

L'ALIMENTAZIONE nei comuni rurali (specie Valle Olona) nel periodo dal 1920 al 1945

L'ALIMENTAZIONE E LA CUCINA NEL NOSTRO COMUNE dal 1920 al 1945

Cosa si mangiava nelle case dei contadini e degli operai nel periodo dal 1920 al 1940: era senz'altro un cibo semplice, per lo più fatto di prodotti dei campi:

PANE : La maggior parte delle famiglie confezionava il pane misto (Roa da pan gialdu) (Craumbelle 2 pane 2 regoli granoturco) in forme piatte e tonde del diametro 2: cm 35/40. Il pane si confezionava una volta ogni 10/15 giorni. La massa era preparata il lievito in casa, e poi si recava al forno 2 proprietà di qualche panettiere (a Gorla i Zeli Colombo) per farlo cuocere.

← (2) \*

Una forma piccola 2 pane veniva riservata per il PAN con l'UGHETTA <sup>(PANTRAVVAY)</sup> da regalare qualche rara volta ai bambini. - (<sup>detti</sup> BURSELA <sup>di cui</sup> <sup>o anche con</sup> <sup>mele</sup>)

Il pane bianco in piccole forme veniva consumato verso il 1930 dalle famiglie operie, mentre i contadini lo confezionavano per gli animali per i bambini e qualche volta per le domeniche.

Vi era il detto "A MICA LU CARA" - (mica = forma 2 pane bianco)

PIATTO PRINCIPALE: Era il piatto di MINESTRA  
o più precisamente di MINESTRONE di RISO  
e qualche volta di PASTA con patate e fagioli.

Quando era buono <sup>doveva</sup> ~~essere~~ tanto duro che il  
cucchiaio doveva rimanere in piedi. - \* → (1)

La domenica era molto in uso il RISOTTO  
con zafferano seguito dal piatto di CARNE  
LESSA per sputtare il brodo come condimento  
del RISO.

Quando vi era qualche annalato in  
casa si faceva bollire qualche pollo (gallina)  
per far brodo leggero. - Le famiglie dei  
grandi contadini (PARTICOLAR) uccidevano  
nei mesi invernali il maiale (PURSCHEL)  
facendo dei salami casalinghi e sputtando le  
costole per il piatto della CAZZOLA (Cassola  
malossa) ma erano veramente poche le famiglie  
che potevano far quello.

LATTE Molti piccoli contadini allattavano  
qualche capretto per sputtare il latte da dare  
ai bambini, ma tale allattamento scomparve  
verso il 1928/30 col diffondersi del prole  
boriato. Il latte veniva dato ai bambini  
proveniente da MULCHE che servivano come

animali da lavoro (per trasporto e per arare)  
che come animali da latte. - Dopo il 1930  
vi fu una certa diminuzione di bovini da  
lavoro -

Come formaggio (quando c'era) si distribuiva  
un poco di GORGONZOLA o altri formaggi del  
BRESCIA o formaggi fatte in casa, con  
la PANAGIA (che faceva depositare  
il grasso del latte). - Le nostre zone  
non conosceva oltre alle "formaggi" tipi  
di formaggi locali. - La <sup>FURMAGELA</sup> "FORMAGINA"  
si preparava con olio e sale e molte volte  
come vera è propria inalata.

Chi poteva disporre (mangiare qualche  
fetta di salame o per lo più di costole  
CUDAGHITI, freschi o bolliti. - Questo  
furo avveniva in giorni particolari o di effettuare  
lavori pesanti.

PIATTI PARTICOLARI - Patate amastite con  
carne - Cassirola - Stufato - Brasato - Pollo  
in Umido - Lenti con cipolle - - Busecca (Tippa)

DOLCI Poco conosciuti i dolci, qualche ciambella.

Non conosciute le marmellate fatte in casa  
(anche per l'alto costo dello zucchero). - Le CHISCIOA  
o i CHISCIOR erano fatte di farina e uova, di mode  
specie nei giorni di carnevale (GIORNA) (GIUBIETA)  
di DOWN

← (1) \*

← (3) \*

Abbastanza conosciuto il MIELE (MER) nei reparti  
Conosciuto qualche sottaceto e qualche una  
volta sotto spirito. -

Uno dei cibi più spuntati era la PATATA  
preparata in PUREA o INSALATA, come  
piatto principale e 2 contorni

Spine volte la POLENTA nelle festività  
speciali coi BRUSCHETTI (Carne trita in un'ora)  
oppure condita (ma <sup>POLENTA UMIDA</sup> per le famiglie più humiliate)  
ed anche col LATTE (Polenta e latte, caldo  
o freddo, con un po' di zucchero a piacere) col Porzanda

Scorrevano almeno fino al 1930/1935  
la pastata o sugo, diffusasi con la prima  
propaganda radiofonica. - Quelle poche volte  
che veniva preparata era ben lontana dall'essere  
il piatto attuale

VINO - Ogni famiglia aveva delle viti in  
campagna da cui ricavava un vinello aspro  
chiamato appunto BRUSCHÉTT. Solo in giorni  
speciali e verso il 1930/1935 anche la domenica  
si beveva vino acquistato per lo più 2' tipo meridionale  
forte. - Quotidiani e domenicali si bevevano  
spesso il formò. (VEN)

LIQUORI - Riquadrava sovrano la GRAPPA. Il Grappino  
del mattino, qualche volta qualche liquore dolce un  
raramente

VERDURA - Era il complemento più importante di ogni cibo. Buoni montagne di insalate con molte sode (dove non mancavano). Anche le verdure cotte erano ben servite (VERDURA)

UOVA in Buttata, sode, o a CHIÉRICETTO nelle famiglie dove non mancavano le galline (OËU)

CACCIAGIONE - Sperita dalla mensa, salvo qualche rara famiglia (

POLLANE, CINGI - L'allestimento del pollame era sfruttato più per le uova che per la carne. Quando la gallina era vecchia o vi erano in casa degli animali si preparava lessa. - Polli e conigli venivano allevati per le Festività (Natale, Pasqua, Capodanni, Feste spozali, Spozalizi)

FESTIVITA' O SPOZALIZI - Erano veramente banchetti interminabili con molte forme di Dio, frutti di sacrificio e di usbrani. - La festa volentieri frequentava lo Spozalizio perché poteva far una solenne mangiate. -

Nello spozalizio era di pari il RISOtto con soffrono e fagioli e colle interiora fritte nel pollame legittimo piatti di arrosto e lessa, 2 brasato, di stufato, antipasti da antipasti di salacini vari. La carne era servita con verdure e mostarde

FRUTTA - Mezza frutta dei nostri campi. - Spesso  
frutti scarti (mele, pere o prugne) durante l'inverno  
qualche arancio o mandarino per i bambini. - L'ave  
viveva afferra per i faldi, per salvare qualche  
peppolo a Natale (vera rarità) - Frutti secchi e freschi in  
abbondanza, Di frutta vi era molta disponibilità di  
castagne, noci e noci, anche di raccolta locali  
molto sberzo di mangiare CASTAGNE colte  
nel LATTE e spesso si facevano le  
MUNDE LLE ((MUNDEI) - Castagne abbrustolite))  
Alla fiera di S. Antonio ci si recava a OLGIATE  
Olona (Chiesetta di S. Antonio) per comprare  
il FILOTTO di CASTAGNE vero caccagno  
per i giovani e i ragazzi

Quando si andava in pellegrinaggio  
a Varese al SACRO MONTE di acquistare  
le GIRUMETA (Girumeta) specie di  
Biscotto orino (omulicentato) con forme di omni  
moltiplicati in specie di coronine. -

CAFFE' - Molti usavano CICORIA, chi aveva  
possibilità la macchiava con un poco di CAFFE'  
PURO che si acquistava già macinato. - Pochi erano  
i possessori di macchini di caffè e questo verso il  
1930 cessarono

Il caffè: bere lungo fatto bollire in pentole e poi lasciato a deponere, oppure scolato. - Poco lo zucchero, sostituito qualche volta anche da sale. -

OLIO - Poco usato l'OLIVA - costava caro - più volte quello di SEMI. Durante la guerra si apprezzava il GIRASOLE o il RAVIZZONE

ACETO - Era vino fatto acidare e fermentare per la più di cose (ACÉE)

PESCE - Era sconosciuto - Si mangiavano qualche salate con polenta. Il pesce era sconosciuto. Qualche raro <sup>fatto di</sup> pesce di lago <sup>per la più</sup> per le fette e mangiato durante fite sui laghi. Assolutamente sconosciuto ed anche poco gradito il PESCE DI MARE. - Si conosceva il MERLUZZO che si preparava in un modo con le cipolle che fite (PESS)

BEVANDE - Si beveva qualche GAZOSA (chiamate anche CHIAMPAGNIN con la BALETA. -) Questo perché le bottiglie erano riempite a pressione. Col dito si premeva per spostare la boccetta e far uscire il contenuto. - Qualche rara ARANCIATA e più tardi la SPUMA. Qualche rara birra. - Poco conosciuta l'acqua minerale (BEVERAGIU

\* (1) → PANCOTU - Pane cotto, specie di poltiglia  
di farro condito con un po' di olio o di burro. -  
Spesso si usava per commemorare il farro raffero e  
non si parlò

Chi viveva nei campi raccoglieva anche  
LUMACHE che cuinava in vari modi. Ma  
erano fatti sporadi, come quello di usare  
di radici e erbe di campi e anche frutti. -

Un contorno popolarissimo nelle primavere  
era l'insalatino de campo "PACULDÖV" con  
uova sode

VERDURE più conosciute - Piselli - Patate  
Porro - Insalate Coste - Rapaelli - Sedano.  
Carote - Porrenolo, Zucchine gialle, zucchine - cavoli

Qualche volta si usava far bollire delle  
tate (RĀA) ed anche l'insalato di BARBA  
BIETOLE (RABIE' o RAMULAZI)

CARNI - Per lo più erano carni di bovini (vacche  
o manni) ora la carne di vitello. - Albarozano  
conosciuta la carne di Cavallo (Salamit de caval  
che si presentavano veri) o di asino. -

Meno usate le carni di ovini (pecore  
e capre), mentre non si usavano <sup>quasi mai</sup> il capretto



CONDIMENTO . La base del condimento era

LARDO o GRASSI & CARNE fusi. - Era LARDO di moda fare l'arrosto immerso in un barattolo di grasso. Quando la carne giungeva alla cottura si toglieva ed il grasso rimasto si lasciava raffreddare e solidificare per essere usato come condimento nei mesi successivi. - Questo accadeva specie in inverno dopo le feste. -

Meno usato il sistema durante

i mesi caldi. -

Oltre al lardo il BURRO

BUTER

fatto in casa col latte scremato era il secondo condimento usato. - L'OLIO si adoperava solo per le insalate ed era quasi sempre di semi. - (~~MARZANA~~ BUTERA)

VITTO per AMMALATI - Era a base di brodo di pollo, qualche rara fetta di carne di vitello e condimenti con olio d'oliva. -

Formaggio GRUIERA e vino

PANE - I grandi proprietari di terreno usavano preparare il pane con la maggior percentuale 90/90% di farina di frumento, mentre i piccoli proprietari si accontentavano di pane di segale e panoturo. - Raro il pane di orzo (PAN de MET) uocdo forse di vecchi tempi

← (2) \*

\* (3) → DOLCI - Spuntate crasi i frutti di MORE  
dei campi ed anche dei GELSI (MÜON)  
con un po' di vino e zucchero.

\* (4) → PIATTI TIPICI - tra anche MORTADELA  
e LANTIGI (mortadelle e lantigini)  
la mortadelle è legato di maiale)

# Piatti Tipici :

1	Pulenta e brusutt	- Polenta e carne tute
2	_____ e rustida	- Polenta e rustida *
2 bis	_____ comidea	- _____ condite
3	_____ e sarachi	- _____ sarache
4	_____ e marlusu	- _____ marlusu
5	_____ e <u>lacc</u> olari	- _____ latte
6	_____ e carôa	- _____ cassuola
7	_____ e fîrgîursôla	- _____ gorgonzola
8	Buseca	- Buzza
9	Pancotte	- Pancotto
10	Marlusu e saigoll	- Marlusu e cipolla
11	Ocù rustidi e funatas	- Funtata con pomodori
12	Ocù rustidi cui saigoll	- Funtata con cipolle
13	Ocù rustidi cui patate	- _____ patate
14	Ocù ni ciaragheta	- Uova non saltate
15	Rusunade cul ven	- Zabajlone al vino
16	Rusunade cul marsole	- _____ al marsola
17	Ocù indui e <sup>peculidôn</sup> fuselata	- Uova sode e insalata
18	Stua	- Stufato di carne e patate
19	Borsion ni umide	- Piselli e carne in umido
20	Carzoa	- Cassuola
21	Lantigi e andigli	- Leukochne e andiche
22	Brusutt	- Carne tute in umido
23	Pasta ni brodu	- Minestrone di patate
24	Minestrô	- Minestrone di riso

- 25 Pudaghiti coldi - Ercechui bolliti
- 26 Rustiae - Fette d'interiore d'animal de corte
- 27 Niarviti e saigoll - Uovetti cotti e cipolle
- 28 Lat e castagne - Latte e castagne bianche
- 29 Ris e lacc - leci - Riso e latte
- 30 Quagra - Latte cagliato con un po' d'aceto
- 31 Fumagela - Fumaggine { Condite in olio e aceto
- 32 Ris e zucchi - Mischione d'riso con uva palle
- 33 Ris e pidairin - Riso e proremolo
- 34 Ramulosi in usalata - Barbabietole in usalata
- 35 PACU LDÖU - Frittelle d'campo
- 36 Zucheti rustii - Zucchini in umido con cipolle
- 37 Chiscia o Chisur - Frittelle d'farina e uova
- 38 Birsela - { Pane e uva palle
- 39 Rao coti - Rapa <sup>bolli</sup> { con fidi  
con uva
- 40 CUNIEL in umido - Coniglio in umido
- 41 GAINA d'lis a less - Gallina lessata
- 42 BRUSCHETU - Vaso del luogo
- 43 Garusa - Zomosa
- 44 Quatra o Oca arrotta - Oca o Quatra arrotta
- 45 MURTADELA & L'ANTI61 - Mortadelle e l'antico
- 46 VERZI in usalata - Cavoli tagliati finissimi in usalata  
(anche unti a patate)