

A colazione, pranzo e cena:

Con le castagne o la farina di castagne si possono realizzare diversi piatti, fra cui ricordiamo:

polenta con farina di castagne;
tagliatelle con farina di castagne;
crepes di castagne;
gnocchi di castagne;
torta margherita con farina di castagne;
torta di castagne al mascarpone;
castagnaccio

La ricetta più veloce:

Castagne glassate sotto vetro:

Preparate le caldarroste, tenetele al caldo, sbucciatele e immergetele nella glassa che avete preparato facendo sciogliere 500 gr. di zucchero in 200 ml di acqua.

Intingete le castagne più volte nel preparato e fatele raffreddare su di una gratella. Quando sono fredde e asciutte si possono mettere in vasi di vetro e conservare.



**Comunità Montana
Valle San Martino**

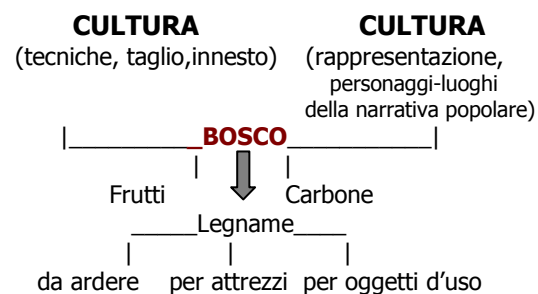


Comunità Montana Valle San Martino
Assessorato alla Cultura
Ecomuseo Val San Martino

Via Galli 48/A
23801 Calolziocorte (Lc)
Tel 0341/621020
Fax 0341/601031
Sito: martinet.lc.it
E mail: cmvsm@martinet.lc.it

LA COLTIVAZIONE TRADIZIONALE DELLE CASTAGNE IN VALLE SAN MARTINO

Per secoli la castagna è stata determinante per la sopravvivenza delle popolazioni montane delle zone alpine, prealpine ed appenniniche. Il castagno è stato il vero **"albero del pane"** per moltissime generazioni e perciò attorno a questa pianta ed ai suoi frutti si è costruito nei secoli un complesso di conoscenze, di pratiche colturali, di norme per regolarne il trattamento, di usi alimentari, che permettono di documentare la trama delle relazioni e delle interdipendenze che, nelle economie tradizionali della montagna, legano reciprocamente natura, lavoro e cultura.



La Valle San Martino è conosciuta per particolare e tradizionale lavorazione delle castagne che presuppone una precisa tecnica artigianale basata sull'essiccazione lenta del prodotto in particolari cascinali. La prima fase dura circa un mese e mezzo durante il qual le castagne vengono stese sul 'secadur' cioè un pavimento di assi di legno, sotto il quale arde il fuoco: il calore ed il fumo fanno seccare la buccia delle

castagne. Quindi, per staccare le buccia essiccata, le castagne vengono 'battute' con delle mazze lignee in un recipiente denominato 'pila' con modalità che variano da luogo a luogo. Le castagne vengono poi passate alla 'vandatura' (operazione fatta con il 'vand', una specie di setaccio, lavoro eseguito dalle donne e che ha lo scopo di separar definitivamente il frutto dalla buccia.

Mentre le castagne si possono conservare per l'alimentazione durante il lungo inverno della montagna, la buccia secca viene conservata per il fuoco, così come i rici; le foglie del castagno, invece, vengono raccolte per fare strame nelle stalle. Tuttora in Valle l'antica tradizione è tenuta viva da:

- ✚ famiglia Valsecchi di Erve (loc. Nesolio);
- ✚ Rossi Elio, loc. Boccio di Carenno
- ✚ Carenini Luigi di Torre de' Busi



Testi di A. De Battista, tratto da "Il Paesaggio", edito dalla C

LA PIANTA DI CASTAGNO

Nome scientifico: Castanea sativa

Famiglia: Fagacee

Nome: deriva probabilmente dalla città di Kastania in Tessaglia, o da Kastanis, città del Ponto (Turchia Asiatica), dove, secondo Plinio, c'erano grandi boschi di castagno. *Sativa* significa piantata, coltivata.

Caratteristiche: Albero imponente, raggiunge anche i 30 m di altezza, e dalla chioma maestosa. Il castagno è una pianta con grande capacità rigenerazionale, per cui frequente oggi come nel passato è il ricorso alla ceduzione. (forma di governo del bosco più diffusa, si basa sul taglio della parte aerea della pianta, lasciando intatta la ceppaia dalla quale si sviluppano i polloni che ricostruiscono la nuova massa legnosa).

Le castagne sono molto nutrienti, infatti contengono:

oltre il 39% di acqua; il 43% di amido; il 2,5 % di grassi.

I marroni sono più grossi delle castagne, per cui il riccio contiene un solo frutto.

Diffusione: zone temperate dell'emisfero boreale, Europa centrale e meridionale, Europa centrale e meridionale, Asia occidentale e orientale, America del Nord.

Foglie: caduche, alterne e ovali, di 10/20 cm, seghettate, con nervature parallele e apice acuminato.

Fiori: gli amenti possono avere solo fiori maschili verso l'apice e femminili alla base, più piccoli e verdi.

Frutti: ricci, verdi e spinosi che in autunno si aprono e liberano da uno a tre frutti commestibili, le castagne, con all'interno due cotiledoni bianchi. Corteccia: bruno-grigiastra, solcata da lunghe nervature a spirale.