

ENOGASTRONOMIA TRENINO ALTO ADIGE

La gastronomia del Trentino-Alto Adige rispecchia la natura complessa della propria **identità territoriale**, giustapponendo elementi veneti, propri della tradizione culinaria italiana, a quelli austriaci, a loro volta filtrati da quella sensibilità asburgica schiettamente votata al meticcio.

La regione è famosa per il suo **Speck**, finissimo salume affumicato; in realtà il Trentino-Alto Adige offre un grande catalogo di carni in salamoia secca, affumicate e stagionate (quale, appunto, è lo Speck): occhio alla **Fumada di Siror**! Pregiata salsiccia è la **Lucanica**, esistente in svariate varianti: di maiale, di pecora, affumicata, di cavallo... le Ciughe, invece, sono dei gustosi insaccati preparati con le rape.

Il tagliere offre un'ampio spettro di bouquet: dal Grana della Val di Non (Trentingrana) al **Puzzone** di Moena, il formaggio dei ladini, da loro chiamato *Spretz Tzaori*, dall'odore intenso e dal gusto dolce; dal Nostrano della Val di Fassa, vaccino a pasta semicotta, allo **Spresa**, magrissimo ed aromatico, fatto utilizzando un sottoprodotto del burro; dal Tosela, a pasta fresca, da latte appena munto, al Vezzena di latte di vacca di razza burlina.

Il Trentino-Alto Adige è la regione prima produttrice di **mele** in Italia. Il primato non è solo quantitativo: le specie prodotte sono soprattutto le Golden delicious (le gialle), le Stark delicious (la rosse), le Granny (le verdi), le Morgenduft e le Gloster.

Rinomata è la polenta, cara a tutti i veneti, sia a base di grano duro che di grano saraceno (**polenta de formenton**).

Fra i primi non potete perdervi i gustosissimi **canederli**, figli dei *knoedel* mitteleuropei, sono degli gnocchi di pane bagnato di latte ed aromatizzato con speck e salsiccia, serviti in brodo spruzzato di trentingrana; a volte sono utilizzati anche come contorno; strettamente imparentati con i canederli, gli **strangolapreti** si fanno attraverso il medesimo riutilizzo di pane raffermo, unito a spinaci ed uvetta. I cianucei sono serviti col burro ed imbottiti di marmellata. Particolarmente pregiati gli gnocchetti altoatesini (*nockerln*), con ricotta affumicata.

Il Trentino è terra d'elezione per robuste e nutrienti minestre e zuppe, fatte con tutte le primizie che offrono le sue verdi valli, e dotate di nerbo grazie all'utilizzo di varie farine: il **bro brusà** è a base di patate, pancetta e farine mentre la mosa e la trisa si caratterizzano per l'utilizzo congiunto di farine bianche e gialle preparate con il latte e lo zucchero; il patà è a base farina gialla e crauti. Altre glorie del desco sono la minestra d'orzo, il minestrone di trippa e il patugo.

I secondi sono altrettanto robusti e speziati: la **carne salada**, tipica dell'Alto Garda, è una leccornia a base di coscia di vitellone aromatizzata con ginepro, salvia e alloro, lasciata macerare nel vino per non meno di venti giorni, e servita a mo' di carpaccio, cruda, oppure leggermente scottata ed accompagnata da fagioli bianchi; il **tonco de pontesel** è uno spezzatino a base di lucanica; quest'ultima viene utilizzata con la pancetta per fare lo smacafàm, tipico del carnevale; il cavallo si brasa con il Teroldego; i **profezeni** sono preparati col pane raffermo spugnato nel latte, imbottito di cervella di vitello, e fritti in una pastella di farina. Molto diffuso è lo stinco di maiale, cucinato come in Austria, ed i **probusti**, versione italiana dei wurstel, affumicati sulle fascine di betulla. A Trento non perdetevi la lepre alla tridentina, con lardo, cipolla, pinoli, uvette, scorza di limone, cannella e burro.

La regione esprime anche un'ottima cucina di pesce. La **trota del trentino** è, infatti, rinomata; il baccalà alla tridentina segue i dettami della mantecatura veneta, con formaggio, patate e sedano-rapa.

Come contorni, laddove non si ricorra alla polenta, si trovano crauti, semmai imbottiti di carne tritata, le frittelle di patate (tortel), anche preparate con polenta. Rinomati sono i funghi e gli asparagi, soprattutto gli **asparagi bianchi di Zambiana**. A Trento è tipica la preparazione della rape, con zucchero e (almeno un tempo) col lardo.

I dolci, fra cannella, frutta secca e mele, sono di chiara influenza mitteleuropea: primeggiano lo **zèlten** natalizio, lo **strudel**, gli straboi e i fregolòti a base di mandorle, burro e noci.

Il particolare microclima delle valli ha permesso al Trentino-Alto Adige di dotarsi di un'enologia, d'alta quota, assolutamente unica e prestigiosa, fatta soprattutto da vini bianchi paglierini e dorati, aromatici, secchi e moscati come il **Gewuerztraminer**, il Goldmuskateller, il **Mueller Thurgau**, tutti autoctoni, o le eccellenze alloctone di Pinot bianco, grigio, nero e Sauvignon. Grandi rossi sono il **Teroldego Rotaliano** ed il **Marzemino**.

Pregiatissimi gli **spumanti**, nella versione Trento ed Alto Adige. La Regione vanta un'eccellenza nella produzione di birra in Italia (birra di Val di Fiemme). Nell'Alto Adige vi potete imbattere in birre artigianali di tipo tedesco *Lager*, anche *Weizen*, cioè a base di frumento, prodotte secondo il disciplinare di purezza bavarese.

Notevole il patrimonio di **grappe**, e di altre stomatiche acquaviti ed amari a base di ginepro, genziana e radici di imperatoria. Due buoni digestivi: l'Amaro Valle di Ledro e la Stomatica Foletto.