

A tavola in Valsassina

La gastronomia della Valsassina è di antiche tradizioni, la polenta è il piatto forte accompagnata da latte, formaggi e “cagiada”. Nei ristoranti, trattorie e rifugi la polenta taragna è la più richiesta, condita con formaggi prevalentemente grassi e di tipi diversi secondo le località.

Tra i primi piatti un posto particolare lo occupano i pizzoccheri, con verdure e formaggi tipici locali, o il risotto con i funghi dei boschi delle valli. Sono chiamati Scarpinasc i ravioli dolci preparati con pane, latte, uova, uvetta e amaretti. In particolare vengono gustati per la festa di S. Antonio Abate a Crandola. I secondi sono a base di selvaggina con polenta, bocconcini di vitello e funghi.

I formaggi tipici sono: “il Taleggio”, la “Robiola”, la quale si ottiene dalla tagliata del taleggio con una maggiore aggiunta di sale e una diversa maturazione e il “formaggio di conca”, tipico formaggio filante prodotto in estate sugli alpeggi e in inverno nelle latterie, ingrediente indispensabile per “la polenta uncia”. Anche i “Caprini” sono formaggi tipici della Valsassina. Nelle Valli si possono gustare trote al burro, in bianco, in carpione; sulla riviera anche agoni in salsa verde, alborelle fritte e in carpione e lavarelli ai ferri.

I frutti di bosco con panna sono prelibati dessert nella stagione estiva, mentre le castagne lessate o le caldarroste rallegrano le tavole nei mesi autunnali. I tipici biscotti della Valsassina sono i Caviadini, inoltre suggeriamo di non perdere l'assaggio di gustose torte paesane e le saporite crostate con piccoli frutti, preparate secondo ricette che variano da zona a zona, tutte da gustare.





Die Kochkunst des Valsassina

Die Kochkunst in Valsassina ist das Ergebnis von alten Traditionen und die Polenta gilt als Hauptgericht; Milch, Käse und die "cagiada" (Kastaniensuppe) folgen.

In Restaurants, Gaststätte und Berghütte ist die "Polenta taragna" am häufigsten bestellt, und sie wird normalerweise mit Sahnekäse von verschiedenen Sorten nach dem lokalen Brauch jedes Dorfes zubereitet.

Unter den ersten Gänge sind die "pizzoccheri" mit Gemüse und typischen Lokalkäse besonders geschätzt, bzw. der Risotto mit Pilze, die in den Wälder der Täler gesammelt werden. Man isst die "Scarpinasc", die süße Ravioli, die mit Brot, Milch, Eier, Rosinen und Amaretti zubereitet werden, vor allem um den zu Sant Antonio Abate a Crandola gewidmeten Tag zu feiern. Die weitere Gänge bestehen aus Wild, das mit Polenta serviert wird, Kalbsgulasch und Pilze. Die typische Käse sind: der "Taleggio", die "Robiola", die eine Scheibe Taleggio unter Zugabe von Salz ist – sie erreicht auch eine höhere Ablagerung – und der "formaggio di conca", typischer Schmelzkäse, unerlässliche Zutat in der Zubereitung der "polenta uncia", der im Sommer und Winter in den Molkereien der Almen produziert wird. Auch die "Caprini" (Ziegenkäse) sind typische Molkereiprodukte der Valsassina.

In den Täler kann man außerdem die Forelle „al burro (Butter)“, die Forelle "in bianco", bzw. „in carpione“ kosten; Auf dem Küstenstreifen werden auch die "agoni (Alsen) in salsa verde", die gebratene und „in carpione“ Ukelei sowie den gegrillten "Blaufelchen".

Während der Sommersaison gelten die Waldbeeren mit Sahne als köstliche Desserts. Die gekochte Kastanien bzw. die geröstete Kastanien heben die Stimmung bei den Tische den Herbst über. Die typische Kekse der Valsassina werden Caviadini genannt, und wir raten Ihnen die Gelegenheit nicht zu verpassen, die schmackhaften Lokalkuchen und die köstlichen Waldbeerenkuchen zu probieren. Diese Süßwaren werden nach Rezepten, die nach jedem Dorf verschieden sind, zubereitet: Man muss sie alle genießen.



What to eat in Valsassina

The gastronomy of the Valsassina has an old tradition. The polenta is its main course together with milk, cheeses and "cagiada". In the restaurants the polenta taragna is the most required type, with different kinds of fatty cheeses according to the areas.

The pizzoccheri have an important place among the first courses, with vegetables and typical local cheeses, or rice with mushrooms of the valley woods. The sweet ravioli with bread, milk, eggs, raisins and amaratti cookies are called Scarpinasc. They are generally eaten during the festivity of S. Antonio Abate in Crandola. The second courses are based on goat with polenta, veal pieces and mushrooms.

The typical cheeses are: the "Taleggio", the "Robiola", which is obtained from a piece of Taleggio with a higher quantity of salt and a different ripening, and the "Formaggio di conca", typical stringy cheese produced in summer on the mountain pastures, and in winter in the dairies, and which is the main ingredient of the "polenta uncia". Also the "Caprini" are typical cheeses of the Valsassina.

In the valleys it is possible to eat trouts with butter, boiled or soured, while in the coast you can also find allis shad with green sauce, soured or fried bleaks and grilled lavarets.

The forest fruits with cream are a delicious dessert in summer, while the boiled or roast chestnuts cheer the table in autumn. The Caviadini are the typical Valsassina biscuits. Moreover we suggest to taste all the delicious cakes and tarts with small fruits, cooked according to recipes different from area to area.



À table en Valsassina

La gastronomie de Valsassina a des traditions anciennes, la polenta est le plat de résistance avec le lait, des fromages et "cagiada". Dans les restaurants, les auberges et les abris la polenta taragna est la plus demandée, assaisonnée à des fromages le plus souvent gras et de types différents selon les localités.

Parmi les entrées, les pizzoccheri (N.d.T. : tagliatelles de farine de sarrasin) occupent une place privilégiée, avec des légumes et des fromages typiques du lieu, ou le risotto avec les champignons des bois des vallées. Les Scarpinasc sont des raviolis doux préparés avec du pain, du lait, des oeufs, du raisin sec et des macarons. On les goûte notamment à l'occasion de la fête de S. Antonio Abate à Crandola. Les plats de résistance sont représentés par du gibier avec polenta, des petits morceaux de veau et champignons.

Les fromages typiques sont: "le Taleggio", la "Robiola", obtenue du taleggio mais avec une quantité supérieure de sel et une maturation différente, et le "fromage de conca" (N.d.T. : des vallées ouvertes), fromage filant typique produit en été sur les alpages et en hivers par les laiteries, qui représente un ingrédient indispensable pour "la polenta uncia". Les "Caprini" (N.d.T. : fromages de chèvre) également sont des fromages typiques de Valsassina.

Dans les vallées on peut savourer les truites au beurre, bouillies, en escabèche; sur la côte des aloses en sauce verte, des ablettes frites et en escabèche et des lavarets grillés.

Les fruits rouges à la crème sont des desserts délicieux en la saison estivale, tandis que les châtaignes bouillies ou grillées réjouissent les tables au cours de l'automne. Les biscuits typiques de Valsassina sont les Caviadini; on recommande de ne pas manquer la dégustation de tartes de pays exquis et les délicieuses tartes avec de petits fruits, préparées selon des recettes qui varient d'une zone à l'autre.

