo in una casseruola con un filo d'olio extravergine e il burro e fatelo stufare per alcuni minuti. Incorporate le patate e fatele stufare ancora per 5 minuti, coprite con il brodo vegetale e lasciate cuocere a fuoco dolce sino a quando le patate cominceranno a sfaldarsi, aggiungendo brodo se necessario. Frullate il tutto per ottenere una vellutata abbastanza densa, regolate di sale e pepe e mantenetela in caldo preferibilmente a bagnomaria. Spinate e private della pelle i filetti di salmerino e tagliate ogni filetto in 6 tranci, passateli nel fumetto di mais, e friggeteli in olio a 180°C sino a quando saranno croccanti al di fuori, ma ancora morbidi all'interno, scolateli su carta assorbente e salateli leggermente.

Disponete sul piatto di portata la vellutata di patate, ponete su di essa i trancetti di salmerino, e irrorate il tutto con il bagnet verd.

Spezzatino di cinghiale

Ingredienti

carne di cinghiale
brodo
bottiglia di vino rosso
foglie di alloro
rosmarino
pomodori pelati
sale
pepe
bacche di ginepro
miele
arancio

Preparazione

Per cucinare lo spezzatino di cinghiale, si usa la carne magra dell'animale che va tagliata a pezzi di dimensioni dai due ai quattro centimetri in modo che non si sfaldi durante la cottura ma al tempo stesso diventi morbida.
La carne tagliata deve essere messa a bagno nel vino rosso speziato e aromatizzato con arancio, bacche di ginepro e miele prima della cottura, che è anche un ottimo sistema per attenuare il sapore pungente di questa carne.
Preparato un classico soffritto, far rosolare la carne e poi coprirla con brodo, foglie di alloro e rosmarino, sale e pepe. Quasi a fine cottura aggiungere la passata di pomodoro.

Gli ingredienti possono essere cucinati in una pentola a pressione (per un'ora e mezza) o in una più tradizionale casseruola di terracotta, ma in quest'ultimo caso i tempi di cottura si allungano fino alle tre ore.

RISTORATORE

Cascina Oslera
strada Provinciale della Mandria 10070 Robassomero TO

PRODOTTO BANDIERA

IL CINGHIALE "CONTROLLATO"

Dal 1984 si è potuta registrare nel Parco La Mandria una rapida espansione della popolazione selvatica di Cinghiale e un suo aumento demografico esponenziale. Le eccezionali condizioni bioclimatiche e le caratteristiche dell'area consentono straordinari incrementi della popolazione con nascite che si verificano in tutti i mesi dell'anno. L'Ente è impegnato nella realizzazione di un programma di controllo e gestione del cinghiale finalizzato alla riduzione dei danni agricoli e alla prevenzione delle collisioni stradali. Il parco opera con proprio personale tutto l'anno mediante catture con gabbia e abbattimenti da altane.

I cinghiali abbattuti vengono venduti a centri autorizzati per la lavorazione della selvaggina, dove vengono sottoposti da parte delle ASL di competenza a tutti i controlli veterinari di legge. La carne di cinghiale è gustosa, ricca di proteine e a minor contenuto di grassi rispetto alla carne di maiale.

PRODUTTORI

Macelleria Crivello
Via Pezzana, 4 - Santena TO
Tel 011 9491570 - Cel 347 5057661

Macelleria Luco Borlera
Via Mulino, 91 - Val della Torre TO
Tel 011 9680037

Azienda Agricola Quaglia Valeria
Via Ritirata, 14 - San Francesco al Campo TO
Tel 011 9241878

Spiedino di pesce d'acqua dolce e verdure

Ingredienti

per 6 persone

240 g storione
240 g trota fario
240 g trota iridea bianca
240 g trota iridea salmonata
240 g salmerino di fonte
120 g zucchine verdi
60 g peperone rosso
60 g peperone giallo
12 pomodori datterino
6 spiedini in legno da 35 cm
5 g rosmarino
3 g salvia
2 g erba cipollina
olio extravergine d'oliva
sale

Preparazione

Preparate un trito con le erbette, stemperatelo con dell'olio extravergine d'oliva e lasciate riposare il tutto per i tempo necessario a preparare gli altri ingredienti.

Spinate e private della pelle tutti i pesci e con la polpa che avrete ottenuto preparate 12 cubetti di pesce per ogni tipologia.

Mondate e lavate le verdure ed anche in questo caso, tranne per i datterini che andranno utilizzati come sono, preparate 12 cubetti di verdura per tipologia.

Montare il tutto sugli spiedini, alternando un cubetto di pesce con uno di verdura; disponete gli spiedini su una teglia da forno e cospargeteli con l'emulsione di erbette e olio che avete in precedenza preparato e regolate di sale.

Preriscaldate il forno a 220°C e infornate gli spiedini per 13 minuti. A cottura ultimata servite gli spiedini immediatamente.

PRODUTTORI PESCI

Agritrutta
Strada San Biagio 13 - Frazione San Biagio – Mondovì CN - Tel 0174 686835 – 335 1863923

Tagliata di Fassone piemontese alla griglia

Ingredienti

per 6 persone

900 g di scamone o sottofiletto di Fassone piemontese

1 noce di burro

1 rametto di rosmarino

2 cucchiai di olio extravergine di oliva

sale

pepe

Preparazione

Scaldate molto bene una piastra di ferro o una padella antiaderente, cuocetevi il pezzo di carne 5 minuti circa per lato. Per una versione più "da gourmet" preparate un intingolo con il burro, il rosmarino tritato, amalgamate energicamente e spennellate sulla carne. Lasciate riposare per 3 - 4 minuti. Tagliate la carne a fette dallo spessore di circa 2 centimetri e servitela subito con un pizzico di sale grosso, una macinata di pepe nero, e a piacere, un filo di olio. Potete guarnire il piatto con pomodorini e insalatine primaverili.

RISTORATORE CHE PROPONE LA RICETTA

Agriturismo Bigatti Soc. Semplice Agricola
Via San Lorenzo - Vicolo da Bigatti, 3 - Incisa Scapaccino AT - Tel 0141 74235 - Fax 0141 791121 - Email: info@bigatticarni.it - Info: www.bigatticarni.it

PRODUTTORI RAZZA BOVINA PIEMONTESE

Azienda Agricola Sosso Renza
Via Fratel Teodoreto, 4 - Vinchio AT
Tel 0141 950341

Azienda Agricola Bigatti
Via San Lorenzo / Vicolo Bigatti, 3
Incisa Scapaccino AT - Tel 014174235
www.bigatticarni.it

Azienda Agricola F.lli Fornaro
Via S.Agata,15 - Incisa Scapaccino (AT)
Tel 3491917131

Monferrato Carni di Giolito Pietro
Via Prata, 2 - Incisa Scapaccino AT
Tel 0141747020

Azienda Agricola Porta Giuseppe
Via Frione, 6 - Incisa Scapaccino AT
Tel 014174348

Azienda Agricola Regge Giuseppe
Via Piana,6 - Incisa Scapaccino AT
Tel 014174689

Trancetti di storione in casseruola sfumati al mandarino su letto d'indivia belga

Ingredienti

per 6 persone

720 g storione

20 cl brodo vegetale

12 Mandarini

6 teste di indivia belga

3 cl liquore al mandarino

Olio evo

Sale

Pepe

Preparazione

Mondate e lavate l'indivia, sfogliatela e tagliate le foglie in strisce da circa 1 cm. Preparate il succo spremendo i 12 mandarini. Tagliate lo storione in 6 tranci da 120 g e fatelo rosolare in una padella ben calda, regolate di sale e pepe e quando inizierà a colorire sfumatelo con il liquore al mandarino.

Abbassate la fiamma e aggiungete il succo dei mandarini che avrete spremuto, coprite e dopo aver abbassato la fiamma fate cuocere il tutto per dieci minuti. Controllate ogni tanto e, se la salsa di cottura dovesse consumare troppo, aggiungete del brodo vegetale. A cottura ultimata disponete nei piatti di portata l'indivia e appoggiatevi sopra lo storione, irrorate il tutto con la salsa di cottura e servite.

PRODUTTORI PESCI

Agritrutta
Strada San Biagio 13 - Frazione San Biagio – Mondovì - Tel 0174 686835 – 335 1863923

Trota in manto di verza e lardo alle erbe aromatiche gratinata in forno

Ingredienti

per 6 persone

3 filetti di trota da 160 g

6 foglie cavoli verza

6 fette sottili di lardo alle erbe

sale

pepe

Preparazione

Prendete le foglie di verza e dopo averle lavate, fatele sbollentare per un minuto in acqua bollente leggermente salata, scolatele ancora croccanti e asciugatele in un canovaccio; privatele della parte centrale che sostiene la foglia, senza però dividerle in due. Spinate i filetti di trota e dopo averli privati della pelle, divideteli in sei tranci dello stesso peso, salateli e pepateli leggermente e avvolgeteli nelle foglie di verza sbollentate. Dopo aver allargato le fette di lardo, ponete nel centro di ognuna i tranci avvolti nella verza, richiudete a fagotto il lardo e fateli riposare in frigorifero per un'ora. Preriscaldate il forno a 200°C e infornate i fagottini che avete preparato per 10 minuti circa. Quando il lardo sarà ben dorato toglieteli dal forno e servite.

CONTORNI

GIGI PADOVANI

«La cucina non è altro che l'arte di impiegare le produzioni della natura per prepararne un nutrimento sano e piacevole all'uomo». Correva l'anno 1766, quando un anonimo autore vergava questa definizione che oggi ci pare tanto attuale, alla luce della difesa della biodiversità. La citazione è tratta da uno dei più rivoluzionari testi di cucina per l'epoca, *Il cuoco piemontese perfezionato a Parigi*: per la prima volta l'arte culinaria francese – che per secoli era stata il punto di riferimento dei Savoia – venne "piegata" al territorio. L'anonimo estensore del trattato pubblicato a Torino puntava ad armonizzare le ricette e le preparazioni con le materie prime e i gusti del Piemonte, segnando così l'abbandono di quella "cucina di forma" dell'*ancien regime*, tesa a stupire i commensali e poco attenta al gusto.

Il concetto di "contorno" a un piatto di carne è piuttosto antico, se si risale al termine *entremet* della cucina classica francese: erano gli "intermezzi" a base di verdure, a volte anche sotto forma di flan o budino dolce, che si gustavano dopo la carne, per preparare il palato ai dessert. Ovviamente molto più semplici ma gustosi sono i piatti segnalati dai parchi della Regione Piemonte, a base di cipolle, asparagi, cavoli, patate. Purché siano a "chilometro zero", come si dice oggi, cioè coltivati in loco.

L'esempio del Parco dei Laghi di Avigliana è emblematico. Per promuovere un piatto come le cipolle di Drubiaglio ripiene, è nata una piccola associazione, con l'intento di salvare un prodotto che andava perdendosi, tipico della frazione di Avigliana: una cipolla piatta, di colore biondo, particolarmente dolce, con dimensioni adatte ad accogliere un ripieno. Si è costituita così "La Compagnia della Siola ed Drubiaij", che rifornisce i ristoranti locali.

Analoga la storia che sta dietro al peperone quadrato dell'astigiano. Risale infatti al 1996 il suo debutto in una rassegna gastronomica internazionale: il primo Salone del Gusto organizzato da Slow Food di Torino. In sua difesa, su precisa scelta di Carlin Petrini, fondatore dell'associazione con la chiocciolina, fu creato uno dei primi Presìdi, oggi difesi dalla Fondazione per la Biodiversità: era il peperone quadrato di Motta di Costigliole d'Asti, segnalato allora ai consumatori più attenti insieme con la salsiccia di Bra (Piemonte), il limone di Procida (Campania), il casu marzu sardo. Motta è una piccola frazione di Costigliole d'Asti, sulla statale tra Alba e Asti: ha dato

il nome a questo ortaggio ormai famoso, al quale fa riferimento la ricetta del Parco di Rocchetta Tanaro. Slow Food spiega che «dà il meglio di sé quando viene spezzato con le mani senza essere tagliato con il coltello» ed è tradizione consumarlo con la bagna caoda o con un filo d'olio e un'acciuga.

Bianco, verde o violetto che sia, anche l'*asparagus officinalis* ha un'origine antica, tanto che esistono dei trattati realizzati nell'Antica Roma in cui si descrive in modo minuzioso la sua coltivazione. E Plinio il Vecchio scriveva che «è utilissimo allo stomaco, e aggiuntovi il comino caccia le infiammagioni dallo stomaco e dell'intestino colon; e rischiara anco la vista». Tra le curiosità legate a questo ortaggio, non si può dimenticare l'opera che il pittore Edouard Manet vi dedicò nel 1880: una piccola natura morta, un *Asperge* adagiato sul marmo, conservata al Museo d'Orsay di Parigi. Il quadro fu realizzato dall'autore come artistico "resto" a chi gli aveva commissionato *La Botte d'asperges*, (oggi conservato al Wallraf-Richartz Museum di Cologna, in Germania): poiché quel "mazzo" gli fu pagato mille franchi, invece degli 800 richiesti, Manet volle "ripagare" il committente con un quadro nel quale ritrasse un solo turione dell'ortaggio. Il Parco del Po Vercellese Alessandrino lo propone in salsa tartara, una maionese aromatizzata con erba cipollina, cetrioli e capperi.

Tipicamente montana è invece una ricetta del Parco della Val Troncea, la zona alpina che si può raggiungere dalla frazione Pattemouche di Pragelato: è il "pilot", che nonostante il nome da videogioco è un piatto a base di patate, pancetta, uova. Lo si trova spesso in abbinamento con la "mocetta" – una carne secca bovina, ma anche di selvaggina – e in frazione Borgata Sestriere l'associazione La Pancouta organizza ogni anno una Sagra del Pilot.

Il Vialardi, cuoco di Casa Savoia, aveva definito "guerniture" i contorni per accompagnare le carni di magro o di grasso e così consigliava la "donna casalinga", nel compito di preparazione delle vivande: «Sapendo che per fare un buon pranzo ci vogliono buoni alimenti, avrà cura che le carni che vuole adoperare, o di volaglia, o di vitello, o altre, siano bensì frolle; ma prive d'ogni cattivo odore; che gli olii, i formaggi, ed altre sostanze grasse non siano rancide; che le uova, il pesce, il latte, la verdura siano freschissimi; e così dicasi delle altre sostanze».

Asparagi in salsa tartara all'alessandrina

Ingredienti

per 6 persone

1 kg asparagi
50 g prezzemolo
1 manciata di capperi sotto sale
alcune olive verdi denocciolate
1 mazzetto di basilico
2 uova
1 bicchiere di olio d'oliva
succo di mezzo limone
1 pizzico di sale

Preparazione

Mentre lessate gli asparagi tritate le erbe, i capperi e le olive finemente. Preparate la maionese mettendo i tuorli in una scodella e sempre mescolando con un cucchiaio versate a filo l'olio fino a ottenere una maionese ben densa, aggiungete il succo del limone, salate e aggiungete il trito di erbe e aromi. Servite gli asparagi con la salsa a parte o versata sulla parte centrale lasciando scoperte le punte. La salsa chiamata tartara nostrana o alessandrina si addice anche ad accompagnare altre verdure cotte. Per una presentazione più efficace potrete sodare due uova e schiacciarne i tuorli ricoprendo la salsa.

PRODUTTORI ORTAGGI

Azienda agricola Molino del Conte - FQA Parco fluviale del Po e dell'Orba
Coltivazione ortofrutticola biologica
Produzione e degustazione di ortaggi sott'olio, salse e sughi, confetture biologici
Via Molino del Conte, 3 - Villamiroglio AL - Tel e Fax 0142 947207

Azienda Agricola Goggi Antonio e Paolo
Coltivazione e vendita
Via Mazzini, 65 - Isola Sant'Antonio AL
Tel 0131 78905 - Fax 0131 78905 - Cel 349 1710527

Cipolle ripiene di magro

Ingredienti

4 cipolle di media grandezza bianche o bionde

3 cucchiai di ricotta o di toma di lait brusc "Formaggio tipico delle Alpi Cozie"

1 manciata di prezzemolo

4 cucchiai di pane grattato

olio extravergine d'oliva

sale, pepe nero, noce moscata

1 uovo intero

2 bicchieri di salsa di pomodoro

rosmarino

aglio

Preparazione

Lessare le cipolle fino a metà cottura (15-20 minuti circa) Scolarle, lasciarle raffreddare.

Ridurle a metà e svuotarle leggermente. Salare e pepare e sistemarle in una pirofila.

Ripieno. In una ciotola capace mettere l'interno della cipolla con il prezzemolo tritato finemente. Aggiungere pan grattato, ricotta o toma, olio, sale, noce moscata, uovo, salsa di pomodoro precedentemente cotta per dieci minuti con aglio e prezzemolo. Il composto deve risultare omogeneo e morbido ma, nello stesso tempo, consistente. Con un sacà poche o a cucchiaiate riempite le cipolle.

Versare un bicchiere di brodo vegetale o di carne sul fondo della pirofila, e ungere con un po' di olio e infornare a 220 gradi per 10 minuti.

Ottimo accompagnato con insalata di stagione.

RISTORATORE

Ristorante Il Mulino di Mattie
Via Giordani 52 - Mattie TO
Tel 0122 38132 - 333 1973660

PRODUTTORI TOMA DI LAIT BRUSC

Agù Chiaffredo
Alpe Selleries (Roure)
Via del Castello 19 - Villar Perosa TO
Tel 329 2184128

Giovale Manuel
Alpe Montebenedetto (Villar Focchiardo)
Via Cardinal Maurizio 44 - Giaveno TO
Tel 368 3599047

Gulli Manuel
Alpe Toglie (Mattie)
Via Malenghi 7 - Mattie TO
Tel 339 3364415

Listello Amelio e Giovale Lucia
Alpe Balmetta Vecchia (Bussoleno)
Via Vaie 43 - Sant'Antonino di Susa TO
Tel 333 2424584

Cipolle di Drubiaglio ripiene

Ingredienti

350 g arrosto di vitello
150 g salame cotto
6 cipolle "piatte di Drubiaglio"
2 uova
1 manciata prezzemolo
1 manciata pangrattato
1 manciata formaggio parmigiano grattugiato
olio d'oliva
sale e pepe

Preparazione

Pelate le cipolle e fatele lessare fino a tre quarti della cottura in modo che restino croccanti. Lasciatele raffreddare, tagliatele orizzontalmente in metà e svuotatele parzialmente con un cucchiaio.

Intanto tritate l'arrosto di vitello, il salame cotto, il prezzemolo e i resti delle cipolle lesse; unite le uova, il parmigiano grattugiato, salate e pepate e amalgamate con cura.

Riempite le mezze cipolle con questo impasto, disponetele in una teglia unta di olio e burro, spolveratele di pangrattato e infornatele nel forno già caldo a 160 gradi per una quindicina di minuti.

Servitele calde accompagnandole con un buon vino.

PRODUTTORI CIPOLLA PIATTA DI DRUBIAGLIO

Azienda Agricola "Agridelta" di Marcello Drago
Via Davì, 5/a - Avigliana TO - Cel 338 7364497
Email: marcello.drg@gmail.com

Azienda Agrobiologica "La Praglia"
Via Giaveno, 56 - Avigliana TO - Tel 011 9327715 - Cel 348 0400404
Email: info@lapraglia.it - Info: www.lapraglia.it

RISTORATORE

La Burnia
Borgata Drubiaglio, 18 – Avigliana TO
Tel 011 9342405

LA CIPOLLA PIATTA DI DRUBIAGLIO

È una varietà di cipolla bionda, con forma appiattita e sapore molto dolce, che la rende adatta alla preparazione di prelibate specialità culinarie. Originaria della zona di Leinì (TO) viene introdotta nella zona di Drubiaglio di Avigliana negli anni Cinquanta. Biodiversità salvaguardata da "agricoltori custodi", la cipolla piatta piemontese si semina in settembre, si trapianta in primavera e si raccoglie d'estate. Un vecchio adagio popolare suggerisce speciali accortezze da seguire. Dice la cipolletta: "Al trapianto coprimi appena la barba se vuoi che diventi larga".

Crema di sedano rosso

Ingredienti

400 gr di cuore di sedano rosso
30 gr di farina
30 gr di burro
4 patate
1 cipollina
200 dl panna liquida
2 L di brodo
2 tuorli d'uovo
4 cucchiaiate di crostini di pane
sale
pepe

Ricetta proposta da:
Consorzio Sedano Rosso
c/o Assot - Via Alfieri, 21 -
Orbassano TO
Tel 011 9040893

Preparazione

Mondate il sedano, tagliatelo a pezzetti e scottatelo in acqua bollente salata per una decina di minuti circa.

Fate soffriggere il burro in una casseruola con la cipollina tritata finemente, aggiungetevi il sedano, le patate sbucciate, tagliate a cubetti e lasciate appassire le verdure, quindi incorporatevi la farina diluita con un po' di brodo caldo e gradatamente unite anche tutto il rimanente brodo. Fate bollire a fuoco lento per un'ora circa, passate tutto al setaccio, riponete il recipiente sul fuoco, aggiungetevi la panna liquida e riportate la crema all'ebollizione.

Aggiustate la crema di sale e pepatela un poco. Sbattete nella zuppiera i tuorli, versatevi sopra la crema di sedano bollente e completatela con una abbondante spolverizzata di foglioline di sedano rosso tritato finemente. Servite a parte i crostini di pane.

PRODUTTORE

Agriturismo Cascina Gorgia di Paolo Gilardi
Strada Stupinigi, 80 Orbassano TO - Tel 011 9002384

Fagioli Billo' in umido

Ingredienti

per 6 persone

300 g fagioli billò
100 g cipolla
1 sedano
2 cucchiai olio di oliva
2 spicchi aglio
100 g pomodoro passato
300 g salciccia (eventuale)
rosmarino, alloro, salvia
brodo, sale, pepe

Preparazione

Mettere a bagno in acqua fredda i fagioli per circa 8 -12 ore. Scolarli, lessarli fino a ¾ di cottura, partendo da acqua fredda.

In un tegame soffriggere in olio la cipolla, il sedano e l'aglio tritati con rosmarino e alloro.

Tagliare la salciccia in pezzi, unirla al fondo, rosolarla, quindi aggiungere i fagioli lessati, il pomodoro, sale e pepe.

Bagnare con poco brodo, coperchiare e cuocere per 20 minuti circa a fuoco lento.

Flan di cardo gobbo

Ingredienti

500 g cardi gobbi (puliti)
4 uova
50 g grana padano
30 g burro
1 bicchiere di latte
1 tazza di besciamella
sale

Preparazione

Sfilettate con cura i gobbi, poi tagliateli a pezzi di 4-5 centimetri e lessateli al dente (circa 35-40 minuti) in acqua salata. A bollore, sgocciolateli e teneteli da parte. In un tegame lasciate fondere il burro e insaporitevi i "gobbi" per alcuni minuti, poi riducete il calore, aggiungete il latte e portate a cottura, per circa 30 minuti. Frullate o tritate finemente i gobbi, uniteli alla besciamella, incorporate al composto le uova e il grana padano, regolate di sale, amalgamate bene.

Presentazione: Versate il composto in uno stampo imburrato e cuocete a bagnomaria in forno caldo a 170° per 35-40 minuti. Ritirate, lasciate riposare 5 minuti e ponete sul piatto da portata. Servite con bagna cauda o fonduta di Raschera.

PRODUTTORI DI CARDO GOBBO

Azienda Agricola Bongiovanni Michela
Via Sant'Agata, 6 - Incisa Scapaccino AT
Tel e Fax 014174368 - 348 5131089
www.lacarusa.it

Azienda Agricola F.lli Fornaro
Via S.Agata,15 - Incisa Scapaccino AT
Tel 3491917131

Azienda Agricola Gatti Giovanna
Via Vallone, 1 - 14045 Incisa Scapaccino AT
Tel 014174513 - 3402676639

Azienda Agricola Guerrina Maria Teresa
Via Montechissone, 12 - Incisa Scapaccino AT
Tel 0141 74103 - 3475630683

Azienda Agricola Pavese Pierlorenzo
Via Cortiglione, 66 - Incisa Scappaccino AT
Tel 0141 74058 - 3496493238,

Azienda Agricola Ortofrutticola Pomato
Via IV Novembre, 4 - Incisa Scapaccino AT
Tel e Fax 0141791243 - 3472759547

Azienda Agricola Quaglia Vittorio
Via Piana, 8 - Incisa Scapaccino AT
Tel 014174620 - 3286493238

Azienda Agricola Boggero
Via La Serra, 20 - Vaglio Serra AT
Tel 0141 732024
www.boggero.it

RISTORATORE

Ristorante Piazza Crova 3
Piazza Crova, 3 - Vaglio Serra AT - Tel 0141 732206
Email: info@piazzacrovatre.it - Info:https://www.facebook.com/piazzacrovatre

Pilot 'd trufa gratà crua - Frittelle di patate crude

Ingredienti

per 4/5 persone

Pilot base

1 kg patate di montagna poco acquose

2 uova

poco latte

1 o 2 cucchiai di farina

sale

Pilot con soffritto

3 fette di lardo o pancetta tagliate spesse

1 cipolla

un po' di olio e burro.

Pilot con prezzemolo

1 mazzetto di prezzemolo.

Ricetta tratta da C. FERRIER. *...E così facevano festa - la cucina tradizionale raccontata da Secondina Lantelme, donna di Borgata Sestriere.* Alzani Editore, Pinerolo 2005

Preparazione

Pilot base. Grattugiare le patate crude (pelate e lavate), scolare un po' la loro acqua, aggiungere il latte, le uova sbattute, la farina e il sale fino a ottenere un composto né troppo denso né troppo molle.

Con il cucchiaio versare il composto nell'olio bollente finché non acquista un colore dorato. Servire caldo con zucchero o con affettati (col lardo casereccio è ottimo), con il formaggio o l'insalata.

Pilot con soffritto. Aggiungere al composto sopra descritto il soffritto di cipolla e pancetta tagliati finissimi e cotti in poco olio e poco burro. Amalgamare bene. Ovviamente questi pilot non si accompagnano con lo zucchero.

Pilot con prezzemolo. Aggiungere semplicemente il prezzemolo lavato e tritato al composto, badando a non eccedere nella quantità per non coprire troppo il gusto degli altri ingredienti.

PRODUTTORI PATATE

Agriturismo L'Itialette
Via Assietta, 1 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Cel 338 9361243

Balcet Stefano
Via Nazionale, 51 - Frazione La Ruà
Pragelato TO
Cel 349 5291235

Cellerino Paolo
Piazza del Municipio, 4 - Frazione La Ruà
Pragelato TO
Cel 347 3132480

Ferrier Massimo
Viale IV novembre, 16
Fraz. Soucheres Hautes - Pragelato TO
Cel 347 6772595

Varetti Davide
Via Oulx, 15 - Frazione Grand Puy - Pragelato TO
Cel 366 4574801

Peperoni in salsa di acciughe

Ingredienti

per 4 persone

4 peperoni gialli e rossi di qualità "Peperone quadrato d'Asti"

Per la salsa

10 g burro

5-6 filetti di acciughe

1 spicchio d'aglio

2 cucchiai di olio d'oliva

1 cipolla bionda

1 ciuffo di prezzemolo

sale

pepe

Preparazione

Pulite e private dei semi e dei filamenti bianchi interni i peperoni, tagliateli a falde e fateli cuocere in forno o alla griglia. Quando saranno cotti, pelateli e disponeteli su un piatto da portata che terrete al caldo.

Per la salsa: fate rosolare in una casseruola, con olio e burro, lo spicchio d'aglio tritato e aggiungete il prezzemolo tritato con la cipolla, le acciughe, sale e pepe. Lasciate cuocere a fuoco lento fino a quando la salsina diventerà densa e le acciughe si saranno disfatte. Irrorate con la salsa i peperoni e servite.

PRODUTTORI ORTAGGI

Azienda Agricola Palladino Clemente
Via Dante, 4 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644625 – Cel 347 4109776

Azienda Agricola Sardi Secondo
Piazza Libertà, 4 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644363

Azienda Agricola Ziliotto Francesco
Regione Bossoleto, 4 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644398 – Cel 333 6499014

Azienda Agricola Lano Piero
Via Nicola Sardi, 58 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644354 - Cel 368 3527822

Azienda Agricola Odone Giacomo
Via Nicola Sardi, 23 - Rocchetta Tanaro AT
Cel 338 5358965

PEPERONE QUADRATO D'ASTI

Sui terreni della piana alluvionale del Tanaro, in particolare sui suoli sabbiosi che il fiume deposita a ridosso dei rilievi del Parco di Rocchetta, il "peperone quadrato" è stato per decenni una coltivazione privilegiata. Al riguardo, si è trovata documentazione relativa a un "concorso a premi per la razionale coltivazione degli orti nel circondario di Asti" del 1914, bandito per iniziativa della Società Orticola Astigiana, in cui veniva evidenziata la produzione di peperoni da parte di numerosi agricoltori della zona. Dalla tipica forma quadrata e vigorosa, la bacca presenta colorazione rossa e gialla con evidente contrasto di colore con il verde, e in alcuni casi con lieve piccantezza dei frutti. Il "quadrato d'Asti", il re della migliore ristorazione astigiana, impareggiabile e senza rivali nel deliziare il palato dei buongustai. Con la sua polpa carnosa e delicata, dal profumo intenso, il sapore ben marcato e piacevolissimo, è componente irrinunciabile nel rito conviviale per eccellenza del Piemonte: la bagna càuda.

DOLCI

Gigi Padovani

Torcetti, tirà, caritun, ciambelle, amaretti, canestrelli… Le dolci tentazioni che arrivano dalla natura protetta sono il risultato di antiche tradizioni e di farine, frutti, erbe aromatiche che si possono trovare soltanto in quelle aree. Salvo i semifreddi, nati in un'epoca più recente – anche se già nel Settecento si usava servire i sorbetti a fine pasto o tra una portata di carne e un'altra – questi dessert scaturiscono in gran parte dal magico miscuglio di zucchero, burro, uova e cereali, a volte con l'aggiunta di una confettura – come quella di cardo gobbo (davvero speciale) della Riserva Val Sarmassa. Nell'Ottocento erano classificati come "dolci di credenza", perché posti in bella vista dai maestri pasticceri e conservati a temperatura ambiente sull'apposito mobile.

In Piemonte l'arte bianca ha dato vita a tante specialità, favorendo la nascita di quelle pasticcerie per le quali Torino e le altre città sono note in tutta Italia. È famosa la poesia che Guido Gozzano ha dedicato alle loro *Golose* frequentatrici: «Io sono innamorato di tutte le signore / che mangiano le paste nelle confetterie. / Signore e signorine - / le dita senza guanto - / scelgon la pasta. Quanto / ritornano bambine! / Perché nïun le veda, / volgon le spalle, in fretta, / sollevan la veletta, divorano la preda».

Alcuni di questi dolci hanno storie complesse, come la "tirà" di Rocchetta Tanaro, una semplice ciambella realizzata con gli stessi ingredienti del pane, con l'aggiunta di un po' di zucchero. Il nome ricorda le cerimonie durante le quali venivano "tirati i numeri", ovvero quando erano sorteggiate le nuove reclute per il Regno Sardo Piemontese, agli inizi dell'Ottocento: all'evento si accompagnavano, specie nel Monferrato, delle grandi feste, durante le quali il dolce di famiglia più diffuso era appunto "la Tirà".

Dalle aree protette della Collina Torinese è segnalato un altro dessert tradizionale dal nome particolare: il "caritun". E' un focaccia piatta con glassatura o spolveratura esterna di zucchero in granelli: è formata da una base di pasta lievitata, coperta da un altro strato di pasta, saldata ai bordi con all'interno, disposti a spirale, chicchi di uva fragola. Il nome deriva dal fatto che anticamente era un dolce distribuito ai poveri a scopo

caritatevole. Un'usanza che ancora si conserva nel Monferrato, a San Damiano d'Asti, dove una confraternita distribuisce questi pani azzimi (diversi dalla ricetta del parco) al giovedì e al venerdì Santo.

Il cuor di lavanda di farina di Stupinigi prende origine da un progetto ambizioso, in cui è coinvolta la Coldiretti, quello di voler istituire una "filiera del pane" a partire dai grani coltivati: sono stati individuati i terreni migliori, si utilizza soltanto il lievito madre tradizionale, tutto è regolato da un rigido disciplinare che ha come obiettivo la sostenibilità ambientale e la salvaguardia della biodiversità.

La pasticceria italiana vanta moltissime preparazioni a base di mandorle, sia in versione morbida sia secca. Assai noti sono gli amaretti di Gavi e Voltaggio, proposti dal Parco Capanne di Marcarolo, che in alcuni casi possono anche entrare tra gli ingredienti del sontuoso fritto misto alla piemontese. E fritti sono anche i dolcetti del Parco Capanne di Marcarolo. La Riserva di Valle Andona, Botto e Grande propone un semifreddo realizzato con il torrone, mentre il Parco Alpe Veglia e Alpe Devero lo profuma con il Genepì, il tipico liquore alle erbe delle montagne piemontesi. Ma è forse il torrone ad entrare nei ricordi di tutti i bambini della nostra regione: un impasto magico di bianco d'uovo, zucchero e nocciole che ha creato le prime rivendite di "street food" dolce nelle feste paesane.

E ha un consumo tutto particolare la mostarda d'uva o "cugnà" che propone il Parco del Po Vercellese Alessandrino: si prepara dopo una lunga cottura e più che un dolce, è usata ad accompagnare bolliti e formaggi erborinati. Forse uno dei primi esempi di cucina tradizionale nei quali cadeva la barriera tra dolce e salato, una commistione di sapori che oggi caratterizza la cucina moderna. Vi si presta persino la "patata piatlina" – significa appiattita – delle Valli Occitane, adatta per fritture, puree, dolci (dal Gran Bosco di Salbertrand).

Purché, come scriveva il poeta crepuscolare torinese, le signore "tornino bambine" tra creme, cioccolatte e giulebbe. Con in più, come tutti i piatti descritti in questa preziosa raccolta, il vero sapore della natura.

Arsumà

Ingredienti

per 10 persone

10 uova intere

150 g vino chinato (oppure vino rosso corposo)

100 g zucchero

Preparazione

Tempo richiesto 15 minuti. Separare i tuorli dagli albumi. Montare i tuorli con lo zucchero, fino ad ottenere una crema gonfia e morbida, diluire con il vino e lasciar riposare per alcuni minuti. Montare a neve molto ferma gli albumi e incorporarli al resto mescolando delicatamente. Versare in bicchieri alti o coppe e accompagnare con biscotti secchi.

Origini

Si tratta di una bevanda corroborante che viene spesso definita "zabaione freddo" anche se non ha nulla a che vedere con lo zabaione. Può essere preparata con vino rosso di buon corpo oppure con "vino speziato" (vino chinato).

Amaretti di Gavi e Voltaggio

Ingredienti

500 g mandorle spellate

50 g mandorle amare

500 g zucchero

4 albumi

zucchero a velo

Preparazione

Tritate le mandorle. Mescolatele con lo zucchero e passatele nel frullatore per renderle come una farina. Sbattete gli albumi a neve e mescolateli con la farina di mandorle. Formate delle palline della stessa misura, passatele nello zucchero a velo e mettetele su un tegame con carta da forno.

Lasciatele riposare coperte con un canovaccio pulito per 5/6 ore. Trascorso questo tempo, schiacciate la parte superiore con le dita dando la classica forma dell'amaretto. Infornate a 170/180°C sino a che non raggiungono un colore leggermente dorato (circa 15 minuti). Lasciateli raffreddare e conservateli in una scatola di latta.

Canestrelli di Tonengo

Ingredienti

½ kg farina
250 g burro
250 g zucchero
1 bustina vaniglia
1 noce moscata grattugiata
1 scorza di limone grattugiata
1 bicchiere di buon vino bianco
1 bicchierino rhum
1 uovo intero

Preparazione

Amalgamate prima tutti gli ingredienti asciutti sino a ottenere un composto di colore omogeneo; quindi aggiungete tutti gli altri ingredienti e impastate bene. Formate con la pasta dei pezzetti grossi come noci, riponeteli uno per volta nell'apposito ferro di ghisa, ben caldo e unto di burro e, rivoltando il ferro da ambo le parti, cuocete per alcuni minuti sopra il fuoco, finché il canestrello assumerà un bel colore ambrato.

Caritun

Ingredienti

500-600 g farina 00

100 g burro

200 g zucchero

1 uovo intero

200 g uva fragola (oppure di mele tagliate a cubetti)

½ bicchiere scarso di latte

1 bustina di lievito

1 pizzico di sale

Preparazione

Sciogliete in un pentolino latte, zucchero, burro e un pizzico di sale. Intiepidite un canovaccio di tela bianca. Disponete la farina sul tavolo, versateci dentro l'uovo, aggiungete adagio il latte e il lievito, impastate bene e create una pagnotta che avvolgerete dentro il canovaccio caldo, lasciandola vicino a una fonte di calore per un quarto d'ora. Ungete di burro una teglia. Lavate e asciugate gli acini dell'uva. Tagliate la pasta a metà, allargate il primo pezzo con il mattarello e lasciate l'altra metà coperta dentro il canovaccio. Mettete la pasta dentro la teglia, coprite con gli acini di uva fragola, cospargendoli di zucchero e lasciando 2 cm liberi verso il bordo. Tirate e allargate l'altra metà della pasta e coprite l'uva, facendo aderire il bordo. Spargete lo zucchero sopra la pasta e, a piacere, pennellatela con bianco d'uovo. Cuocete in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti.

A cottura ultimata, togliete dal forno e coprite la teglia con un asciugamano, lasciandola raffreddare. Quando è fredda, capovolgete la torta su un piatto.

Ciambella tiepida di mele e amaretti con zabaione al Moscato d'Asti DOCG

Ingredienti
per 4 persone

Per lo zabaione
100 g tuorli d'uovo
100 g zucchero
50 g Moscato d'Asti DOCG

Per la ciambella
2 tuorli
2 albumi
40 g zucchero
40 g farina
50 g burro
cannella in polvere

Preparazione

Tritare le mele in modo grossolano, amalgamare agli amaretti sbriciolati e aggiungere il burro morbido. A parte montare i tuorli con lo zucchero, aggiungere la farina, il composto di mele e amaretti e da ultimo gli albumi montati a neve. Dividere il composto in 4 stampini per ciambella e cuocere in forno preriscaldato a 160° per 15 minuti.

Sfornare i tortini, sistemare lo zabaione al centro e guarnire con lamponi freschi e foglioline di menta. Spolverare con abbondante zucchero a velo.

RISTORATORE PROPONENTE

Ristorante Antico Casale
Località Bramairate, 201 Revignano AT - Tel 0141 295013
Email: mario.piatto@alice.it - Info: www.lanticocasale.at.it

Crescianzin

Ingredienti

600 g. di farina di frumento

400 g di farina di segale

20 g di sale

10 g di lievito di birra

acqua tiepida quanto basta

250 g di noci a pezzetti

1 mela

zucchero a piacere

50 g di burro fuso freddo

Preparazione

Unire la farina di frumento con la farina di segale, il sale e il lievito di birra (precedentemente sciolto in acqua tiepida per alcuni minuti). Lasciare riposare l'impasto per tre quarti d'ora, poi distenderlo a forma di pane, altezza circa 3 centimetri. Inserire all'interno dell'impasto le noci a pezzetti, la mela a spicchi e lo zucchero. Spennellare la superficie del dolce con il burro fuso freddo. Lasciare riposare ancora per 30 minuti e infornare a 220° C per un'ora di cottura.

Quando a Trontano le donne facevano cuocere il pane nei due forni del paese, con gli avanzi dell'impasto preparavano questo dolce, per la gioia dei bimbi.

Cuori di lavanda di Stupinigi

Ingredienti

125 g burro

350 g farina di Stupinigi

90 g zucchero

3 uova (1 intero, di 2 solo il tuorlo)

1 bustina vanillina

½ busta lievito per dolci

1 limone

3 cucchiaini fiori secchi di lavanda di Stupinigi

Preparazione

Sciogliete il burro (non scaldato), aggiungete le uova, lo zucchero e impastate aggiungendo la farina, la vanillina, il lievito e la scorza di limone grattugiata. A fine impasto aggiungete la lavanda e impastate ancora, lasciando poi riposare l'impasto per mezzora in frigorifero. Stendete poi l'impasto con il matterello su carta da forno in modo che resti dello spessore di circa mezzo centimetro, ritagliate i biscotti con una formina a cuore.

Adagiate i biscotti ottenuti sulla teglia coperta con la carta forno e infornate per 15 minuti a 180 °C.

I cuori di lavanda sono pronti per essere serviti.

LA FARINA DI STUPINIGI

U'agricoltura di prossimità in cui il grano viene prodotto a pochissimi chilometri dalla città e in area protetta. Una filiera corta dove tutti i soggetti coinvolti (parco, aziende agricole, associazioni, cooperative, forni) garantiscono la qualità del proprio lavoro e in cui i prezzi sono costruiti all'interno della stessa "rete" in modo trasparente.

Sono gli elementi del progetto "La filiera della farina di Stupinigi" il cui obiettivo è quello di produrre pane di qualità a lievitazione naturale con pasta madre utilizzando la farina coltivata proprio nei campi di Stupinigi. I tecnici di Coldiretti hanno identificato i terreni più adatti e predisposto un disciplinare per regolamentare la produzione delle aziende agricole aderenti al progetto. Nasce così la farina del parco.

Dolce di patate e cioccolato con composta di renette

Ingredienti

200 g patate
100 g burro
100 g mandorle spellate
40 g zucchero semolato
125 g zucchero a velo
150 g cioccolato fondente
4 uova

Preparazione

Lessare le patate (varietà piatlina) partendo da acqua fredda, quindi scolarle, pelarle e schiacciarle in purè. Lasciare intiepidire.

Montare il burro con lo zucchero a velo, incorporare le uova, le mandorle tritate con 40 g di zucchero semolato e il cioccolato fuso.

Versare il composto in una teglia e cuocere in forno ventilato a 175°C per 30/40 minuti circa.

Servire la torta accompagnandola con composta di mele renette calda.

PRODUTTORI ANTICHE VARIETÀ DI PATATA DI MONTAGNA: PATATA DEL BUR, PATATA PIATLINA, PATATA VITELOTTE

Allemand Giorgio
Frazione Jouvenceaux, 56 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850876

Eydallin Fabrizio
Villaggio Alpino 32 - Sauze d'Oulx TO
Tel 0122 850175

Gorlier Alessandro e Riccardo
Via Clotes, 13 - Sauze d'Oulx (TO)
Tel 0122 850361 - Cell 338 9733195

Parco naturale del Gran Bosco di Salbertrand
Via Fransuà Fontan, 1 - Salbertrand TO
Tel 0122 854720
Socio fondatore Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Perotto Andrea
Via Roma 55 - Salbertrand TO - Cell 338 3546052
Iscritto a Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Vitton Giuliano
Via Assietta, 11 - Sauze d'Oulx (TO)
Tel 0122 858456
Socio fondatore Associazione produttori patate di montagna della Provincia di Torino

Azienda Agricola "LA VINCIA"
di Mout Danilo
Via Levis, 35 - Chiomonte TO
Cell. 329 2219928

RISTORATORE

Ristorante 'Le Due Bandiere'
Chef Silvano Arnaud
piazza Martiri della Libertà, 2 - Salbetrand TO
Tel 0122 854640

Fiacia

Ingredienti

750 g farina
350 g zucchero
350 g burro
5 uova solo tuorlo
2 bustine vanillina
1 bicchierino di grappa
1 bustina lievito

Preparazione

Sbattere lo zucchero con le uova; mentre scioglie il burro in un tegamino, aggiungerlo all'impasto con la vanillina, il limone e la grappa. Mescolare bene. Aggiungere la farina, lavorare la pasta il meno possibile e, per ultimo, aggiungere il lievito. Imburrare una teglia e mettere la pasta, aiutandosi con la punta delle dita fino a ottenere uno spessore di circa 2 cm. Con un bicchierino disegnare una serie di cerchi sopra l'impasto, spennellarlo con l'albume e infornare, in forno già caldo, a 160°C per circa 50 minuti.

Latte dolce fritto

Ingredienti

100 g farina
1/2 L latte
70 g zucchero
4 uova
sale
pangrattato

Preparazione

Stemperare la farina e lo zucchero con poco latte per evitare i grumi, aggiungere il restante latte tiepido e cuocere a fiamma molto bassa per 15/20 minuti, mescolando continuamente. Ritirare dal fuoco, incorporare i 4 tuorli e cuocere ancora per alcuni minuti. Versare su un piatto leggermente umido e ottenere uno spessore di circa 1,5 centimetri.

Fare raffreddare per alcune ore quindi tagliare a rombi, passare nell'albume sbattuto e nel pangrattato, friggere con olio d'oliva.

Marmellata di cardo gobbo

Ingredienti

2 kg cardo gobbo
1 kg zucchero
2 mele
1 limone

Preparazione

Pulite i cardi e privateli dei filamenti. Tagliateli a pezzetti e fateli bollire per circa due ore.

Poneteli nella pentola a cuocere insieme alle mele sminuzzate, poi aggiungete lo zucchero ed il limone.

Fate cuocere per circa 20 minuti e quando la marmellata incomincia a bollire, spegnete e invasate subito, prima che si solidifichi.

Le marmellate aperte vanno conservate in frigorifero e consumate entro 3 settimane dall'apertura.

RISTORATORE

Bar – Ristorante "La piola del borgo"
Piazza Garibaldi, 1 - Incisa Scapaccino AT - Tel 348 5131089 - 347 5701141
Email: info@lapioladelborgo.it - Info: www.lapioladelborgo.it

Mostarda d'uva - Cugnà

Ingredienti

7-8 kg d'uva barbera, dolcetto o fragola

1 kg mele cotogne

1 kg mele acerbe

1 kg pere martine

1 kg fichi un po' acerbi

80 g nocciole

un pezzo di zucca

cannella, chiodi di garofano

Preparazione

Pigiate l'uva sino a ottenere 5 litri di mosto che filtrerete e porterete d ebollizione. Man mano che si scalda rimuovete la schiuma che si forma. Concentrate il mosto sino a quando si sia ridotto a un terzo circa di volume (circa 4-6 ore) e assuma una consistenza quasi mielosa, quindi aggiungete le mele cotogne, le mele acerbe, le pere martine, i fichi piuttosto acerbi, le nocciole sgusciate e pelate ma non tostate, un pezzo di zucca e alcune scorze di arancia candita o l'arancia con la sua scorza tagliata a pezzetti.

Tagliate tutto a pezzetti, unite un po' di cannella e alcuni chiodi di garofano. Cuocete ancora per 4-6 ore fino a quando la mostarda si presenta scura e densa. I frutti risulteranno quasi disfatti e il mosto completamente assorbito. Invasate ancora calda in barattoli di vetro, fate sterilizzare per 20 minuti circa. Questa preparazione si conserva per alcuni anni senza alterare la sua fragranza e si presta a condire polenta, bolliti o formaggio fresco.

Panna cotta di bufala agli agrumi

Ingredienti

per 6 persone

250 g panna fresca di latte di bufala

250 g latte di bufala

80 g zucchero semolato

1 cucchiaio di insaporitore agli agrumi (o scorzette di agrumi miste)

3 g gelificante agar agar

Preparazione

Scaldate la panna lentamente e stemprate lo zucchero fino a che sarà sciolto. Aggiungete un bel cucchiaio di insaporitore agli agrumi o delle scorzette oppure qualsiasi altro aroma a piacere. State attenti a non far bollire la panna. Quando il composto starà quasi per bollire aggiungete l'agar agar ben setacciato con un colino in modo da non farlo raggrumare. Lasciate ancora almeno 2 o 3 minuti sul fuoco, girate bene; travasate subito nei vostri stampi da budino filtrando la panna con un colino a maglie grosse. Mettete gli stampini in frigorifero per circa tre ore affinchè la panna cotta si addensi. Si suggerisce di usare stampini piuttosto larghi e bassi, meglio se in silicone perché sono più facili da sformare. Decorate la panna cotta con il miele, il cioccolato o una purea di frutta.

PRODUTTORI PANNA DI BUFALA

Azienda Agricola
di Facchi Paolo & Luciano
Via Sonzini Moioli, 14 - Fraz. Loreto - Oleggio NO - Tel 0321 992684 - Info: aziendaagricola facchi.it

PRODUTTORE DI AGRUMI

Cascina Dulcamara
di Aina Pacifico
Via Don Bosco, 12 - Romentino NO - Tel 0321 867033 - http://cascinadulcamara.it

Paste di meliga

Ingredienti

250 g farina
125 g farina di mais ottofile
100 g zucchero
175 g burro
4 uova
8 g lievito
1 goccia di essenza di vaniglia
1 cucchiaino di miele
1 pizzico di sale

Preparazione

Unire tutti gli ingredienti e impastarli bene. Far riposare l'impasto una notte.

Prendere poi l'impasto, stenderlo e fare delle strisce di pasta.

Tagliare le strisce in pezzi regolari e, sulla teglia, dare la forma a ciambella (vedi foto).

Una volta ben disposte, cuocere in forno 180 °C per 15 minuti.

PRODUTTORI PASTICCERIE

Il Quadrifoglio
Via Comunale Mondovì, 6 - Chiusa di Pesio CN
Tel 0171 734190

Elvira panetteria
Frazione San Bartolomeo, 63 -Chiusa di Pesio CN
Tel 0171738105

Grigolon Bar Pasticceria
Corso Statuto, 2/E -12084 Mondovì CN
Tel 017443564

Dutto Laura
Via Roma, 13 - Chiusa di Pesio CN
Tel 0171 735153

Pere Martin sec

Ingredienti

6 pere Martin sec

bino rosso corposo

80 g zucchero di canna

1 punta di cucchiaino di zenzero in polvere

1 scorzetta di limone

spezie: chiodi di garofano, cannella, ginepro

Preparazione

Lavate le pere e lasciatele intere, compreso il picciolo; tagliatene solo un po' la base di modo che possano rimanere dritte. Per la cottura scegliete un tegame con bordi sufficientemente alti. Accomodateci le pere, copritele con circa mezzo litro di vino, aggiungete lo zucchero, le spezie, lo zenzero e la scorzetta di limone. Fate cuocere, con il coperchio, a fuoco moderato finché le pere non si saranno ammorbidite (non devono disfarsi!). Per verificare la cottura "pungetele" con uno stecchino. Quando saranno cotte, estraetele dal vino e se questo non si fosse ancora ben rappreso, alzate la fiamma fino a ottenere uno sciroppo denso che andrete a versare sulle pere al momento di presentarle in tavola. Le pere dovrebbero essere mangiate tiepide.

Semifreddo al genepì

Ingredienti

per 4 persone

½ L panna

1 mazzetto di genepy

125 g zucchero

2 fogli colla di pesce

Preparazione

Versare la panna in un recipiente. Unire il genepy intero e lasciare macerare una notte.

Trascorso il tempo, mettere il composto a bollire con l'aggiunta di zucchero e colla di pesce.

Quando la crema sarà calda passarla al setaccio.

Porla negli appositi stampi e metterla in frigorifero a raffreddare.

Servirla con una salsa a piacere.

Semifreddo al torrone

Ingredienti

400 g panna montata

200 g torrone d'Asti

130 g zucchero

4 tuorli d'uovo

Preparazione

Pestare il torrone riducendolo in granella fine e distribuire sul fondo di uno stampo rettangolare due cucchiai della polvere ottenuta. Far cuocere lo zucchero con qualche cucchiaio di acqua, fino a farlo diventare uno sciroppo. A questo punto versare lo sciroppo a filo sui tuorli raccolti in una ciotola e montarli con la frusta elettrica, continuando a lavorarli sino a che il composto sarà diventato omogeneo e denso. Incorporare al composto con un cucchiaio di legno la granella di torrone rimasta e la panna montata. Versare il preparato nello stampo. Lasciare raffreddare il dolce nel freezer per almeno 6 ore.

Servire il semifreddo tagliandolo a fette accompagnato da spicchi di arance caramellate.

RISTORATORE

Agriturismo "Tre Tigli"

Frazione Montegrosso Cinaglio, 120 AT - Tel 0141 295174 - Cel 338 7794287 - Email: info@tretigli.com - Info: www.tretigli.com

Tirà

Ingredienti

per 6 persone

500 g farina
120 g latte
3 tuorli d'uovo
130 g zucchero
120 g burro
1 cubetto di lievito di birra
1 pizzico di sale

Prodotto Agroalimentare Tradizionale (PAT)

PRODUTTORI DI PANE

Bianco Amelia
Via G. Sardi,62 – Rocchetta Tanaro AT
Tel. 3483535549

La casa del dolce e del salato
Piazza Piacentino, 16 Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141644677

Panificio Bo
Via delle Ciapellette, 13 Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644349

RISTORATORE PROPONENTE:

Bar – Pizzeria " Al mangia e bevi"
Piazza Piacentino, 7 - Rocchetta Tanaro AT
Tel 0141 644033

Preparazione

Stemperate il lievito in un goccio d'acqua tiepida, aggiungete 3 cucchiai di farina e mescolate per creare l'impasto di base che lascerete lievitare almeno tre ore in una ciotola coperta da uno strofinaccio umido, in un luogo caldo.

Trascorse le tre ore aggiungete 4-5 cucchiai di farina e 2 cucchiai di acqua tiepida, impastate brevemente e rimettete la palla a lievitare per altre 3 ore. Ponete la rimanente farina, il pizzico di sale e lo zucchero su una spianatoia, formate al centro un incavo e versatevi il burro fuso. Cominciate a impastare allungando progressivamente con il latte tiepido.

Aggiungete i tuorli, mescolate bene e per ultimo incorporate la palla di impasto lievitato. Amalgamate ancora bene il tutto poi dividete l'impasto finale in due parti.

Tiratene ognuno con le mani fino a formare una sorta di grosso salame che intreccerete con l'altro.

Mettete nuovamente a lievitate la tirà per un paio d'ore, quindi preriscaldate il forno a 180°C e ponetelo in forno a cuocere per circa 30 minuti, fino a quando avrà raggiunto un bel colore ambrato.

La Tirà viene tradizionalmente servita in abbinamento con un fresco calice di Moscato d'Asti DOCG

Torcetti di Lanzo

Ingredienti

400 g farina 00
150 g burro
4 g lievito
zucchero
sale

Preparazione

Sciogliere il lievito e un pizzico di sale in 100 grammi di acqua tiepida. Aggiungere la farina e il burro e impastare per 15 minuti. L'impasto deve riposare un'ora. Ricavare dei bastoncini sottili, lunghi 10 cm, e unirli alle due estremità formando una goccia dalla forma ovale e allungata.

Passare un pennello bagnato nell'acqua sulla superficie del torcetto e cospargerla di zucchero. Disporre i torcetti su una teglia infarinata e farli cuocere in forno a 180°C per 15 minuti.

I "torchietti", come venivano chiamati nel Settecento per la loro forma attorcigliata, sono tradizionalmente nati come dolci a base di pasta di pane, passati nello zucchero o nel miele e preparati nei forni comuni a legna del paese, ove un tempo tutte le famiglie portavano a cuocere il pane: generalmente venivano posti sulla bocca del forno, in attesa che questo fosse sufficientemente caldo per infornare il pane. Con il passare del tempo il prodotto subì una trasformazione e da grosso torcetto di pane la dimensione si ridusse a circa la metà, la consistenza della pasta si fece più leggera (anche grazie alla farina meno grezza, al lievito, ma soprattutto all'introduzione del burro), la superficie divenne lucida attraverso la pennellatura con acqua e zucchero semolato. Si modificò anche il modo di consumare i torcetti: dapprima erano destinati solo ai bambini (al tempo rara occasione di mangiare un dolce), poi si passò a presentarli a fine pasto nelle ricorrenze familiari (battesimi, matrimoni, ecc.), a volte accompagnati da panna montana (fioca) spruzzata di caffè d'orzo macinato o con lo zabaione. Dal 1800 in poi i Torcetti di Lanzo divennero un vero prodotto di pasticceria.

Torta di Alagna con crema al vino: d'Land turta und Wiweljeta

Ingredienti

per 10 persone

150 g farina 00
400 ml panna
150 g burro
100 g zucchero
½ L di vino rosso
4 uova
80 g farina di mais
200 ml latte
6 g lievito
50 g salamella
50 g toma
300 g mele
100 g fichi secchi
100 g uva sultanina

Preparazione

Tempo richiesto 3 ore

Amalgamare le farine in modo omogeneo.

Preparare le guarnizioni: tagliare a piccoli pezzi la salamella sbianchita, tagliare a piccoli cubetti la toma, i fichi e le mele. In una bacinella unire alle uova una parte del latte, aggiungere le farine mescolando per ottenere un composto omogeneo e senza grumi; continuare fino all'esaurimento degli ingredienti (il lievito va diluito nell'acqua, il burro va aggiunto alla fine, prima di unire le guarnizioni: salamella, mele, toma, fichi, uvetta). Il composto ottenuto va versato in un contenitore imburrato e infarinato e messo in forno alla temperatura di 180°c per circa 20 minuti.

A cottura avvenuta, sfornare e sformare. Servire tiepida con la "wiwelljeta", una crema a base di farina, burro, latte e vino rosso.

Torta di riso

Ingredienti

per 8 persone

200 g riso Arboreo
1 L latte
0,5 L acqua
4 uova
4 cucchiai di zucchero
Scorza candita d'arancia
Un pizzico di cannella
Aroma d'arancia
Pasta frolla

Preparazione

Fate bollire il riso nel latte aggiungendo l'acqua e due cucchiai di zucchero. Lasciate raffreddare. Il riso risulterà morbido in una leggera crema di latte. In una terrina sbattete le 4 uova con lo zucchero rimanente, aggiungete la cannella, la scorza candita e l'aroma d'arancia poi lentamente il riso raffreddato e mescolate bene. Stendete la pasta frolla, adagiatela in una teglia (possibilmente 28 cm) e inserite il composto del riso con le uova. Con la pasta frolla avanzata create delle listarelle che andranno posizionate sulla torta.

Infornate a 180° per 30/35 min. A piacere spolverizzare con zucchero a velo.

PRODUTTORI RISO

Azienda agricola Vecco Andrea - FQA Parco fluviale del Po e dell'Orba
Riso da seme biologico con metodo integrato. Attività didattica
Tenuta Montarucco - Trino VC
Tel 0161 181536

Antico Mulino San Giovanni
Attività didattica
Via Po, 9 - Fontanetto Po VC
Tel 0161 840120 – 338 8721631

Azienda Agricola Petrini Renato e Pier Giorgio
Riso macrobiotico. Attività didattica
Cascina Spinola - Livorno Ferrarsi VC
Tel 0161 421001

Azienda Agricola Barone Quirino
Cascina Malfatta, 15 - Ronsecco VC
Tel 0161 819130

Azienda Agricola e Agriturismo Greppi
Strada Saluggia, 110 - Crescentino VC
Tel 0161 841802 - 335 8224243
Fax 0161 844745

Riseria Vignola Giovanni S.p.A.
Corso Dante Alighieri, 24 - Balzola AL
Tel 0142 804135

Riseria di Morano
Viale Stazione, 3 - Morano Sul Po AL
Tel 0142 85131 - Fax 0142 85731

Azienda Agricola Ardizzina
Strada Valenza, 21 - Casale Monferrato AL
Tel 0142 451555 - 0142 781824 - 335 6622378
Fax 0142 418119

Azienda Agricola Tenuta Colombara
Livorno Ferraris VC
Tel 0161 477832 - 334 6392349
Fax 0161 47272

Azienda Agricola Principato di Lucedio srl
Frazione Lucedio, 8 - Trino VC
Tel 0161 81519

Fattoria Azienda Agricola Girino
Strada Mortasa, 22 - Località Terranova
Casale Monferrato AL

Società Agricola Osenga S.S.
Via Sabotino, 13 - Trino VC
Tel 0161 802026 - Fax 0161 802026

Torta di pane e latte al rosmarino

Ingredienti

300 g di pane raffermo
100 g di burro
250 g di zucchero
1 L di latte
3 uova intere
200 g di uvetta sultanina
150 g di amaretti
1 cucchiaio di cacao amaro
1 rametto di rosmarino

Preparazione

Ammorbidire il pane raffermo nel latte fresco, spezzettandolo con le mani e lasciare riposare per qualche ora. Incorporare lo zucchero, le uova, il burro a fiocchetti, l'uvetta, il cacao amaro, gli amaretti schiacciati e girare per amalgamare il tutto. Versare in una tortiera imburrata (preferibilmente di coccio), mettere il rametto di rosmarino sopra all'impasto. Infornare a 150° C per circa 1 ora, fino a che l'impasto abbia preso una certa consistenza e la superficie sia diventata di un intenso colore nocciola.

Tortino alla nocciola con olio di nocciola

Ingredienti

per 15/18 stampini

200 g burro
300 g zucchero
300 g farina
5 g lievito 00
90 g nocciole
5 uova
2 tuorli
1 cucchiaio d'olio di nocciola

Preparazione

Amalgamate il burro ammorbidito e lo zucchero e con una frusta elettrica sbattete per qualche minuto il composto in modo che risulti omogeneo. Unite le uova e continuate a sbattere il composto con una frusta per qualche minuto. In ultimo tritate le nocciole con la farina e il lievito in un mixer. Setacciate il tutto e versate nell'amalgama precedentemente preparato. A questo punto unite il cucchiaio d'olio di nocciola che servirà a rendere più morbido e fragrante il tutto. Imburrate e infarinate gli stampini e versatevi il composto.

Cuocete a 180 gradi per 15/18 minuti a forno ventilato.

PRODUTTORI DI NOCCIOLE

Gallesio Renato
Via Camurata, 2 - Vaglio Serra AT
Tel 0141 732301

Azienda Agricola Boggero
Via La Serra, 20 - Vaglio Serra AT
Tel 0141 732024 - www.boggero.it

RISTORATORE

Ristorante "Non solo crudo"
Via Belveglio, 9 - Vinchio AT - Tel 347 7968778 - Email: ivanomondo.im@gmail.com - Info: www.nonsolocrudo.com

CARNI

Arista di maiale 82
Cinghiale 102
Coniglio 86
Fassone piemontese 105
Gallina bianca di Saluzzo 93
Gallinella di Morozzo 94
Lepre 96
Lonza di maiale 84
Rane delle risaie piemontesi 60
Razza bovina piemontese 13-30 61-98

PESCI

Storione 104-106
Trota fario 74-104
Trota iridea 74-104
Trota iridea salmonata 74-104
Trota 73-88-107
Salmerino di fonte 74-101-104

FORMAGGI

Gorgonzola 18-54
La formaggetta delle Capanne 90
Maccagno 17
Plainsentif 22
Raschera DOP 41-56
Ricotta 111
Rivet d'or 40
Seirass 46
Toma Alpi Cozie 36
Toma blu 11
Toma d'alpeggio 71
Toma del lait brusc 71
Toma ossolana 99
Toma della Val Sesia PAT 51-75
Toma di Entracque 46
Toma di Lanzo 39

SALUMI

Cotenna di suino 67-100
Lardo 42-117
Pancetta 31-56-64-95-117
Pancetta tesa 32-75
Salame cotto 9-14-112
Salame di patate 92

ORTAGGI E LEGUMI

Ajucche 71
Asparago 110
Asparago saraceno 66
Barbarbietola 25
Borragine 97
Cardo gobbo 20-116-133
Carote 32
Cavolo verza 14-32-72-98
Cipolla 47-75-111
Cipolla piatta di Drubiaglio 112
Cipolla rossa 54
Cornette 32
Fagiolo bianco 67
Fagiolo bianco di Bagnasco 72
Fagiolo billò 115
Fagiolo borlotti 42-43
Fagiolo di Saluggia 100
Germogli di luppolo 91
Patata 32-36-38-39-40-41-49 53-69-70-85-95-99-117
Patata buccia rossa 101
Patata del bur 130
Patata piatlina 34-130
Peperone quadrato d'Asti 118
Porro 49-69
Porro di Cervere 101
Porro lungo dolce di Carmagnola 56
Sedano rosso di Orbassano 10-114
Spinaci 50
Spinaci selvatici 70
Zucca 38

VINO

Barbera d'Asti DOCG 57
Dolcetto delle Langhe monregalesi 88
Ghemme 54
Moscato d'Asti DOCG 126

ERBE AROMATICHE

Genepy 138
Lavanda 128

ALTRO

Birra Iside 11
Farina 15-16-28-30-31-33-36-39 40-41-49-51-53-61-62-66 68-69-124-125-127-128-130 131-132-136-140-141-142-145
Farina di castagne 40- 62- 68
Farina di granoturco 44-47 48-51-142
Farina di granoturco ottofile 46-136
Farina di grano saraceno 49
Farina di segale 31-64-127
Farro 44
Fiori di sambuco 97
Grano saraceno 72
Orzo perlato 43
Riso arborio 143
Riso 60
Riso Carnaroli 24-54-56-57-58
Riso Maratelli 42
Semola 19
Tartufo bianco 66

FRUTTA

Castagne 38
Mandorle 123
Marrone IGP della Valle di Susa 8
Mela cotogna 134
Mela grigia di Torriana 84
Meloni di Isola Sant'Antonio 58
Noci 127
Nocciola Piemonte IGP 82-145
Pere martin sec 137
Pom matan di San Sebastiano da Po 28
Uva fragola 125-134

SPECIALE
settembre 2016

DIRETTORE RESPONSABILE
Luciano Conterno

Caporedattore
Emanuela Celona

Redazione
Stefano Cariani
Enrico Massone
Loredana Matonti
Mauro Pianta

Segreteria di redazione
Gigliola Di Tonno

Promozione e iniziative speciali
Simonetta Avigdor

Hanno collaborato a questo speciale
Stefano Aietti Graziella Bazzan Andrea Beretta Giorgio Bernardi Maria Carla Busca Carmela Caiazzo Andrea Casaleggio Erika Chiecchio Fabio Copiatti Nadia Faure Nicoletta Furno Stefania Locatelli Andrea Miola Simona Molino Monica Perroni Antonella Pogliano Francesco Ravetti Renzo Ribetto Barbara Sandretti Lorenzo Vay Nanni Villani

Le ricette del Parco del Ticino sono state gentilmente concesse da http://blog.giallozafferano.it/unamanageraifornelli

Immagini: ShutterStock, Pixabay, archivi Enti parco

Elaborazione Cartografica
Gabriella Deandrea /CSI Piemonte

Progettazione grafica e editing: Maria Silicato

Stampa CENTRO STAMPA REGIONE PIEMONTE

Settore Biodiversità e Aree Naturali
Direzione e Redazione rivista
via Principe Amedeo 17 - 10123 Torino Torino
tel. 011 432 5761 fax 011 432 5576
e-mail: redazione.piemonteparchi@gmail.com

La foto in copertina è ShutterStock

Le informazioni riportate sono state raccolte e selezionate dagli Enti di gestione delle aree naturari protette piemontesi

Lo speciale di è scaricabile da www.piemonteparchi.it (pubblicazioni)

Registrazione tribunale di Torino n. 3624 del 10.2.1986 ISSN 1124-044x

PARCHI
REGIONE PIEMONTE

La natura online
www.piemonteparchi.it
PiemonteParchi
@piemonteparchi