

# IL SAPORE DEI RICORDI

## Ricette della memoria

Un progetto collettivo e multidisciplinare di narrazione e condivisione delle memorie gastronomiche sul territorio piemontese.

**Prefazione dello Chef  
Davide Oldani**



**Istituto Belletti Bona di Biella (BI)  
Soggiorno Anziani di Gaglianico (BI)  
Fondazione Beraud di Rovasenda (VC)  
RSA Bossi di Pontecurone (AL)  
Casa di Riposo di Santhià (VC)**

# INDICE

*Prefazione di Davide Oldani 3*

*Introduzione 4*

Bollito misto piemontese 6  
Capunet 7  
Polenta Concia di Oropa 8  
Frittelle di riso 9  
Palline di Oropa 10  
Frittura bianca e nera 12  
Buseca 13  
Batsoà 14  
Polenta e latte 15  
Torta di pane 16  
Lingua in verde 18  
Giardiniera piemontese 19  
Uova ripiene con tonno 20  
Involtini di prosciutto 21  
Torta di patate 22  
Bagna caoda 23  
Fonduta 24  
Bunet 25  
Panissa Vercellese 26  
Ossi buchi 27  
Pesche ripiene 28  
Marmellata di zucca 29  
Marmellata di pomodori verdi 30  
Ajà 32  
Cavagneu adl'oeuv 33  
Agnolotti al brasato 34  
Polenta e merluzzo 36  
Agnello sardo 37  
Torta di mele 38  
I sette gusti 39

*Partecipanti 40*

**SCARICA IL TUO E-BOOK QUI**



# PREFAZIONE

---

## Che buono il sapore dei ricordi!

Ho sempre pensato che se ci soffermiamo a guardarle con attenzione, certe ricette sono una specie di geografia del cuore, che ci permettono di fare un viaggio nel passato alla riscoperta di sapori e di momenti perduti. Il cuore della tradizione batte forte in questo libro, nei piatti che io chiamo “fatti come mamma comanda”.

Il pensiero torna a vent'anni fa quando, dopo aver girato il mondo, conosciuto grandi maestri e frequentato grandi cucine, mi sentivo abbastanza pronto per aprire un ristorante tutto mio. E ciò nonostante, mio padre continuava a preferire i ravioli della mamma ai miei piatti infarciti di mondo e di esperienza. Perché avevo tecnica e conoscenza, ma dovevo ancora aggiungerci amore e tradizione. Perché, se di tanto in tanto vogliamo trasgredire dai principi di equilibrio, di leggerezza e di tutto quanto ci garantisce nel tempo salute e benessere, allora tanto vale farlo bene, dico io. E in quelle occasioni, se proprio dobbiamo dimezzare qualcosa, facciamolo piuttosto con la porzione ma non con il gusto.

Mi complimento tanto, davvero, con chi ha pensato a questa iniziativa raccogliendo piatti ma anche avvicinando persone e condividendo storie. Perché, se il connotato più forte di questa raccolta è quello di proporre piatti nella loro versione originale, via via che si sfoglia si sente profumo di stagioni, di casa, di buono. Complimenti alle cuoche (e ai cuochi?) che hanno messo le mani in pasta e i ricordi in campo.

Un progetto importante questo per chi è stato protagonista in prima persona, ma anche per tutti noi che leggiamo. Ad alcuni è offerta un'occasione per ricordare. Ad altri, più giovani, un'opportunità per recuperare nel presente qualche sapore del passato; sapori che raccontano anche di un modo di vivere cucinando il meglio con quello che c'era, ma soprattutto di condividere con gli altri quei “piatti da re”.

## Chef Davide Oldani

*2 Stelle Michelin al Ristorante D'O a Cornaredo (MI)*



# INTRODUZIONE

---

Attingere alle memorie degli anziani per rintracciare legami e distanze tra il mondo di oggi e quello di allora è l'obiettivo che ha orientato un progetto che si sviluppa nel solco di un valore educativo e profondamente generativo che per noi è stile operativo quotidiano: la Cura. Lo sguardo attento rivolto agli Ospiti delle nostre residenze per anziani ha scelto, quindi, di utilizzare il cibo come strumento per innescare un circolo narrativo virtuoso che desidera favorire un impatto significativo sulle relazioni di cura.

“Il sapore dei ricordi” si è strutturato come un progetto collaborativo e multidisciplinare di narrazione e condivisione delle memorie gastronomiche degli Ospiti di cinque strutture Anteo situate in differenti località del territorio piemontese. Nei racconti intorno ai fornelli e alla tavola sono emersi aspetti che connettono le scelte alimentari alle più ampie dimensioni identitarie e culturali, a testimonianza, ancora una volta, di quanto gli alimenti non siano semplice materia prima atta a soddisfare le necessità fisiologiche della sopravvivenza, ma siano risorse investite di molteplici significati.

Le ricette contenute nella pubblicazione che è scaturita dal progetto, dunque, sono molto più che semplici elenchi di ingredienti e istruzioni pratiche: i piatti proposti, ricostruiti a volte a partire da frammenti ed episodi, spesso innescando narrazioni collettive, composte dalle storie di molti, oltre ad essere delle delizie per il palato, sono porzioni di biografie. Le pietanze prendono forma come storie che partono dallo spazio domestico dell'infanzia e procedono verso l'età adulta, s'impastano con i tempi del lavoro, le vicende della vita coniugale e familiare. I gruppi di conversazione hanno generato racconti intimi diventati corali, scorci privati trasformati in scene pubbliche, in cui il vicinato, il cortile, la piazza si riempiono di profumi e allegra convivialità.

È questa la chiave di lettura delle ricette contenute ne “Il sapore dei ricordi”: un reticolo di storie interconnesse, un passaparola che è quasi gioco e che consente di viaggiare da un risotto a un arrosto, da un contorno di verdura a una torta, trasportati dai ricordi, fra gesti attenti, ingredienti semplici e genuini, tavole apparecchiate per stare insieme, con creatività e senso pratico.

Le memorie culinarie raccolte presso le cinque Strutture coinvolte nel progetto attingono ad un passato condiviso per restituirci i saperi e i sapori di un'epoca, echi del passato che rappresentano preziosi tasselli per illuminare la storia collettiva e sociale di diverse generazioni e che ci parlano di un mondo che può insegnarci molto, in particolare in tema di consapevolezza e saggio utilizzo delle risorse della nostra Madre Terra.

## Martina Laganà

*Antropologa e ricercatrice*



# ISTITUTO BELLETTI BONA

Si sente l'aria della cittadina operosa nei racconti delle ricette che hanno condiviso le partecipanti al progetto: qui tutti lavorano, in prevalenza in quelle fabbriche tessili che raggiungono ogni giorno in corriera, in bicicletta o anche a piedi, anche 12 ore al giorno. Cucinare è preparare i pasti per la settimana, in modo tale che le porzioni siano pronte da riscaldare per tutti. Così, la domenica è il giorno dei pentoloni con il brodo e il bollito sul fuoco; e ogni giorno, ciò che avanza diventa risorsa preziosa per il giorno a venire, anche grazie a ciò che s'inventa la donna di casa per aggiungere o mescolare i sapori.

Le famiglie di città non hanno risorse autonome e l'esperienza della fame non è così rara: serve il denaro per acquistare il cibo, non ci sono campi, orti o frutteti di proprietà ai quali attingere. E

anche le relazioni sono più frammentate, la condivisione è meno abituale e naturale. Non che manchi il senso di solidarietà: la signora Elisa, di origine veneta, ricorda bene quando, da ragazza, preparava i pasti da portare, insieme a un po' di vino, agli operai che lavoravano per suo padre, imprenditore. Perché il cibo era energia indispensabile e anche cura per chi non si risparmiava, in periodi attraversati dal senso di fragilità che ogni guerra, in senso stretto o in senso figurato, semina nelle comunità.



## ISTITUTO BELLETTI BONA

via Belletti Bona 20  
13900 Biella (BI)  
cdr.bellettibona@gruppoanteo.it



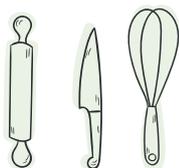
## SECONDO PIATTO

# Bollito misto piemontese

## gran misto di carni bollite

### INGREDIENTI

per 8 persone



- 1 kg di cappello del prete (muscolo della spalla del bovino);
- 500 gr. di biancostato di manzo;
- 1 cotechino piccolo;
- 1 gallina;
- 300 gr. testina di manzo;
- 1 cipolla bionda;
- 2 carote;
- 1 gamba del sedano;
- sale q.b.;
- acqua fredda fino a coprire tutto e oltre (circa  $\frac{3}{4}$  della pentola);

### PROCEDIMENTO

Metti tutti gli ingredienti all'interno del pentolone, al bollire dell'acqua aggiungi il sale, abbassa il fuoco e lascia sobbollire per almeno 3 ore fino a che la carne diventi tenera (per verificare la corretta cottura della carne veniva fatta la prova infilzando con la forchetta il pezzo di carne più lungo a cuocere). Una volta pronto servi il bollito con la salsa verde (a base di prezzemolo, acciughe e aglio) o la salsa rossa (a base di pomodori, peperoni, acciughe e peperoncino).



## Vanda, 82 anni

Fare il bollito, di solito di domenica, voleva dire pensare a sfamare la famiglia per tutta la settimana! Il brodo di cottura serviva per cucinare risotti, minestre e agnolotti e la carne non consumata subito nei giorni a seguire diventava lo stufato con le patate. Per il banchetto della domenica, bisognava scegliere i tagli giusti, le salse, le verdure di contorno.. e anche il vino! Così, quel pasto diventava un rito, con tante "tappe", momenti di pausa e poi ancora immersi nei sapori... Ricordi emozionanti di quando ci si prendeva il tempo giusto per cucinare e per mangiare, senza fretta.



Grignolino

## SECONDO PIATTO

# Capunet

## involtini di cavolo verza con ripieno

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 4 grandi foglie di cavolo verza;
- 250gr carne in parti di 2/3 trita e 1/3 salsiccia;
- 3 etti di pane ammolato nel latte e strizzato molto bene;
- prezzemolo;
- sale e pepe q.b.
- sale e pepe q.b.

### PROCEDIMENTO

*Fai sbollentare le foglie di cavolo e sistemale su di un canovaccio a scolare ed asciugare (attenzione a non romperle), mescola e amalgama la carne, il prezzemolo, il pane ammolato, sale e pepe, fino ad ottenere un composto morbido. Suddividi un buon quantitativo di ripieno sulla foglia di cavolo e chiudi i 4 lati su sé stessi formando un fagottino. Appoggiali nella pentola con olio caldo sul lato della chiusura per sigillare il fagottino. Gira con delicatezza per non rompere il capunet. Servili ben caldi e se vuoi in aggiunta puoi adagiarli sulla fonduta fatta con formaggi con gusto delicato, tipo la tometta biellese.*



## Nicoletta, 86 anni

Penso che si chiamino così per la loro forma: i capunet sdraiati sul piatto ricordano proprio dei piccoli capponi ripieni... Alcuni, invece, li chiamano pèss-coj perché, a ben vedere, ricordano anche dei pesci. Per la foglia che abbraccia la farcia, come alternativa al cavolo, alcuni utilizzavano la bietola. E per il ripieno si usavano gli avanzi della settimana: così ogni volta i capunet avevano sapori diversi. Sono bocconi che sanno di autunno o di inverno... bocconi semplici e ricchi insieme, dalle mille varianti... Ma non litighiamo alla ricerca della "vera" ricetta: facciamo spazio alla fantasia e ai ricordi di ciascuno di noi!



Erbaluce di  
Caluso

## PIATTO UNICO

# Polenta concia di Oropa

*polenta molle con formaggio e burro fusi*

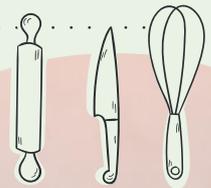
### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 kg di farina mais taragna;
- 1 lt acqua fredda;
- un pugno di sale;
- 200 gr di fontina;
- una tometta biellese tipo maccagno;
- 100 gr di burro biellese;

### PROCEDIMENTO

*Fai cadere a pioggia la farina di mais nell'acqua ancora fredda, nel mentre utilizza la frusta per non far formare i grumi, porta a bollore continuando a girare passando dalla frusta al mestolo di legno per almeno 40 minuti, aggiusta di sale quando la polenta è ancora morbida tenendo presente però che alla fine si aggiungerà molto formaggio che è già a sua volta salato. Bisogna tener conto che la polenta a fine cottura dovrà essere morbida e non dura. Taglia a cubetti i formaggi scelti e mettili nella polenta, gira fino che non si sia amalgamato il tutto. Fai sciogliere a fuoco lento un panetto di burro in un pentolino e fagli prendere il color nocciola, facendo attenzione a non farlo bruciare. Versa il burro fuso nel paiolo sopra la polenta e amalgama. Servi con un mestolo da minestra avendo cura di mettere anche il burro fuso.*



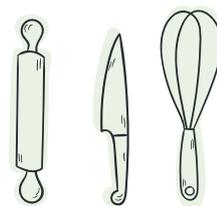
## Catterina, 87 anni

Ai miei tempi, la polenta faceva la parte del pane, troppo costoso per tante delle nostre famiglie. E noi Biellesi ci siamo inventati una ricetta per fare della polenta un piatto "da re"! Fra montagne e malghe, la produzione di formaggi e burro era una tradizione che si rinnovava ogni giorno; e proprio con quegli ingredienti abbiamo scoperto che la polenta poteva diventare, per magia, un pasto per saziare e far gioire grandi e piccoli! Immagina una tavolata sorridente, tutti insieme per il pranzo della domenica... Abbondavamo sempre con le dosi, così, con la polenta avanzata, riuscivamo a inventare piatti semplici per tutta la settimana a seguire.

DOLCE

# Frittelle di riso

*riso e latte fritti in olio di semi*



## INGREDIENTI

per 4 persone

- 250 cl di latte;
- 5 pugni di riso;
- 5 cucchi di zucchero;
- 1 bacca di vaniglia;
- scorza di 1 arancio;
- farina bianca q.b. per aggiustare la consistenza;
- olio di semi;

## PROCEDIMENTO

*Porta il latte a bollore, aggiungi il riso, abbassa la fiamma e fai sì che il riso assorba tutto il latte, aggiungi lo zucchero (1 cucchiaino per volta), la vaniglia e la scorza di arancia, amalgama bene e lascia intiepidire su di una spianatoia. Una volta tiepido mescola il tutto e aggiusta con la farina al fine di riuscire a creare delle porzioni con il cucchiaino o a mano. Friggi in olio di semi e scola sulla carta per frittura.*



## Guerrina, 87 anni

Vercelli vuol dire riso. La nostra campagna, in primavera, è un mare a quadretti e le nostre tavole, in tutte le stagioni, non sono complete se non propongono ai commensali almeno un piatto a base di riso! Che siano ricette dolci o ricette salate, semplici o più elaborate, il riso è sempre un alleato meraviglioso per chi cucina: tante varietà (addirittura 100, solo nel Vercellese!), con chicchi piccoli o grandi, tondi o affusolati, tutti capaci di assorbire i sapori degli ingredienti con cui lo mescoliamo. Lo chiamano "oro bianco"... e mi sembra un soprannome azzeccatissimo!



**Erbaluce  
passito**

## ANTIPASTO

# Palline di Oropa

*polpettine con formaggio all'interno*

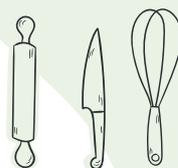
### INGREDIENTI

per 6 persone

- 150 gr. di burro;
- 150 gr. di farina tipo 0;
- 2 uova;
- 2 fette un pò spesse di prosciutto cotto o carne avanzata;
- 200gr di maccagno;
- prezzemolo q.b.;
- 150 gr. pangrattato;
- olio di semi per frittura q.b.;
- sale e pepe q.b.;

### PROCEDIMENTO

*Fai sciogliere il burro a fuoco basso in una pentola, aggiungi la farina rimastando velocemente per evitare che si formino dei grumi, togli dal fuoco e lascia intiepidire. Aggiungi una alla volta le uova, sminuzza e aggiungi la fetta di prosciutto cotto o la carne avanzata e il prezzemolo. Stendi l'impasto per farlo raffreddare; taglia il maccagno a dadini e prepara con il composto delle palline di circa 2 o 3 cm inserendo al centro un dadino di maccagno. Impana passando prima nella farina, poi nell'uovo e per ultimo nel pangrattato e frigi in olio bollente.*



## Vanda, 82 anni

Nei giorni di riposo, preparavamo queste specie di polpettine fritte per portarle al lavoro durante la settimana. Cercavamo di farle gustose, piccole ma ben ripiene, e la frittura le rendeva croccanti. Dei bon bon ricchi di gusto in cui potevamo mettere un po' di tutto, per usare gli avanzi: qualsiasi combinazione di sapori regalava una pausa allegra nelle nostre giornate. E quando condividevamo le palline di Oropa con i colleghi... una tirava l'altra!



**Grignolino**

# RSA DI GAGLIANICO

Il gruppo di partecipanti al progetto ha espresso una predilezione per i ricordi dell'infanzia e della prima giovinezza, le stagioni della leggerezza ma anche dell'impegno nelle cascine delle loro famiglie, vere e proprie imprese corali in cui ciascuno era chiamato a offrire un contributo affinché tutto funzionasse a dovere, nei tempi e nei modi giusti.

Ogni cascina produce il necessario per il sostentamento e nelle case di corte avviene tutto: il tempo attivo e quello libero, la convivialità, lo scambio attraverso il baratto tra famiglie. E il tempo è scandito dalle

feste: quella del maiale, la cui data viene scelta in base alle fasi di luna, in

periodi invernali che agevolino la conservazione degli alimenti; quella di primavera

e quella d'estate, in cui i compaesani gustano leccornie come il coregone del lago di Viverone. Savagnasco è il borgo più frizzante, dove ancora oggi i fuochi d'artificio animano le notti più calde e accompagnano le risate grasse di grandi e piccoli.

Lo zio Giancarlo (che qui è lo zio di tutti) non ha una predilezione per la cucina: mangia di tutto e non ricorda ricette particolari da proporre per il lavoro di gruppo. Però ci canta "la canzone di Gaglianico", una specie di inno semplice e genuino, sulle note di un entusiasmo antico e sempre vivido, che conosce a memoria fin dai tempi in cui faceva l'allenatore di calcio; e così ci trasmette quell'amore per questo paese ordinato e raccolto che sembra mettere d'accordo tutti.



## CASA SOGGIORNO ANZIANI DI GAGLIANICO

via XX Settembre 20  
13894 Gaglianico (BI)  
[casasoggiornogaglianico@ecosociale.it](mailto:casasoggiornogaglianico@ecosociale.it)



## SECONDO PIATTO

# Frittura bianca e nera

## frittura di frattaglie di maiale

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 cuore;
- 1 pezzo di polmone da almeno 250gr;
- 1 pezzo di fegato da 150gr;
- 100 gr farina bianca;
- 20 gr di burro;
- sale e pepe q.b.;

### PROCEDIMENTO

*Passa tutta la carne nella farina, tenendo ben presente di dividere cuore e fegato (frittura nera) da una parte e polmone dall'altra (frittura bianca). Metti la frittura bianca tagliata a striscioline in un recipiente con del burro, un rametto di rosmarino, qualche foglia di salvia, alloro e fai cuocere il tutto per 30 minuti a fuoco lento. Ripeti lo stesso procedimento per la nera ma per un tempo più breve, 20 minuti massimo, perché la cottura prolungata indurisce il fegato e il cuore. Per ammorbidire il polmone, puoi sbollentarlo e farlo cuocere a fuoco lento per un paio d'ore aggiungendo del brodo di tanto in tanto.*



## Flavia, 89 anni

Le ricette raccontano lo spirito del tempo in cui sono nate e fiorite: sono tracce di esperienze di vita che possono suonare lontane... Cucinare frattaglie, per esempio, vuol dire non voler sprecare, recuperare tutto quello che è possibile mangiare. In tempi difficili e in cui il rapporto con l'animale era diverso rispetto a quello di oggi, ci si ingegnava per far sì che anche le parti meno nobili del maiale diventassero un pasto nutriente e anche ghiotto. E nel freddo di quegli inverni, un bicchiere di vino rosso chiacchierava volentieri con una frittura saporita!



Grignolino

## PIATTO UNICO

# Buseca o büsèca

## trippa in umido

### INGREDIENTI

per 6 persone

- 1 kg trippa riccia già lessata;
- burro;
- olio;
- 1 cipolla;
- 1 gambo di sedano;
- ½ bicchiere di vino bianco e 1 di brodo;
- mezzo kg di patate;
- una manciata di formaggio grattugiato;
- sale e pepe q.b.;

### PROCEDIMENTO

*Taglia la trippa a listarelle sottili, a parte prepara il soffritto con burro, olio, cipolla e sedano tritati. Unisci la trippa e irrorala con il vino bianco e il brodo. Lascia cuocere per circa mezz'ora a fiamma bassa. Lava, pela e taglia a spicchi le patate, aggiungile alla trippa e fai cuocere per quasi un'ora. Alla fine aggiungi il formaggio e aggiusta di sale e pepe. Alcune varianti territoriali della ricetta prevedono anche l'aggiunta dei fagioli.*



## Agostina, 83 anni

Il nome di questo piatto contadino ha origini tedesche e vuol dire "viscere": ci dice già tutto! La ricetta invita in pentola le verdure e gli aromi a far compagnia alla trippa, secondo una tradizione che risale addirittura al Medioevo e che, nel tempo, ha conservato il sapore intenso della campagna, del Natale in famiglia, degli inverni da ingannare al calore del camino. Tra Piemonte e Lombardia, sono tante le varianti: alcune prevedono anche l'aggiunta dei fagioli, altre consigliano di accompagnarla con pane abbrustolito

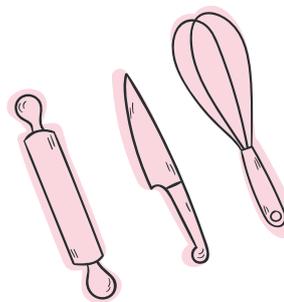


Morellino

## SECONDO PIATTO

# Batsoà

## zampe di maiale impanate e fritte



### INGREDIENTI

per 4 persone

- 4 zampe di maiale;
- acqua;
- 200gr polpa di pomodoro;
- mezzo bicchiere di vino;
- 1 cipolla;
- 1 carota;
- 1 gambo di sedano;
- 2 foglie di lauro;
- trito di prezzemolo;
- burro;
- 2 uova;
- pangrattato;

### PROCEDIMENTO

Prendi quattro zampe di maiale, fai abbrustolire i peli, puliscile e lavale, aprile in due e mettile a bollire in una pentola con acqua fredda, sale, polpa di pomodoro e vino bianco. Aggiungi la cipolla, il sedano, la carota e il lauro. Cuoci il tutto fino a che le zampe non diventano morbide toccandole con la forchetta. Una volta pronte toglì l'osso più grande e adagiale su un piatto a riposare. Prepara a parte l'impanatura, sbattendo le uova con il sale, il pepe e il trito di prezzemolo. Intingi le zampe nel composto così ottenuto e passale successivamente nel pangrattato. Friggile in abbondante olio e burro.



## Giovanni, 84 anni

I cugini francesi hanno spesso influenzato la nostra cultura piemontese, anche quella popolare, con la loro lingua e il loro gusto. Il nome stesso di questa ricetta nasce per richiamare, con un sorriso, quelle calze di seta ("bas de soie") che facevano somigliare i piedi delle donne alle zampe del maiale. Nella mia memoria, associo questo piatto, povero ma gustosissimo, al periodo di carnevale, quando le regole impazzivano e andavano un po', allora come oggi... a zampe all'aria!

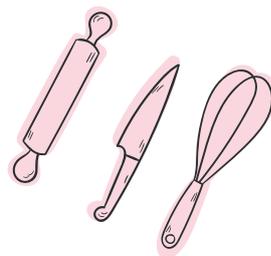


Barbera  
classico

## PIATTO UNICO

# Polenta e latte

## polenta bollita nel latte



### INGREDIENTI

per 4 persone

- 2 litri di acqua;
- 500 gr di farina di mais;
- sale q.b.;
- 1/2 litro di latte;

### PROCEDIMENTO

*Per la preparazione della polenta, inizia versando nel paiolo un litro e mezzo di acqua, quindi portala a bollore e aggiungi il sale. A questo punto versa a pioggia la farina, poco per volta e mescolando in continuazione con un cucchiaino di legno oppure una frusta, facendo attenzione a non formare grumi. Cuoci la polenta per circa 60 minuti mescolando spesso. Quando la polenta è pronta, lasciala raffreddare alcuni minuti. Tagliala a fettine o fanne dei cubetti di piccole dimensioni. Cuocila quindi nel latte per venti minuti e servi in una scodella.*



## Marilena, 87 anni

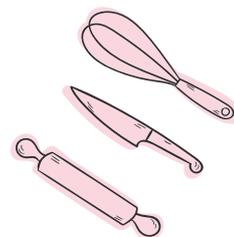
I piatti semplici sono quelli che danno soddisfazioni a tutti: a chi li fa e a chi li mangia! Anche per questo polenta e latte fa parte dei ricordi d'infanzia di tanti fra noi, soprattutto di chi viveva in campagna e vedeva i contadini, all'alba, chini a tavola, fare il pieno di energie per affrontare il duro lavoro della giornata. Il latte era quello intero, ricco di sapore, nutriente. E la polenta inzuppata poteva essere consumata sia fredda sia calda, a seconda della stagione, a volte accompagnata con marmellata o melassa.



Arneis

# Torta di pane

torta a base di pane raffermo



## INGREDIENTI

per 6 persone

- 250 gr di pane raffermo;
- 600 ml di latte;
- 150 gr di zucchero;
- 2 uova;
- uvetta e frutta secca a piacere;
- 1 limone grattugiato;
- 70 gr di cacao in polvere;

## PROCEDIMENTO

*Prima di tutto ammorbidisci il pane nel latte caldo per ottenere un composto morbido e non acquoso. Aggiungi le uova e lo zucchero e mescola bene. A questo punto puoi incorporare il cacao, l'uvetta e la frutta secca a piacere. Metti la torta nel forno a 180 gradi per circa 45/50 minuti (un tempo si usava il forno del putagè). Per capire se la torta è ben cotta anche al suo interno, fai la prova del coltello.*



## Milvia, 86 anni

Quel sapore, rustico e dorato, è indimenticabile... Il risultato di tanti gusti, quello degli ingredienti che c'erano in casa, amalgamati dal pane raffermo, che nessuno si sognava di buttare via! Quando ero ragazza, preparavamo le nostre torte e le portavamo al forno del Comune. Le lasciavamo lì, a cuocere tutte insieme, una accanto all'altra, e quando andavamo a riprenderle erano tutte quasi gemelle: così, potevamo riconoscerle solo se avevamo appoggiato un legnetto sopra, con un numero oppure con il nostro nome.



Fior di ghiaccio

# BERAUD DI ROVASENDA

La pianura vercellese offre un orizzonte sereno per gli anziani che non vogliono separarsi dalle loro radici e desiderano continuare a coltivare le relazioni con i familiari e gli amici rimasti in zona. A Rovasenda, la Fondazione Beraud, in particolare, ha saputo stringere alleanze solide e in fondo “naturali” con l’amministrazione locale e con una comunità in prevalenza agricola, tranquilla e operosa, abituata a onorare chi è arrivato alla stagione del riposo. L’allestimento di un ampio spazio esterno coperto è stata l’occasione per raccogliere la concreta solidarietà del Comune, che ha donato quegli arredi che oggi rendono il dehors accogliente luogo di chiacchiere e giochi di carte. Sì, perché la maggior parte degli Ospiti ha conservato discrete autonomie e, con esse, il desiderio di divertirsi e aiutarsi a vicenda a trascorrere del

buon tempo. Le signore, in particolare,

tengono molto al loro aspetto, scelgono

con cura le camicette da indossare

così come gli orecchini abbinati; e

per la parrucchiera c’è sempre la fila...

con qualche piccola lite per passare prima e

rimirarsi in ordine allo specchio!



## FONDAZIONE BERAUD DI ROVASENDA

via Gattinara 8

13040 Rovasenda (VC)

[beraud@gruppoanteo.it](mailto:beraud@gruppoanteo.it)



## ANTIPASTO

# Lingua in verde

*lingua di bue con salsa a base di prezzemolo e acciughe*

### INGREDIENTI

per 4 persone

- lingua salmistrata (tagliata a fette fini);
- 100 g prezzemolo;
- 1 uovo sodo;
- 3 acciughe sotto sale;
- 25 ml aceto;
- 2 spicchi di aglio;
- 30 g pane raffermo;
- 40 ml olio;
- q.b. sale;

### PROCEDIMENTO

*Per preparare il «bagnetto» passa le acciughe sotto acqua corrente per togliere il sale, taglia il pane a pezzetti e mettilo in una ciotola con l'aceto per farlo ammorbidire. Metti in un mortaio il prezzemolo, le acciughe, l'aglio, l'uovo e il pane precedentemente strizzato. Pesta energicamente fino a ottenere un composto morbido e omogeneo. Disponi le fettine di lingua salmistrata su un vassoio e ricoprile con la salsa verde.*



## Giuseppina, 87 anni

Dev'essere morbida: la lingua va cucinata in modo tale che si accompagni in armonia con il bagnetto e si sciolga quasi in bocca. Questa è l'attenzione più importante richiesta per realizzare la ricetta regola d'arte. Perché il bagnetto verde, inventato nell'Ottocento, in fondo è semplice: non richiede cottura e regala sempre delle belle emozioni. Sarà per il sapore delle acciughe insieme a quello dell'aglio, sarà per l'uovo che dà corpo o per il colore del prezzemolo, ma questo è un piatto che sa di famiglia e mi mette sempre di buon umore!



Roero

## ANTIPASTO

# Giardiniera piemontese

## mix di ortaggi in conserva

### INGREDIENTI

per 6 persone

- 6 kg di pomodori maturi;
- 300 gr di carote;
- 300 gr di sedano;
- 300 gr di peperoni;
- 300 gr di cipolline;
- 300 gr di fagiolini;
- 300 gr di zucchine;
- 300 gr di cavolfiore;
- 1/2 litro di olio;
- 3/4 di bicchiere di sale;
- 1 bicchiere e mezzo d'aceto;

### PROCEDIMENTO

*Fai cuocere i pomodori in una pentola per circa 2 ore a fuoco medio, aggiungendo l'aceto, l'olio e il sale. Nel frattempo taglia le verdure a tocchetti uniformi e mettile in pentola insieme alla salsa di pomodoro, seguendo questo ordine a intervalli di circa 10 minuti: carote, sedano, cipolline, fagiolini e infine cavolfiori, zucchine e peperoni insieme. Continua la cottura per circa un'ora a fuoco medio. Terminata la cottura, lascia raffreddare bene la Giardiniera. Servila come antipasto o conservala in vasetti di vetro opportunamente sterilizzati in acqua bollente per almeno 40 minuti.*



## Ada, 86 anni

A fine estate, trattenere i sapori delle verdure dell'orto, mescolarli senza disperderne alcuno, racchiuderli in un vaso per poi attingervi, piano piano, nel corso dell'anno, era quasi un dovere. "Fare la giardiniera" voleva dire proprio questo: ringraziare la natura per i suoi regali e fare la nostra parte per goderne il più a lungo possibile. Un rito che, a ogni apertura di vasetto, ci rammentava la fatica e la gioia, nel piacere di stare tutti insieme a tavola.



Gavi  
cortese

## ANTIPASTO

# Uova ripiene con tonno

uova sode con ripieno a base di tonno

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 4 uova;
- 2 acciughe salate;
- capperi 20 gr.;
- tonno 50 gr.;
- prezzemolo 1 ciuffettino;
- olive 100 gr.;
- olio extra vergine di oliva 4 cucchiaino;
- succo di mezzo limone;
- sale q.b.;
- pepe q.b.;

### PROCEDIMENTO

Metti le uova in un pentolino con acqua fredda e lessale per circa 9 minuti. Falle raffreddare sotto l'acqua corrente, sguscialle e tagliale a metà nel senso della lunghezza. Estrai i tuorli. Sgocciola bene i capperi e le acciughe. A questo punto realizza un trito omogeneo utilizzando il tonno, i capperi, le acciughe, le olive, il prezzemolo e i tuorli precedentemente estratti. Metti il trito così ottenuto in una piccola ciotola e aggiungi un po' di succo di limone, pepe, sale e olio extravergine di oliva. Amalgama il tutto fino ad ottenere un composto uniforme e cremoso. Farcisci ciascuna metà di albume e fai raffreddare in frigo prima di servire.



## Armida, 89 anni

Le uova fanno pensare alla Pasqua... ma questo antipasto, in realtà, non conosce stagione! A me ricorda i pranzi della domenica, quando aiutavo mia mamma a farcire ciascun uovo con la dose giusta di ripieno, né troppo né troppo poco, che bastasse per tutti. Era un bel gioco e mi sentivo utile! E ricordo quanta attenzione dedicata al tempo di cottura: per avere tuorli sodi e asciutti e, al tempo stesso, non faticare a liberare le uova dal guscio, bisogna attendere 9-10 minuti dopo l'inizio del bollore dell'acqua.



Pinot  
Grigio

## ANTIPASTO

# Involtini di prosciutto

*involtini di prosciutto in gelatina con ripieno di tonno e verdure*

### INGREDIENTI

per 6 persone

- 6 fette di prosciutto cotto;
- 6 uova sode;
- verdure sott'aceto 300 gr.;
- succo di limone 4 cucchiaini;
- erba cipollina q.b.;
- maionese 200 gr.;
- tonno all'olio di oliva 200 gr.;
- gelatina in dado 25 gr.;
- acqua minerale 5dl;

### PROCEDIMENTO

*Sciogli 1 dado di gelatina da 25 g in 1/2 l di acqua bollente. Aggiungi 4 cucchiaini di succo di limone, mescola e versa una mestolata di liquido nella pirofila che conterrà gli involtini. Metti la pirofila con il fondo di gelatina in frigorifero a rassodare. Lascia raffreddare in un contenitore a temperatura ambiente la gelatina restante (non deve solidificare). Ora prepara il ripieno. Mescola le verdure sott'aceto con la maionese e aggiungi il tonno. Disponi 6 fette di prosciutto cotto piuttosto spesse su un tagliere e distribuisce 1 cucchiainata di farcia lungo il lato più corto. Arrotola il prosciutto formando gli involtini. Disponi gli involtini nella pirofila con la gelatina solida. Versaci sopra la restante gelatina liquida e decora con steli di erba cipollina e fettine di uova sode.*



## Ada, 86 anni

Ci sono piatti che mettono allegria solo a guardarli, anche prima dell'assaggio! E gli involtini di prosciutto in gelatina hanno sempre generato questo effetto, su di me come sui miei ospiti, nelle cene d'estate. Sarà quel rosa, quell'effetto lucido o quella forma a sigaro che fa bene anziché intossicare... Fatto sta che gli involtini sono un gioco da fare e da mangiare e la gelatina, che sembra un'invenzione così moderna, in realtà esisteva persino nell'antico Egitto: non tramonterà mai!



**Pinot  
Bianco**

## ANTIPASTO

# Torta di patate

## torta di patate al forno

### INGREDIENTI

per 6 persone

- 6 patate;
- un pizzico di pepe;
- un pugno di pane grattugiato;
- 1 uovo;
- parmigiano q.b.;
- burro;

### PROCEDIMENTO

*Lava le patate e lessale per circa 20 minuti in acqua salata. Una volta cotte, scolale e lasciale raffreddare leggermente. Sbucciale accuratamente e schiacciale dentro una terrina. Unisci il pane grattugiato, il parmigiano e l'uovo. Mescola molto bene, aggiungendo anche un filo d'olio se il composto è troppo denso. Ungi a parte una teglia per forno con il burro e versaci dentro l'impasto appena creato. Livella bene il tutto. Metti in forno a 180° per circa mezzora. Si può mangiare calda o fredda.*



## Angelina, 91 anni

Il bello di questa ricetta è che può essere interpretata in mille maniere: dalla ricetta base, semplice, sobria, quasi nuda, alle versioni più ricche, per esempio con l'aggiunta di dadini di prosciutto e prezzemolo tritato oppure con un rinforzo di formaggio. E così quei trancetti giallo oro, serviti caldi o freddi, possono accendersi di nuovi sapori e colori e svelare all'improvviso le sorprese che piacciono tanto ai bambini... come bocconi filanti!



**Erbaluce di  
Caluso**

## PIATTO UNICO

# Bagna caoda

*intingolo a base di aglio e acciughe*

### INGREDIENTI

per 6 persone

- 400 gr di acciughe sotto sale;
- 2 bicchieri d'Olio;
- 3 teste aglio;
- verdure a piacere;

### PROCEDIMENTO

*Sbuccia le teste d'aglio e toglie la camicia a ogni spicchio. Taglia gli spicchi a metà, elimina il germoglio e falli a fettine sottili. Riponi le acciughe in una ciotola e ricoprile con acqua fredda. Lasciale in ammollo per due o tre ore, avendo cura di cambiare spesso l'acqua per eliminare bene il sale. Fai questa operazione prestando molta attenzione a non sfaldare le acciughe. Scola le acciughe, aprile a metà, estrai le interiora con la lisca centrale e sciacquale sotto l'acqua corrente. In un tegame versa un bicchiere di olio di oliva e inizia a cuocere l'aglio a fuoco molto basso, mescolando con il cucchiaino di legno. Unisci quindi le acciughe precedentemente asciugate e mescola delicatamente. Copri il tutto con un bicchiere di olio di oliva e cuoci a fuoco basso per circa mezz'ora, facendo attenzione che l'intingolo non frigga.*

*Accompagna la bagna caoda con verdure di tuo gradimento.*



## Pina, 89 anni

Già da bambina, da brava piemontese, amavo i sapori decisi della nostra cucina tradizionale. Così, mentre mia mamma cucinava, rubacchiavo i bocconcini di carne ancora cruda e li intingevo nella bagna caoda, scappando poi via di corsa, fra le risate di tutti! La bagna caoda è per me sinonimo di festa: a Ferragosto, per esempio, riuniva tutta la famiglia attorno a una grande tavola imbandita e quel profumo intenso e allegro è impresso, indelebile, dentro di me!



Gattinara

## PIATTO UNICO

# Fonduta

*crema di fontina latte e uovo*

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 400 gr di Fontina Valdostana;
- 250 gr di latte intero;
- 4 tuorli;
- 40 gr di burro;
- pepe nero q.b.

### PROCEDIMENTO

*Taglia la fontina a fettine sottili e mettila a bagno con il latte in una pentola antiaderente per tutta la notte. Trascorso il tempo prescritto, metti tutto a fuoco basso, aggiungi al composto il burro e mescola con una frusta fino a quando gli ingredienti non si saranno amalgamati perfettamente. Mantenere il fuoco basso è importante affinché il formaggio e il burro non si brucino prima di sciogliersi. Ora aggiungi i tuorli d'uovo e continua a mescolare con movimenti ritmici in senso orario per circa 30 minuti. Capirai che la preparazione è completata perché gli ingredienti saranno sciolti e uniti senza grumi. Raggiunto questo risultato, spegni il fuoco e aggiungi qualche chicco di Pepe Bianco macinato fresco. La Fonduta è pronta per essere impiattata e servita con crostini o fette di polenta abbrustolita.*



## Liliana, 85 anni

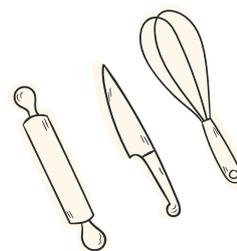
Il formaggio fuso insieme al burro regala un profumo persistente e magico, che sa di gioia semplice. Quand'ero bambina, lo respiravo per giorni... e intingere i bocconi di pane raffermo o abbrustolito in quella crema bollente era una specie di gioco che sapeva d'inverno! Con i miei figli il rito si ripeteva a ogni neve, ciascuno rigorosamente con la propria forchettina dal manico di legno.



Pinot Nero

# Bunet

## *budino al cioccolato con amaretti*



### INGREDIENTI

per 6 persone

- 200 gr. di amaretti;
- 200 gr. di zucchero;
- 30 gr. di cacao amaro;
- 5 uova più un tuorlo;
- 3 quarti di litro di latte;
- per il caramello: 200 gr di zucchero e 2 cucchiaini d'acqua;
- per la decorazione: amaretti a piacere;

### PROCEDIMENTO

*Per prima cosa preriscalda il forno a 180 gradi. Frulla finemente gli amaretti in un mixer: dovrai ottenere una polvere simile alla farina. Unisci lo zucchero, il cacao amaro e mescola con una frusta per amalgamare bene gli ingredienti. Aggiungi le uova intere e mescola e infine aggiungi anche il latte leggermente intiepidito. Non preoccuparti se la consistenza del composto risulterà molto liquida. Passa alla preparazione del caramello: metti lo zucchero e l'acqua in un pentolino antiaderente e, a fiamma bassa, fai sciogliere completamente lo zucchero fino a quando assumerà un colore ambrato. Versa il caramello in uno stampo da plumcake, facendolo aderire bene su tutta la superficie, quindi versa il composto del bunet. Disponi lo stampo da plumcake in uno stampo più grande per la cottura a bagnomaria: riempi lo stampo più grande con acqua bollente, fino ad arrivare a 2/3 dello stampo con il bunet. Inforna e cuoci a bagnomaria per 50 minuti. Il bunet sarà pronto quando inizierà a staccarsi dalle pareti dello stampo. Togli lo stampo del bunet da quello usato per la cottura a bagnomaria e fallo raffreddare completamente a temperatura ambiente.*

*Una volta freddo, mettilo in frigorifero per 1 ora almeno; trascorso questo tempo, immergi rapidamente lo stampo del bunet in acqua bollente per facilitare l'estrazione del dolce. Capovolgi delicatamente lo stampo su un piatto da portata, decora il bunet con amaretti.*



Moscato  
d'Asti

## Liliana, 85 anni

Avevo un ristorante, era il dolce di punta, tutti me lo chiedevano, non so' più quanti ne facevo al giorno ma ricordo che ero sempre dietro al mio grande tavolo a prepararlo per i miei ospiti, ora le mie mani non riuscirebbero più a prepararlo. Esistono varie ipotesi sulle origini del nome e tra queste la più accreditata lega il nome del bunet alla forma dello stampo in cui viene cotto, uno stampo di rame chiamato "bonèt ed cusin-a", cioè cappello da cucina o berretto del cuoco.

## PIATTO UNICO

# Panissa vercellese

## riso con fagioli e lardo

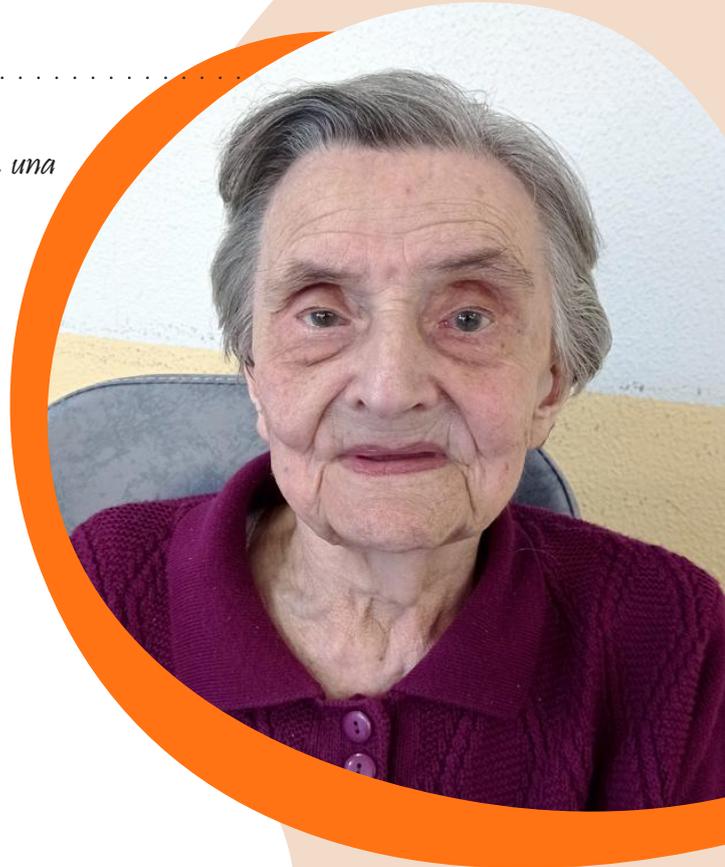
### INGREDIENTI

per 6 persone

- 300 gr di riso Carnaroli o Vialone Nano;
- 1 cipolla;
- 100 gr lardo senza cotenna;
- 1.5 l di acqua;
- 200 gr. di salame della duja o pasta di salame;
- 130 gr. di fagioli freschi;
- 1 sedano;
- 1 carota;
- 1 alloro;
- pepe nero in grani q.b.;
- sale q.b.;
- rosmarino;

### PROCEDIMENTO

*Metti a bagno i fagioli secchi in acqua salata per almeno 12 ore. Prepara un brodo denso con mezza cipolla, una costa di sedano, una foglia di alloro, qualche grano di pepe nero, il sale, i fagioli e il lardo a cubetti. Quando il brodo è pronto, filtralo e tienilo in caldo. Intanto fai soffriggere mezza cipolla e un po' di trito di lardo in un tegame di rame stagnato. Unisci il riso, fallo tostare e sfumalo con un bicchiere di vino rosso. Prosegui la cottura come per un normale risotto, aggiungendo il brodo di tanto in tanto e mescolando spesso. Circa a metà cottura aggiungi i fagioli e la pasta di salame sbriciolata.*



## Pina, 89 anni

Per un vercellese, la panissa è una compagna di viaggio, una presenza che ricorda tanti episodi della vita, dall'infanzia alla maturità... E' un piatto contadino, parente delle zuppe, con una mescolanza di sapori che sa di mondo contadino. Conosco decine di persone che rivendicano il possesso della vera ricetta della panissa. In realtà, ne ho mangiate tante versioni differenti, alcune davvero squisite! Di quella della mia famiglia ricordo il rito dei fagioli, messi in ammollo la sera prima per poi preparare il brodo, e poi il vino rosso per sfumare.



Ghemme

## SECONDO PIATTO

# Ossi buchi

## geretto di vitello in umido

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 500 gr. di ossibuchi di manzo;
- 1 cipolla piccola tritata;
- 1 sedano (costa);
- 1 carota;
- 200 ml di brodo;
- 1 scorza di limone;
- farina q.b.;
- 1 cucchiaino di prezzemolo;
- 4 cucchiaini di olio EVO;
- 200 ml di vino bianco;
- sale q.b.;
- pepe q.b.;

### PROCEDIMENTO

Dopo aver lavato e asciugato la carne, taglia con le forbici in alcuni punti la pellicina nervosa esterna degli ossibuchi in modo che durante la cottura non si arriccino. Quindi passali bene nella farina bianca da entrambi i lati. Versa qualche cucchiaino di olio extravergine di oliva nella padella e fai un soffritto con della cipolla tritata. Lascia appassire per un paio di minuti. Unisci gli ossibuchi infarinati e falli colorire da entrambi i lati mantenendo la fiamma medio bassa. Sfuma con del vino bianco e successivamente aggiungi un bicchiere di brodo. Unisci anche il sedano e la carota tritate. Metti un coperchio e fai cuocere per mezz'ora. Togli il coperchio, aggiungi la scorza di limone grattugiata e il prezzemolo tritato. Sala, pepa e cuoci ancora per 5 minuti. Trasferisci gli ossibuchi su un piatto e ricoprili con il fondo di cottura.



## Maria, 91 anni

Se si vuole parlare di cucina lombarda, da qui si deve passare: non c'è scampo! Che si sdrai nel piatto in compagnia del risotto giallo (cioè con lo zafferano), con i piselli, il purè di patate o la polenta, l'osso buco è una festa di morbidezza. Ci vuole un po' di pazienza, la cottura dev'essere lenta quanto basta... ma vale la pena di aspettare... e poi rubare il boccone più ghiotto, cioè il midollo semi-sciolto!



Grignolino  
d'Alba

# Pesche ripiene

*pesche al forno con cacao e amaretti*

## INGREDIENTI

per 6 persone

- 6 pesche;
- 6 amaretti;
- 2 cucchiaini di cacao amaro in polvere;
- un bicchierino di Marsala;
- zucchero q.b.;
- burro q.b.;

## PROCEDIMENTO

*Lava e asciuga le pesche, dividile a metà e privale del nocciolo. Preleva la polpa da ciascuna metà e conservala in una terrina, (in questo procedimento fai attenzione a non rompere la buccia che servirà successivamente da involucro), trita gli amaretti e bagnali col marsala. Unisci gli amaretti alla polpa delle pesche. Amalgama il tutto con il cacao e lo zucchero; riempi le pesche con questo composto. Prima di infornare (nella teglia da forno a bagno maria) metti un pezzettino di burro su ogni pesca. Cuoci in forno per 30 minuti a 140°. Servile fredde.*



**Erbaluce  
Spumante**



## Armida, 90 anni

Le giornate di lavoro in campagna, d'estate, erano lunghe e faticose: tante le ore di luce, tante le cose da fare. Le pesche ripiene erano, allora, la merenda per eccellenza, la pausa zuccherina che rifocillava, oppure il dolce che chiudeva, trionfale, i grandi pranzi in famiglia. E il sapore del marsala, che si sposa a meraviglia con tutti i tipi di pesche, noci, bianche o gialle, il giorno dopo è ancora più intenso!

# Marmellata di zucca

## marmellata di zucca *Delica o Violina*

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 kg di zucca;
- 4 etti di zucchero;
- 1 limone;

### PROCEDIMENTO

*Per preparare la marmellata puoi utilizzare vari tipi di zucca, anche se le varietà Delica e Violina sono le più indicate. La Zucca Violina ha una polpa più compatta e dolce, che regalerà alla confettura una consistenza particolarmente densa e pastosa; con la Zucca Delica, un po' più acquosa, otterrai una confettura più morbida. Taglia la zucca a dadini, mettila in una pentola e unisci il limone a pezzi e lo zucchero la sera prima di cuocerla. Lascia riposare tutta la notte. Il giorno dopo fai bollire a fuoco lento per circa 4 ore mescolando di continuo. Una volta pronta trasferisci la marmellata di zucca ancora calda nei vasetti sterili. È ottima per guarnire dolci e crostate; grazie al suo sapore delicato può essere abbinata a formaggi freschi e ricotta.*



### Ada, 86 anni

Mio marito faceva il medico e in campagna si usava dire grazie per le attenzioni e la gentilezza donando i prodotti del proprio orto. Così, all'inizio dell'autunno, cominciavano ad arrivare a casa un bel po' di zucche. E io mi dedicavo alla preparazione della marmellata: quanti cubetti arancioni ho tagliato, quante pentole colme! E i vasetti bastavano fino all'anno successivo.



**Brachetto**

# Marmellata di pomodori verdi

## marmellata antispreco di pomodori

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 kg di pomodori verdi,
- 1kg di zucchero,
- 1 buccia di limone,

### PROCEDIMENTO

*Puoi usare un mix di varietà di pomodori o solo una, il risultato sarà comunque ottimo. Taglia a pezzetti piccoli i pomodori verdi e toglie i semi, poi mettili in una pentola alta. Fai bollire i pomodori con lo zucchero e la buccia di limone, fino quando tutto si addensa. A piacere si può aggiungere cannella o chiodi di garofano. La marmellata di pomodori verdi fa parte della tradizione contadina e si accompagna di solito a formaggi freschi, stagionati e semi-stagionati, per un perfetto equilibrio tra dolce e salato. Puoi creare un antipasto o un aperitivo sfizioso semplicemente accompagnandola con un tagliere di formaggi e pane casareccio.*



## Maria, 91 anni

Non sprecare nulla era l'imperativo degli anni della mia giovinezza, e valeva per tutto, anche per la cucina. A fine estate, i pomodori non ancora giunti a maturazione rischiavano di essere scartati: non c'era più il sole necessario per farli diventare rossi e dolci... Ma nessuno si sognava di buttarli! Pentoloni sul fuoco, eccoci tutti a produrre questa marmellata preziosa, un po' acidula, un po' piccante, che a piccole dosi avrebbe accompagnato i nostri inverni.



**Brachetto**

# RSA BOSSI DI PONTECURONE

Il paese natale di Don Orione, fra i suoi circa 3.400 abitanti, annovera anche gli Ospiti della nostra Casa di Riposo. E quei numerosi volontari che, prima della pandemia, animavano le loro giornate e che ci stiamo organizzando per riaccogliere: i bambini e le maestre dell'asilo, i musicisti della banda e molti altri. Immersa nella campagna, ma vicino alla cittadina di Tortona, Pontecurone offre agli anziani due case di riposo: questa è sulla via centrale del paese e raccoglie la sua piccola comunità di 30 anime in un ambiente familiare e intima. Un tempo era un monastero e nella chiesa adiacente ora si allestiscono mostre d'arte. Fra gli Ospiti, alcuni sono seguiti dai Servizi Sociali perché solo o in situazioni di disagio e la residenza diventa casa e famiglia insieme. Ci sono anche anziani che, dopo un ricovero, trascorrono qui il loro periodo di riabilitazione e rientrano al loro domicilio oppure si trattengono, in base ai loro bisogni e alle loro preferenze.

Perché nel salone regnano la musica e il teatro, esperienze che emozionano e coinvolgono:

canzoni dagli anni '30 agli anni '80,

tutte da cantare insieme; e poi letture

interpretate da un'animatrice, Roberta,

che ha la passione per il teatro e con colleghi

che lavorano in casa di riposo come lei ha addirittura

creato una piccola compagnia; e così scorrono le pagine di

racconti e fiabe, da "Il piccolo principe" al "Canto di Natale",

da "La gabbianella e il gatto" a testi attuali per stile e temi,

come monologhi contro la violenza sulle donne. Perché gli

anziani nelle RSA restano sempre ben immersi nel mondo. E

ciò che più importa non è tanto comprendere appieno i testi, quando coglierne, con il cuore, l'intenzione.



## RSA BOSSI DI PONTECURONE

via Bossi 32

15055 Pontecurone (AL)

[rsa.pontecurone@gruppoanteo.it](mailto:rsa.pontecurone@gruppoanteo.it)



## SALSA

# Ajà

## salsa a base di aglio e noci

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 500 gr. di noci (da sgusciare);
- 1 o 2 spicchi d'aglio;
- 100 gr. di pane raffermo (in alternativa utilizzare il pancarrè);
- 20/25 cl circa di latte;
- 60 gr. di burro;

### PROCEDIMENTO

*Ammorbidisci il pane con il latte per farlo diventare molto morbido. Sguscia le noci e pestale nel mortaio con l'aglio. Per rendere più cremoso il composto, aggiungi il burro lasciato ammorbidire a temperatura ambiente e il pane ammorbidito nel latte, continua a mescolare con il pestello fino ad ottenere una crema mantecata ma ancora con alcuni pezzi grossolani soprattutto di noci che si devono sentire. Una volta preparata, la salsa va stemperata, prima di condire la pasta, con qualche cucchiaino di acqua di cottura. Questa salsa può essere gustata anche spalmata sul pane con un filo d'olio per gustosi aperitivi.*



## Annamaria, 70 anni

Nella zona di Tortona, l'ajà è il condimento tradizionale per le reginette, quelle tagliatelle con il bordo ondulato che preparavamo in casa per la cena della vigilia di Natale. Le chiamavamo "fasce del bambino", immaginandole come abbracci per il Bambin Gesù. L'agliata è un modo semplice e molto economico per dare tanto sapore, usando anche il pane raffermo, che per le famiglie dei miei tempi è sempre stata una bella abitudine.



**Dolcetto di  
Dogliani**

# Cavagneu adl oeuv

*cestino di pastafrolla con uova sode*

## INGREDIENTI

per 4 persone

- 175 gr. di farina;
- 50 gr. di zucchero;
- 4 uova;
- 1 albume;
- 50 gr di burro;
- scorza di limone;
- ½ bustina di lievito;

## PROCEDIMENTO

*Sbatti l'uovo intero assieme allo zucchero. Separatamente monta a neve l'altro albume. Setaccia la farina assieme al lievito per dolci, aggiungila all'uovo mescolando, aggiungi anche il burro fuso. Grattugia sul composto la scorza di limone. Unisci delicatamente metà dell'albume montato a neve (conserva l'altra metà). Intanto fai bollire le altre tre uova per renderle quasi sode (togli le dal fuoco a metà cottura). Amalgama il tutto con le mani, appoggia il composto su una spianatoia infarinata e forma un panetto. Stendi la pasta con il mattarello (meno di 1 cm di spessore). Con un coppa-pasta a cerchio taglia tre dischi e sei striscioline spesse 1 cm e alte 10 cm circa. Appoggia su ogni disco un uovo sodo e incrocia su ognuno due strisce di pasta. Amalgama i ritagli di pasta e formare dei rotolini intrecciati da disporre*

*intorno alle uova. Spennella l'albume precedentemente montato a neve sulla superficie dei "cavagnetti"*

*(cestinetti di pasta). Porta il forno a 180 gradi e disponi i "cavagnetti" di Pasqua su una teglia ricoperta di carta forno. Inforna e cuoci per circa 30 minuti.*



Grignolino

## Giovanna, 95 anni

Per Pasqua, soprattutto per la merenda di Pasquetta, nel Tortonese prepariamo questo dolce che è molto grazioso, oltre che buono: nella sua semplicità, celebra la vita! L'uovo, che può anche essere colorato e decorato, rappresenta proprio la vita e i cavagnetti, cioè i cestini di pasta, la proteggono e permettono di portarla prima in chiesa per la benedizione e poi sui prati per essere gustata in compagnia.

# Agnolotti al brasato

*agnolotti con ripieno di carne*

## INGREDIENTI

per 4 persone

- 800 gr di matamà (sottospalla di manzo);
- sale qb;
- 1 spicchio aglio;
- 2 gambi sedano;
- 1 cipolla;
- 1 carota;
- chiodi di garofano q.b.;
- bacche di ginepro q.b.;
- alloro q.b.;
- burro q.b.;
- olio q.b.;
- 1 pizzico di noce moscata;
- parmigiano grattugiato q.b.
- 5 mestoli di brodo;
- un quarto di litro di vino rosso (Barbera);
- 300gr passata di pomodoro;
- 400 gr di farina;
- 6 uova;

## PROCEDIMENTO

*Per il brasato: metti il matamà a bagno nel vino con tutte le spezie e l'aglio la sera prima per tutta la notte. Il giorno dopo rosola per una decina di minuti il matamà in un capiente tegame con olio, burro, carota, cipolla e sedano a pezzettini. Aggiungi il vino in cui ha riposato tutta la notte con tutte le spezie. Cuoci per mezz'ora a fiamma moderata, girando la carne. Ricopri poi con il brodo e fai andare a fuoco lento per circa due ore. Quando il brasato è pronto lascialo raffreddare, una volta raffreddato passalo nel tritacarne insieme alle verdure, tieni da parte un terzo della carne tritata per il sugo degli agnolotti. Prepara la pasta per gli agnolotti: metti la farina a fontana sulla spianatoia, rompi nel mezzo cinque uova, unisci una cucchiainata d'olio, un po' d'acqua, sale e impasta, continuando a lavorare la pasta finché la sentirai morbida ed elastica. Fanne un panetto e lascialo riposare per un'ora. Stendi ora la pasta in una sfoglia sottile piuttosto allungata, riempi una metà con dei mucchietti di ripieno equidistanti fra loro, coprila con l'altra metà della sfoglia rimasta vuota, premendo bene attorno ad ogni mucchietto, perché la pasta si attacchi e il ripieno non esca durante la cottura. Ritaglia ora gli agnolotti con l'apposita rotella dentellata e falli cuocere in abbondante acqua bollente e salata. Per il sugo: in una padella metti un po' d'olio e la parte di macinato di carne che non hai usato per il ripieno e la passata di pomodoro fai cuocere per 15/20 minuti. scola gli agnolotti e uniscili al sugo appena pronto.*

## Maria Pia, 88 anni

Un ricetta laboriosa, che richiede attenzione e tempo, ma ripaga sempre con il sapore buono della festa! La mia bisnonna, a 95 anni, ci aiutava a stendere la pasta con il mattarello: era un rito speciale che riuniva tutte le donne al tavolo e, fra le chiacchiere, le mani si muovevano veloci e sicure... Mescolare, impastare, stendere, tagliare, farcire: c'era da fare per tutte! Tutto per onorare a dovere la magia del brasato, che cuoceva per ore e ore proprio come una pozione, sprigionando per tutta la casa un profumo unico di carne, vino e spezie.



**Barbera  
d'Alba**

# RSA DI SANTHIA'

La comunità che pulsa all'interno della Residenza conserva la memoria di un territorio rurale, ma non soltanto: incontriamo persone che hanno lavorato in campagna, ma anche ex negozianti, operai, impiegati, persone con una vita sociale ricca, che spesso si traduce in un piacevole traffico di visite in Struttura. Perché i legami, qui, hanno il sapore della prossimità vera, della condivisione di esperienze semplici e profonde, e certo non si allentano quando il corpo e la mente cominciano a indebolirsi e il trasferimento in un contesto sicuro diventa la soluzione più saggia.

Cinzia dirige questa Residenza da più di trent'anni e ha visto cambiare, nel corso del tempo, la cifra della comunità: se un tempo le Ospiti uscivano con il velo sul capo e vestite di scuro, ora è quasi una gara di foulard colorati, scarpette eleganti e berrettini con i pon pon. Quello che rimane intatto è il desiderio di partecipare alla vita del paese, uscendo nel parco (non a caso, senza recinzioni), andando al mercato (proprio nella piazza che si apre ai piedi della struttura), frequentando il bar per contribuire all'allegria delle chiacchiere che lo animano.

Nella Residenza entrano spesso non solo i familiari degli Ospiti, una grande risorsa di benessere e di efficacia dell'impegno che approfondiamo, ma anche il Sindaco, che non manca mai alle feste che ogni mese organizziamo per festeggiare gli Ospiti che compiono gli anni: per ciascuno di loro, ogni volta, tanta musica, qualche dolcetto speciale e un piccolo pensiero del primo cittadino, in rappresentanza di una comunità che ricorda e onora i suoi "vecchi". Così si alimenta quel senso di famiglia che fa sentire accolti, protetti, mai abbandonati. Importanti. Sempre.



## RSA DI SANTHIA'

via Dante Alighieri 10  
13048 Santhià (VC)  
[cdr.santhia@gruppoanteo.it](mailto:cdr.santhia@gruppoanteo.it)



## PIATTO UNICO

# Polenta e merluzzo

## merluzzo impanato e fritto con polenta

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 500 g.r di farina di mais;
- 2 lt di acqua;
- sale q.b.
- Per il merluzzo:
- 2 kg di merluzzo;
- 2 uova;
- 100 gr. di farina di mais;

### PROCEDIMENTO

*Prima di tutto il merluzzo va lasciato a mollo in acqua fredda per una settimana, l'acqua va sostituita più volte. Questo consente di dissalare e iniziare ad ammorbidire il pesce. Riempi il paiolo di acqua e portala ad ebollizione. Quando l'acqua bolle salala e versa la farina di mais poco alla volta mescolando con una frusta per evitare che si formino grumi. Continua a mescolare fino a quando la polenta non è pronta, circa un'ora. Scalda l'olio in una padella, nel frattempo sbatti le uova; taglia il merluzzo a fette e passale nell'uovo e nella farina di mais. Friggi il merluzzo nell'olio caldo. Prepara il merluzzo negli ultimi 20 minuti di cottura della polenta. Servi insieme.*



### Carola, 87 anni

Era un piatto povero, che univa il sapore della polenta delle nostre montagne con quello del mare ... Qualcosa di un po' esotico, non sempre facile da trovare: non tutti i negozianti riuscivano a procurarsi lo stoccafisso regolarmente, bisognava pazientare e cogliere l'occasione quando si presentava... A me piaceva aggiungere la salsa di pomodoro, per avere un sughetto pieno di gusto in cui inzuppare bocconi di pane caldo.



Gavi di Gavi

## SECONDO PIATTO

# Agnello sardo

*agnello da latte cotto al forno o sulla brace*

### INGREDIENTI

per 4 persone

- un agnello da latte;
- sale q.b.;
- 4 etti di lardo;

### PROCEDIMENTO

*Se hai la possibilità di accendere il caminetto, prepara un bel fuoco con legna di lentisco e olivastro. Infila la carne nello spiedo, salala e quando sarà caduta la prima brace, posizionala nel caminetto, lontana dalla fiamma, in modo da avere una cottura lenta. Procedi girando costantemente la carne. Intanto prepara dei cubetti di lardo, incartandoli nella carta pane e infilandoli in piccoli spiedi. Quando la carne incomincerà a dorare, instilla il lardo riscaldato. Le gocce di lardo renderanno la carne di agnello più succosa e saporita. Se non hai la possibilità di usare il caminetto, il forno della tua cucina andrà comunque bene. Nelle parti più carnose dell'agnello (coscia e spalla) pratica con un coltello un foro profondo da riempire con un po' di lardo, per insaporire e tenere umida la carne. Disponi la carne in una teglia con carta da forno e ricoprila di sale fino. Passala in forno caldo (160°/180°), fino a quando la carne non è ben dorata da tutte le parti.*

*Durante la cottura girala almeno 2/3 volte. Una volta cotto, l'agnello va tagliato a pezzi. Adagialo su un letto di pane carasau (tipico pane sardo senza lievito), inumidito con acqua di fonte. Copri il tutto con un panno e tienilo al caldo fino a quando non si porta in tavola.*

## Francesca, 92 anni

Mi sono trasferita in Piemonte tanti anni fa, per il lavoro di mio marito, ma non ho mai dimenticato la mia terra. Quei sapori vivono dentro di me e li ricordo con nostalgia. Pur essendomi abituata a una cucina molto diversa, sia per le materie prime sia per i procedimenti che si seguono, quei riti e quei momenti di condivisione rimangono fra le immagini che assocerò sempre al buon cibo e allo stare bene.



# Torta di mele

## pasta frolla ripiena di mele

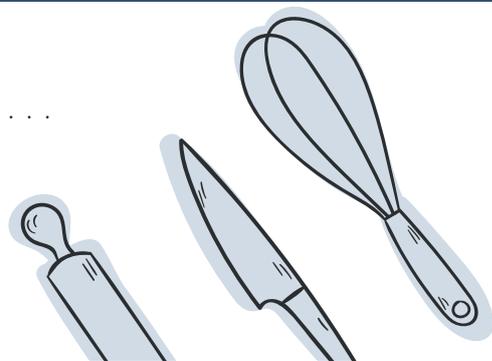
### INGREDIENTI

per 4 persone

- 500 gr. di farina;
- 2 uova intere e 1 tuorlo;
- 200 gr. di zucchero;
- un pizzico di sale;
- 1 bustine di vanillina;
- 150 gr. di burro a temperatura ambiente;
- 3 mele;
- il succo di 1/2 limone;
- un pizzico di cannella;

### PROCEDIMENTO

Inizia a lavorare le uova con lo zucchero e il burro ammorbidito; unisci la farina, la vanillina e un pizzico di sale e continua a lavorare l'impasto. Avvolgi l'impasto ottenuto in un canovaccio e lascia riposare per 30 minuti. Prepara le mele tagliandole a fettine dello spessore di 1/2 cm e cospargile con il succo di limone per evitare che si anneriscano. Taglia a metà l'impasto e stendi separatamente le due parti con il mattarello. Ungi con del burro uno stampo per torte e appoggia metà dell'impasto steso precedentemente, disponi sopra le mele tagliate a fettine e spolvera con la cannella; ricopri il tutto con il secondo impasto steso. Spennella con un tuorlo d'uovo. Inforna a 160° per circa 45 minuti.



## Caterina, 82 anni

Per me, è la torta per eccellenza! Mi ricorda le merende da bambina e le conclusioni in festa di tanti pranzi in famiglia, soprattutto d'inverno, quando la tagliavamo ancora tiepida. Cambiando il tipo di mele, dalle renette alle gialle alle rosse, alcune più acidule, altre più succose e zuccherine, cambia il sapore e la consistenza di tutta la torta. E perché sia davvero buona, dev'essere soffice e disperdere poche briciole quando schiacci la tua fetta fra le dita!



Moscato  
d'Asti

## CONDIMENTO

# 7 sette gusti

## dado vegetale fatto in casa

### INGREDIENTI

per 4 persone

- 1 carota;
- 1 sedano;
- 2 cipolle;
- 1 patata;
- 1 spicchio d'aglio;
- rosmarino;
- salvia;
- 200 gr. sale fino;
- olio extravergine di oliva q.b.;

### PROCEDIMENTO

*Lava ed asciuga bene tutte le verdure; tagliale a pezzettini e cuocile in padella con un filo d'olio per una decina di minuti. Aggiungi il sale e lascia cuocere ancora 10 minuti. Le verdure sono appassite e ben saporite e puoi trasferirle in un mixer. Frulla tutto aggiungendo rosmarino e salvia fino a ottenere una purea piuttosto omogenea, rimettila in padella e cuoci per altri 15 minuti circa a fuoco medio-alto mescolando spesso per far sì che il composto si asciughi senza bruciare. Una volta pronto puoi conservare il composto in un vasetto in frigo (per un mese max) oppure congelarlo, dividerlo a quadrotti, conservarlo in freezer e usarlo all'occorrenza.*



## Merina, 89 anni

In cucina serviva tanta praticità: c'era poco tempo, tutti lavoravamo ed era importante preparare buoni piatti in poco tempo. Questo preparato serviva per dare sapore a tutte le pietanze e trovarselo pronto da aggiungere anche all'ultimo momento era davvero comodo. In fondo, i bisogni di una volta non era così diversi da quelli di oggi. E oggi come allora in cucina bisogna ingegnarsi per avere sapori speciali con la giusta dose di pazienza!

# PARTECIPANTI

*L'intreccio fra ricette di cucina e ricordi è nato da gruppi di Ospiti che hanno popolato gli spazi e i tempi laboratoriali allestiti nelle singole Residenze. Accanto a coloro che hanno giocato il ruolo di "scintille" o di "guide" della narrazione, si sono alternati narratori più intermittenti che, con le immagini e le suggestioni che hanno messo in comune, hanno consentito al gruppo e a noi lettori di nutrirci di una memoria collettiva corroborante.*

*Ecco qui riunite in un coro di piccole grandi storie le voci della maggior parte dei partecipanti al progetto, che ringraziamo per aver scelto di parlarci un po' di sé.*

## **ADA – 97 anni**

"La mia famiglia è originaria di Rovasenda, sono nata qui. Ci si conosce tutti, in paese. Da ragazza, fin da quando avevo 11 anni, ho fatto la mondina e, durante la guerra, la staffetta. Andavo sempre a piedi a lavorare perché la bicicletta decideva mio padre chi e quando poteva usarla. Cucivo e ricamavo, al tombolo, per vendere i miei lavori e guadagnare qualcosa. Mi piaceva andare a ballare, ero brava con il valzer e il tango. In cucina, mi sono specializzata nelle conserve: usavo le verdure del nostro orto e preparavo tanti vasetti, che duravano per tutto l'inverno."

## **AGOSTINA – 83 anni**

"Sono nata e vissuta sempre a Gaglianico. Mio padre era panettiere, quindi il cibo e in particolare gli impasti hanno sempre fatto parte della mia esperienza. Ho due figli maschi per i quali, oltre che cucinare, ho confezionato molto maglie, lavorando la lana con i ferri; porto sempre con me le loro fotografie. Da ragazza mi piaceva leggere, soprattutto libri di avventura; ricordo, per esempio, i romanzi di Salgari. Mi piacciono i colori tenui e mi piace ballare: con il valzer e con il tango me la cavavo molto bene!"

## **ANGELA – 89 anni**

"Sono di origini bresciane; la mia è una bella città, ogni tanto la penso con nostalgia. Da ragazza ho lavorato come donna di servizio a Milano: avevo la passione per la casa e dovevo anche lavorare; ho perso delle amiche che avevano più tempo di me per divertirsi, mentre io non andavo neppure a ballare, non potevo. In cucina, mi venivano bene il vitello tonnato, l'insalata russa, il brasato e le lasagne. Amo, da sempre, lavorare a maglia e ricamare. Adesso sto preparando dei berretti di lana, con i ferri, per miei cinque nipoti e il mio pronipote. Ho tre figli maschi, che hanno sposato delle nuore meravigliose: ho una famiglia d'oro, piena di armonia; e sono contenta di vivere qui perché così sia loro sia io siamo tranquilli."

## **ANGELA – 90 anni**

"Ho lavorato sia in campagna sia in fabbrica. Pensavano che in fabbrica non avrei retto, per la fatica, i ritmi. E invece ho fatto l'operaia per 18 anni, dalle 6 del mattino alle 6 della sera! E facevo anche i lavori nelle case degli altri, perché mi piacciono l'ordine e la pulizia. Avevo anche un bel giardino e un bell'orto, a casa mia: non mancavano mai in tavola i finocchi, i cavoli, le coste, i pomodori... E c'era anche un ciliegio meraviglioso: lo potavamo per mantenerlo basso, per poter raccogliere bene tutti i frutti, ma il ronco e la chioma sono cresciuti e diventati enormi... Che bel ricordo!"

## **ANGELINA – 91 anni**

"Sono di Buronzo. Da ragazza lavoravo in fabbrica e poi aiutavo i miei genitori nel negozio di famiglia; vendevamo granaglie. Ho anche fatto la mondina. Sono stata sposata, ma non ho avuto figli. Mi piacciono l'estate, Gino Latilla, il tango e la mazurca, le rose rosse e le lasagne!"

## **ANNAMARIA – 91 anni**

"Sono di Biella città: sono nata qui e ho sempre vissuto qui. Ero impiegata in condizionatura. Sono sempre stata molto sportiva, al mare nuotavo e passeggiavo e in montagna sono stata in Valle d'Aosta, in Trentino... Il mio colore preferito è il giallo perché è allegro! Non ho una famiglia perché, dopo che è morto il mio fidanzato, non ho cercato nessun altro. Ero abituata con lui, era il primo amore e dovevamo sposarci... Sì, sono contenta così!"

## **ANNAMARIA - 70 anni**

"Sono nata a Tunisi 70 anni fa, mi sono trasferita a Tortona da ragazza e ho lavorato in fabbrica e come parrucchiera. Amo la musica e il ballo, mi piace tanto cantare."

# PARTECIPANTI

## **ARMIDA – 87 anni**

“Il mio nome l'ha scelto mia mamma, probabilmente perché era morta qualcuna che si chiamava così. Mi piace, è particolare. Ho lavorato in filatura e mi piaceva molto farlo. A 12 anni sono arrivata qui da Belluno, a 16 anni mi sono sposata con un ragazzo di 20; abbiamo avuto tre figli e adesso ho sei nipoti; una, in particolare, viene a trovarmi, anche se non abita vicino ed è impegnata con il suo lavoro. Con il mio gruppo di amiche ricordo che andavamo in giro a guardare i ragazzi, a scherzare su quella strana lotteria che fa finire in sposa con uno bravo con uno meno bravo. Mi piaceva guidare la macchina e mangiare, più che cucinare. Mi piace tanto ascoltare la musica: allora sentivo Musiano, adesso mi appassiona Il Volo. E mi piace giocare a carte, soprattutto a briscola: a volte vinco! Il mio colore preferito è il nero, perché è elegante e va con tutto: sono attenta a come mi vesto.”

## **CAROLA – 90 anni**

“Sono originaria di Salasco, in provincia di Vercelli. Da casalinga, per me cucinare è sempre stato un servizio reso a mio padre e ai miei tre fratelli. Mi sono adattata ai loro gusti: ognuno voleva qualcosa di diverso! Preparavo soprattutto piatti di pesce: carpe e tinche, pesci locali, arrostiti in padella e accompagnati dalle verdure che raccoglievo nell'orto di famiglia. Poi, ho sposato un tipografo che, venendo da una famiglia numerosa, ha preferito non avere figli; così, mi sono dedicata a lui. Non ho mai troppo caldo e quindi la mia stagione preferita è l'estate; e mi piace tanto bere il caffè, per il sapore e perché dà sempre un pretesto per chiacchierare.”

## **CATERINA – 92 anni**

“Ho lavorato come operaia in un'industria tessile. Mi occupavo di contabilità e mi piaceva. Mi piaceva anche ballare, vorrei farlo anche adesso; la Banda Musicale di Santhià mi emoziona quando suona le canzoni dei miei tempi, come “Volare”. Quando non lavoravo, ricamavo e lavoravo a maglia per tutti i componenti della famiglia. Ho avuto tre figli, tre maschi; aspettavo la femmina, e invece... A tavola, gusto volentieri la panissa; la facevo, a modo mio, con un buon sugo con rosmarino e lauro, con la salsiccia preparata con cura il giorno prima.”

## **CATTERINA – 87 anni (sorella di Vanda)**

“Sono nata e vissuta a Trivero e amo la montagna anche se non ho mai sciato. Lavoravo nelle aspe, mi occupavo di matasse di lana. Mi piacciono i gladioli, sono fiori così eleganti... Ma mi piacciono anche i dolci, soprattutto il cioccolato e i biscotti: fatico a controllarmi, mi verrebbe spontaneo esagerare... E poi mi lamento della pancia! Mi piacciono anche le collane: non le costruisco, mi piace sceglierle e indossarle. (Il mio nome ha due “T”, mi raccomando!)”

## **ELISA – 87 anni**

“Sono nata in provincia di Vicenza e mi sono trasferita nel Biellese quando mi sono sposata. Sono spesso malinconica perché la vita è stata dura, con me... Cerco di reagire alla tristezza guardando sempre avanti, dipingendo, riempiendo il vuoto che sento con attività piacevoli. E mi aiutano tanto la compagnia e l'allegria delle amiche che ho conosciuto qui, come Rosella. Amo moltissimo i fiori: la mia camera è quasi una serra e mi prendo cura anche delle piante della cappella, qui in Struttura. In cucina, mio marito era molto bravo: io preparavo le verdure ma poi cucinava lui, seguendo con attenzione le indicazioni delle varie ricette. Lavoravo in fabbrica, in dipanatura e in magazzino: se avessi ancora le forze necessarie, andrei ancora a lavorare adesso, perché mi piaceva, c'era un bell'ambiente, ci volevamo bene e sentivamo meno la fatica. Ricordo che per addolcire un collega particolarmente burbero avevo portato dei fiori in ufficio e avevo chiesto di diffondere un po' di musica.”

## **FLAVIA – 89 anni**

“Ho lavorato come operaia. Ho una figlia e ho sempre cucinato per lei e mio marito. Ricordo che preparavo il brasato al Barolo, lo spezzatino con la salsicetta accompagnati con la polenta e con un bel sughetto... Mi piaceva tanto la musica: Claudio Villa, Gino Latilla... Sono una persona allegra e mi piace vestirmi di giallo e di verde!”

## **FRANCESCA – 92 anni**

“Sono sempre stata casalinga, anche se sognavo di fare la sarta. Il talento l'avrei avuto: con un semplice pezzo di stoffa, senza andare a scuola, ero riuscita a fare un bel vestito, un giorno... Invece la vita è andata diversamente, ho dovuto fare da mamma alla mia mamma, che si è ammalata. Sono sarda; sono arrivata in Piemonte quando avevo 40 anni e non ho perso le mie tradizioni; il risotto, per esempio, lo facevo alla maniera sarda. Ci sono sapori unici, nella mia terra... Come in tutte le terre, certo... Ma io continuo a preferire quelli delle mie origini!”

# PARTECIPANTI

## **GIOVANNA – 95 anni**

“Sono nata in provincia di Pavia, a Mezzanino, 95 anni fa. Ho avuto una vita intesa e sono da sempre amante del bello sia nello stile di vita che nell'arredamento. Mi piace tantissimo raccontare i miei ricordi e storie del passato e adoro giocare a tombola!”

## **GIOVANNI – 84 anni**

“Sono originario di Sandigliano. E sono soprattutto una buona forchetta: mi piacciono il fritto misto, il maiale, il pollo e il coniglio... e mi piace bere l'uovo fresco! Ho avuto presto 4 figli che adesso sono grandi, sui 60 anni, ormai. Ho lavorato tanto per sostenere la famiglia; soprattutto mi sono dedicato alla vendita, perché mi dicevano che ero bravo, anche se non avevo studiato e non avevo conoscenze specifiche sui prodotti che proponevo, dagli alimenti per il bestiame ai dolci. Quand'ero giovane, ho fatto anche il meccanico perché avevo la passione per le moto.”

## **GIUSEPPA – 90 anni**

“Sono originaria della provincia di Taranto. A 14 anni sono venuta in Piemonte perché mio zio era già qui e ci ha fatto sapere che servivano operaie. Sono venuta su da sola, come tante altre; stavamo in un convitto, dalle suore, che ci portavano in fabbrica e tornavano a riprenderci a fine turno. Ho dei bei ricordi di quel periodo. Quando ho imparato a cucinare, mi dedicavo soprattutto alle torte con la crema e con la panna. Ho sposato un uomo più grande di me di 11 anni, che conoscevo già prima che rimanesse vedovo. Abbiamo cresciuto insieme suo figlio, che aveva solo 8 mesi quando ha perso la mamma naturale. È stato il destino a far sì che c'incontrassimo di nuovo e che facessimo una nostra famiglia. Adesso ho anche un nipote. Qui sto bene perché sono in compagnia; non chiacchiero molto, più che altro ascolto e osservo, perché ho un carattere riservato. Ma non essere sola è importante.”

## **GIUSEPPINA – 91 anni**

“Ho fatto la monda riso per qualche anno, da ragazzina, e poi ho lavorato in filatura per 34 anni. Avevo un bel gruppo di colleghe. Quando non lavoravo, pulivo la casa: mi dava piacere vederla tutta in ordine... Ho cucinato fino a quando mio marito non è andato in pensione, poi se ne occupava lui. Curava anche l'orto. Non ero molto brava a fare i primi o i dolci; preferivo cucinare la carne, il pollo o il coniglio, per esempio. Mi sono sposata quando avevo 19 anni e ho avuto un figlio. Ho sempre avuto un'indole un po' malinconica. Non sono quasi mai stata allegra: sono fatta così!”

## **LILIANA – 89 anni**

“Sono nata e vissuta a Mottalciata. Ho lavorato la terra fino ai 30 anni, poi mia madre si è ammalata ed è stato necessario che andassi a lavorare in fabbrica. Mi piaceva di più lavorare lì. Poi mi piaceva fare i lavori in casa. A 31 anni mi sono sposata con un bravo marito: mi aiutava ed era gentile con me. Abbiamo avuto una figlia. Mi piacciono le rose e la pasta con il sugo. E mi piace anche il blu, ma non perché mi ricordi il mare: al mare non sono mai stata in vita mia.”

## **LUIGINA - 73 anni**

“Sono originaria di San Nicandro Garganico. Ho lavorato in fabbrica: ricordo la fatica, spostavo oggetti pesanti... Ho un figlio. Mi piaceva andare in bicicletta. La cucina, invece, non mi divertiva: era solo un dovere. E mi capitava di preparare ancora qualche piatto pugliese, come il pancotto. In questo periodo della vita, mi diverto a giocare a tombola e apprezzo il colore rosso e le rose perché mi mettono allegria!”

## **MARIA – 90 anni**

“Sono nata in provincia di Vicenza. Sono contenta della mia età perché sto bene. Ho due figli che non mi hanno mai abbandonata; ricordo che per portarli all'asilo ed essere autonoma ho preso la patente: facevo tante cose da sola, senza dipendere da mio marito. Ci tenevo. Dopo le elementari, ho cominciato a lavorare come rammendatrice: era un lavoro difficile, che richiedeva grande precisione. Poi mi sono dedicata alla cura dei tre figli di una signora che, rimasta vedova, aveva dovuto cominciare a lavorare fuori casa. In cucina non ero molto brava: cucinavo soprattutto la pastasciutta con il sugo di pomodoro e le verdure. Ho sposato un amico dei miei fratelli, un bel ragazzo, alto e magro. Non mi piacevano i ragazzi bassi, non ballavo mai con loro! Mio padre ballava sempre: a casa, durante il pranzo, c'era sempre la radio accesa e su quella musica lui, che è stato un papà d'oro anche se severo, ballava, allegro.”

# PARTECIPANTI

## **MARIA – 86 anni**

“Nella mia vita, ho fatto tanti lavori diversi: la sarta, l'operaia, la commessa nel negozio di gastronomia di mio marito e poi la casalinga, quando mi sono dovuta occupare di mia mamma e di mia suocera. Dopo la morte di mio marito, sono rimasta sola: non ho figli né fratelli o sorelle. Da quando sono qui, sono diventata più chiacchierona di prima: mi piace stare in compagnia e dare una mano quando serve. Ma mi piace anche mangiare le lasagne (che non faccio più da tanto tempo) e fare merenda con il tè e i biscotti!”

## **MARIA GERMANA – 86 anni**

“Sono Vercellese. Non mi piace cucinare, ma mangiare sì... quasi tutto... tranne riso e castagne! Ho lavorato come sarta da uomo, ma dovevo stare seduta troppo a lungo e questo mi affaticava; allora ho fatto la centralinista. Stavo seduta ugualmente, ma era diverso, più interessante: custodivo i segreti di tante persone perché le telefonate passavano da me.. e non ho mai tradito la fiducia di nessuno!”

## **MARIA PIA - 88 anni**

“Sono nata a Villaromagnano (Al), prima di sposarmi lavoravo come sarta da uomo a Tortona, ed ero brava! Sono molto golosa e mi piace mangiare cose buone, soprattutto i dolci; mi piace passare le giornate tranquilla e seguire la cronaca in tv.”

## **MARILENA – 89 anni**

“Sono originaria del canavese e lì ho vissuto le mie prime esperienze lavorative, prima di trasferirmi nel Biellese. Ero e sono maestra elementare, in particolare maestra di sostegno per i bambini con disabilità. Quella lavorativa è stata la parte più bella della mia vita. Per me era importante aiutare chi faceva fatica: non ho mai dato un brutto voto, non ho mai richiamato nessuno, perché non serve; serve volersi bene. Cercavo di aiutare anche le mamme che venivano dal sud e che all'inizio erano in difficoltà perché non conoscevano l'italiano; cucinavo insieme a loro, imparavo le loro ricette, e le sostenevo insegnando la lingua, incoraggiandole a non parlare solo nel loro dialetto.”

## **MERINA – 89 anni**

“Sono contadina per tradizione di famiglia. Abbiamo sempre coltivato la terra, nostra o in affitto. Ricordo bene quando prendevo la bicicletta, al mattino presto, e andavo a fare la mondina; quando si tagliava il riso, stavo lontana da casa per una settimana intera. E quando andavo a scuola, al pomeriggio, prendevo un pezzo di pane e dell'uva e stavo con le mucche al pascolo. In cucina, ero brava a fare il risotto: il segreto era un buon brodo.. ma anche aggiungere un po' di conserva di pomodoro serviva per dare un po' di sapore in più, perché eravamo 4 figli e 2 nonni e non sempre si poteva arricchire il riso con il formaggio...”

## **MILVIA – 86 anni**

“Sono nata a Gaglianico e ho sempre vissuto qui. Facevo l'operaia, l'orditrice. Mi piaceva, perché ero precisa e quindi quel lavoro mi riusciva facile. Ho iniziato quando avevo 16 anni e l'ho fatto per 36 anni, 8 ore al giorno, andate e ritorno sempre in bicicletta. Era un po' un talento di famiglia perché, mentre mio padre era muratore, mia madre era tessitrice.”

## **NICOLETTA – 86 anni**

“Sono nata e vissuta sempre a Vigliano Biellese. Ho lavorato come impiegata, prima in un lanificio e poi in una tipografia: mi piaceva molto fare i conti... ma mi piaceva anche andare in bicicletta e a passeggio! So fare un'ottima bagna caoda... rigorosamente con la panna, come da ricetta ricevuta da una cara amica! Amo le azalee, il colore rosa e anche il verde. E amo l'estate: da ragazza andavo al mare e, non sapendo nuotare, mi godevo la spiaggia e il sole. Ho due figli stupendi: glielo dico, ogni tanto, perché credo sia importante che lo sappiano!”

## **OLIMPIA – 83 anni**

“Sono nata in provincia di Torino e ho lavorato alla Olivetti. Saldavo i caratteri della macchina da scrivere. L'ho fatto per 15 anni, viaggiando con la corriera. Quando non lavoravo, mi piaceva stare in piazza con le amiche e andare a ballare. Poi mi sono sposata e ho avuto due figlie; uno dei piatti che mi riuscivano meglio era il coniglio cucinato con il vino nero, quello che producevamo con le vigne di famiglia.”

# PARTECIPANTI

## **ORSOLA – 89 anni**

“Sono nata a Bari. Mio papà lavorava in Banca d'Italia e così abbiamo girato l'Italia: prima Ancona, poi Padova.. e poi Biella... Ho studiato alle scuole magistrali e con i bambini ho sempre avuto a che fare, essendo la prima di otto fratelli. Da ragazza mi piaceva fare passeggiate e leggere, ma soprattutto andare al cinema: ricordo il fascino di Liz Taylor... e di Richard Burton!”

## **ROSELLA – 84 anni**

“Dopo 60 anni di matrimonio, mio marito è mancato. Era un uomo meraviglioso, so di essere stata fortunata. Lavoravo in fabbrica come rammendatrice; l'ho fatto per 42 anni, anche per 12 ore al giorno, a volte anche alla domenica, dall'alba a ben dopo il tramonto. Non c'era tempo per la cucina. Così, si preparavano cose veloci, zuppe, cotolette con melanzane o patate... Alle 5 del mattino doveva essere già tutto pronto, perché mentre io lavoravo lontana da casa fino a sera mio marito e mio figlio avrebbero dovuto trovare il pranzo da scaldare. Mio nipote fa il cuoco, quindi oggi la cucina fa parte della mia vita in modo diverso. Oggi sono bisnonna e mi accorgo che mi stanco facilmente... non riesco a reggere il ritmo dei nipoti! Mi piacciono il colore rosso e le ortensie: mi mettono allegria! Mi piace rendermi utile: cucio, faccio la maglia, aiuto chi ha bisogno di una mano per vestirsi, per esempio. Sento di avere ancora molto da dare.”

## **SILVANA - 77 anni**

“Sono nata a Volpedo (Al), uno dei borghi più belli del nostro territorio, conosciuto per Pellizza da Volpedo, autore del celebre "Quarto stato". Ero direttrice di un ufficio postale e sono appassionata di antiquariato, andavo spesso in giro in cerca di mercatini.”

## **VANDA - 82 anni (sorella di Catterina)**

“Sono (o almeno sembro) più burbera, più severa rispetto a mia sorella. Forse perché ho allevato due fratelli, ho fatto loro da mamma perché abbiamo perso entrambi i genitori molto presto. In realtà, mi piace molto scherzare, ridere, restare allegra; anche per questo amo la musica e la danza. Sono una brava ballerina, anche con i balli sudamericani me la cavo bene! da ragazza ricordo che mi piaceva raccogliere i fiori, i mirtilli e i funghi... che poi impanavo e friggevo! Piccole cose semplici che davano grandi gioie.”

## **VILMA – 94 anni**

“Sono nata a Borgosesia e a 14 anni ho cominciato a lavorare in manifattura. Ho fatto tutta la gavetta e sono diventata “maestra” di un gruppo di ragazze, cioè caporeparto. Ne ho avuto anche 17 insieme, sempre solo donne! Ero capace anche di fare il puncetto. Dopo 25 anni di lavoro, ho ricevuto una medaglia d'oro che adesso conservano i miei figli. Mi sarebbe piaciuto imparare a suonare il pianoforte: avevo iniziato, sul piano di un'amica perché noi non ce l'avevamo, ma dopo la morte di mio padre ho dovuto rinunciare per lavorare. Mi piaceva cantare, soprattutto al mattino, al risveglio. Quando capitava che non lo facessi, mio padre si preoccupava e mi chiedeva che cosa fosse successo. Non mi piace cucinare e neanche troppo mangiare. Solo le verdure mi davano soddisfazione. E anche il risotto. Per fortuna mio marito non era molto esigente. Abbiamo avuto tre figli e adesso ci sono anche due nipoti. Ero io a gestire i risparmi e ad andare in banca, per mettere da parte qualcosa per i figli. Mi piacevano le mele, ecco. Soprattutto quelle che rubavo dagli alberi, le più buone di tutte! Erano verdi ed eravamo attenti a scegliere quelle senza buchi, cioè senza vermetti ospiti.”



[www.anteocoop.it](http://www.anteocoop.it)

