

Alimentazione e gastronomia

« regionale »

di Gianfranco Benati

1. La provincia di Varese è conosciuta in tutto il mondo per le sue attività manifatturiere, che hanno da lungo tempo trasformato la sua economia da agricola a industriale, collocandola tra le prime del Paese per il prodotto pro capite. È pertanto comprensibile che i fatti dello sviluppo industriale, del progresso tecnologico, della crescita economica sollecitino nei suoi abitanti — ma anche in chi proviene per poco tempo da fuori — un'attenta considerazione, non priva di ammirazione per l'operosità e l'intraprendenza della gente.

L'intenso fervore dell'homo faber d'oggi sembra porre in secondo piano la sopravvivenza o la rilevanza delle tradizioni, talvolta sminuite da un attaccamento meno saldo, specie nelle nuove generazioni, e dalla più intensa mobilità territoriale, che ha pressoché eliminato un fattore di conservazione un tempo preminente: l'isolamento originato dall'ambiente naturale.

Tra le tradizioni discusse si possono includere quelle cucinarie, che — se ancora presenti nell'ambito familiare — corrono il rischio, come in altre plaghe, di essere via via trascurate (o cancellate) con il diffondersi dei prodotti dell'industria alimentare, del mangiar « svelto », o comunque « massificato ». Trascurate al punto di porre in dubbio una loro preesistenza.

Nel rassegnare alle stampe questa raccolta di ricette, avvenuta in occasione di una apposita manifestazione di « riscoperta » dei piatti locali, può quindi sorgere ancora il quesito — da sciogliere, crediamo, positivamente — della esistenza di una cucina « tradizionale » del Varesotto. La ragione prima di questa divulgazione è che forse non molti sanno, salvo per alcuni prodotti dolciari di risonanza nazionale, di una Varese « bonne bouche ». Negli anni Cinquanta, nel suo « Viaggio in Italia », Piovene presentava Varese come una città in cui « risplendono i salumi, i formaggi, i dolci, segnali d'una industria alimentare progredita, di una popolazione dedita alla buona tavola, ma insieme troppo sbrigativa e moderna per una cucina paziente ed elaborata in famiglia quale resiste a sud nei territori agricoli della Lombardia di pianura » (1).

2. Per comprendere, è noto, l'arte « tradizionale » di preparare vivande — se beninteso l'arte viene considerata non solo come un semplice in-

sieme di operazioni spicciole — occorre andar oltre l'esercizio pratico, per coglierne gli aspetti di costume e di benessere, le abitudini alimentari, i legami tra alimentazione e risorse offerte dal territorio circostante. Dietro ogni vivanda si potrebbero scoprire — se si osserva la centralità dell'alimentazione nella vita di tutti i giorni — problemi complessi e delicati, nel passato senza dubbio di rilievo notevolissimo per ogni comunità locale. La realtà d'oggi presenta quei problemi in tono nettamente minore, o quasi trascurabile: il livello di vita medio è aumentato in misura vistosa; profonde trasformazioni hanno mutato la configurazione della nostra società; è cresciuta la disponibilità di alimenti, ed è migliorato il tenore dei consumi.

Il modo di alimentarsi degli italiani è tuttavia radicalmente cambiato soltanto da alcuni decenni (2). Si guardi, ad esempio, il consumo di carne e di zucchero: in trent'anni la carne, specialmente la bovina e la suina, è passata dai circa 50 grammi giornalieri a testa agli attuali 220; in meno di un secolo, il consumo di zucchero si è decuplicato, passando da circa 8 grammi ai 20 di trent'anni fa, agli 82 d'oggi. È aumentato inoltre il consumo di frumento, uova, latte, formaggi, burro, strutto, olio d'oliva, prodotti ortofrutticoli, vino e caffè. Si è invece ridotto moltissimo il consumo di granturco (per la polenta), di riso, della segala e di altri cereali minori, nonché di legumi secchi e di frutta secca, quali noci e mandorle, di buon valore proteico.

Oggi la situazione alimentare del nostro Paese è dunque caratterizzata da una maggiore ricchezza di cibi rispetto all'immediato dopoguerra, e può essere valutata, nel suo complesso, soddisfacente, sia in quantità (3) sia, soprattutto, in qualità (4). È una situazione peraltro non del tutto positiva se posta in raffronto con quella di altri paesi europei: in termini di potere d'acquisto, ad esempio, su ogni cento lire spese, l'italiano ne utilizza ancora 30 per mangiare, contro le circa 20-25 degli altri paesi non mediterranei (5). È una percentuale ancora elevata ma ormai ben lontana da quella di cento anni fa, quando circa i tre quarti dei bilanci familiari erano devoluti all'alimentazione (6). Con il graduale crescere del reddito, comunque, la tendenza generale è verso un ulteriore miglioramento (7), pur segnato da componenti di natura « consumistica » (8), secondo un modello di alimentazione

più legato ad un errato o malinteso equilibrio fisiologico che ad una razionale correlazione tra fabbisogno calorico (?), principi nutritivi e costo delle derrate.

Quest'ultimo fattore, tra l'altro, potrebbe risultare più favorevole, da parte del consumatore, se venisse connesso meno empiricamente sia al « prezzo » dei costituenti nutrizionali sia all'uso delle risorse agro-alimentari « locali », o comunque « interne » al nostro sistema agricolo-industriale. L'esigenza di una maggiore razionalità economica è confermata dall'andamento, dall'Unità ad oggi, del cosiddetto « prezzo ideale » dei prodotti alimentari, ossia della valutazione delle unità nutrizionali (quali protidi, lipidi e glucidi) sulla base dei loro prezzi minimi ⁽¹⁰⁾. È una razionalità richiesta anche dalla nostra bilancia agro-alimentare, il cui forte passivo dimostra come l'Italia continui a mangiare di più di quanto produce, sebbene abbia sensibilmente intensificato la produzione sia dell'agricoltura sia dell'industria alimentare.

3. Gli accenni ora fatti ai vari problemi dell'alimentazione d'oggi possono sembrare lontani dal contenuto di questa raccolta sulla gastronomia locale. In realtà, non possono essere sottovalutati gli effetti di taluni fenomeni, quali, da un lato, l'aumento e la diversificazione dei consumi; dall'altro, la più ampia disponibilità di prodotti alimentari, specie di trasformazione industriale. Sono fenomeni, questi, agevolati da un sistema di scambi e relazioni in continua crescita, e quindi dalla graduale integrazione dei mercati.

In altre parole, appare ormai chiaro nelle sue tendenze un processo di « unificazione » delle abitudini alimentari, vale a dire un sistema di valori e di comportamenti alimentari coerenti con le esigenze e i ritmi della civiltà industriale e postindustriale. Pertanto, per citare solo due fattori, la dimensione sempre più internazionale delle attività economiche (ad esempio, per il tramite di imprese transnazionali), e l'inurbamento della popolazione hanno (o avranno) come portato plausibile la « regressione » delle abitudini alimentari « tradizionali ».

Questa tendenza — che manifesta i suoi segni anche in alcune recenti innovazioni della distribuzione commerciale e della ristorazione di massa ⁽¹¹⁾ — porta all'esigenza di ripercorrere ciò che so-

pravvive del patrimonio del passato, ciò che può essere considerato una testimonianza delle tradizioni « ricche » e « povere » della civiltà rurale.

Può essere il caso di questo prontuario, che accoglie anche un gruppo di ricette redatte e utilizzate nel secolo scorso da una nobildonna, Lucia Prinetti Adamoli. Da queste ricette traspaiono alcuni segni dell'influenza, almeno nelle festività o nei banchetti, della cucina francese o, meglio, della cucina franco-piemontese. La richiama l'annotazione « Vialardi ecc. », cioè del cuoco di Casa Savoia e del suo ricettario ⁽¹²⁾, a conferma del predominio nei ceti benestanti, dopo la scomparsa della cucina rinascimentale, dell'impronta francese nelle « minute di pranzo ».

Si sa, invece, come la cucina casereccia fosse lontana da quei canoni, e alquanto monotona perché condizionata negli ingredienti e nei suoi elaborati dalle materie prime del luogo, e dalla loro disponibilità durante l'anno. Dove la penuria alimentare era un dato pressoché costante, la cucina svolgeva esclusivamente funzioni nutritive, salvo nelle occasioni di festa familiare o rituale ⁽¹³⁾.

Nella ricerca del « perché originario » di una certa usanza culinaria, dunque, occorre risalire anche alle condizioni di vita, non trascurando l'ambiente naturale, le sue risorse, in sostanza l'assetto territoriale. A questi fini, sappiamo che un portato peculiare della montagna alpina e prealpina era l'autosufficienza, da parte dei suoi abitanti, nella produzione e nel consumo. Soprattutto — come si è già accennato — per effetto delle difficoltà di circolazione, e pertanto degli oneri e dei tempi di trasporto. Una situazione di isolamento che giustifica l'adozione generalizzata di tipi di colture di non facile ambientamento, richiedenti grosse fatiche, con rese finali assolutamente sproporzionate rispetto al lavoro impiegato, specie se messo a confronto delle rese riscontrate nelle aree di pianura, più favorite dalla natura.

I caratteri prealpini della nostra area mitigano questo isolamento: nei fondi delle valli più vicine alla pianura, nelle zone più aperte alla circolazione, arriva più facilmente il commercio delle derrate: ne è esempio il consumo del riso, proveniente dalle bassure del vicino Novarese, e di altri prodotti di stagione. Inoltre le possibilità climatiche, l'umidità prevalente — che favoriscono la crescita dell'erba e

dell'albero — consentono coltivazioni più estese, allevamenti bovini e caprini, e una non trascurabile raccolta di prodotti animali e vegetali del bosco ceduo, in cui regna il castagno. Invero, queste opportunità commerciali e singolarità geografiche erano comuni anche ad altre aree della regione padana, per cui è da chiedersi se l'estensione areale di certe tradizioni non debba essere sensibilmente ampliata. È noto, infatti, che le vicende storiche della regione padana — da sempre regione di transito, di transizione — hanno spesso influito sulle tradizioni locali, per apporto esterno. Ricerche fatte in altre plaghe lombarde sembrano tuttavia dimostrare che la civiltà della mensa è ancora un patrimonio valido, per certi aspetti circoscritto nello spazio (14).

NOTE

(1) PIOVENE G., *Viaggio in Italia*, Mondadori, Milano, 1957, p. 103.

(2) Si veda per una sintesi in proposito: SOMOGYI S., *L'alimentazione nell'Italia unita*, in « Storia d'Italia », Vol. 5° (tomo 1°), Einaudi, Torino, 1973, pp. 841-887.

(3) Secondo i dati disponibili sul 1984, in Italia il consumo di carne si avvicina a 77 kg. a testa, il frumento e il riso sono attorno ai 170 kg., il pesce a circa 12; ogni abitante, inoltre, registra in media circa 205 kg. di ortaggi, 117 di frutta, 102 di latticini, 21 di olii, e 90 litri di vino. Cfr. ISTITUTO CENTRALE DI STATISTICA, *Annuario Statistico Italiano*, Roma, ediz. 1985.

(4) Ad esempio, da un confronto di circa vent'anni — tra il triennio 1954-56 e il triennio 1974-76 — si è osservato che il consumo di proteine è salito da 70,6 g. (di cui 24,8 animali) a 101,9 (di cui 45,5 animali); di grassi da 58,7 g. (di cui 26,1 animali) a 119,8 (di cui 49,6 animali); di carboidrati da 383,9 g. a 475,9 g. Cfr. ZAMBOTTI V., *Evoluzione ed errori della moderna alimentazione degli italiani*, in « Educazione Alimentare », Regione Lombardia (Assess. Agricoltura), Milano, 1980, pp. 9-11.

(5) Cfr. CEE EUROSTAT, *Statistiche generali della Comunità*; per una rielaborazione dei dati in argomento, unitamente ad altri indicatori sul tenore di vita, vedi, fra l'altro: FALCONE F., *Aspetti e problemi di sviluppo economico e dualismo nella CEE allargata ai Paesi del Mediterraneo*, in « Rassegna Economica », Napoli, A. XLV (n. 3/1981), pp. 661-711.

(6) Cfr. SOMOGYI S., *Cento anni di bilanci familiari in Italia*, in « Annali dell'Istituto Giangiacomo Feltrinelli », A. II, Milano, 1959.

(7) Dal 1970 al 1981, la quota di spese destinate ai consumi alimentari è passata dal 34,72 al 30,23% del totale dei consumi finali. All'interno di queste spese si riscontrano situazioni differenziate: è diminuita l'« elasticità » del pane e dei cereali, degli olii e dei grassi; è aumentata quella delle voci « carne, pesce, latte, formaggi, uova, frutta e ortaggi ». Si veda in proposito: POMA F., *I consumi finali delle famiglie italiane nel periodo 1971-1981*, in « Rassegna Economica », Napoli, A. XLIX (1985), pp. 333-352.

(8) La risposta dei consumatori ai messaggi alimentari dei « mass media » è risultata spesso irrazionale, quasi un fatto di moda passeggera, a scapito di cibi che la tradizione aveva saputo dosare e accostare, non senza saggezza. Sul dibattito in argomento, si veda, tra gli altri, a titolo divulgativo: BELLACCI M., *Evoluzione ed involuzione del mangiare, bere, vestire ed alloggiare della famiglia italiana*, in « Dallo spreco ai consumi », numero speciale di « Sintesi economica », Roma, A. XXX, n. 1/4, 1978, pp. 21-25.

(9) Si consideri che il fabbisogno calorico giornaliero rapportato ad un individuo di riferimento (età 30 anni, altezza 170 cm., peso 65 kg.) dedito a un lavoro fisico moderato, è ritenuto pari a 3.000 kca-

A questo proposito, si riprenda la lettura delle vecchie ricette qui raccolte: in esse si rileva un'altra peculiarità del Varesotto, ossia l'abbondanza di pesce, offerto dal Lago Grande (oggi Lago di Varese, ieri di Gvirate, o di Bodio), e dei circostanti laghetti di Comabbio, Monate e Biandronno. Oltre alla cacciagione (animali stanziali, uccelli di passo e acquatici), e alle lumache della fascia rivierasca, i prodotti ittici di questi laghi erano raccolti e venduti in notevole quantità, richiesti persino da altri centri dei dintorni, e in particolare dal mercato di Milano (15). L'intensa e disciplinata regolamentazione per finalità commerciali, per certo non impedì alla gente del luogo, e ai villeggianti delle sontuose « case di delizia » estiva, di apprezzare queste risorse « naturali » in veste di specialità gastronomiche.

lorie, di cui il 60-70% sotto forma di carboidrati, il 18-25% di grassi, e il 10-12% di proteine. Il consumo medio italiano è salito a questi livelli già dalla metà degli anni Settanta: cioè dalle 2.250 kcalorie del triennio 1954-56 alle 3.273 del triennio 1974-76. Cfr., fra l'altro, ZAMBOTTI V., *op. cit.*

(10) Negli ultimi cento anni, il trend dei prezzi della unità proteica è risultato, salvo qualche battuta di arresto, sempre in ascesa, con un tasso medio annuo pari al 2,65%. Per l'unità lipidica, si hanno due periodi: il primo tendenzialmente crescente, il secondo — dopo la seconda guerra mondiale — in sensibile decremento. L'andamento dei prezzi unitari dei glucidi, invece, è stato pressoché costantemente decrescente: il che è comprensibile se si pone mente al decremento avvenuto nei costi unitari di produzione dei cereali, e all'incremento delle rese per ettaro. Sui temi della razionalità produttiva e alimentare, tra gli altri, cfr. SANTOPRETE G., *Evoluzione dei prezzi dei fattori nutrizionali degli alimenti dalla Unità d'Italia ad oggi*, in « Rassegna Economica », Napoli, A. XLIV (n. 6/1980), pp. 1469-1484; REGIONE LOMBARDIA (Assess. Industria e Commercio), *Consumare più razionalmente*, Quaderno n. 16, Milano, 1975, pp. 73-75; AA.VV., *Il sistema agricolo-industriale lombardo*, Coll. IRER, F. Angeli, Milano, 1981.

(11) Ad esempio, la diffusione della « pizzeria » ha cancellato nelle città del Nord la vecchia « latteria » piemontese e lombarda, nella quale si potevano consumare non solo i latticini, ma anche qualche piatto della cucina più semplice. Oggi alle pizzerie si affiancano gli esercizi « fast food ».

(12) L'opera di Giuseppe Vialardi, assai diffusa nell'Ottocento, era il « Trattato di cucina, pasticceria moderna, credenza e relativa confettura », stampato in numerose edizioni dal 1854 in poi.

(13) Cfr. LURATI O., *Storia dell'alimentazione della gente lombarda e ticinese*, in « Sesto convegno di studi sulla civiltà della tavola », Trezzano, 1980, Accademia Italiana della Cucina, pp. 91-118; SOMOGYI S., *L'alimentazione ecc.*, *op. cit.*

(14) Vedi, ad esempio, quanto si è riscontrato lungo la fascia rivierasca del Po, e le 11 « aree gastronomiche » del Mantovano in: COLORNI G., DALL'ARA R., PARMIGGIANI C., *Turismo e cucina sul Po*, F. Angeli, Milano, 1970; DALL'ARA R., FANIN E., *Mantova a tavola*, CITEM, Mantova, 1972.

(15) In una « grida » del 1637, dedicata ai laghetti di Varese, sono indicati i tipi di pesce di cui era disciplinata la raccolta: gli agoni, i tenconi, i balbi, i carpani, i cavedani, i varioni, le arbore, e le arborelle. Anche per le lumache la raccolta era rigidamente regolamentata, specie nel periodo della riproduzione, in cui sono « discoperte », uscite cioè dal letargo invernale. Cfr. BERNARD A., *Vitalità e splendori del lago di Varese - Memorie storiche di un territorio*, Varese, 1984; COTTINI P., VIOLA M., *Aria di lago*, Lativa, Varese, 1984.

A tavola con la cucina del Varesotto



La raccolta di ricette inserita nella prima parte di questo lavoro corona assai degnamente lo sforzo compiuto dall'Azienda Autonoma di Soggiorno di Varese unitamente all'Accademia Italiana della Cucina, alla Camera di Commercio, all'Associazione Ristoratori Provinciale e al Gruppo Stampa Turistica dell'Associazione Lombarda Giornalisti nella realizzazione delle « Due settimane con la cucina di Varese e della Sua Provincia » dal 6 al 21 aprile 1985. La manifestazione è stata organizzata per due ragioni particolari: la prima, quella di riscoprire le tradizioni culinarie del Varesotto, tradizioni spesso dimenticate e via via emarginate dalle mode, dagli « ismi » che anche nel settore gastronomico hanno fatto e fanno moda, la seconda è quella della consapevolezza che il turismo d'oggi, soprattutto nella nostra zona si basa sulla ristorazione e sul commercio, per evidenti ragioni legate alla mobilità e allo sfruttamento del tempo libero nell'area metropolitana e sub-metropolitana milanese, nonché in quella della vicina Svizzera e delle regioni settentrionali contigue alla nostra. L'ottimo risultato della rassegna, rilevato anche da un interesse sia a livello locale che nazionale, mi incita a ringraziare coloro che hanno dato la loro adesione all'iniziativa e a proporre un contributo attivo sempre più teso alla riscoperta e alla divulgazione di una civiltà densa di valori e di tradizioni come quella esistente nella nostra terra, patrimonio, insieme ad un ambiente ricco di risorse naturali, inestimabile ed indispensabile per la nostra esistenza.

ANDREA BORTOLUZZI
Presidente dell'Azienda di Soggiorno di Varese

A nome dell'Associazione Ristoratori della Provincia di Varese e mio personale, vorrei ringraziare innanzitutto coloro che hanno collaborato — ristoranti, Enti pubblici, giornalisti, il Gruppo Folkloristico Bosino, etc. — e che tanto si sono prodigati per la buona riuscita della « Rassegna gastronomica » svoltasi dal 6 al 21 aprile 1985, nel cui corso sono stati presentati piatti locali di antica tradizione o « rinnovati » in maniera originale. Considerati il successo ottenuto e l'interesse suscitato, si è deciso di raccogliere alcune di queste ricette che meglio rappresentano e sottolineano la qualità della cucina varesotta.

I piatti qui di seguito presentati, sono stati abbinati a vini della Valtellina proprio per rimanere in un ambito regionale. Al termine della rassegna, inoltre, vorrei rivolgere un cordiale invito ai ristoratori che vi hanno aderito affinché inseriscano nei loro menù abituali alcuni piatti tipici locali, continuando così una tradizione culinaria che merita una giusta e degna valorizzazione.

Ai ristoranti furono fornite come base di lavoro ricette tipiche frutto di ricerche approfondite dei miei colleghi e mie, insieme ad altre di Stella Donati e Ottorina Perna Bozzi dell'Accademia Italiana della Cucina. Le altre numerose ricette sono quelle di cui già disponevamo o che i ristoranti hanno ricercato nelle famiglie a loro vicine.

LUIGI FARÉ
*Fiduciario dell'Associazione Ristoratori
della Provincia di Varese*

L'Accademia Italiana della Cucina fu immaginata e creata da Orio Vergani, personaggio di primo piano del giornalismo italiano uomo di grandi curiosità ed entusiasmi, che seppe trattare i più vari argomenti con brillante penetrazione e che fu tra l'altro per molti anni, nel dopoguerra, cronista mirabile dei Giri d'Italia che spesso la sua penna rese epopea.

Proprio seguendo le imprese degli eroi della bicicletta, per le varie regioni, egli si rese conto di quanto, nell'ansia di fare qualcosa di nuovo, di più ricco o forse di « internazionale », sempre meno venissero rispettate e salvaguardate da parte dei ristoratori le tradizioni e i sapori genuini dell'antica, vera cucina italiana.

Dal timore che tutto un patrimonio ricchissimo andasse così disperso e dalla speranza di riuscire con un'operazione culturale e far capire il valore di tutto ciò, è nata l'Accademia il cui scopo disinteressato rimane ancora oggi quello di salvare, propagare e valorizzare le peculiarità della nostra cucina nelle sue vere espressioni regionali.

Attualmente l'Accademia è presieduta da Giovanni Nuvoletti Perdomini ed è organizzata in oltre cento Delegazioni in tutta Italia e anche all'estero. È bello e consolante sottolineare anche oggi il disinteresse personale che, limite e forza dell'Associazione, quasi curiosità in questo tempo utilitaristico, distingue il sodalizio.

Nello spirito dell'Accademia abbiamo suggerito all'Azienda di Soggiorno di Varese e all'Associazione Ristoratori l'idea di « Due settimane con la cucina di Varese e della Sua Provincia ». Il suggerimento è stato accolto con entusiasmo e la manifestazione, con l'appoggio della Camera di Commercio e del Gruppo Stampa Turistica Associazione Lombarda Giornalisti, ha avuto luogo con un lusinghiero risultato. Lo testimonia questa raccolta di vecchie ricette e il rinato interesse e curiosità per le antiche tradizioni della tavola regionale.

GIORGIO SCHWEINÖSTER
*Delegato dell'Accademia Italiana della Cucina
Delegazione di Varese-Busto Arsizio*

