

Sapori d'autunno il minestrone di castagne

I PICCOLI RICETTARI DEL BARDOLINO



Sapori d'autunno

il minestrone di castagne

- 01** LA STORIA DEL MINESTRONE
DI CASTAGNE **P 03**
- 02** IL BARDOLINO **P 15**
- 03** LA RICETTA DEL MINESTRONE
DI MARRONI **P 17**

01 LA STORIA DEL MINISTRONE DI CASTAGNE

Le castagne sono una tipica ghiottoneria autunnale. Solo che normalmente in casa vengono mangiate cotte sul fuoco o al forno (le caldarroste) o lessate in acqua aromatizzata con le foglie di salvia per una merenda. Tutt'al più vengono utilizzate per qualche dolce o per certe farciture di animali d'aia.

In realtà, la **castagna** – e soprattutto la sua versione più nobile, il marrone – **è un ingrediente perfetto** per l'elaborazione di molti piatti saporitissimi, come ad esempio il classico minestrone di castagne. Che ha una storia antichissima.

L'epoca romana

Nel corso dei secoli, la diffusione del castagno ha contribuito, in qualche modo, a migliorare, a potenziare l'alimentazione della povera gente. Già all'epoca di Roma, al posto di certe arcaiche farinate a base di ghiande, che servivano



a riempire in qualche modo la pancia in assenza di altro da mangiare, i contadini avevano incominciato ad adoperare la castagna per farci una specie di purea o di zuppa. Se quella zuppa romana la riadattiamo ai gusti moderni, non pare davvero male oggi.

Si fa così. Le castagne vanno lessate con sale e semi di finocchio. Poi vanno schiacciate nel brodo. Si condiscono con timo e semi di finocchio macinati e si fanno cuocere ancora un po'. Infine si versa la densa minestra nei piatti sopra dei crostoni di pane.

Si tratta di una progenitrice del minestrone di marroni che è in uso ancora oggi sul monte Baldo, in special modo a San Zeno di Montagna, un paese affacciato verso il lago di Garda, a ridosso della zona di produzione del vino Bardolino (che è compagno perfetto della castagna) e dell'olio extravergine di oliva del Garda. Qui si raccoglie il marrone di San Zeno, che ha una sua specifica denominazione di origine protetta. E qui il minestrone di marroni è piatto tipico.



SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE

Il Medioevo

Di fatto, il minestrone coi marroni è poi una ghiotta variazione baldense sul tema della minestra coi fagioli della tradizione veneta: le castagne si uniscono ai fagioli in una robusta zuppa montanara.

È tuttavia, questa del minestrone coi marroni, un'elaborazione gastronomica non esclusiva del Baldo. Perché l'uso delle castagne nelle minestre attraversa i secoli nella **storia della cucina italiana**. Il milanese Bonvesin de la Riva, vissuto fra il 1240 ed il 1315, poeta e grammatico, ebbe per esempio a scrivere che le castagne *“spesso si lessano senza guscio e, cotte così, molti le mangiano con i cucchiari; oppure, buttata via l'acqua di cottura, spessissimo le masticano senza pane, o anzi, al posto del pane”*. Minestra poverissima, insomma. Con la sola acqua di cottura dei marroni, di quelli che, in particolare, sul Baldo si chiamano peladèi.

Il trecentesco “Libro della cocina” d'un anonimo toscano, considerato fra i primi trattati

SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE



di cucina “italiana”, riporta invece una ricetta dedicata ai ceci in cui appare anche la castagna. Ecco il testo: *“Togli ceci rossi e bianchi; e, tenuti a mollo cuocili col pepe, e col zafferano, e erbe odorifere. E quando sono queste cose cotte, ponni parte nel mortaio e pesta che sia spessa, e ponvi brodo saporoso, e poi ponvi castagne arrostate intere, e radici di petrosilli, e brodo di carne”*. A beneficio del lettore, chiariamo che il petrosillo è il prezzemolo. E detto questo, non ci resta che osservare che qui il connubio fra legumi e castagne è ben presente, come sul Baldo quello appunto tra fagioli e marroni.

Il Seicento e il Settecento


Arriviamo al Seicento. Nel “Breve racconto di tutte le radici, di tutte l'erbe e di tutti i frutti che crudi o cotti in Italia si mangiano”, Giacomo Castelvetro scrive anche delle castagne. Si sofferma su quelle seccate. E ricorda che con queste *“la povera gente ben si nutrisce, cuocendole a diverse maniere, e prima in minestra, sole in compagnia d'alcuni legumi, quali sono fagiuoli”*.

SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE



Anche quando venne il tempo in cui un cuoco per aver successo doveva essere di scuola francese - stiamo parlando del **Settecento** - la minestra di castagne continuò a far la sua figura. Sul “Cuoco piemontese perfezionato a Parigi”, raffinato ricettario edito a Torino **nel 1766**, si legge la ricetta della “minestra di castagne in magro e grasso”.

Ecco il testo originale: *“Per fare una minestra di castagne in magro metterete in una casseruola un pezzo di butirro con tre cipolle tagliate in fette, una carota, un occhio di sellero e tre porri, il tutto tagliato in piccoli pezzi, un mezzo bacello d’aglio, e due garofani; mettete tutto al fuoco sinché sia un po’ colorito, bagnate con acqua, facendo bollire per un’ora; colate il brodo alla stamigna, aggiungendovi sale, poi prendete un centinaio di castagne di quelle marroni, oppure di quelle grosse, levatele prima la scorza mettendole al fuoco in una padella pertugiata, maneggiandole sempre finché non si possa levare la seconda scorza; quando saranno ben mondate, fatele cuocere con una parte del detto*




SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE

brodo: dopo sceglierete quelle che sono intiere per ornamento della minestra, e le altre le pesterete e passerete per una stamigna, facendone un sugo colorato che bagnerete col brodo che si adoperò per farle cuocere; fate cuocere a rilento la minestra col brodo di erbaggi e, quando servirete, mettetegli il sugo de' marroni. La minestra grassa si può fare nella stessa maniera, mettendone in luogo del brodo magro quello grasso”.

Qualche chiarimento è d'obbligo. Il sellero è il sedano. La padella pertugiata è quella bucata, per cuocere le caldarroste (sul monte Baldo la chiamano barbéra). La stamigna era invece un panno che si adoperava per filtrare: lo potete sostituire con un moderno setaccio a maglia molto fine.

Ai giorni nostri

Oggi il minestrone di marroni continua ad avere grande importanza gastronomica proprio sul monte Baldo. E per tradizione lo si porta in tavola insieme con il vino rosso della zona, il Bardolino.




SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE

02 IL BARDOLINO

Il Bardolino, ottenuto prevalentemente dalle uve di Corvina Veronese (una varietà locale, diffusa esclusivamente sul **lago di Garda** e in Valpolicella), sa di ciliegia e di lampone, ha profumi speziati di pepe, di cannella e di chiodo di garofano, ha un **colore rosso rubino brillante** e una gradazione alcolica non particolarmente alta: è il compagno ideale per la cucina dell'autunno e dunque anche per le caldarroste e per i piatti a base di castagne.

Il Bardolino, poi, si sposa benissimo anche con i **formaggi** non troppo stagionati. Dunque è perfetto, in **autunno**, con i formaggi realizzati con il latte raccolto durante l'alpeggio estivo, che si è appena concluso quando arrivano le prime castagne. Formaggi che rappresentano il complemento ideale del minestrone di marroni e del Bardolino per una cena autunnale all'insegna della tradizione.

Buon appetito.



SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE

03 LA RICETTA DEL MINISTRONE DI MARRONI

Ingredienti per 4 persone

- 100 g di patate
- 80 g di sedano
- 80 g di carote
- 100 g di cipolla
- 100 g di verza
- 50 g di fagioli
- 200 g di peladèi (marroni lessati)
- uno spicchio d'aglio
- qualche rametto di rosmarino
- 2-3 croste di formaggio grana
- olio extravergine di oliva del Garda
- sale, pepe

Preparazione

Mondate tutte le verdure e tagliatele a pezzi non troppo grossi e più o meno uguali. Tagliate a pezzi le croste di formaggio grana.

Mettete in una pentola l'olio extravergine, scaldatelo e frigatevi il rosmarino e l'aglio schiacciato senza far prendere colore. Togliete gli aromi e aggiungete le verdure.

Coprire d'acqua, salate e fate cuocere a pentola scoperta schiumando quando necessario.

Verso fine cottura aggiungete i peladèi (marroni pelati e cotti in acqua salata con foglie di salvia) e le croste di formaggio e regolate di sapore.

Servite in ciotole individuali e condite a piacere con dell'ottimo olio extravergine del Garda e, per chi lo desidera, pepe di mulinello.

Abbinamento

Vino Bardolino

SAPORI D'AUTUNNO
IL MINISTRONE DI CASTAGNE



CONSORZIO
DI TUTELA
CHIARETTO
E BARDOLINO

I EDIZIONE | OTTOBRE 2019

EDIZIONI POLINAR

TESTO DI ANGELO PERETTI

FOTO DEI PIATTI SCATTATE ALLA
TAVERNA KUS DI SAN ZENO
DI MONTAGNA (VR)

I PICCOLI RICETTARI
DEL BARDOLINO

GRAFICA E FOTO
SILVIA RECALCATI