



ENOGASTRONOMIA

di FRANCESCA NEGRI

Non è passato molto tempo da quando in montagna ogni famiglia aveva un nonno che sapeva esattamente dove e quando raccogliere le erbe più belle, quelle con le migliori proprietà curative oppure semplicemente le più buone per far uscire dai fornelli di casa o piatti a modo loro raffinati, proprio grazie a un po' di ortica o di Buonenrico (lo spinacio selvatico).

Perché gli ingredienti, un tempo, non si compravano, li dava la natura. Bastava seguire le stagioni, gli umori del clima e della terra, e conoscere le piante e i posti giusti dove raccoglierle, dall'alta quota ai luoghi più incolti, come le scarpate, i dirupi, bordi dei fiumi.

Chiamateli streghe o stregoni, chiamatela arte o più semplicemente attività contadina: quello della raccolta delle erbe di montagna e delle piante officinali è un mestiere vecchio come il mondo, che da alcuni anni sta vivendo una sorta di rinascita, di riscoperta, di ritorno alla valorizzazione di saperi ancestrali che portano a sapori dimenticati, primitivi, semplici, genuini e autentici. E anche economici, visto che chiunque può mettersi a caccia della sua erba preferita da cucinare la sera a cena. Un po' come i funghi.

Ma per qualcuno diventa anche un lavoro: è il caso di Eleonora Cunaccia, da anni alla guida di una realtà artigianale, nota ai gourmet di tutta Italia, dove erbe spontanee di montagna, bacche, resine e radici vengono raccolte da Eleonora (che passa giorni interi da sola in mezzo ai boschi delle Dolomiti di Brenta), portate a casa nel giro di qualche ora, lavate alla fonte del paese (Spiazzo, in val Rendena), cucinate dal fratello Giovanni e invasate.

Quando inizia la raccolta delle erbe di montagna? «Verso la fine di marzo, a primavera. Si inizia dal fondovalle, dove la neve si scioglie prima e quindi è qui che germogliano le prime piante, di tarassaco e di crescione. Ogni anno, però, quello che si trova è diverso: la raccolta è intuito, va seguito il sole. Dopo il fondovalle, verso giugno raggiungo gli habitat davvero integri degli alpeg-



Erbe magiche

Tarassaco, radici e silene selvatico Le piante buone per anima e corpo

gi, a quota 1.600-2.000 metri. Qui si trovano dei prodotti della natura di una purezza e di un'energia dai valori incommensurabili. In malga raccolgo, ad esempio, il Buonenrico, l'ortica, la Bar-

dana. Poi salgo ancora più su, mi spingo fino ai 2.200 metri di quota, dove cresce il radicchio dell'orso».

Come per i funghi, anche per le erbe serve conoscenza per raccoglierle: «Esi-

stono corsi, fatti da esperti, un po' in tutta Italia — spiega Eleonora — ma certo c'è ancora molto da fare per diffondere questa cultura che a un certo punto della storia si è persa».

Un tempo le erbe erano un ingrediente fondamentale per la cucina degli alpeggi, oggi, invece, cucinare con le erbe è una cosa chic, d'alta cucina. «Io direi che è chic la cucina povera, tornata alla ribalta anche per necessità economiche. Bastano dieci erbe per mangiare — spiega Eleonora — e dieci erbe curative per avere durante tutto l'anno la possibilità di fare menu sani, dai sapori accattivanti, e fare da sé tisane utili per gli acciacchi più comuni. In cucina, l'utilizzo è dei più disparati, ma a me ultimamente piace usare le erbe per confezionare dei panini che definirei "gourmet", fatti, ad esempio, con il pane nero, il burro di malga o il mascarpone, il salmerino, germogli di luppolo e un po' di ginepro grattugiato. Mi piace molto anche la mia versione di hamburger, fatto con carne fresca, pane, foglioline di tarassaco o Silene selvatico (nella foto in alto, ndr), fiori di salvia pratese, un formaggio di malga, un po' di cipollotto selvatico (ci sono 28 tipi di agliai in Italia)».



Radicchio dell'orso Il fiore di questa erba di montagna che viene messa anche sott'olio

» La ricetta Il tonco de Pontesel

L'invenzione di Agatina Brodo, carne e tanto gusto

Numerosissime le versioni di questo intingolo trentino e altrettanto si potrebbe dire a proposito dell'origine di questa strana denominazione. Il «tonco de pontesel», infatti, potrebbe essere — soffermandosi sul suo nome (pontesel significa balcone) — un intingolo lungo e acquoso, simile a quello dell'acqua temporalesca, dopo essere passata attraverso le assi di qualche vecchia altana o di un poggolo di legno. Intingolo di povera gente, che doveva servire come condimento di patate lesate o di un pezzo di polenta, passata qualche attimo sulla piastra calda della vecchia stufa.

Un intingolo il cui nome per alcuni è legato anche a una simpatica leggenda e alla fantasia di una certa Signora Agatina. La storia vuole che il vecchio suocero di Agatina, proprio mentre tutti erano a tavola, fosse costretto ad assentarsi per una impellente necessità che allora si assolveva nell'apposito locale ricavato da assi proprio in fondo al «pontesel». Durante la sua assenza, lo stracotto — piatto forte del giorno — fu divorato quasi del tutto dalla famiglia affamata. La povera Agatina, responsabile della cucina, sentendo rimbombare sulle assi del poggolo i passi del vecchio suocero, si affrettò in cucina, tagliuzzò la poca carne rimasta, mise un po' di brodo ristretto per togliere dal tegame il sugo raggrumato, stemperò un po' di farina



Nel piatto Una versione del tonco de pontesel

bianca in altro brodo e unì il tutto, ottenendo così un gustoso sughetto che il suocero, all'oscuro di tutto l'armeggio, apprezzò fuor di misura. In Trentino c'è anche chi sostiene che l'etimologia giusta sia «tonco da pontesel», anziché «tonco de pontesel», dato che «far el pontesel» altro non vuol dire che sporgere le labbra e poi risucchiarle, quasi a leccarsi i baffi per l'acquolina.

Ingredienti per 4 persone. 300 grammi di lardo, una cipolla, 600 grammi di carne assortita (manzo, vitello, maiale), farina bianca, una luganega fresca, sale, pepe, un bicchiere di vino Nosiola.

Procedimento. Tagliare finemente il lardo e la cipolla e porre entrambi sul fuoco in una pentola. Aggiungere la carne tagliata a tocchetti e infarinata, quindi la luganega tagliata a fette grossolanamente, regolare di sale e pepe e lasciare cuocere a fuoco medio. Quando la carne risulterà dorata, spruzzare il tutto con un bicchiere di Nosiola e farlo evaporare a fuoco lento. Contemporaneamente tostare due bicchieri di farina bianca e stemperarli in brodo abbondante. Il composto così ottenuto andrà aggiunto alla carne per ultimare la cottura. Il tonco de pontesel si accompagna alla polenta o alle patate, lesse o fritte, e al purè.

F. N.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

ingrosso
Orvea



AMPI NELL'OFFERTA RAPIDI NELLA CONSEGNA

La convenienza a domicilio per la tua attività

Orari: lunedì - venerdì: 9.00 - 19.00 - sabato: 9.00 - 13.00 - Consegna a domicilio - Ordini in orario continuato
Via del Garda 28, 38068 Rovereto (TN) • tel. +39 0464 480692 • fax +39 0464 480724 • cash@orvea-spa.it

www.orvea-spa.it