

Comune di Vanzone con San Carlo

## GASTRONOMIA E ALIMENTAZIONE

### A VANZONE CON SAN CARLO

E' bene precisare, prima di tutto, che Vanzone con San Carlo non ha mai avuto una tradizione culinaria particolare. Il cibo consumato fino ad almeno cinquanta anni fa era ridotto a piatti poveri, di facile preparazione e consumazione, siccome il tempo impiegato in genere per il pasto era ridotto all'essenziale. Il piatto base fino al secondo dopoguerra e poco oltre era la polenta di mais, a cui si accompagnava qualche pietanza. Le prime polente furono di grano, di orzo, ma anche di miglio e di panico. Tra il XVI e XVII secolo, si aggiunse il grano saraceno, noto anche come formentone o grano nero. La polenta di grano saraceno fu una delle preparazioni più tipiche. Al grano saraceno e agli altri cereali menzionati si aggiunse poi e, in parte, li sostituì il mais. Si ritiene venisse introdotto nel XVIII secolo dal Bergamasco. La maggior redditività e facilità di coltura ne stimolò ampiamente la diffusione, così che a polente bianche e nere si unì e finì col dominare quella gialla e dorata. L'importanza di questa preparazione nella vita quotidiana fu ampiamente sottolineata anche nei modi proverbiali. *“Mei che nuta pulenta e galina anca incöi”*, cioè meglio di niente, polenta e gallina anche oggi. Ancora più eloquente quest'altro: *“Carubin incöi u piov, pulenta e tana”* ovvero oggi piove, Cherubino, perciò polenta e a letto.

Molto usati nella cucina locale erano anche le patate, il pane e i vari prodotti del latte, generalmente burro, ricotta e formaggio stagionato. Nel 1817 G. B. Fantonetti scrisse *“La valle di Macugnaga non rende che fieno, segala e pomi di terra”*. Per certi versi aveva ragione: il suolo della vallata è sempre stato adibito a queste semplici colture perché non adatto ad altri prodotti, come ad esempio la vite e l'ulivo. Ma come sono arrivate le prime patate, uno dei pochi alimenti base delle genti di montagna? Dal Perù, la prima patata fu introdotta dagli spagnoli in Galizia, e di qui nei loro domini dell'Italia Settentrionale,

poi dei Paesi Bassi, della Francia Contea e della Borgogna, prima della fine del XVI secolo. In Italia questi tuberi divennero ben presto così comuni, che in alcune contrade si consumavano già abitualmente, accompagnati da carne di montone e si utilizzavano pure per ingrassare gli animali. Ed è proprio dal nostro Paese, per la maggior parte, che la patata si diffuse nel resto dell'Europa. Gli italiani la chiamavano tartuffolo, da cui derivano i nomi Kartufflen e Tartofflen tedeschi.

Nata in alta montagna (sulla catena delle Ande) la patata è, al contrario delle coltivazioni cerealicole, particolarmente adatta alle alte quote e ai campi in pendenza, inoltre, non teme la grandine e cresce in qualunque terreno. Sono queste "virtù" ad aver favorito lo sviluppo della sua coltivazione anche nelle aree montane più isolate. Non vi sono, però, dati certi circa l'introduzione della patata nelle Alpi. È probabile che il tubero si sia diffuso lentamente nelle Alpi Walser dalla Lombardia. Il più antico documento relativo alla coltivazione della patata in queste zone risale al 20 settembre 1741, anno in cui potrebbe essere stato introdotto il tubero in Valle Formazza, da cui successivamente si sarebbe spostato e giunto infine anche in Valle Anzasca.

Quanto al pane, invece, altro alimento base dei paesi anzaschini, questo ricopriva una posizione dominante, determinata dalle sue caratteristiche: grandi capacità caloriche, compagno d'ogni alimento, ottima conservabilità e agevolissimo trasporto. La prima e fondamentale domanda rivolta in passato ai cereali fu proprio la produzione del pane. Bellissimi da visitare sono i vari monumenti storici costituiti dai forni pubblici sparsi nelle varie località, nei quali si procedeva alla panificazione. La loro costruzione, in analogia con i torchi e altre strutture di servizio comunale, fu determinata dall'usanza di procedere alla panificazione solo pochissime volte all'anno, se non una sola volta, e quindi alla necessità di disporre di forni di grandi capacità. Questo uso limitato diede origine alla "giornata del pane" che subito si caricò di gioia e valori sia rituali che augurali. In questa giornata non mancava il pranzo di rito presieduto dal capo famiglia e il tutto si concludeva con la sistemazione dei pani nelle apposite

rastrelliere dove si conservava fino a un anno. C'è anche da ricordare la tradizione del “pane caldo” detto appunto così perché fresco di forno. Chi lo faceva per primo ne distribuiva una parte alle altre famiglie del villaggio, in attesa che panificassero a loro volta e procedessero quindi alla restituzione.

Di quei pani se ne davano anche a coloro che erano poveri e non avevano segale da trasformare.

Il latte e i suoi derivati furono per secoli, insieme alle carni bovine, la risorsa della vita e dell'economia delle valli ossolane. I formaggi generalmente prodotti in Valle Anzasca provenivano e provengono tutt'ora da latte bovino e caprino.

Riguardo il vino, infine, bevuto dalla popolazione del passato in grandi quantità, bisogna affermare che a Vanzone con San Carlo, vista l'altitudine, era più probabile, un tempo, vedere muli carichi di bottiglie di vino piuttosto che vigne rigogliose, anche se era possibile scorgere qualche piccola toppia qua e là. Si può presupporre che durante le stagioni buone, i prodotti della terra del territorio fossero scambiati a Domodossola con vino ossolani, in genere di bassa qualità.