

Articolo pubblicato sul sito [affaritaliani.libero.it](http://affaritaliani.libero.it)

# AFFARITALIANI.it

Più : [www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it](http://www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it)

Estrazione : 24/01/2013 08:31:35  
 Categoria : Attualità  
 File : piwi-9-12-113078-20130124-644024996.pdf  
 Audience : 1500000

<http://affaritaliani.libero.it/culturaspettacoli/la-cucina-di-montagna.html>

## Cucina di montagna, scopri le ricette della tradizione

Arriva in libreria per Ponte alle Grazie "La cucina di montagna" di Francesca Negri, che ha raccolto ben 315 ricette da "tutta l'Italia d'alta quota".

E Affaritaliani.it ne ha selezionate 3: gli Agnolotti alla piemontese, la Crema di Cogne e lo Spiedino alla meranese - SCOPRI I PARTICOLARI...

E 2 LE RICETTE

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00  
 Così conservatrice, così rivoluzionaria.

Riflesso e memoria di territori impervi, gelosi custodi di tradizioni e usanze tramandate per secoli, la cucina di montagna è anche un attualissimo esempio da conoscere e imitare per la sua semplicità e sostenibilità.

Prima di tutto però, come spiega Francesca Negri in queste pagine, bisogna sfatare i luoghi comuni che la bollano come monocorde ed essenzialmente grassa.

A dimostrazione della propria tesi, in un trekking d'alta quota dalla Valle d'Aosta alla Calabria e alle Isole l'autrice ha selezionato 315 ricette tra cui spiccano famosi classici e vere e proprie chicche, riunendo per la prima volta in un solo volume il più ampio ed esaustivo repertorio della cucina di montagna italiana.

Un patrimonio trasmesso perlopiù per discendenza familiare, sempre caratterizzato dall'esaltazione dei sapori e degli ingredienti del territorio ma anche sorprendentemente ricco di sfumature: perché la cucina di montagna è anche cultura di confine, portatrice di influssi provenienti da altri Paesi e civiltà.

Raccontandone origini e storia, questo libro ci porta alla scoperta delle minoranze linguistiche - dai

The screenshot shows the Affaritaliani.it website interface. At the top, there's a navigation bar with 'LIBERO Mail News Magazine Community Mobile Cloud Altro'. The main header features the site logo 'affaritaliani.it' and the tagline 'IL PRIMO QUOTIDIANO ON-LINE'. Below the header is a menu with categories like 'home', 'politica', 'esteri', 'economia', etc. The main content area displays the article title 'Cucina di montagna, scopri le ricette della tradizione' with a sub-headline 'Arriva in libreria per Ponte alle Grazie "La cucina di montagna" di Francesca Negri, che ha raccolto ben 315 ricette da "tutta l'Italia d'alta quota". E Affaritaliani.it ne ha selezionate 3: gli Agnolotti alla piemontese, la Crema di Cogne e lo Spiedino alla meranese - SCOPRI I PARTICOLARI... E 2 LE RICETTE'. A video player is visible on the right side of the article.

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Giovedì, 24 gennaio 2013 - 07:59:00

Copyright affaritaliani.libero.it -

1/3

Articolo pubblicato sul sito [affaritaliani.libero.it](http://affaritaliani.libero.it)

# AFFARITALIANI.it

Più : [www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it](http://www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it)

Estrazione : 24/01/2013 08:31:35  
 Categoria : Attualità  
 File : piwi-9-12-113078-20130124-644024996.pdf  
 Audience : 1500000

<http://affaritaliani.libero.it/culturaspettacoli/la-cucina-di-montagna.html>

Walser ai Cimbri, dai Mòcheni ai Sappadini, alle popolazioni germanofone dell'Alto Adige e del Friuli - e delle loro tradizioni a tavola, che tanto hanno influenzato il patrimonio enogastronomico tradizionale italiano.

SU AFFARITALIANI.IT TRE RICETTE TRATTE DAL VOLUME (per gentile concessione di © Ponte alle Grazie) Agnolotti alla piemontese Per 6-8 persone Per la pasta 600 g di farina \* 3 uova Per il ripieno 350 g di stufato di manzo \* 200 g di arrosto di maiale \* 100 g di salsiccia \* 100 g di cervella di vitello \* 1 mazzo di scarola \* 4 uova \* noce moscata \* Parmigiano \* sugo di carne \* burro \* sale Sbollentate la salsiccia e la cervella.

Lessate anche la scarola, strizzatela e tritatela e insaporitela nel sugo di carne con poco burro.

Tritate finemente tutte le qualità di carne e la salsiccia, riunendo poi il ricavato in un recipiente.

Aggiungete la scarola, 3-4 cucchiari di Parmigiano, un pizzico di sale, una grattugiata di noce moscata e le uova amalgamando perfettamente tutti gli ingredienti sino a ottenere un composto di giusta consistenza.

Con la farina, le uova e 1,5 l d'acqua preparate la pasta e stendetela con il mattarello in sfoglie sottili: mentre preparate una sfoglia, tenete il resto della pasta ben coperta affinché si mantenga morbida.

Ricavate dal ripieno tante palline grandi come una nocciola e sistematele su una sfoglia distanziate fra loro: ricoprire con altra sfoglia, premendo con le dita fra un mucchietto di ripieno e l'altro, e infine, con l'aiuto di una rotellina dentata, ricavare tanti agnolotti di forma quadrata.

Lessate gli agnolotti in acqua bollente salata, scolateli e conditeli con burro e salvia.

A piacere si può aggiungere anche qualche scaglia di tartufo.

Altre varianti prevedono di condirli con sugo di pomodoro o di carne.

Crema di Cogne Per 8 persone 1 l di panna \* 1 l di latte \* 8 tuorli \* la buccia di 1 limone \* 150 g di zucchero \* 80 g di cacao amaro Riunite tutti gli ingredienti in una pentola e mettete sul fuoco, rimestando continuamente.

Appena inizia a bollire, togliete dal fuoco e continuare a mescolare finché non si sarà raffreddato.

Filtrate la crema attraverso un colino per eliminare le pellicine delle uova e le scorze di limone, quindi servitela in coppette, accompagnata da biscotti al burro o tegole valdostane.

Spiedino alla meranese Per 4 persone 150 g di Speck dell'Alto Adige già affettato \* 200 g di prugne secche \* 250 g di salsiccia profumata ai semi di finocchio \* 1/2 bicchiere di vino bianco secco \* 1 cucchiaino di prezzemolo tritato \* burro \* sale \* pepe Mettete ad ammolare le prugne in acqua tiepida per 30 minuti.

Quando saranno morbide, scolatele, denocciolatele e asciugatele bene, quindi avvolgetele nelle fettine di speck.

Tagliate la salsiccia a rondelle.

Articolo pubblicato sul sito [affaritaliani.libero.it](http://affaritaliani.libero.it)

# AFFARITALIANI.it

Più : [www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it](http://www.alexa.com/siteinfo/affaritaliani.libero.it)

**Estrazione** : 24/01/2013 08:31:35  
**Categoria** : Attualità  
**File** : piwi-9-12-113078-20130124-644024996.pdf  
**Audience** : 1500000

<http://affaritaliani.libero.it/culturaspettacoli/la-cucina-di-montagna.html>

Componete gli spiedini infilzando su ogni stecco di legno 3 pezzi di salsiccia e 3 prugne bardate con lo speck.

In una padella antiaderente fate rosolare bene gli spiedini con il burro, bagnate con il vino e lasciatelo sfumare, quindi proseguite la cottura per circa 20 minuti, rivoltando spesso gli spiedini.

Quando mancheranno circa 5 minuti al termine della cottura, spolverate con un cucchiaio abbondante di prezzemolo tritato.

Regolate di sale e pepe e servite, a piacere, accompagnato da purè di patate o di sedano rapa.