Donato fa "L'ore piccole" sui social con le tradizioni della campagna

A volte basta aprire un cassetto e riscoprire qualche foto, qualche scritto o rivedere un oggetto per fare un tuffo nel passato e andare a ripercorrere quei ricordi che hanno caratterizzato l'infanzia. E ogni sera, Mario Donato, il Cavajer ed le Tradission di Livorno Ferraris apre il «suo» personale cassetto della memoria e mostra con un appuntamento sui social, ormai diventato fisso e seguito da decine di persone, quei ricordi e quelle curiosità che hanno caratterizzato la storia del Vercellese fatta di agricoltura, di mondine, di cascine e di semplicità.

Ecco così che ogni sera, andando sulla pagina Facebook del Cavajer, si possono vedere immagini e leggere descrizioni della rubrica «L'ore piccole»: «Una rubrica nata per far conoscere al mondo virtuale dei social le tradizioni della nostra terra – spiega Donato – ma soprattutto per mettere a disposizione la mole di materiale che ho raccolto nel corso degli anni grazie ad amici e conoscenti». Tantissime le fotografie pubblicate sulla vita di campagna, con le immancabili mondine. Ma non solo. Non mancano le immagini della guerra, delle feste, del cibo (scarso, ma fatto con maestria e amore dalle donne di casa). «La rubrica è nata per caso – spiega Donato – infatti avendo notato l'appuntamento quotidiano al mattino sui social dello storico Pier Emilio Calliera ho pensato di fare una rubrica simile ma serale e chiamarla "L'ore piccole"». V. RO. —

Mario Donato convide su Facebook le memorie della sua terra

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Paola Bernascone, delegata dell'Accademia Italiana della Cucina rivisita per La Stampa i piatti della tradizione con i prodotti locali

Dal risotto alle ortiche al tonno di coniglio Ricette di Pasqua a km zero

Paola Bernascone Cappi, delegata vercellese dell'Accademia Italiana della Cucina, voce autorevole sulla storia e sulla cultura gastronomica, ha rivisitato le classiche ricette pasquali con ingredienti vercellesi, per adattarle ad una festain zona rossa in cui non ci potrà spostare se non sul terrazzo. Qui accanto il tonno di coniglio che Paola Bernascone propone con giardiniera fatta in casa

LE TENDENZE

RAFFAELLA LANZA
VERCELLI

La Pasqua sarà in zona rossa. Non ci si potrà spostare: è inutile programmare una gita fuori porta o grigliate o pic nic con gli amici. Si dovrà stare in casa. Una festa che rischia di trasformarsi in noia. A Paola Bernascone Cappi, delegata vercellese dell'Accademia Italiana della Cucina, voce autorevole sulla storia e la cultura gastronomica, abbiamo chiesto di fare un gioco ai fornelli: prendere le ricette pasquali classiche e rivisitarle con ingredienti del territorio vercellese. «Ho consultato il volume "Le festività religiose nella cucina della tradizione regionale", che l'Accademia Italiana della Cucina ha pubblicato lo scorso anno nell'ambito della Biblioteca di cultura gastronomica – racconta Paola Bernascone -. In questo libro sono evidenziate le ricette proposte durante la Quaresima, la Pasqua, il Natale e i Santi patroni. In occasione della Pasqua ogni paese, ogni città, riprende le ricette tipiche, presentando un panorama religioso-gastronomico sbalorditivo con l'impiego di carni, prodotti dell'orto e uova. Piatti che possono benissimo essere declinati al nostro territorio, inserendo tra gli ingredienti riso, erbe spontanee, verdure, animali allevati nelle nostre cascine, formaggi della Valsesia e biscotti bicciolani. Le ricette pasquali classiche possono benissimo essere rivisitate con ingredienti del territorio. E poi, nell'ottica del riuso degli avanzi e della pratica "svuotafrigo", tutti i piatti preparati con queste ricette possono essere anche protagonisti del pic nic di Pasquetta, che quest'anno gioco forza si svolgerà sul terrazzo di casa».

Ecco le proposte di Paola Bernascone. «Nell'antipasto non può mancare l'uovo, anche per il significato simbolico che ricopre. In alternativa alle classiche uova ripiene perché non portare in tavola le uova strapazzate su tomini in salsa verde? Un altro classico è la torta pasqualina: può essere riproposta mettendo al posto degli spinaci le erbe spontanee dei nostri campi, e sostituendo la ricotta con il riso».

In alcune regioni il primo piatto è costituito dalle lasagne al forno o dalle tagliatelle condite in vari modi, ma nel Vercellese non si può rinunciare ad un buon risotto: «La mia proposta è con le ortiche o in alternativa con i germogli di luppolo, i cosiddetti lavartis. Possiamo anche tradurre in vercellese un classico valdostano, gli gnocchi alla bava che diventano i malfatti con mascherpa, che è una ricotta valsesiana, boraggine e crema di mais».

Carni tradizionali del menù di Pasqua sono l'agnello e il capretto cucinati in molte varianti. «Io propongo invece un tonno di coniglio con giardiniera fatta in casa, per i vegetariani invece una ricetta storica, il cavolfiore alla Cavour, gratinato al forno. Un piatto semplice, ma molto gustoso». Il dolce non può mancare: «In alternativa voglio ricordare un dolce pasquale tradizionale del nostro vicino Monferrato: la torta di castagne - dice Paola Bernascone -. Come abbiano fatto le castagne, simbolo dell'autunno, a diventare l'ingrediente di un piatto pasquale, è un mistero. Probabilmente con le ultime castagne della stagione si preparava questo dolce ricco di spezie, marmellata, liquore: sembra più una ricetta rinascimentale, che di origine contadina. Questa torta veniva cotta nel forno del paese quando la temperatura era ormai calante e non più idonea a cuocere il pane. Una versione rivisitata di questo dolce può essere la crespella di farina di castagna farcita con crema di bicciolani. Una vera delizia per il palato, per una Pasqua dolce, ma, come ci impone il Covid, diversa dal solito». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SUDOKU

Il gioco consiste nel riempire tutte le caselle in modo tale che ogni riga, ogni colonna e ogni settore contenga tutti i numeri senza alcuna ripetizione: negli junior sudoku sono in gioco i numeri da 1 a 4 e da 1 a 6, nel sudoku medio e difficile i numeri da 1 a 9.

Junior Sudoku

2		3	
			1
1			
	4		2

6				4	
2					
	6	1			
			6	5	
					2
	4				5

Medio

	5		4	6				
9		4				8		
	3			1			2	
8			2		7			
2		7				5		8
			1		4			7
	8			7			5	
		3				6		9
				3	2		7	

Difficile

		1			4			
		2		6			1	
		3				2		7
	6		8				2	4
			5		2			
2	4				9		8	
7		9				1		
	5			3		8		
			2			6		

La soluzione dei giochi di giovedì

Medio

4	3	6	1	2	5	7	9	8
9	2	5	8	4	7	3	1	6
7	1	8	3	6	9	5	2	4
2	8	7	9	5	1	4	6	3
6	4	9	7	3	2	1	8	5
1	5	3	6	8	4	9	7	2
8	6	1	4	7	3	2	5	9
5	9	4	2	1	8	6	3	7
3	7	2	5	9	6	8	4	1

Junior 1

1	2	3	4
4	3	2	1
3	4	1	2
2	1	4	3

Difficile

5	1	6	9	3	4	8	2	7
4	3	9	7	8	2	5	1	6
8	2	7	6	1	5	9	3	4
3	9	8	4	6	1	7	5	2
7	5	4	3	2	8	6	9	1
1	6	2	5	9	7	3	4	8
9	8	3	1	4	6	2	7	5
2	7	1	8	5	9	4	6	3
6	4	5	2	7	3	1	8	9

Junior 2

6	3	1	5	2	4
4	2	5	1	6	3
3	5	4	6	1	2
2	1	6	4	3	5
5	6	3	2	4	1
1	4	2	3	5	6

VkVSIyMjMDAwMDAtMDAwMC0wMDAwLTAwMDAtMDAwMDAwMDAwMDAwIyMjMDAwMDAwMDAtMDAwMC0wMDAwLTAwMDAtMDAwMDAwMDAwIyMjMjAyMS0wMy0yNlQxNTo0ODoyMyMjI1ZFUg==