



Le tradizioni culinarie delle Valli Trentine

narrate dagli Anziani residenti in RSA

CONCORSO 2005
25 enti partecipanti
340 anziani coinvolti

PRIMO CLASSIFICATO:
A.P.S.P. «G. Endrizzi»
Lavis

Finalità del concorso

Stimolare gli anziani a riflettere sul modo di mangiare, il momento del pasto e la cucina di una volta per raccogliere aneddoti, storie, vicende, leggende e ricette collegate alla cucina tradizionale delle valli trentine.

Momenti di vita vissuta e usanze

Negli ultimi giorni di ottobre, i contadini erano particolarmente contenti, entravano ed uscivano dalle cantine e mentre il vino novello bolliva nei tini, parlavano del raccolto che avevano appena consegnato e aspettavano con impazienza il giorno di S. Martino, perché in quel giorno veniva consegnata loro la prima rata del raccolto.

Mentre parlavano del più e del meno, affettavano i cappucci assieme alle rape per poi ottenere dei buoni crauti per l'inverno.

Mentre gli uomini erano indaffarati in cantina, le donne con le uova appena ritirate dal pollaio, impastavano la crostata che poi cospargevano con la marmellata di prugne preparata l'estate.

Erminio, APSP di Arco

Quando non c'erano i frigoriferi, durante l'inverno, latte, burro e formaggi, venivano messi sui davanzali delle finestre esposte a nord, coperti da un piattino per star freschi e conservarsi.

D'estate, veniva messo tutto nella "moscarola" appesa in alto in cantina per salvarla dai topi.

Era composta da quattro assi e sul davanti una fitta rete riparava i cibi contenuti, dagli insetti.

La carne, veniva spesso affumicata oppure messa "en conza", l'inverno, quando c'era tanta neve vicino alla porta di casa, si scavava una buca e si metteva dentro la carne, protetta da un involucro, che si conservava fino a marzo.

Mina, APSP di Arco

Passata la festa di S. Andrea era il momento di pensare ai "Zelten", la mamma ci mandava sul solaio a prendere la frutta secca che avevamo raccolto durante l'anno e messa lì a seccare. Noci, nocchie, mandorle e fichi che dovevamo spellare tagliuzzare, seduti attorno alla stufa, mentre la mamma preparava la cena. Ricordo che mi divertivo molto a gettare i gusci vuoti sul fuoco, perché scoppiettando facevano scintille che volavano in alto come stelline. Finito di rompere le noci, tutta la frutta secca veniva tagliata e messa in un grande recipiente, assieme ad un bicchiere di grappa, per tutta la notte. Il giorno successivo si preparavano i "Zelten" e le "Maddalene" che venivano cotte in piccole formine.

In una stanza c'era un tavolo coperto da una candida tovaglia dove venivano messi i dolci già cotti. Questo locale veniva chiuso a chiave, per poi essere aperto la Vigilia di Natale e nessuno poteva entrarvi, nonostante la tentazione.

Michelina, APSP di Arco

La cucina delle «vacche magre»

Il desinare in che cosa era costituito? «Eh - chi - caro da Dio, l'era tut n' altra storia de ancoi. Polenta! La polenta l'era la regina dei cibi de na volta!»

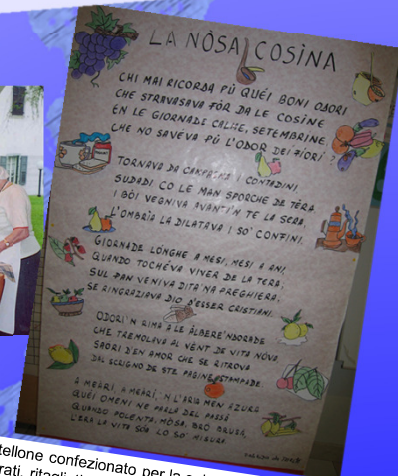
Ma il caffè, allora, non si beveva dopo pranzo? «Macchè caffè... l'era 'na roba da siori e el caffè bon s' el beveva poche volte en t' en an. De solito el caffè l'era de orz e s'el brustolava, s' el pestava e masnava e po' s'el meteva sul foc en l' acqua e se gaveva na bevanda che la gaveva la pretesa...de esser "caffè"!»

E, alla sera come si mangiava? «Dipende, da tante robe...se la famiglia l'era de operai: o l'era minestra de orz, menestron de fasoi, patate lessade con la scorza, e, qualche volta, fregoloti. En le case dei contadini, gh'era qualche varietà en pu', soratut quando che l'era ora de copar el rugant: allora l'era na festa per tuti perchè gh'era i brusti, i sanguinaci, le scodeghe con i quali se poteva acompagnar e render più sostanzioso el menestron o la solita polenta quotidiana.

Residenti APSP di Pergine Valsugana



«Parte della squadra all'opera»
APSP di Condino



Cartellone confezionato per la sala di animazione con disegni colorati, ritagliati e incollati dai residenti APSP di Lavis

BRO' BRUSA'

Erano anni di povertà, gli alimenti erano scarsi e come ricostituente per le mamme e i bimbi allora consigliavano il "brò brusà", che non mancava in nessuna famiglia, anche la più povera.

Si tratta di una semplice minestra, usata da i nostri avi, a base di farina bianca. A quei tempi questa minestra era un piatto che sfamava molte famiglie.

Maria Moser, APSP di Strigno