

## LA CUCINA DELLA SELVAGGINA NELLE DOLOMITI

Edoardo Mori

Il tema di questa relazione riguarda la cucina della selvaggina nelle Dolomiti. Svolte le prime ricerche ho constatato che vi è una notevole uniformità nelle ricette europee del passato per la selvaggina, così che le differenze locali sono quasi trascurabili. Ho perciò svolto lo studio sul passato, solo al fine di stabilire come le ricette si stanno evolvendo e quale è la meta a cui tendere: carni di assoluta qualità organolettiche, preparate in modo da esaltarle e non nasconderle. Studio che ben si adatta a questo convegno sulle Dolomiti perché qui indubbiamente prolifera la selvaggina di miglior qualità.

Tratteremo solo dei mammiferi ungulati e della lepre tralasciando i volatili per i motivi che esporremo.

### La carne della selvaggina

La carne degli animali di montagna è di alta qualità poiché essi si nutrono solo delle migliori erbe e frutti, ricchi di aromi, che arricchiscono i prati e boschi di esse, ancora incontaminati; quindi è un prodotto sicuramente biologico; la stessa cosa non si può dire di carni provenienti dalle pianure estere, con zone coltivate, e forse da zone dove ancora si risentono gli effetti di Chernobyl (ad es. cinghiale della Baviera).

La carne di selvaggina rientra fra le carni rosse ed ha quindi un elevato potere nutritivo; inoltre ha un elevato contenuto in ferro solubile, è ricca di sostanze minerali e di vitamina B2. La carne è perciò di gusto saporito, di fibra sottile, consistente, povera di grassi.

La sua qualità varia in ragione dell'età, del sesso e dello stato di salute dell'animale, del tipo di ferita che lo ha ucciso, della adeguata conservazione. Questo importante fattore viene regolarmente ignorato nelle ricette, come se la carne di un dato selvatico fosse un prodotto standard; ed invece ogni animale è diverso dagli altri e deve essere valutato caso per caso.

Dal punto di vista culinario le Dolomiti si sono diversificate dal resto dell'Italia per il benefico effetto della regolamentazione venatoria austriaca dell'ottocento, basata su di una precisa regolamentazione degli abbattimenti degli ungulati distribuiti su tutto l'arco della stagione venatoria (più o meno da settembre a novembre) e quindi con una regolare disponibilità della loro carne; nelle altre regioni, senza questa regolamentazione, accadeva o che gli ungulati fossero scomparsi totalmente dalla natura, oppure che tutti gli animali disponibili venissero uccisi nei primi giorni di caccia; il che faceva diventare la selvaggina un prodotto disponibile per la massa solo in un breve periodo dell'anno. Per il resto dell'anno essa era disponibile nelle riserve di caccia per i proprietari e ... per i bracconieri!

Questa è la composizione media della carne di selvaggina per ogni 100 g

Selvatico	Proteine	Grassi	Carboidrati	Acqua	Calorie
	g	g	g	g	kcal
Cervo	20,6	3,34	-	74,7	118
Camoscio	22,4	3,55	-	68,3	121

Stambecco	22,4	3,55	-	74,7	109
Cinghiale	22	2,4	0,4	75	110
Marmotta	19,5	3,4	-	73,3	109
Lepre	21,6	3,0	-	73,3	112
Coniglio	20,8	7,62	0,6	69,6	160
Fagiano	23,9	2	-	74	105
Anatra	23	3	0,5	73	124
Sella di capriolo	22,4	3,55	-	72,2	128
Coscia di capriolo	21,4	1,25	-	75,7	103

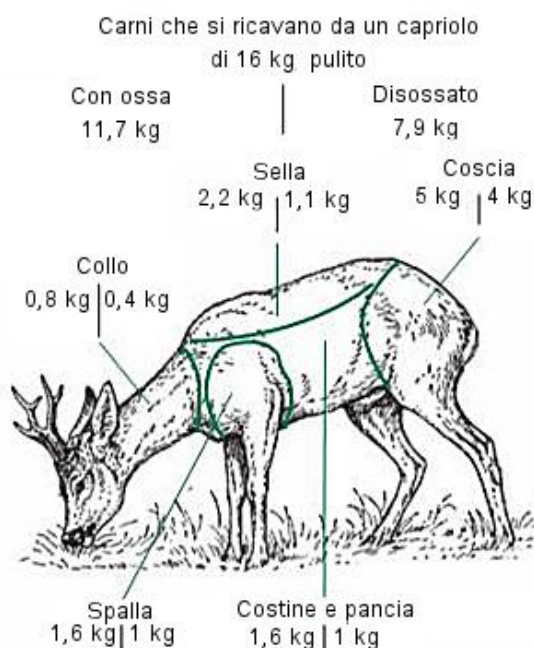
Nota: La selvaggina di allevamento contiene più grassi

Riporto a titolo di curiosità le porzioni ricavabili dai selvatici

Beccaccia, pernice	per 1	persona
Fagiano	per 3-4	persone
Anatra selvatica	per 2	persone
1 kg di carne a pezzi con osso	per 3-4	persone
Sella di capriolo	per 4-6	persone
Due filetti di capriolo	per 3- 4	persone
Sella di cervo	per 4-5	persone
Coscia di cervo	per 12	persone
Lepre	per 4-6	persone

Nota : certi cuochi tendono a servire mezza beccaccia o mezza pernice, ma è puro sadismo!

Un capriolo pulito e scuoiato di 16 kg fornisce circa 12 kg di carne con osso e 8 chilogrammi se si tolgono le ossa.



### **La lavorazione della carne**

Non vi piatto che riesca buono se non si usano prodotti buoni. Un capriolo, ad esempio, è paragonabile ad una capra e nessuno si sognerebbe di considerare unitariamente la carne di capretto, di una giovane capra, di una capra vecchia, di un “becco sordido e bisulco” come lo chiamava D’Annunzio. A ciò si aggiunga che il capriolo non viene ucciso in macelleria seguendo tutte le regole dell’arte e dell’igiene, ma in un bosco lontano da strade ed acqua, così che possono passare molte ore prima che il corpo dell’animale arrivi in un frigorifero.

La carne più delicata è ovviamente quella di animali giovani nel primo o secondo anno di età; il cinghiale è ottimo anche se ancora cinghialino di latte. Da evitare la carne dei maschi durante il periodo dell’accoppiamento, ma comunque la carne di maschi non giovani è sempre più dura e di sapore più forte di quella della femmina. Un cinghiale di oltre tre anni resiste ad ogni cottura. La carne di un animale inseguito a lungo, o morto dopo aver agonizzato, non migliora assolutamente: scompare il glicogeno, che dà morbidezza alla carne, aumenta la quantità di acido lattico, entrano in circolo ormoni, come l’adrenalina, poco raccomandabili.

Il corretto trattamento del selvatico deve iniziare fin dal momento dello sparo: esso deve essere colpito da un proiettile che non maciulli la carne, in un punto vitale che comporti la quasi immediata caduta terra e il suo decesso, in un punto che non comporti la rottura della stomaco o dell’intestino. Come si vede dall’immagine la zona da colpire è alquanto ridotta.



Lo sparo deve avvenire da una distanza che consenta di rispettare queste esigenze (non oltre 200 metri) e non si deve sparare ad animali che si trovino in luoghi impervi che possano richiedere ore di cammino per raccoglierne il corpo.

L’animale appena ucciso deve essere trattato da cacciatori esperti i quali devono usare le norme igieniche che userebbe un macellaio; purtroppo i cacciatori hanno ben poche nozioni chiare su ciò che si deve fare, si affidano a leggende metropolitane udite al bar dei cacciatori e sono convinti che la cosa migliore da fare, dopo una cacciata, sia di andare in trattoria a festeggiare, lasciando la preda nel bagagliaio, al sole!

A partire dal momento della morte dell’animale iniziano due processi: quello della putrefazione provocata da batteri ed assolutamente da evitare, e la frollatura (maturazione) dovuta alla trasformazione del glicogeno che si trova nei muscoli.

Per rallentare il processo di putrefazione occorre eviscerare al più presto possibile l'animale, tenerne aperta la cavità addominale, lavare accuratamente la cavità del corpo con acqua pulita per eliminare peli, tracce di erba, terra, sostanze uscite dalle interiora e per facilitare il raffreddamento della carcassa. Le vene del collo vanno tagliate per facilitare il dissanguamento. L'animale ucciso in estate dovrebbe essere appeso all'ombra per almeno un'ora evitando che vi si posino sopra mosche o da altri insetti. Si usa, in alternativa, anche appendere l'animale a testa in su ed aprire le vene del bacino; questo metodo ha il vantaggio di evitare che liquidi nel bacino, infettati da materia intestinale, colino verso le altre parti. Queste regole non valgono per piccoli animali quali la lepore.

Il trasporto deve avvenire quando l'animale si è raffreddato; in auto esso deve avvenire rapidamente e senza infilarlo in sacchi, sempre per evitare che la carne si scaldi.

Una volta arrivati occorre eliminare le parti maciullate dal proiettile o interessate da ferite. Se alcune parti vanno lavate, asciugarle poi accuratamente.

La frollatura consiste invece nella trasformazione biochimica dello zucchero contenuto nei tessuti muscolari; esso viene trasformato in zuccheri, se ossidato mediante la respirazione, mentre si trasforma in acido lattico nell'animale morto in cui viene meno l'ossigeno. L'acido lattico agisce sulle proteine e sulle fibre muscolari così rendendo la carne morbida e tenera. La frollatura dipende dalle dimensioni dell'animale e della temperatura esterna; ai nostri tempi la temperatura migliore è quella di 4° di una cella frigorifero; per animali di grossa taglia può salire a 7°. Dopo circa 20 ore la formazione di acido lattico è terminata, ma esso continua ad agire. Dopo circa tre giorni inizia il processo di putrefazione; quindi si conclude che la frollatura in cella è compiuta in due giorni, dopo di che la carne si può cucinare o congelare. La pelle un tempo veniva tolta dopo la frollatura. Ora viene tolta prima di mettere la carne in frigo, per ragioni igieniche.

In genere, dopo i primi due giorni, la carne viene poi conservata a +1° e per un periodo non superiore a una settimana; per il cinghiale si consiglia di non superare i cinque giorni. Però animali di grossa taglia, come il cervo, possono essere conservati fino a due settimane, sempre che la carne non abbia già sofferto prima di essere stata messa in frigo. La carne di selvatici allevati può essere preferibile perché essi vengono macellati con le stesse cautele igieniche usate per un vitello e sono controllati da un veterinario,

Se durante le fasi di preparazione o frollatura ci si accorge che alcuni punti della carne sono divenuti verdognoli occorre eliminarli. Se la carne è untuosa o ha preso un leggero odore di putrefazione, si può salvarla mettendola a bagno in un tè di salvia molto forte; talvolta basta lavarla con aceto.

La carne di selvaggina da pelo frollata al punto giusto può essere congelata e conservata anche per due anni, ma è meglio non superare i sei mesi.

Non bisogna assolutamente superare il giusto tempo di frollatura perché il sapore si altera e diviene, per molti, disgustoso; nella carne possono persino formarsi sostanze tossiche. In passato la frollatura era sovente portata ai limiti dei processi putrefattivi, tanto che il noto gastronomo Grimod de La Reynière (inizio 1800) sosteneva che “un fagiano ucciso il martedì grasso è pronto per essere mangiato il giorno di Pasqua” e le beccacce si appendevano a testa in giù fino a che la testa si staccava da sola. Di Brillat-Savarin si racconta che girasse con puzzolenti beccacce in tasca, così disgustando i suoi amici. Usi di altri tempi che ben si possono dimenticare! Jules Renard prese in giro questi buongustai dicendo di loro “e poi disprezzano gli avvoltoi perché si nutrono di carogne!”

La carne di cinghiale deve sempre essere consumata ben cotta per il pericolo della presenza di trichinella; il congelamento per oltre 40 giorni ne uccide egualmente le larve.

La carne messa in commercio deve rispettare le regole del Regolamento (CE) n. 853/2004 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 29 aprile 2004, che stabilisce norme specifiche in materia di igiene per gli alimenti di origine animale. Tecnicamente una buona valutazione della carne matura si ottiene misurandone il grado di acidità (pH) che dovrebbe variare 5,4 e 6,2.

### **I tagli**

I tagli di carne di un selvatico possono essere così suddivisi:

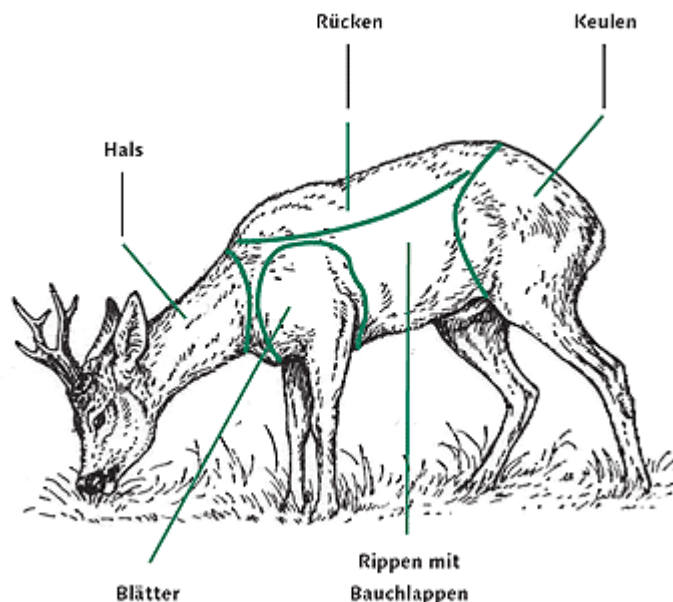
**Sella e Coscia:** ottime per ogni impiego a lunga o breve cottura. All'interno della sella si trovano i filettini, particolarmente delicati, da rosolare rapidamente. La sella può essere cotta in unico pezzo.

**Spalla:** ottimo per un arrosto.

**Collo:** può essere cotto in umido, intero o come spezzatino.

**Lingua:** viene considerata una specialità, specie come ragout.

**Fegato:** il fegato di capriolo viene considerata una specialità da non perdere.



### **La cottura**

Eliminiamo subito un equivoco linguistico: spesso si parla di selvaggina in salmì, pensando di usare una terminologia francese e lo si accosta al *civet* francese. I termini francesi poco hanno a che vedere con la cucina italiana. Il *salmì* è piuttosto un modo di preparare una robusta salsa di vino rosso o bianco per selvatici già arrostiti, quasi sempre usata per volatili. Il *civet* è invece un modo di cottura di carni, non necessariamente marinate, con cipolle (da cui il nome) e vino e con aggiunta finale di sangue.

In Italia il termine salmì indica una preparazione in cui la carne viene marinata e poi cotta usando, almeno in parte, la marinata e quasi sempre indica una ricetta con carne tagliata a pezzi, ma l'accademica Fiamma Niccolini Adimari, nel suo *Il libro della cacciagione* (1979), quello di capriolo lo chiama civet e riserva il nome di *spezzatino* alla preparazione senza marinatura. Però per la lepre è usuale in tutt'Italia il termine salmì

mentre, se manca la marinatura, si parla di lepre stufata. In tedesco si usano i termini *ragout* e, se vi è paprica, di *gulasch*.

In Francia lo spezzatino, quasi sempre con aggiunta di patate o legumi, viene chiamato egualmente *ragoût*; nota ricetta il ragoût di cinghiale con castagne.

### **La marinatura**

A questo punto dobbiamo parlare della marinatura della carne per togliere alcuni equivoci. La marinatura non è un metodo di cottura della carne, ma un metodo per la sua conservazione e, se necessario, per ammorbidire la carne.

Si comprende così il motivo per cui il grande cuoco Antoine Beauvilliers, nella *Art du Cuisinier* (1814), dopo aver messo il cinghiale in una robusta marinata di metà acqua e metà aceto per cucinarlo dopo cinque giorni, senza poi usare la marinata, aggiunga poi che cinghiale e capriolo possono essere conservati in essa fino a sei mesi, purché la si rinnovi ogni tanto, e che il maiale, ed anche il porcellino di latte, così marinati per cinque giorni e con l'aggiunta di un po' tintura di mallo di noce, possono essere rifilati ai meno esperti come cinghiale o cinghialino!

Anche se si consulta un classico della cucina tedesca dell'ottocento, *Die Bayerische Köchin in Böhmen* (La cuoca bavarese in Boemia), 1863, si scopre che la marinatura è inserita nel capitolo sulla conservazione della carne in genere e che non se ne parla più nelle ricette per la cottura della selvaggina. Un tempo, quando non vi erano i frigoriferi e vi era la necessità di utilizzare la carne sull'arco di più giorni, si ricorreva alla marinatura, spesso prolungata fino ad una decina di giorni; allora non erano comuni le celle frigorifere in cui far maturare la carne e perciò essa si induriva durante la cottura. Un tempo inoltre non si guardava troppo per il sottile all'età dell'animale e quindi capitava di dover cucinare animali coriacei; la marinatura serviva per rendere la carne più tenera. La marinatura lunga ha però l'effetto di alterare il sapore della carne; forse riesce talvolta a coprire (cosa ben diversa dall'eliminare!) sapori troppo violenti della carne di animali vecchi, ma sono carni che è meglio lasciare ad altri! Secondo alcuni essa servirebbe ad esaltare il sapore della selvaggina, ma in realtà il forte sapore finale non è quello della selvaggina ma della marinata... selvaggia! Comunque sia, è certo che il sapore della selvaggina non deve essere esaltato, perché ne ha già a sufficienza di suo, e non deve essere coperto perché chi non lo apprezza è meglio che mangi una delle tante carni insapori che si trovano in ogni supermercato! In genere la carne di selvaggina viene dissossata perché attorno all'osso ha i sapori più forti che alcuni potrebbero non gradire.

La pratica della marinatura ha però finito per influire sul gusto dei consumatori di selvaggina ed a far considerare il sapore della selvaggina marinata come ciò che di meglio si può ottenere; conclusione del tutto errata!

In linea di massima la marinatura viene attualmente considerata una procedura antiquata. Se però vi capita una vecchia lepre oppure una coscia di un capriolo che ha saltellato per anni sui prati, non si può fare a meno di marinare la carne; il tempo minimo è di ventiquattr'ore, ma per una coscia di capriolo si può arrivare a 48 ore. Tempi superiori alterano il sapore della carne; comunque la marinata va cambiata al massimo dopo quattro giorni. Le verdure della marinata vanno buttate; una volta si usava la marinata come liquido di cottura, ma essa si è mescolata ai liquidi usciti dalla carne e può aver assunto sapori anomali; perciò ora si usa in quantità limitata e solo se non ha più di due giorni.

Numerosi sono i sistemi di marinatura utilizzati:

- quello "cotto" preparato con una miscela in parti eguali di aceto ed acqua, speziata con chiodi di garofano grani di pepe bacche di ginepro, insaporita con cipolle e sedano,

fatta bollire e poi raffreddare, per coprirci, infine, il selvatico sistemato a pezzi piuttosto grossi in un recipiente.

- quello “a crudo” con vino rosso in cui si usa, oltre agli aromi ed alle spezie, una miscela in parti uguali di acqua e vino rosso. È quella più usata in Italia, spesso con solo vino rosso oppure mescolando vino rosso e vino bianco. Nella marinata non si deve mettere sale perché esso favorisce la perdita di liquido della carne; quando si trova una marinata con il sale, questo serviva a favorire la conservazione della carne, non il suo gusto.

- quello con solo una miscela di vino rosso d’olio d’oliva in parti uguali.

- quello con solo latte, o latte acido, o latticello, da cambiare ogni due giorni.

- quello “a secco” in cui il pezzo di carne viene cosparso di sale e pepe, unto con olio, mescolato con cipolla tritata, bacche di ginepro, timo, sedano e lasciato riposare per un giorno.

La marinata va sempre conservata a bassa temperatura.

Mia opinione personale è che con carni tenere si può tranquillamente fare a meno della marinatura e si può cucinare direttamente la carne con gli aromi, le spezie ed il vino, come si fa nella cucina toscana.

Se si ritiene opportuna la marinatura, essa dovrà essere limitata a due giorni, più che altro per aggiungere sapore alla carne, che poi verrà estratta e cucinata senza fare uso della marinata o usandone molto poca.

Questo procedimento risolve anche il problema del vino da usare. Per la marinatura non è certo necessario sprecare un gran vino; è sufficiente un vino genuino secco e robusto così come hanno sempre fatto i nostri antenati che usavano il loro vino da pasto quotidiano. Invece per la cottura è senz’altro opportuno usare un vino di qualità, dando la preferenza ovviamente ai vini locali e tenendo ben conto delle loro qualità organolettiche e della bassa acidità.

I muscoli della carne prima della marinatura o cottura devono essere liberati di tendini e dalla guaina che li ricopre perché essa ostacola il passaggio dei sapori e, contrariosi, rende dura la carne. In quei rari casi in cui la selvaggina presenta un po’ di grasso, questo va tolto perché di facile irrancidimento e fonte di sapori troppo forti.

Occorre infine ricordare sempre che la carne della selvaggina è molto magra e bisogna aggiungere dei grassi animali. Procedura pressoché indispensabile, specie per le carni arrostiti o brasate, è la lardellatura che consiste nell’inserire all’interno della carne delle listarelle di lardo o di pancetta o di Speck, a seconda dei gusti. Anche se non si dispone dell’apposito strumento, ora la procedura risulta semplificata perché le listarelle possono essere congelate in frigo e quindi possono essere spinte dentro la carne senza difficoltà. È importante ricordarsi che esse vanno inserite rispettando la fibra della carne, fra una fibra l’altra senza tagli perpendicolari ad essa; se l’operazione non è fatta ad arte si può causare perdita di liquidi e prosciugamento della carne! Per pezzi piccoli o per volatili si può ricorrere anche alla fasciatura del pezzo con fette sottili di lardo o di pancetta, tenute ferme con una legatura di filo da cucina.

Sulle Alpi, nella cucina della selvaggina ben di rado si usa pomodoro, usato invece nel modo germanico; tra le poche eccezioni il capriolo alla valdostana il quale, messo per tre giorni in una normale marinata fredda, viene poi rosolato spruzzandolo abbondantemente con grappa e viene irrorato con liquido della marinata a cui è stato aggiunto qualche pomodoro

<b>Tempi di cottura</b>				
<b>Selvatico</b>	<b>Tipo di cottura</b>	<b>Forno ventilato</b>	<b>Forno normale</b>	<b>Temp. carne</b>
Coscia di cervo senza ossa	Al forno	160° 90-110 min.	175° 100-110 min.	80°
Coscia di capriolo senza ossa	Al forno	160° 80-90 min.	175° 90-100 min.	80°
Coscia di cervo con ossa	Rosolato e poi al forno	160° 40 min.	175° 45 min.	65°
Coscia di cervo con ossa	Rosolato e poi al forno	165° 25-30 min.	175° 30-35 min.	65°
Bistecca di cervo medium	Rosolato in padella	120° 12 min.	140° 12 min.	56-60°
Filetto di capriolo intero	Rosolato e poi al forno	120° 8-15 min.	145° 15 min.	54-60°
Sella di lepre con ossa	Rosolato e poi al forno	160° 18-20 min.	175° 20-25 min.	80°
Coscia di lepre	In padella	165° 75-90 min.	180° 75-90 min.	80°
Medaglioni di camoscio	Rosolati e poi riposati al forno	150° 5-8 min.	160° 8-10 min.	60°
Coscia e spalla di marmotte	Rosolati e poi in umido	150° 55-65 min.	160° 60-70 min.	95°
Petto d'anatra	Rosolato e poi in umido	160° 4-5 min.	175° 5-7 min.	56-60°

Si tenga presente che una temperatura interna di 80° si considera sufficiente per eliminare possibili organismi infettanti.

### **La cucina sulle Alpi**

Fatte queste premesse sul materiale da usare per cucinare, dobbiamo affrontare il tema specifico di questo convegno sulla cucina della selvaggina nelle Dolomiti, tendo presenti gli scambi culturali con i paesi alpini confinanti.

Come già detto, il tema è più difficile di quanto possa apparire per il fatto che si riscontra una certa uniformità di ricette in tutta l'Europa. Se ad esempio leggiamo la ricetta del cervo alla Magdalen, servito ad Oxford da circa tre secoli per la cena della Restaurazione, troviamo che ben poco si discosta dalle ricette italiane moderne. Una sella di cervo viene marinata per 4-7 giorni con aromi e verdure e vino di Borgogna, viene ben rosolata nel grasso e poi si riversa su di esso il liquido della marinata e lo si fa ridurre a metà del suo volume; dopo di che viene messo al forno in un recipiente con coperchio è cotto 160° fino a che la carne sia tenera. Si serve con la salsa fatta con il fondo di cottura, gelatina di ribes e porto. Come contorno castagne e cipolline glassate e funghi saltati.

Sicuramente col tempo si è un po' modernizzata, ma la struttura della ricetta corrisponde perfettamente a quelle usate in Francia o in Austria o in Italia. Perciò la ricerca sulla cucina nelle Dolomiti non può portare a scoprire se non delle varianti di sapore e le modifiche portate dal tempo.

E qui casca l'asino, perché la maggior parte dei ricettari, anche se recano il nome di cuochi famosi, vengono compilati da letterati che non sono mai stati davanti ai fornelli e



non sanno distinguere la ricetta tradizionale dalle variazioni introdotte dai cuochi; perciò si trovano spesso tempi di marinatura e di cottura del tutto incongrui (ad esempio tre ore di cottura per uno spezzatino di capriolo!), ingredienti sconosciuti nell'ambiente in cui è nata la ricetta, uso spropositato della panna, eccetera.

### **La Svizzera**

Iniziamo dalla Svizzera la cui cucina ha influito tramite i Grigioni, l'Engadina e la Valtellina, sulla cucina della provincia di Bolzano.

Gli svizzeri hanno sviluppato una forma di salmì indicato dalla parola "pfeffer" combinata poi con il nome del selvatico; troviamo quindi il Rehpfeffer di capriolo, lo Hirschpfeffer di cervo, e così via; tradotto in italiano si dovrebbe dire "impepata" di cervo di capriolo, ma in realtà si tratta solamente un salmì molto forte e molto concentrato, tanto da sovrastare quasi completamente il sapore della selvaggina. Il pepe vi compare in misura del tutto normale. Ecco qui la ricetta tipica svizzera:

Per la marinata prendere mezzo litro di vino rosso robusto (ad esempio Veltliner), mezzo litro di aceto di vino rosso, una cipolla tagliata a metà, una foglia di alloro, un ramo di ginepro, cinque bacche di ginepro, un rametto di larice, tre semi di coriandolo, tre foglie di salvia e un rametto di timo. Inoltre 2 kg di carne di capriolo tagliato a grossi dadi, due cucchiaini di burro, una carota tritata, un pezzo di sedano rapa tritato, due cucchiaini di farina, sale e pepe macinato al momento, 2 dl di sangue di capriolo (in mancanza, di maiale).

Tutti i componenti della marinata, salvo il sale, vengono portati a ebollizione e poi quando sono pronti vengono versati sulla carne; qui vengono lasciati per 10 giorni rivoltandogli ogni giorno e curando che essi rimangano sempre coperti dal liquido. La carne viene poi tolta dal liquido, scolata accuratamente rosolata con il burro; si aggiungono sedano e carote, si cosparge con la farina, si aggiunge il liquido della marinata filtrato, si aggiustano sale e pepe e si cucina in forno a 200° per un'ora. Si toglie la carne, si riduce a metà il sugo, vi si aggiunge il sangue e la panna, si fa cuocere appena e poi si versa sopra la carne.

Come si vede siamo di fronte ad una marinata ricca di aromi, prolungata al massimo, resa acida dall'aceto (usato probabilmente per questione di prezzo), ancora più concentrata con la riduzione e con l'aggiunta del sangue, così da dover poi essere un po' sistemata con la panna; come si sa questa è un potente aiuto per sistemare gli errori dei cuochi! È una ricetta antiquata, che non consente di gustare il genuino sapore della carne e che produce un sugo acidulo; unica idea veramente particolare quella della aggiunta dei rametti di larice e di ginepro che danno al sugo una sfumatura resinosa.

Si noti che al Nord non vi è l'uso di condire lasagne e pappardelle con il sugo del salmì e quindi non viene richiesto un sugo consistente, con frammenti di carne.

### **Valtellina e Valchiavenna**

Se dalla Svizzera scendiamo verso la Valtellina e la Valchiavenna, sue naturali e storicamente ricche propaggini, la situazione non muta di molto: mi è capitato di mangiare salmì con la carne sminuzzata dall'eccessiva marinatura e cottura e con un eccesso di aromi e spezie che avrebbero prodotto lo stesso sapore anche con la carne di tacchino!

Una ricetta tradizionale per il camoscio è la seguente:

Carne di camoscio kg. 2 - vino rosso litri 2 - cipolla 1 e mezza - basilico 1 piantina - timo 1 rametto - fegato, polmone e cuore del camoscio - burro gr. 150 - spezie miscelate 1 cucchiaino - noce moscata mezza - brodo già pronto. (Per 6 persone)

Per preparare questo particolare salmi si può usare qualsiasi parte del camoscio, con l'unica accortezza di togliere dalla carne tutto il grasso.

Poi si proceda così: si metta la carne, tagliata a pezzetti, in fusione nel vino che deve essere - possibilmente - piuttosto alcolico e scuro. Si triti grosso una cipolla con una manciata di foglie e di basilico e un rametto di timo. Si spappolino il fegato, il polmone e il cuore del camoscio. Il tutto, la carne, il tritato e le frattaglie, rimescolato nel vino, si lasci in fusione in apposito recipiente coperto per quattro o cinque giorni.

Per cucinare la carne così pronta, in una pentola, si faccia prima il soffritto con il burro e la cipolla. Rosolato molto bene, vi si aggiunga lentamente il vino dell'infuso, unendovi pure un cucchiaino di spezie miscelate e mezza noce moscata. Indi, si lasci cuocere, da un'ora ad un'ora e mezza, a seconda dell'età del camoscio.

Se il salmi si asciuga troppo, vi si versi man mano del brodo già pronto, fino a che l'intingolo non diventa più spesso.

Come si vede la marinata e il suo uso sono corretti e vi è solo da lamentare l'eccessivo uso di spezie. Una interessante novità è la sostituzione del sangue, non più reperibile ai tempi moderni, con le frattaglie finemente tritate, utile per render corposo e saporito il sugo, nonché l'abbandono della nordica panna.

Un'interessante ricetta è quella che segue per cucinare un intero cosciotto di camoscio (ma si può usare anche per il capriolo non più giovane). Da notare l'uso di pancetta o lardo, pressoché indispensabili in intingoli di selvaggina, e l'uso del cacao per la salsa finale, il che è un uso moderno.

Un cosciotto di camoscio da kg. 2 - pancetta tesa gr. 50 - cacao amaro in polvere gr. 15 - carote gr. 125 - cipolle gr. 125 - sedano gr. 125 - spicchi d'aglio 1 - bacche di ginepro 1 - chiodi di garofano 2 - foglie di lauro 1 - cannella 1 pezzetto - grani di pepe nero 5 - panna 1 decilitro - vino Sassella o Inferno una bottiglia - grappa ¼ di decilitro - olio - sale. (Per 6 persone)

Disossata la coscia di camoscio e legatala con uno spago, la si metta a marinare con tutte le verdure (a pezzi) e le spezie per ventiquattro ore, in un luogo fresco.

A marinatura avvenuta, si sgoccioli la carne e le verdure. Si facciano rosolare queste ultime con la pancetta tagliata a dadini in cinque cucchiainate d'olio per circa 15 minuti. Indi, si unisca il cosciotto e lo si faccia rosolare per mezzora circa. Si irrori il tutto con il vino della marinatura, si sali e si lasci cuocere a fuoco moderato per tre ore circa. Quando la carne sarà cotta, la si tolga dalla casseruola.

Si faccia cuocere ancora il fondo di cottura finché il liquido sarà totalmente evaporato. Quindi, si passi il tutto al setaccio. Si rimetta al fuoco la salsa ottenuta aggiungendo il cacao in polvere disciolto nella panna liquida. La salsa può essere resta consistente e saporita cuocendovi dentro rapidamente un etto di fegato di camoscio o, in mancanza, di agnello. Appena la salsa comincia a bollire si unisca la

grappa e si tolga subito dal fuoco la casseruola. Si affetti, la coscia, irrorandola con la salsa. Si accompagni il cosciotto con polenta.

Da segnalare la ricetta delle Costolette di capriolo allo Stelvio, marinate in vino bianco e aromi senza spezie, per 24 ore, e poi infarinate e rosolate rapidamente nel burro. Bagnare con marsala ed aggiungere una pestata di lardo. Infine coprire il tutto con il sugo della marinata passata per un colino e portare a cottura.

### **Austria**

Questa panoramica sulle zone culinarie attorno alle Dolomiti non può che terminare con la cucina dell'Austria. Il mondo germanico ha una grande cultura venatoria e un territorio che è stato gestito da sempre con amore e intelligenza. La gestione della caccia, attenta a mantenere il giusto equilibrio fra il numero dei selvatici e le esigenze del bosco e dei terreni coltivati, ha consentito, anche che il passato, di cacciare ungulati in grande quantità e di soddisfare le richieste della ristorazione di qualità. Perciò non deve sorprendere il grande numero di ricette elaborate nelle famiglie nobili e nei grandi alberghi e che non hanno pari in altri paesi europei. Le Dolomiti sono state per secoli sotto il dominio dell'Austria e perciò è del tutto naturale che la cucina locale ne sia stata influenzata

Per ora ci limitiamo ad esporre le caratteristiche particolari di queste ricette nel preparare i piatti comuni sulle Alpi.

Vediamo a titolo di esempio la ricetta austriaca per lo stufato di selvaggina in genere.

Si prende circa un chilo di carne selvaggina un etto di pancetta stagionata a dadini, olio, carote, sedano, porto, quattro piccole cipolle o scalogni, un cucchiaino di concentrato di pomodoro due pomodori freschi, un bicchiere di vino rosso, acqua o fondo di cottura, quattro bacche di ginepro un rametto di timo quattro foglie di salvia, sale e pepe, 2 dl di panna acida un cucchiaino di farina, prezzemolo. Si rosola la pancetta nell'olio, poi la carne, si aggiunge il resto regolando il liquido con il brodo. Quando la carne è cotta, si fa scaldare la panna con la farina, si regola sapore e si aggiunge il prezzemolo.

Da questa ricetta già si vedono le caratteristiche della cucina austriaca: l'aggiunta di pomodoro, l'uso del fondo di cottura, l'uso della panna acida.

Nel valutare le ricette straniere si tenga sempre presente che solo in Italia vi è la necessità di ottenere un sugo speciale per condire fettuccine o pappardelle o polenta quali primi piatti, il che spiega alcune differenze; in altri paesi il sugo serve per tenere morbida la carne e per essere combinato con il contorno messo nel piatto assieme alla carne (riso, polenta, gnocchetti di farina, patate, canederli).

La stessa ricetta può essere fatta mettendo la carne a marinare per 12 ore; il liquido della marinata viene usato per stufare poi la carne.

Uso comune è quello di aggiungere alla fine al sugo, con o senza la panna acida, due cucchiaini di marmellata di mirtilli rossi o di ribes.

Un accompagnamento molto apprezzato e diffuso è la pera tagliata a metà, bollita in vino bianco, miele, chiodi di garofano, e servita con sopra un cucchiaino di marmellata di mirtilli rossi.

## **Alto Adige**

Rientriamo definitivamente in Italia e vediamo la situazione in Alto Adige e Trentino. Le Dolomiti ricomprendono, per l'Alto Adige, la Val Gardena e la Val Pusteria (Dolomiti di Sesto) e, per il Trentino, la Val di Fassa, la Valsugana fino alle Alpi di Primiero e le Dolomiti del Brenta.

Dopo aver stabilito che le ricette di un tempo rispondevano ad esigenze e criteri non più attuali, lasciamo da parte le robuste marinate di un tempo, che ben poco si distinguono fra di loro (per il risultato) in tutto il territorio alpino, e passiamo direttamente alla cucina attuale.

L'Alto Adige ha ovviamente conservato la sua cucina tipicamente austriaca che non è stata influenzata granché dalla cucina tedesca; quindi ciò che abbiamo appena esposto sopra vale appieno per l'Alto Adige. Si consideri poi che l'elevato afflusso di turisti in ogni periodo dell'anno ha portato come naturale conseguenza ad una standardizzazione del gusto, con metodi di preparazione che hanno soppiantato le antiche ricette casalinghe dei cacciatori.

Riporto come esempio tre ricette tratte da un testo molto diffuso in Alto Adige e scritto dalla cuoca Hanna Perwanger nel 1986.

**Coscia di camoscio o di capriolo (sette-otto persone)**

Ingredienti: un chilo e mezzo di carne, mezzo sedano rapa, due rape gialle, prezzemolo, una cipolla due pomodori, due cucchiaini di burro due di olio, Speck per lardellare sale e pepe, un po' di cautela vino bianco, rosmarino, salvia, bacche di ginepro, buccia di mezzo limone, un cucchiaino di capperi un cucchiaino di farina, un po' di brodo, tre cucchiaini di panna.

Tritare le verdure e rosolarle nell'olio e burro; aggiungere la coscia lardellata, salata, pepata e mettere al forno a 250° fino a che prende colore; poi ridurre la temperatura a 180-200° e cuocere per circa un'ora e mezza. Quando la carne non rilascia più liquido, aggiungere la buccia limone, i cauti, il rosmarino e la salvia, le bacche di ginepro e di capperi e cuocere per un po'. Tenere la carne in caldo e tagliarla solo al momento di servirla. Spolverare il fondo di cottura con la farina, bagnare con il brodo e far cuocere qualche minuto; passare al setaccio la salsa ed insaporirla con sugo di mirtilli rossi, panna e succo di limone.

**Arrosto di capriolo marinato (sette-otto persone)**

Per la marinata: 1 litro e mezzo di acqua un quarto di aceto una foglia di alloro mezza cipolla due rape gialle mezzo sedano rapa uno spicchio d'aglio due chiodi di garofano cinque grani di pepe schiacciati, un po' di pimento, maggiorana bacche di ginepro, noce moscata

ingredienti: un chilo e mezzo di carne di capriolo, olio, sale, burro, 50 g di speck, una foglia di alloro, rosmarino, salvia bacche di ginepro, un quarto di vino rosso, un bicchiere di marsala, due cucchiaini di farina, mezza tazza di panna acida, brodo di carne.

Mescolare gli ingredienti per la marinata e farli sobbollire per un'ora; farla raffreddare e versarla sulla carta e ben unta con olio; lasciarla riposare al fresco per 34 giorni. Togliere la carne dalla marinata e metterla per circa due ore nel latte.

Asciugare la carne salarla e rosolarla bene. In una padella scaldare olio e burro aggiungere lo specchio, gli aromi e la carne già rosolata e portare a cottura len-

tamente, nella padella con coperchio, rigirando spesso la carne. Quando comincia ad asciugare aggiungere vino e marsala e un mestolo del liquido della marinata. Quando la carne è cotta toglierla e tenerla in caldo dopo. Riportare a bollitura il liquido, cospargerlo di farina, aggiungere la panna e il brodo e passare poi al setaccio.

#### Medaglioni di cervo

Ingredienti: filetto di cervo, sale, pepe, un po' di brandy, olio e burro.

Tagliare il filetto infette di circa 4 cm di spessore, salarle e peparle bagnarle con il brandy; rosolare da entrambi i lati in olio e burro curando che all'interno la carne rimanga rosa (occorreranno circa cinque minuti per lato).

In Alto Adige la normativa venatoria consentirebbe di cucinare anche la marmotta, il gallo cedrone, il gallo forcello, ma non sono animali che si trovano in commercio e perciò tralascio di parlarne. Il cinghiale fino ad ora non è ancora riuscito ad insediarsi in Alto Adige e perciò non sono state sviluppate ricette per la sua cottura.

Nel valutare questo tipo di cucina in Alto Adige si devono considerare i particolari usi alimentari dei sudtirolesi. Essi non sono affatto inclini a mangiare animali da cortile e volatili; i polli venivano allevati solo per le uova, i conigli venivano mangiati di rado e ciò avveniva anche per fagiani e lepri. I cacciatori non usavano armi a canna liscia le reti e così non si cacciavano usualmente volatili ed erano sconosciute delizie come la pernice o la beccaccia o la "polenta e osei". Per contro in Trentino (ad es. il Valsugana) erano diffusi i roccoli che in un anno consentivano di catturare oltre 30.000 uccelletti di passaggio ciascuno. E non è che l'anno successivo ce ne fossero di meno, perché non erano ancora arrivati gli insetticidi a distruggere tutti gli insetti con cui vengono alimentate le nidiate.

### **Trentino**

Anche la cucina trentina come quella di tutte le Alpi, è stata una cucina povera, costretta ad esportare i prodotti di qualità per poter sopravvivere. Spesso si parla del notevole influsso che avrebbe avuto sulla cucina il periodo di vent'anni in cui si tenne il Concilio di Trento, con grande afflusso di alti prelati e dei cuochi al loro servizio, ma non è facile ritrovarne le tracce. Si favoleggia del grande influsso del cuoco estense Cristoforo da Messisbugo e del suo collega Martino, ma di certo non ce n'è traccia nelle ricette locali successive; e per quanto riguarda la selvaggina Maestro Martino fa bollire caprioli e cervi e il suo allievo Cristoforo fa bollire persino fagiani e pernici!

Scriva il maestro Martino:

De la carne del cervo la parte denanzi è bona in brodo lardieri, le lonze se potono far arrosto, et le cosse son bone in pastello secco o in polpette. Similmente è bona la carne del capriolo. Carne de porco salvatico vole esser in peperata, o in civero, o in brodo lardieri. Carne de lepore è tutta bona arrosta, ma la parte de drieto è migliore, et la parte denanzi è bona in sapore, come è dicto. Carne de coniglio è meglio arrosto che in niuno altro modo, et li lumbi sonno la miglior parte di esso. Carne di urso è bona in pastelli. .... Pavoni, fasani, coturnici, starni, galline salvatiche, pedarelli, quaglie, turdi, merule et tutti li altri boni ucelli vogliono esser arrosto.

Per fare bello arrosto de pollastri, de capponi, de capretti, o de qualunque altra carne che meriti esser arrosta: prima, se fosse carne grossa, fagli trare un boglio, excepto se fosse de vitello giovine, et poi lardala, come se fanno li arrosti; se fosse cappone, fasano, pollastro, capretto, o qualunch'altra carne, che meriti arrosto, fa' che sia ben netta et polita, poi mettila in aqua bollente, et subito cavala fore, et ponila in aqua fredda, et questo se fa aziò che sia più bella, et meglio se possa conciare; poi lardala, zioè con lardo baccuto, et altre chose convenienti odorifere onta bene, secondo el gusto del tuo Signore; et dentro se te piace gli poni de bone herbe con prune secche, marasche, et viscioli o, in tempo, de l'agresto, et altre chose simile; poi mittila ordinatamente nel speto, et ponila al foco, et daglilo nel principio ad ascio ad ascio, perché sia bello et bono arrosto se deve cocere pian piano; et quando ti pare che sia presso che cotto, piglia un pane bianco, et grattugialo menuto, et con esso pane mescola tanto sale quanto te pare necessario per lo arrosto; poi gitta questa mescolanza de pane et de sale sopra lo arrosto in modo che ne vadi in ogni loco; poi dalli una bona calda de foco, facendolo voltar presto; et in questo modo haverai el tuo arrosto bello et colorito. De poi mandalo a tabula; quanto più presto, è meglio.

Per fare bona peperata de capriolo, o lepore, o porco salvatico, o d'altra salvagina, piglia tanta aqua, quanto vino roscio, et lavavi bene drente la carne; dapoi passa questa lavatura per la stamigna agiongendoli tanto sale quanto te pare necessario; et poni a cocere la carne in la dicta aqua et vino; et quando è cotta cacciala fora, et volendone fare duo piattelli, tolli una libra et meza de uva passa, et falla pistare molto bene, et toglit altrettanto pane tagliato in fette bruscolato bene sopra la graticula, et ben mogliato in bono aceto pistalo insemi con dicta uva passa, et potendo havere del sangue, overo la coratella de la salvagina, sarebe optimo pestarla con queste chose, le quale ben peste se deve distemperare col brodo di questa carne, con un poco de sapa, zioè vino cotto in mosto, et coll'aceto dove è mollato el pane; dapoi passa questa materia per la stamigna in una pignatta, giungendoli spetie, pepero, garofali et cannella, over cinnamomo, secondo te parrà necessario; et questa peperata falla forte o dolce de aceto, et de spetie, secondo el gusto commune, o del tuo Signore. Dapoi falla bollire per spatio de meza hora sopra la brascia, in modo che non habia più foco da una parte che dall'altra, menandola spesse volte col cocchiario; dapoi frigi la carne predicta con bono lardo, et spartila ne li piattelli, et coprila de la prefata peperata la qual quanto è più negra tanto è più bella.

Per far brodo lardiero de ogni carne salvacina: in prima lava la carne in bono vino bianco mescolato con altrettanto aqua, et passa la lavatura per la stamigna, con la quale ponirai a cocere la dicta carne, agiongendovi bona quantità de lardo, tagliato in pezoli piccoli come dadi da giuocare, et ponigli etiamdio bona quantità de salvia rotta con mano in tre o in quattro pezi; et quando è presso che cotta, poneraili de bone spetie, come se dice de sopra. Et per far che 'l brodo sia un poco spesso, toglit duo o tre rosci d'ova, secondo la quantità et altrettante fette di pane ben bruscolate al foco, et non troppo o niente abbruscate, ma solamente sec-

che, et fane polvere; poi toglì un poco de brodo, et distempera queste chose insieme, et ponile nel brodo; et possendo haver del sangue overo la coratella de la salvacina, pestala bene, et ponila a cocere nel prefato brodo, el serrà assai migliore. Ma nota che se del dicto brodo tu vorrai fare piattelli, la carne vole esser tagliata in pezi grossi de una libra o di meza; et volendone fare minestre, vole esser tagliata minuta. Nota etiamdio che la carne da far peperata, et da far brodo lardiero, se coce in la lavatura per non perdere quel sangue che esce fuori lavandola.

Per fare civero de carne salvacina: in prima coci la carne in aqua miscolata con altrettanto aceto, et come è cotta cavala fori del brodo, aziò che se sciucchi. Asciutta che serrà frigila in bono lardo; et volendo fare duo piattelli del dicto civero, toglì una libra de uva passa, et meza libra de amandole senza mondarle, et pista bene queste chose. Dapoi toglì una libra de pane tagliato in fette, et siccato al foco, ma non troppo bruscolato, et ponilo a mollo in uno poco de vino roscio, et pistalo con le predicte chose, poi distemperale col brodo de la dicta carne, et passale per la stamigna in una pignatta, et ponila su la brascia longi dal foco, facendola ben bollire per spatio de meza hora; dapoi vi metti zenzevero, et cannella assai, che sia dolce o forte secundo el commune gusto, o del tuo Signore. Dapoi tolli una cipolla, et cocila in una pignatta con bono lardo tagliato menuto; et come la cipolla è cotta pistala et macinala molto bene, et ponila insieme col lardo, nel qual è cocta; et metti ogni chosa in la pignatta ne la qual sono le chose predicte, lassandola bollire anchora un poco più; poi fa li piattelli de la prefata carne, et de sopra gli metti de questo civero, et mandali a tabula.

Per far pastello de carne de cervo o de capriolo: in prima taglia la carne in pezi grossi come due pugna, et fagli trare solamente un buglio in aqua mischiata con altrettanto aceto et con sale secondo il bisogno. Dopo cavala fore et ponila in luocho che l'umor del bruodo esca fuori et si sciucchi un pocho la dicta carne. Dopo toglì peperone et cannella pulverizata insieme, giognendoli del sale secondo la quantità de la carne, et toglì de buon lardo et fanne lardoni, et avoltali ne le spetie predicte et inlarda bene per longo la dicta carne. Et habi de garofoli sani, et piantane molti da ogni canto in la dicta carne, la quale etiamdio vole essere bene involtata in le dicte spetie. Dapoi toglì de bona farina et fa' la crosta un pocho più grossa che quella de le lasagne. Et ad ogni pezzo di carne fa' la sua spoglia di tale crosta et ponila accocere nel forno adagio adagio et vole essere ben cotta; et simili pastelli se possono conservare quindici dì et etiamdio un mese.

Cristoforo da Messisbugo non parla più degli arrostiti e i fagiani li utilizza solo per fare potacchi o terrine; si favoleggia che egli a Trento abbia creato un pasticcio di maccheroni con intingolo a base di selvaggina, ma non ne ho ritrovato traccia, forse perché egli nella sua ricetta non usava carne di selvaggina, ma di piccione!

Questa scarsa influenza della cucina del Concilio è facilmente spiegabile con il fatto che trattasi di ricette rivolte ad arricchire i piatti con componenti costosi (spezie, zucchero, frutta secca) e buoni solo ad alterare il sapore genuino del prodotto base, cosa che di certo non poteva essere imitata da borghesi e contadini. Perciò i miglioramenti nella

cucina trentina sono dovuti ad apporti dalle zone confinanti ed in particolare dal Sudtirolo che ha fatto da filtro per la cucina austriaca.

Una particolarità di ricettari trentini, anche del passato, è la presenza di numerose ricette per la lepre e l'apprezzamento di questo animale trova diretta conferma nei numerosi bandi del principato vescovile per regolarne i periodi di caccia e vietare il malvezzo di inseguire le lepri sulla neve, oppure tendere tagliole e schiacce (speciali gabbie per la cattura) e lacci di filo di ferro fissati nel terreno; veniva anche proibito di tenere in casa i lacci per la cattura delle lepri. Dal che si ricava anche che i buoni villici non avevano bisogno delle ricette di Cristoforo per gustarsele!

Ecco alcune ricette del settecento raccolte da Aldo Bertoluzza nella sua opera in più volumi "De coquina"

#### Camoscio arrosto (1791)

Se volete preparare la carne arrosto, lardellatela, facendola cuocere nello spiedo e spergociatela (spruzzatela) spesso con del burro liquefatto. Quando è cotta servitela con una salsa preparata con del lardo pestato e fritto con un po' di burro, aggiungendovi del pane di segale grattugiato, mezzo bicchiere di vino bianco o nero, mezzo bicchiere di vino cotto e altrettanto di brodo, scorze di Umone, garofani, cannella, noce moscata, facendo tutto bollire e versando la salsa nella carne cotta allo spiedo. Se lo volete preparare a stufato adoperate la salsa sopra descritta, mettendola a bollire assieme alla carne, facendo attenzione che non rimanga troppo asciutta, aggiungendo al bisogno qualche goccio di brodo. Un ultimo avvertimento: se la carne di camoscio ha un accentuato odore di selvatico è necessario broarla, ossia dare una forte scottatura nell'acqua prima di riporla nella salsa per preparare lo stufato.

#### Concia per la lepre

Occorre preparare del lardo, tagliato minutamente a piccoli quadri, al quale unirte del pane grattugiato. Si farà friggere tutto insieme, sino a quando avrà assunto un bel color rossastro. Si unirà, infine del brodo di carne, un po' d'aceto, oppure succo di limone, oltre ad alcune scorzette dello stesso limone, dei capperi, noce moscata e garofani, facendo bollire tutto assieme in uno speciale tegame di terracotta. Quando avrà raggiunta una completa bollitura si versa questa salsa sopra la lepre già cotta allo spiedo, o arrosto. In questo caso si tratta di una salsa particolare da utilizzare come condimento alle carni in precedenza cotte. Viene infatti indicato, forse impropriamente, il termine dialettale coriza, nel senso di preparare una salsa, chiamata dai Toscani pinzimonio. Per far la conza al levro si intendeva anche quell'operazione che serviva a marinare la lepre.

Da tre ricettari moderni da noi presi in esame è facile ricavare una casistica assai interessante sulla maniera di preparare la lepre, da considera un piatto tipicamente trentino, menzionato anche in diversi dizionari specifici.

#### Lepre alla Trentina

Questo piatto se cucinato il giorno prima, raggiunge il suo massimo. Accompatelo con la polenta.



Ingredienti Per 4 persone: 1 lepre da 1.5 Kg scuoiata, eviscerata, lavata ed asciugata e le sue interiora; 50 gr di uvetta; 50 gr di burro; 50 gr di lardo; 50 gr di pinoli; brodo di carne; aceto q.b.; 2 litri vino Marzemino; olio di oliva; farina; pangrattato; 1 pizzicone di cannella; 4 chiodi di garofano; rosmarino, salvia, alloro, ginepro; una cipolla; 1 limone; zucchero; sale e pepe;

Procedimento: Tagliate la lepre a pezzi, facendo attenzione a farlo nelle giunture per non scheggiare le ossa, e metteteli in una terrina con un rametto di rosmarino, un ciuffo di salvia, qualche bacca schiacciata di ginepro, due foglie di alloro, mezza cipolla, due cucchiainate di aceto, la scorza di mezzo limone e ricopriteli col vino. A parte ricoprite con dell' altro vino il cuore, i fegati, i polmoni ben puliti, le spezie, l' uvetta , i pinoli, la scorza di limone e un cucchiaino di zucchero. Lasciate riposare coperto in luogo fresco o in frigo per due giorni. Tritate la restante mezza cipolla e fatela rosolare con il burro e 2 cucchiainate di olio, quindi unite i pezzi di lepre scolati dalla marinata e impanati con farina e pan grattato. Aggiungete le frattaglie tritate e, tutto il loro vino, Tagliate la lepre a pezzi, facendo attenzione a farlo nelle giunture per non scheggiare le ossa, e metterli i una terrina con un rametto di rosmarino, un ciuffo di salvia, qualche bacca schiacciata di ginepro, due foglie di alloro, mezza cipolla, due cucchiainate di aceto, la scorza di mezzo limone, coperti dal vino. A parte mettete il cuore i fegati e i polmoni ben puliti con le spezie uvetta e pinoli, scorza di limone, un cucchiaino di zucchero e coprire con il vino. Lasciate riposare coperto in luogo fresco o in frigo per due giorni. Tritate la restante mezza cipolla e fatela rosolare con il burro 2 cucchiainate di olio, quindi unire i pezzi di lepre scolati dalla marinata e impanati con farina e pan grattato. Aggiungete le frattaglie tritate, tutto il loro vino, e quello che c'è dentro. Salate e pepate e cuocete a fuoco basso aggiungendo, quando occorre, del brodo di carne o del vino filtrato della marinatura. Salate e pepate e cuocete a fiamma moderata aggiungendo quando occorre del brodo di carne o del vino filtrato della marinatura.

La ricetta migliorerebbe con l'uso del sangue della lepre, ma ben si può comprendere come ai nostri tempi sia difficile trovarsi in cucina una lepre uccisa da poche ore.

Invece la ricetta del capriolo in salmi non si discosta dalle ricette tradizionali che abbiamo già visto in cui si usa una marinatura di un giorno e la sua successiva cottura usando solo un mestolo di essa; alla fine la panna e la marmellata di mirtili. Quindi un risultato alquanto delicato.

In un libro moderno (1996) trovo una “invenzione” culinaria e cioè la famosa *carne salada* del Trentino, fatta con la carne di cervo o di camoscio, sicuramente da raccomandare.

La ricetta è purtroppo “giornalistica” e ve la risparmio, e riporto la vera ricetta tradizionale per la carne di manzo.

#### Carne salata

Ingredienti: 2 kg carne, 30 gr. sale grosso, 6 gr pepe nero macinato, 6 gr. di aglio affettato, 3 gr di bacche di ginepro, 6 gr di salvia, 5 gr di rosmarino, 3 foglie di alloro.

La fesa viene ripulita da nervetti pellicine e guaine e tagliata in pezzi compatti del peso di circa 2 o 2,5 chilogrammi; poi viene sottoposta alla salagione a secco, durante la quale viene cosparsa con sale, aromi e spezie (pepe nero, aglio, rosmarino, alloro, salvia, bacche di ginepro) e massaggiata per consentire un

migliore assorbimento di questa miscela. Si prosegue quindi con macero nella salamoia, formata dallo stesso liquido della carne che dovrebbe essere sufficiente; la carne rimane nella salamoia per non più di 15 giorni (oltre potrebbero iniziare processi di putrefazione superficiale con odore non gradevole). La salamoia viene fatta in un recipiente non di metallo e la carne viene coperta con un asse su cui vengono posti dei sassi. Durante questo periodo la carne deve essere rigirata tutti i giorni, avendo cura di portare in alto, e viceversa, i pezzi bassi e di aggiungere, se necessario, salamoia preparata a parte con acqua, sale ed aromi così da consentire ai pezzi di carne di essere sempre bagnati dalla salamoia. L'ultimo giorno aggiungere un bicchierino di grappa. Quando viene tolta dalla salamoia la carne va utilizzata rapidamente oppure messa sottovuoto. Si può congelare e conservare anche per un anno.

Per carne di camoscio o di cervo, in pezzi di minor peso rispetto al manzo, la carne può essere lasciata in salamoia qualche giorno di meno.

### **Bellunese e Oltre Piave**

Così giunti quasi alla fine del nostro percorso e dobbiamo parlare delle Dolomiti in provincia di Belluno e delle Dolomiti friulane o d'Oltre Piave; purtroppo non ho esperienza diretta della cucina di queste zone, ma dallo studio delle ricette è facile comprendere che esse rientrano fra quelle che hanno subito l'influsso austriaco.

Le ricette tradizionali per il salmì di cervo o di capriolo si discostano ben poco da quelle già viste per le altre zone, con l'impiego di trattamenti tradizionali, attualmente ben poco giustificabili e che in effetti sono abbandonati nelle ricette più recenti. Le ricette prevedono largo impiego di vino rosso (2 litri per 1 kg di carne!), largo impiego di aceto rosso (3 dl), la salatura della marinata, l'impiego di tutto il liquido di marinatura e cottura, nonché degli aromi e le spezie in esso, per fare la salsa; tutte cose ormai sconsigliate; è chiaro che la salsa non può che risultare estremamente acida e poco gradevole e nulla si fa per cercare di ammorbidirla.

Non molto diversa la ricetta friulana per il camoscio in cui però si usa un terzo della quantità di vino e di aceto e non si usano gli aromi della marinata; però la marinatura è ancora di una settimana.

Una particolarità della cucina ampezzana e friulana è l'uso in quantità maggiore che negli altri luoghi delle bacche di ginepro; uso senz'altro da condividere.

Scorrendo i ricettari ho potuto notare per queste due zone il distacco dalle ricette tradizionali in favore di piatti moderni di selvaggina. Mi piace ricordare:

- lo **spezzatino di capriolo con funghi**, cubetti di carne insaporiti nel vino per sei ore con timo al loro buccia d'arancia e poi rosolati in padella con pomodori, poco vino della marinata, con aggiunta finale dei funghi porcini.

- **Il cinghiale alle mele**, una spalla di cinghiale rosolata con aglio olio e rosmarino e un bicchiere di vino bianco, cucinata lentamente per due o tre ore aggiungendo poco brodo; due mele renette a fette cotte per una decina di minuti assieme alla carne e poi utilizzate per fare la salsa con il fondo di cottura.

- **Medaglioni di cervo alle erbe con salsa di ginepro**, in cui le fette di filetto rosolate rapidamente in padella vengono condite con il loro sugo a cui è stato aggiunto un bicchierino di grappa al ginepro.

- **La sella di capriolo al ginepro e funghi** , in cui la sella viene prima rosolata e poi arrostito nel forno a temperatura da servire poi con funghi trifolati con bacche di ginepro, aglio, prezzemolo, e una spruzzata di gin.

### **Conclusioni**

Dopo questa panoramica sulla cucina della selvaggina delle Dolomiti, panoramica che in sostanza si è dimostrata valida in via generale per quanto concerne le modalità di cottura, si possono trarre delle conclusioni.

Il modo di cucinare la selvaggina sta cambiando ed il motivo principale sta nel fatto che è cambiata la materia prima. Attualmente non si tratta più di rendere mangiabili delle carni troppo spesso difettose, ma è doveroso portare in tavola solo carni perfette in relazione all'età del selvatico, alle modalità di uccisione, alle modalità di sventramento e trasporto, alla corretta catena del freddo per la sua conservazione. Se si usano carni perfette non vi è bisogno di marinature; salvo per quel minimo di tempo che può servire per far penetrare un po' di aromi della carne, non vi è bisogno di annegare la carne nel vino rosso o nell'aceto, che rendono il piatto acido, oppure di sovraccaricarla di spezie che tolgono il sapore genuino della buona carne.

Dopo aver faticato per giungere a questa conclusione, e dopo aver già finito la presente relazione, sono rimasto a bocca aperta quando ho potuto consultare l'opera di Katharina Prato, *Die süddeutsche Küche (La cucina della Germania meridionale)*, tradotta anche in italiano per le zone di lingua italiana dell'Impero Austroungarico con il titolo *Manuale di cucina*. La Prato, austriaca di Graz sposata con un funzionario Prato-bevera di origini brianzole, è stata un po' l'Artusi della Baviera e dell'Austria creando un ricettario pensato non per i nobili, ma per i borghesi possidenti; dalla prima edizione del 1858 in poi, fino ai primi anni del novecento, continuamente corretto ed aumentato, vendette oltre 500.000 copie in più lingue. Ebbene in questo libro la Prato scriveva: *la selvaggina deve essere marinata solo se la carne è di animali vecchi e duri oppure se deve essere conservata a lungo. Carni buone e tenere perdono con la marinatura il suo tipico sapore e i succhi nutrienti; la marinata va comunque cambiata ogni giorno*. Purtroppo per altri 150 anni la cucina dei bracconieri ( di coloro che usano sempre le ricette della nonna perché ritrovano i sapori a cui sono abituati) ha prevalso sulla cucina colta.

Una nuova cucina offre ampie possibilità ai ristoratori che possono proporre ricette con carne morbida e rosata, invece che con carni asciugate da ore di cottura e ricoperte da sature salse, famigerate per la loro scarsa digeribilità. È possibile con ciò che non si accontentino appieno i laudatori del tempo passato, pronti a giurare che al loro paese, la loro nonna (la mia compresa!) riusciva cucinare la selvaggina in modo indimenticabile, ma si potrà far comprendere agli altri che il capriolo è solo un delizioso vitello e che il cervo è solo un manzo saporito e senza grassi, con la differenza che trattasi di animali veramente biologici, cresciuti all'aperto, senza mangimi e senza sostanze chimiche, salvo quelle che ormai abbiamo cosperso irrimediabilmente nel nostro ambiente!

Ritengo utile proporre un breve elenco di preparazioni moderne che potrebbero ispirare i cuochi a proporre valide alternative ai tradizionali salmì, fermo restando che la vera specialità rimangono sempre i filetti e i medaglioni; ma sarebbe un vero pecca-

to servirli con la polenta dimenticandosi di infiniti altri contorni possibili e trascurare i tagli meno nobili.

La selvaggina si presta alla preparazione di ottimi salumi. Oltre ai vari tipi di salame e salsicce ricordo il prosciutto di capriolo, cervo o cinghiale che raggiunge il peso di circa 1,5 kg. In alternativa queste carni si trovano seccate (una specie di bresaola).

In Italia non è molto diffuso l'uso francese di *terrines* e *pâtés in crosta*, ma essi potrebbero tranquillamente essere proposti come antipasti, gradevoli di sapore e di poco costo, visto che sono preparabili anche con parti meno nobili dell'animale. Eccellente la terrina di lepre.

Ed inoltre:

- Strudel di cinghiale e funghi in pasta sfoglia;
- Bistecca di cinghiale o filetto di capriolo impanati con uovo, mandorle macinate e farina;
- Medaglioni di capriolo coperti con un impasto di uova e funghi e poi fritti in padella da entrambi i lati;
- Carpaccio di cervo con fettine di formaggio di montagna e crema di funghi secchi;
- Pizza con salame di cervo e porcini;
- Ravioli con carne di camoscio macinata, rosolata con cipolla e fondo di cottura, legata con panna e uovo;
- Tartara di cervo o capriolo.

\* \* \*

#### **Bibliografia delle opere consultate**

- Fiamma Niccolini Adimari – Il libro della cacciagione, Sonzogno 1979  
Guido Margiotta – Valtellina e Valchiavenna, riscoperta di una cucina, 1978  
Erna Horn - Der Wild in der Küche, BLV 1975 (Germania)  
Ruben Brunhart, Christian Schuster – Die österreichische Wildküche, 2005  
Maria Drewes – Alpenländliche Wildgerichte, 1998  
Tiroler Jägerverband, Paul Dollinger e.a – Die moderne Wildküche, 2008  
Hanna Perwanger – Südtiroler Leibgerichte, Athesia 1991  
Carlo Alberto Bauer – La cucina trentina, 1997  
Giuliana Paoli – Il meglio della cucina trentina, 1990  
Augusto Giovannini – La vera cucina trentina, 124 ricette di Pantagruel, 1989  
Aldo Bertoluzza, La cucina trentina del Settecento, coll. La Coquina, 1990  
Aldo Bertoluzza, La cucina trentina all'epoca degli Asburgo, coll. La Coquina, 1990  
Nereo Pederzoli – Sussidiario della cucina Trentina. Le ricette dell'Osteria Tipica Trentina, 2004  
Amministrazione Provinciale di Belluno – Il corretto trattamento igienico sanitario delle carni di selvaggina, 2005

Longarone, 27 settembre 2014

