ricettericetteri
senzasenzasen
tempotempoten
di Valtellinadi Valtellinadi Va

Casa fondata nel 1906

IL SARACENO

Le Specialità di
Giancarlo e Paolo Sala

il territorio

La Valtellina, all'estremo nord della Lombardia, è un'ampia vallata alpina che corre tra l'Italia e la Svizzera, per quasi 200 Km nel cuore delle Alpi. Un territorio interamente montuoso in tutta la sua estensione che, salendo dai 200 m. della sommità del lago di Como ai 4000 m. del Pizzo Bernina, offre una grande varietà di paesaggi.

La particolare disposizione geografica est-ovest, atipica rispetto alle altre vallate alpine, caratterizza gli ambienti naturali di fondovalle, di mezza costa e di alta montagna, diversificati nella flora e nella fauna, nelle colture, nelle abitazioni, nelle tradizioni, nelle abitudini, nei dialetti. L'ampio e soleggiato fondovalle, coltivato a foraggio e mele, è contornato da vigneti e boschi che, più su, lasciano spazio ad alpeggi e praterie d'alta quota fino alle maestose cime ed ai ghiacciai. La sponda retica della valle, per la particolare esposizione quasi sempre rivolta a sud, è caratterizzata da terrazzamenti coltivati a vite e sostenuti da muretti a secco, frutto del secolare lavoro dell'uomo su una terra severa.

Gran parte del territorio è riconosciuto oggi come area protetta, con le tante riserve ed alcuni monumenti naturali, quali il Parco Nazionale dello Stelvio e il Parco Regionale delle Orobie Valtellinesi.

la nostra azienda

Sin dal 1906, anno della nostra fondazione, lavoriamo nel settore dei cereali e delle farine, che in questi luoghi hanno sempre rappresentato la principale risorsa alimentare. Siamo in particolar modo conosciuti per i pizzoccheri, piatto tipico della cucina locale, che prodotti artigianalmente si distinguono ancora oggi per qualità e tradizione. Il papà Luigi, nei primi anni '70, brevettò la produzione della tipica tagliatella essiccata, consentendo la lunga conservazione e la degustazione della nostra specialità locale anche nei luoghi più lontani.

Le farine tipiche sono ancora oggi il fiore all'occhiello della nostra produzione: vengono lavorate in modo tradizionale, lasciando integre le proprietà nutritive del cereale e quel gusto particolare che i moderni procedimenti di macinazione hanno eliminato.

Dal grano saraceno, ancora oggi utilizzato nella preparazione dei più consueti piatti della gastronomia locale, trae nome la nostra linea di prodotti tipici valtellinesi; da anni infatti ricerchiamo e selezioniamo le migliori specialità locali, preparate prestando massima attenzione alle materie prime ed alle ricette tradizionali.

La nostra esperienza e la nostra attenzione ci permettono di offrire un assortimento di alta qualità a quanti vogliono avvicinarsi al patrimonio enogastronomico valtellinese.

pizzoccheri

Ingredienti per 5 persone: 300 gr. di farina di grano saraceno e 200 gr. di farina bianca (oppure una confezione dei nostri pizzoccheri già pronti), 500 gr. di verze o coste, 3 patate, 200 gr. di burro d'alpe, 400 gr. di formaggio casera, 4 spicchi d'aglio, 100 gr. di parmigiano grattugiato, sale.

Si mescolano le farine impastandole con acqua e lavorandole un buon quarto d'ora finché l'impasto risulti come velluto al tocco.
Si tira la sfoglia ad uno spessore di circa 1/2 centimetro e da questa si tagliano delle tagliatelle larghe circa 1/2 centimetro. In una pentola bollire, in abbondante acqua, le verdure per circa 5 minuti quindi salare e aggiungere i pizzoccheri.
Cuocere per 15 minuti, scolare e sistemare in una zuppiera alternando uno strato di pizzoccheri ad uno di formaggio tagliato a dadini spolverando con parmigiano; condire il tutto con un soffritto di burro, aglio e salvia.
Si servono molto caldi.

taroz

Ingredienti per 4 persone: 400 gr. di patate, 300 gr. di fagiolini, 200 gr. di formaggio semigrasso, 150 gr. di burro, 1 cipolla, sale e pepe.

Far bollire in acqua le patate sbucciate ed i fagiolini. Cuocere bene e mescolare.
Con un cucchiaio di legno schiacciare il tutto sino ad ottenere quasi una purea. Salare e pepare.
Disporre l'impasto in una terrina imburrata disponendo tra uno strato e l'altro il formaggio tagliato a fettine. Soffriggere nel burro la cipolla affettata, lasciar dorare e versare sui taroz.

sciatt

Ingredienti per 4 persone: 300 gr. di farina di grano saraceno, 200 gr. di farina bianca, 300 gr. di formaggio casera, 2 cucchiai di pane grattugiato, 1 bicchierino di grappa, sale, 1/2 cucchiaino da caffè di bicarbonato, 1 bicchiere di birra, acqua gassata.

Mescolare le farine, amalgamare con la birra, aggiungendo l'acqua gassata sino ad ottenere un impasto non troppo morbido.
Tagliare il formaggio a dadini di circa un centimetro ed aggiungerlo all'impasto assieme al pane grattugiato. Mescolare con cura e aggiungere il bicarbonato.
Lasciar riposare l'impasto per un paio d'ore.
Preparare una pentola o una friggitrice con abbondante olio caldo.
Utilizzando un cucchiaio di legno raccogliere un poco di impasto che contenga un cubetto di formaggio e lasciarlo cadere nell'olio. Lasciar gonfiare e colorire.
Scolare gli sciatt uno ad uno. Servire con insalata verde, meglio se cicorino tagliato sottile.

chisciöi

Ingredienti per 4 persone: 200 gr. di farina di grano saraceno, 250 gr. di farina bianca, 250 gr. di formaggio semigrasso, 1 pizzico di bicarbonato, 1 bicchierino di grappa, 1/2 bicchiere di birra, olio, sale.

Preparare in una zuppiera l'impasto di media consistenza con le farine, l'acqua, la birra e la grappa.
Lasciar riposare un'ora. In una padella con olio bollente versare con un cucchiaio l'impasto a formare delle frittelline (10-12 cm.).
Sul lato ancora morbido di queste posare qualche fettina sottile di formaggio.
Girare le frittelle una ad una, così da renderle croccanti. Servire calde.

polenta taragna

Ingredienti per 6 persone: 4 litri d'acqua,
1 Kg. di farina mista valtellinese, 300 gr. di burro,
600 gr. di formaggio casera o "scimud".

Portare ad ebollizione in un paiolo l'acqua aggiungendo il sale.
Versare a pioggia la farina mescolando continuamente.
Cuocere per un'ora circa. Cinque minuti prima di servire si aggiunge
il burro a pezzetti e il formaggio tagliato a dadini.
Dopo un'ultima energica mescolata, che serve a sciogliere il burro e
a fondere leggermente il formaggio, si rovescia la taragna
su un piatto di legno o *"basla"*.

polenta crüpa

Ingredienti per 4 persone: 400 gr. di patate, 600 gr. di farina di grano saraceno,
100 gr. di farina gialla, 1 lt. di panna, 400 gr. di formaggio casera magro, sale.

Una volta lessate, sbucciare e passare a purea le patate.
A parte, far bollire nel paiolo la panna.
Ad ebollizione aggiungere le patate, versare la farina nera a pioggia
ed una manciata di quella gialla fino a giusta consistenza.
Mescolare per una mezz'ora circa.
A cottura ultimata unire il formaggio preparato a cubetti.
Mescolare nuovamente per alcuni minuti.
Rovesciare sulla *"basla"* e servire.

polenta cuncia

Ingredienti per 6 persone: 300 gr. di farina gialla bramata, 200 gr. di farina di grano saraceno, 2 litri d'acqua, 250 gr. di formaggio semigrasso o magro di montagna, 250 gr. di formaggio grasso, 200 gr. di grana grattugiato, 200 gr. di burro, aglio.

Preparare la polenta in modo tradizionale, possibilmente con un paiolo di rame. Nel frattempo tagliare i formaggi in piccoli pezzi e mettere in un pentolino il burro con qualche spicchio d'aglio. Quando la polenta è pronta scodellarla su di un tagliere, quindi con un cucchiaio intinto nell'acqua fare dei bocconi e depositarli in una zuppiera ben calda, alternando strati di polenta a manciate di formaggio e di grana, continuando così fino alla fine. Versare poi sopra la polenta il burro soffritto con l'aglio ancora caldissimo (deve sfrigolare) e dare una leggera mescolata. La tradizione vuole che si mangi tutti dalla stessa marmitta pescando con la propria forchetta direttamente dalla zuppiera.

polenta in fiur

Ingredienti per 4 persone: 700 gr. di farina di grano saraceno, 400 gr. di formaggio casera magro, 1 lt. di panna, sale.

Far bollire la panna in un paiolo, aggiungere a pioggia la farina e mescolare bene sino ad ottenere un impasto di giusta consistenza. Poco prima della cottura (40 minuti) aggiungere il formaggio preparato a fette larghe. Rimestare ancora per poche volte, rovesciare sulla *"basla"* e servire.

il grano saraceno

"Furmentùn" e "fraina" sono solo alcuni dei nomi con i quali si definisce in dialetto il grano saraceno, uno degli alimenti fondamentali nella dieta dei contadini della Valtellina e dell'intero arco alpino fino all'inizio del secolo scorso.

Considerato solitamente un cereale, il grano saraceno (Fagopyrum esculentum) è in realtà una poligonacea, pianta erbacea annuale originaria dell'Asia centrale; potrebbe essere giunto in Italia con i mercanti veneziani e il nome "saraceno" gli fu probabilmente dato proprio ai tempi della Serenissima perché era smerciato e usato dai Turchi, allora chiamati "saraceni".

Più probabilmente il termine "saraceno" sta per forestiero, cioè venuto da lontano; un'altra ipotesi, infatti, spiegherebbe la sua presenza in Europa con le migrazioni mongole che dalla Russia portarono il grano in Polonia, da dove poi si diffuse fin sulle Alpi.

In Italia il grano saraceno è coltivato già dal XV secolo, mentre il primo documento che ne riferisce la presenza in Valtellina è del 1616. Nella nostra valle la sua coltivazione raggiunge la massima espansione nella prima metà dell'Ottocento; in seguito viene gradualmente sostituito da coltivazioni più produttive, quali il mais, che richiedono metodi di coltivazione e di raccolta meno faticosi.

Già alla fine dell'800 la sua coltivazione è ridotta drasticamente e solo in anni recenti ha riacquistato importanza. I principali fattori di questo rinnovato interesse sono l'elevata digeribilità e l'assenza di glutine che lo rende tollerato anche da chi soffre di celiachia; inoltre gli alti contenuti di lisina, lecitina e minerali rendono il grano saraceno un alimento prezioso.

Rustico, adattabile ai terreni acidi di montagna, difficilmente attaccabile dai parassiti, il grano saraceno ha un ciclo vegetativo molto breve: la semina avviene a spaglio nei mesi estivi dopo il raccolto di segale, patate e orzo, e la raccolta verso ottobre. Poiché nella sua crescita soffoca le erbacce e non può essere forzato con fertilizzanti che farebbero sviluppare eccessivamente le foglie a scapito del seme, è possibile una coltivazione senza l'uso di prodotti chimici.

I fiori sono bianchi o rosa e i semi, dalla caratteristica forma triangolare, vanno dal marrone al grigio argento. La farina è di colore grigio nocciola picchiettata di punti scuri, dati dalla presenza dei rivestimenti bruni dei chicchi, e viene ancora oggi utilizzata nella cucina valtellinese per preparare diversi tipi di polente e tante altre specialità, tra le quali pizzoccheri e sciatt.

arancini di polenta all'erborinato di capra

Ingredienti per 4 persone: 150 gr. di farina di mais, 1/2 litro d'acqua, 100 gr. di formaggio erborinato di capra, 100 gr. di salsa di pomodoro, pane grattugiato, olio, sale.

Preparare una classica polenta cuocendola per un'ora circa, rovesciarla su una *"basla"* e lasciarla intiepidire. Quindi, con l'aiuto di un mestolino, formare delle palline di circa 4 cm di diametro, introdurre al centro un cubetto di erborinato di capra, richiudere, passare nel pangrattato e friggere in olio a 170° fino a doratura. Scaldare la salsa di pomodoro, stenderla al centro del piatto e aggiungere gli arancini bollenti.

menedei

Ingredienti per 4 persone: 1 lt. di latte o brodo, 2 uova, 3 cucchiai di farina di grano saraceno, 3 cucchiai di farina bianca, sale.

Amalgamare in una terrina le uova e le farine, fino ad ottenere un impasto omogeneo. Versare nel latte (o nel brodo) portato ad ebollizione dei "vermicelli" di impasto, ottenuti con l'aiuto di uno schiacciapatate o di un mestolo forato. Cuocere la minestra per 10 minuti circa.

gnocchi di castagne

Ingredienti per 4 persone: 200 gr. di farina di castagne, 150 gr. di farina bianca, 1 uovo, 1 bicchierino di grappa, sale.

Mescolare le due farine, impastare con poca acqua aggiungendo il sale, l'uovo e la grappa fino ad ottenere un impasto elastico e morbido. Passare piccoli pezzi di pasta sul dorso di una forchetta (come per gli gnocchi classici) quindi cuocere a fuoco lento in abbondante acqua salata scolando gli gnocchi man mano che vengono a galla. Condire e servire caldi.

tagliatelle di castagne
al vino rosso e finferli

Ingredienti per 4 persone: 300 gr. di farina di castagne,
200 gr. di farina bianca, 4 uova, 150 gr. di pancetta affumicata,
300 gr. di finferli, una tazza di sugo di carne,
2 cucchiai di salsa di pomodoro, 1/2 cipolla, sale e pepe.

Mescolare le due farine, salare e impastare con le 4 uova, tirare la sfoglia e tagliare delle tagliatelle.
Preparare la salsa, aggiungendo alla mezza cipolla tagliata fine e rosolata i finferli e la pancetta.
Bagnare con vino rosso e lasciare evaporare.
Aggiungere il sugo di carne e la salsa di pomodoro, salare e pepare.
Cuocere lentamente per circa 15/20 minuti.

stracci di grano saraceno

Ingredienti per 4 persone: 200 gr. di farina di grano saraceno,
120 gr. di farina bianca, 2 uova intere più 5 tuorli, olio d'oliva, 300 gr. di formaggio bitto,
latte, 500 gr. di verza, salvia, aglio, sale, pepe.

Mescolare le farine impastandole con 2 uova intere e 2 tuorli, olio d'oliva e sale.
Tirare la sfoglia e dividerla in "stracci" (lasagne irregolari di 10 cm. di larghezza).
Tagliare a dadini il bitto e coprirlo di latte in una terrina.
Far saltare la verza, pulita e tagliata, in olio con salvia e aglio.
Far fondere a bagnomaria il bitto eliminando metà del latte, unire
i tuorli, montare con la frusta, aggiungere sale e pepe.
Cuocere gli "stracci" in abbondante acqua, scolare
e condirli con la verza e la fonduta.

zuppa d'orzo nostrano
(dumega)

Ingredienti per 4 persone: 400 gr. d'orzo decorticato, 2,5 lt. di brodo di carne, 200 gr. di carote, 200 gr. di sedano, 200 gr. di cipolla, 150 gr. di burro d'alpe, 1/2 litro di panna, 1 foglia di alloro, poche scaglie di bitto, sale, pepe.

Immergere l'orzo in acqua e lasciare riposare 8/10 ore. Preparare le verdure tagliate a dadini e tostarle con l'orzo nel burro, cuocere per circa 2 ore a fiamma bassa, aggiungendo il brodo e la foglia d'alloro. Infine aggiungere la panna e il bitto, amalgamando il tutto. All'occasione aggiungere dei dadini di pancetta rosolata al burro.

tortino d'orzo
allo scimudin con crema di casera

Ingredienti per 4 persone: 120 gr. di orzo perlato, 80 gr. di formaggio scimudin, 40 gr. di burro, 50 gr. di grana grattugiato, 80 gr. di formaggio casera giovane, 80 gr. di panna fresca, 1 carota piccola, mezzo gambo di sedano, 1/4 di cipolla, brodo vegetale, olio, sale, pepe, 4 stampini.

Fare un soffritto di cipolla, carota e sedano tagliati a dadini e cuocere l'orzo come un risotto classico per almeno 30 minuti. Mantecare con lo scimudin ed il burro. Versare il composto negli stampini e raffreddare, quindi cuocere in forno per 15 minuti. A parte sciogliere il formaggio casera nella panna fresca. Sformare il tortino, adagiarlo al centro del piatto, versare la crema di formaggio e guarnire con verdure croccanti preparate friggendo in padella carote e porri tagliati a fiammifero e infarinati.

crespelle di grano saraceno

Ingredienti per 4 persone: 150 gr. di farina di grano saraceno e di farina bianca in parti uguali, 100 gr. di cuore di spinaci (o spinaci selvatici), 2 uova più 1 tuorlo, 3 cucchiai di birra e un goccio di grappa, 150 gr. di latte e 50 gr. di panna, 200 gr. di bitto e un poco di parmigiano, 100 gr. di burro d'alpe, salvia.

In una terrina mescolare con la frusta farina, uova, birra e latte sino a formare un composto omogeneo, lasciar riposare per 1/2 ora, quindi preparare 12 crêpes. Ammorbidire a bagnomaria il formaggio tagliato a dadini aggiungendovi la panna e gli spinaci.
Ottenuta una fonduta, stenderla sulle crêpes, arrotolarle e disporle in una pirofila da forno precedentemente imburrata, spolverare con il parmigiano e mettere al forno per 10 minuti.
Servire calde dopo averle cosparse di burro dorato con la salvia.

taiadin mugni alla grosina

Ingredienti per 4 persone: 500 gr. di farina bianca, 200 gr. di farina di grano saraceno, 1 bicchiere di grappa, birra, 6 uova intere più 3 tuorli, 1 bicchierino di panna, salvia e rosmarino, 1 spicchio d'aglio, 200 gr. di funghi gallinacci, 300 gr. di burro, 2 patate, 100 gr. di formaggio casera grattugiato, sale e pepe.

Impastate le due farine, le uova intere, la grappa e della birra quanto basta per ottenere un impasto consistente da lavorare a lungo. Tirate una sfoglia spessa circa 3 mm, quindi tagliate delle tagliatelle larghe circa un dito, lasciatele riposare stese e nel frattempo soffriggere i funghi tagliati a listelli nel burro e aglio tritato, salando e pepando. A parte sbattere i tuorli rimanenti con la panna.
In abbondante acqua salata, cuocere le patate tagliate a dadini per 5 minuti, aggiungere le tagliatelle e cuocere il tutto per 15 minuti. Aggiungere nel frattempo la crema di uova e panna ai funghi in cottura.
Scolate le tagliatelle e conditele, in una zuppiera calda, con burro fuso e salvia, quindi aggiungere la salsa di funghi e panna mescolando e cospargendo di formaggio.

risotto al bitto e spinaci

Ingredienti per 4 persone: 280 gr. di riso carnaroli, 15 gr. di scalogno, 150 gr. di formaggio bitto stagionato (circa 1 anno), 80 gr. di spinaci, 50 gr. di grana grattugiato, 30 gr. di burro, un bicchiere di vino bianco, 1,5 litri di brodo di carne, 2 cucchiai di olio extravergine di oliva, sale e pepe.

Dorare lo scalogno nell'olio extravergine, aggiungere il riso carnaroli, tostare e bagnare con il vino bianco. Lasciare evaporare e cuocere per 14 minuti aggiungendo il brodo poco per volta, girando continuamente. Quindi aggiungere il bitto e gli spinaci, tenere sul fuoco per altri 3 minuti, spegnere e mantecare con il burro freddo e il grana. Servire subito con un pizzico di pepe.

risotto alla valtellinese

Ingredienti per 4 persone: 300 gr. di riso, 200 gr. di fagioli sgranati freschi, 1 verza non molto grossa, 70 gr. di burro, 50 gr. di parmigiano grattugiato, qualche foglia di salvia, sale e pepe.

Lessare i fagioli in acqua leggermente salata. Pulire la verza, tagliarne le foglie a listarelle scartando quelle più dure. Cuocere il riso in abbondante acqua poco salata insieme alla verza. Quando il riso sarà quasi cotto, aggiungere i fagioli già lessati e completare la cottura. Scolare e condire con il burro fuso insaporito con la salvia, cospargendo con parmigiano grattugiato e pepe. Mescolare e servire subito in tavola.

coscia di cervo alla panna

Ingredienti per 4 persone:
1,3 Kg di fesa di cervo, 1/2 litro di panna,
1 bicchiere di aceto di vino, prezzemolo, pepe, sale, brodo.

Tagliare a pezzettini la fesa.
Unire a freddo in una pentola la carne, una manciata di prezzemolo,
una cipolla finemente tritata, aggiungendo abbondante pepe
ed un bicchiere di aceto di vino.
Passare al fuoco e rosolare per 10 minuti, aggiungendo brodo e sale.
Cuocere per almeno un'ora o più (a seconda dell'età del cervo)
e a cottura quasi ultimata aggiungere la panna.

salmì di camoscio

Ingredienti per 4 persone: 1,5 Kg di carne di camoscio,
2 lt. di vino rosso, fegato, polmone e cuore del camoscio,
1 cipolla e mezza, basilico, timo, 120 gr. di burro,
1/2 noce moscata, brodo.

Togliere accuratamente tutto il grasso dalla carne.
In un recipiente coperto mettere in fusione nel vino la carne tagliata a pezzetti,
la cipolla tritata grossa, il basilico, il timo, polmone e cuore spappolati;
mescolare e lasciare riposare per 4-5 giorni.
In una pentola preparare un soffritto con burro e cipolla
quindi aggiungere la carne in fusione con il vino e mezza noce moscata.
Cuocere lentamente per un'ora o più (a seconda dell'età dell'animale).
Aggiungere ogni tanto del brodo, servire con polenta.

coniglio al casera
e funghi porcini con verdure

Ingredienti per 4 persone: 2 dorsi di coniglio di circa 500 gr. l'uno, 150 gr. di funghi porcini spadellati, 200 gr. di formaggio casera tagliato in 4 strisce, 1 zucchina, 1 patata, mezzo peperone rosso e mezzo giallo, 1 melanzana piccola, 20 gr. di cipolla tritata, erbe fresche tritate (timo, rosmarino, origano), sale e pepe, olio extravergine di oliva, 1 bicchiere di vino bianco.

Disossare i dorsi mantenendo attaccata la pancia, salare e pepare, aggiungere i funghi, il formaggio e le erbe aromatiche, arrotolare e legare il tutto.
Rosolare in padella e sfumare con il vino bianco, quindi cuocere in forno per 10 minuti a 180° circa.
A parte tagliare le verdure a cubetti, spadellarle con olio extravergine e cipolla tenendole croccanti, salare, aromatizzare e tenere in caldo.
Tagliare il coniglio a losanghe e disporlo sul piatto con le verdure preparate.

pane
di grano saraceno

Ingredienti: 150 gr. di farina integrale di grano tenero, 350 gr. di farina di grano saraceno, 25 gr. di lievito di birra, olio, sale, 1 tuorlo d'uovo.

Preparare il lievito capo e lasciarlo riposare per circa 20 minuti.
Mescolare le farine in una terrina, praticare una buca al centro e metterci il lievito.
Mescolare bene il tutto ed aggiungere dell'acqua tiepida fino ad ottenere una pasta soda.
Lasciar lievitare in un luogo caldo per un paio di ore.
Aggiungere un cucchiaio d'olio, lavorare bene la pasta e riporla su una teglia unta di olio e coperta di crusca. Cuocere in forno preriscaldato a 220° per circa 25 minuti.
Spennellare la superficie del pane con un tuorlo d'uovo e rimettere in forno per altri 10 minuti.

l'apicoltura

In Valtellina e in Valchiavenna l'apicoltura è da sempre presente.
In queste due stupende vallate nel cuore delle Alpi, l'apicoltura era un tempo particolarmente diffusa in molte famiglie contadine, per quella sorta di economia autarchica caratteristica delle zone di montagna.
Il miele rappresentava infatti il dolcificante principe della cucina valtellinese e il suo impiego, sapientemente dosato nei dolci locali, nobilitava gli ingredienti di una terra povera. Non a caso il dolce tradizionale fra i più caratteristici di questi luoghi è la "cupeta", a base di miele e noci.
Oggi come ieri l'apicoltura è diffusa ed è formata da piccoli apiari, condotti molte volte per tradizione di famiglia ma con passione sempre nuova e indipendentemente dal guadagno; spesso gli alveari, per seguire la fioritura del rododendro, vengono portati nel periodo estivo in luoghi talmente inaccessibili da richiedere l'utilizzo dell'elicottero.
Questa apicoltura offre individualmente solo piccole partite di miele, di fatto a garanzia della genuinità delle produzioni. Il miele prodotto nelle nostre valli ha quindi caratteristiche organolettiche che variano da località a località, da annate ad annate, da raccolto a raccolto; eppure un "bouquet", un aroma particolare, lega come un filo conduttore le varie zone della provincia che hanno analoghe essenze vegetali.
Il miele di Valtellina e di Valchiavenna è rinomato ed apprezzato sia in Italia che all'estero. Negli ultimi anni molti sono stati i riconoscimenti e i premi ottenuti per l'eccezionale qualità e per bontà della produzione, che hanno visto quelli delle nostre valli quali migliori mieli di rododendro e millefiori d'alta montagna in tutta Italia.
Una qualità premiata e riconosciuta quindi, frutto di una cura e di un amore incessanti rivolti dagli apicoltori valtellinesi ai propri alveari e premio dell'azione svolta dall'Associazione Produttori Apistici della Provincia di Sondrio e dai tecnici della Fondazione Fojanini, che da anni seguono il lavoro degli apicoltori.

sfogliatine dolci
con casera e miele

Ingredienti per 4 persone: 200 gr. di farina bianca, 50 gr. di farina di grano saraceno fine, 30 gr. di zucchero, 30 gr. di burro, un tuorlo d'uovo, 100 gr. di formaggio casera giovane tagliato a fettine sottili, succo e scorza di limone e arancia, sale, zucchero a velo, 4 cucchiai di miele millefiori, 1 bicchierino di grappa, olio.

Miscelare le due farine e unire a seguire, burro, zucchero, uova, grappa, scorza di limone e arancia grattugiata più l'eventuale succo, quindi aggiustare di sale. Lavorare il tutto fino ad ottenere un impasto molto liscio ed omogeneo e lasciarlo riposare per 30 minuti coprendolo con un panno. Ricavare dalla sfoglia dei dischi sottili di diametro 9-10 cm, pennellare la base di ogni disco con dell'uovo sbattuto, adagiare le fettine di formaggio al centro. Chiudere bene sovrapponendo un altro disco, avendo cura di non lasciare all'interno aria. Friggere in olio a 170°-180°, scolare e asciugare su carta assorbente. Adagiare le sfogliatine su un piatto, irrorarle con il miele caldo e spolverarle con lo zucchero a velo.

torta
di grano saraceno

Ingredienti per 4 persone: 250 gr. di farina di grano saraceno macinata fine, 50 gr. di fecola, 4 uova, 250 gr. di zucchero, 250 gr. di burro, zucchero a velo.

Lavorare i tuorli con lo zucchero, aggiungere il burro semifuso e mescolare energicamente fino ad ottenere una soffice spuma. Incorporare la farina e la fecola e per ultimo, delicatamente, gli albumi montati a neve. Versare l'impasto in una tortiera, precedentemente imburrata e infarinata, e cuocere in forno per 40 minuti a 180°.
Cospargere con lo zucchero a velo.
Si può accompagnare con panna montata e frutti di bosco frullati e zuccherati.

crêpes
di grano saraceno alle mele renette

Ingredienti per 4 persone:
150 gr. di farina di grano saraceno e bianca in parti uguali,
2 uova più 1 tuorlo, 1/2 bicchiere di birra ed un goccio di grappa, un bicchiere di latte,
50 gr. di panna, 4 mele renette a fettine, 2 cucchiai di marmellata di mele cotogne,
2 cucchiai di miele, 100 gr. di burro, zucchero caramellato.

In una terrina mescolare con la frusta farina, uova, birra e latte
sino a formare un composto omogeneo.
Dopo aver lasciato riposare per una mezz'ora, preparare 8 crêpes sottili,
farcire con fettine di mele scottate nel burro ed amalgamate con marmellata e miele.
Passare in forno cospargendo di zucchero caramellato.

focaccia
di grano saraceno alle ciliegie

Ingredienti per 4 persone: 200 gr. di farina di grano saraceno, un poco di lievito,
2 uova, 1/2 litro di latte, 2 cucchiai di miele, 500 gr. di ciliegie snocciolate,
50 gr. di burro, un poco di sciroppo d'acero, sale.

Mescolare in una terrina la farina, il lievito, le uova, il sale, il miele e
il latte. Lasciar riposare per 20 minuti circa. In una teglia calda
sciogliere il burro, versare l'impasto e coprire con le ciliegie.
Cuocere in forno caldo a 220° per 20/25 minuti.
Bagnare con lo sciroppo d'acero la focaccia e servirla calda.

torta
di grano saraceno ai mirtilli

Ingredienti per 4 persone:
150 gr. di farina bianca, 100 gr. di farina di grano saraceno,
200 gr. di confettura di mirtilli, 150 gr. di noci, nocciole e pinoli, 6 uova,
300 gr. di zucchero, 100 gr. di burro, 1 bustina di lievito.

Montare le uova con lo zucchero, aggiungere a pioggia le farine e mescolando lentamente unire le noci, le nocciole e i pinoli, finemente tritati. Per ultimi il burro fuso e il lievito. Versare l'impasto in una terrina imburrata e cosparsa di farina e infornare a 170° per circa 30 minuti. Una volta fredda, tagliare la torta e farcire l'interno con la confettura di mirtilli. Servire con panna montata fresca.

bisciola

Ingredienti per 4 persone:
200 gr. di farina bianca, 50 gr. di farina integrale di segale,
lievito di birra, 10 noci, 5 fichi secchi, 20 gr. di burro, 30 gr. di zucchero,
50 gr. di uvetta, 1 tuorlo d'uovo, 1 cucchiaio di miele, sale.

Impastare le farine con acqua e lievito sino a giusta consistenza. Ammorbiditi in acqua fichi e uvetta, unirli alle noci tritate e cospargere il tutto con zucchero. Unire il composto alla pasta precedentemente preparata e lavorare ad ottenere un impasto sodo. Lasciar lievitare e quindi dare forma di pagnotta all'impasto. Cuocere in forno per 40-50 minuti.

la viticoltura

La Valtellina è una delle zone viticole più a nord in Italia, con un particolare microclima dovuto sia alla vicinanza del Lago di Como che dona un'aria tiepida, sia all'esposizione delle vigne che assicura una buona insolazione, sia alla protezione delle catene montuose delle Alpi Retiche e delle Prealpi Orobiche.

I primi a coltivare la vite in Valtellina furono i Liguri, poi gli Etruschi e i Romani. Nei secoli seguenti la viticoltura divenne fiorente, fino a coprire le pendici dei monti sul versante retico. Il vigneto, nelle sue linee essenziali, è rimasto immutato: oggi come allora la vite è piantata in spazi rubati alla montagna, su terrazze sostenute da muri a secco, formate con la terra del fondovalle. L'esposizione, quasi sempre rivolta a sud, fa sì che la luce intensa del sole porti a maturazione l'uva in condizioni ottimali.

Questa particolare situazione, se da una parte ha permesso nei tempi di coltivare la vite, dall'altra non consente la meccanizzazione del lavoro che, totalmente manuale, fa lievitare i costi di produzione del vino valtellinese.

La zona di produzione prevede una Doc Rosso di Valtellina e una Docg Valtellina Superiore. La prima, più vasta, è caratterizzata da terreni fertili e profondi, che danno vini rossi di minor struttura, che devono maturare almeno sei mesi prima di poter essere immessi al consumo. Dalla seconda zona, quella del Valtellina Superiore, caratterizzata da terreni rocciosi con un suolo siliceo argilloso, derivano vini più strutturati che, in base alla zona di provenienza, possono fregiarsi del nome delle sottozone Sassella, Inferno, Grumello, Valgella e Maroggia. Questi vini devono invecchiare due anni, di cui almeno uno in botte e sono ottenuti da uva chiavennasca, denominazione locale del nebbiolo, per almeno il 90% e per la restante percentuale da uve autoctone quali rossola, pignola e prugnola.

Dopo almeno tre anni di invecchiamento possono anche utilizzare la specificazione aggiuntiva "riserva".

Lo Sforzato di Valtellina Docg è invece un vino ottenuto da uva chiavennasca posta ad appassire, dopo la vendemmia e fin verso gennaio, su appositi graticci; si ottiene così un'alta concentrazione zuccherina, minor acidità e la formazione di particolari sostanze aromatiche. Questo vino, ottenuto in minime quantità, ha profumo intenso e sapore pieno, caldo e generoso per l'elevato grado alcolico (minimo 14%); deve essere invecchiato ed affinato per venti mesi, di cui almeno dodici in legno, e può conservarsi molto a lungo.

Il vino di Valtellina ha raggiunto oggi livelli altissimi, confrontandosi con i migliori vini del mondo, mantenendo da una parte la tradizione e avvicinandosi dall'altra al gusto del consumatore nazionale e internazionale.

IL SARACENO

SALA CEREALI

il Gusto della Ricerca

SALA CEREALI S.R.L.
VIALE DELLO STADIO 24 - SONDRIO
TEL. 0342 21.40.68 - FAX 0342 21.06.36
www.salacereali.it