

LO SPECK NELLA CULTURA GASTRONOMICA DELL'ARCO ALPINO ITALIANO

Alessandro Bonadonna¹, Mercedes David², Federica Antonietti³, Giovanni Peira¹

¹ Dipartimento di Scienze Merceologiche, Facoltà di Economia, Università degli Studi di Torino

² Gressoney Saint-Jean (Ao)

³ Sportello Walser di Formazza (Vb)

INTRODUZIONE

Il termine “speck” ha origine incerta (DE RACHEWILTZ, 1995, p. 148, nota 161), tuttavia sembra aver avuto sempre uno stretto legame con il maiale e, in particolare, con le sue parti anatomiche grasse. Secondo diverse fonti, in tedesco è utilizzato per qualificare il lardo (BULLE e RIGUTINI, 1896, p. 426; GIACOMA e KOLB, 2009, p. 978) e la pancetta (AA.VV., 2010, p. 620). Nei territori circostanti l’arco alpino esso può assumere diversi significati individuando prodotti alimentari che condividono la medesima origine ma possiedono caratteristiche e peculiarità differenti.

In tutto il territorio italiano con la parola speck¹⁸⁸ comunemente si identifica un prosciutto crudo affumicato ottenuto da tagli nobili del maiale (quasi esclusivamente dalla coscia opportunamente preparata) e caratterizzato da un forte legame con il territorio circostante le Alpi Orientali. Esso unisce l’Italia nord orientale (Alto Adige, Trentino, Friuli Venezia Giulia, Veneto) ad alcune regioni dell’Austria (Tirolo, Tirolo Orientale e Carinzia) in una comune tradizione per la lavorazione delle carni suine.

A questa forma comune e riconosciuta si aggiungono però alcune varianti del termine diffuse in alcune vallate del territorio compreso tra la Valle d’Aosta ed il Piemonte. In tali aree risulta essere un termine ormai desueto che permette di identificare il lardo e la pancetta e, più in generale, i tagli anatomici grassi del maiale. Sono documentate alcune varianti della parola quali

spack (GIORDANI, 1927, p. 178), *späck* (WALSER KULTURZENTRUM, 1998, p. 35) e *schpäckcht*¹⁸⁹.

La parola speck (e le sue varianti) ed il suo utilizzo nelle Alpi centrooccidentali è da ricondursi alla presenza delle comunità walser in aree circoscritte della Val Sesia (Alagna Valsesia, Carcoforo, Rima S. Giuseppe, Rimasco, Rimella, Riva Valdobbia), del Verbano Cusio Ossola (Baceno, Formazza, Macugnaga, Ornavasso, Premia, Valstrona) e della Valle del Lys (Gressoney Saint Jean, Gressoney La Trinité, Issime)¹⁹⁰ ed al loro antico idioma di origine alemanna. Le varianti sopraccitate (*spack*, *späck*, *schpäckcht*) sono il risultato di trascrizioni effettuate nelle località walser volte a riprodurre le particolarità fonetiche dello stesso termine presente nelle diverse varietà walser. Secondo la grafia comune individuata da un recente progetto linguistico che si è posto il problema di conservare gli elementi fonetici fondamentali di ciascuna parlata walser, esse potrebbero essere trascritte con i seguenti grafemi: *schpakch*, *schpäckch* e *schpäckcht*. (ANTONIETTI, 2010, p. 5)

LO SPECK NELLE ALPI ORIENTALI ITALIANE

Fino al XVIII secolo, nell’area orientale delle Alpi, per indicare il prodotto che tutti oggi riconoscono con il termine speck erano utilizzate parole diverse. Nel medioevo con i termini *bernam porcinam* si faceva riferimento alla mezzena affumicata di suino, indicata dai popoli di lingua germanica con la parola *Suuinbache*. Con il termine latino *berna* veniva identificata anche la pancetta, mentre *perna* era utilizzato per il cosciotto o per il prosciutto posteriore. Il vocabolo probabilmente più antico per designare lo speck in lingua tedesca era *pachen*

¹⁸⁸ Il Dizionario della lingua italiana Devoto/Oli (Le Monnier, Edizione 2000-2001, p. 2010) definisce lo speck “Prosciutto di maiale, disossato, salato e affumicato: specialità altoatesina, tirolese e bavarese”. Il Dizionario della lingua italiana Zingarelli (Zanichelli, Undicesima edizione, p. 1865) ne dà una definizione più ampia “Prosciutto crudo disossato salato e affumicato, prodotto tipico della salumeria tedesca”. Entrambi ricordano il significato che in lingua tedesca significa “lardo”.

¹⁸⁹ Secondo la grafia comune, individuata per le parlate walser in una recente pubblicazione (ANTONIETTI, 2010, p.70)

¹⁹⁰ Indicazioni riprese da “Progetto Agenzia Walser: turismo e cultura – Risultati del Progetto”, Iniziativa Cofinanziata con i Fondi dell’Unione Europea Interreg III B Alpine Space, Elaborazione R&P.

o *bachen* (oggi giorno sopravvivono termini quali *pachn*, *pachet*, *speckpachn*) (DE RACHEWILTZ, 1995, pp. 17, 24, 31, 72, 75).

Precedentemente, nei Capitolari di Carlo Magno (IX secolo), vengono menzionati a più riprese *lardum* (lardo) e *siccamen* (carne essiccata), che non dovevano mai mancare nel *lardarium* (magazzino) a disposizione del re e del suo seguito, nonché *baccones* (mezzene), che facevano parte della dotazione alimentare delle truppe impegnate in campagne militari (DE RACHEWILTZ, 1995, pp. 16-17).

A partire dal XIII secolo, le *spalae porcinae*, le *bernae* o *baccones* sono inserite negli elenchi dei tributi esigibili in epoca feudale e confermano ulteriormente l'elevata conservabilità di queste carni, sottoposte a trattamenti di salatura, affumicatura ed essiccazione. Le mezzene di speck erano utilizzate sia come compenso per i servizi degli amministratori ed i funzionari del Principe Mainardo nonché per taluni operai, agricoltori e pescatori, sia come merenda durante lavori particolarmente duri e faticosi (fienagione); quest'ultima usanza si è protratta nelle campagne tirolesi fino a non molti anni or sono (DE RACHEWILTZ, 1995, p. 20).

Una citazione del termine speck si registra nell'Ordinamento dei Macellai di Trento del 1307 tradotto in tedesco (GRASS, HOLZMANN, 1982, p. 287). DE RACHELWITZ (1995, p. 72) però ricorda che il termine speck traduceva il latino *lardum*, da intendersi come materia prima per la produzione di carne grassa affumicata o addirittura di strutto.

La produzione alimentare in età moderna

Esistono documenti del XVII secolo che riferiscono dati sulla produzione dello speck e le indagini agrarie del periodo napoleonico, agli inizi del XIX secolo, testimoniano la produzione di uno speck riconducibile alla tipologia attuale nelle zone di Bressanone e di Trento (CIS, 2006).

Storicamente tale prodotto era preparato secondo metodi tradizionali codificati (MARZANO e CANTONI, 2006) per il sostentamento della famiglia durante l'inverno. La cultura dello speck coinvolgeva tutta la comunità: l'allevamento infatti era una pratica condivisa dai contadini, dagli artigiani, dai coloni e dai subaffittuari. Il tipo di alimentazione dipendeva dalla disponibilità dell'allevatore: nel caso di allevamento contadino la dieta era costituita dagli avanzi alimentari della famiglia, dalla lavatura delle stoviglie, dal fieno e da cereali di bassa qualità. Il siero del latte, scarto della lavorazione dei formaggi, veniva somministrato soprattutto durante il periodo estivo in concomitanza con gli alpeggi. Se gli scarti

prodotti dalla famiglia non erano sufficienti a garantire il sostentamento dei maiali, si ricorreva alle erbe spontanee o alle castagne. Nel caso di allevamenti gestiti da mugnai l'alimentazione dei suini era costituita dagli scarti dell'attività molitoria: in tal modo i maiali ingrassavano rapidamente e si ottenevano speck di elevata pezzatura con una maggiore presenza di grasso (DE RACHEWILTZ, 1995, p. 78; FINK, 1980, p. 75). Fino alla seconda guerra mondiale, lo speck era un prodotto tipico dei masi tirolesi, sudtirolesi e trentini destinato quasi esclusivamente all'autoconsumo in ambienti rurali (CIS, 2006). Successivamente, una paziente e meticolosa opera commerciale da parte dei principali produttori ha permesso di sviluppare il sesto mercato italiano nei salumi per fatturato alla produzione, con una produzione stimata di circa 7 milioni di baffe¹⁹¹/anno (PEIRA *et al.*, 2011, p. 7).

Lo speck prodotto nelle Alpi Orientali (Province di Bolzano, di Trento, di Belluno, di Pordenone e di Udine) è un salume ottenuto dalla bafra (solo raramente viene prodotto partendo da altri tagli di carne quali ad esempio carré e spalla) che può possedere caratteristiche differenti secondo il territorio di provenienza. Le diverse tipologie presenti sono state identificate dalla normativa nazionale in ambito di Prodotti Agroalimentari Tradizionali (PAT) ed in un caso (Speck Alto Adige o Südtiroler Markenspeck o Südtiroler Speck I.G.P.) si è giunti al riconoscimento dell'Indicazione Geografica Protetta (IGP) che ne prevede la certificazione da parte di ente terzo.

LO SPACK, SPÄCK O SCHPÄCKHT NELLE ALPI CENTROCCIDENTALI ITALIANE

Una tradizione riguardante lo speck, inteso come prodotto ottenuto dal lardo e quindi più vicino al significato originario del termine, è presente anche nel territorio delle Alpi Pennine e Lepontine tra Valle d'Aosta e Piemonte, in corrispondenza delle colonie Walser.¹⁹²

¹⁹¹ Coscia di suino disossata e rifulata secondo tradizione.

¹⁹² Nel territorio considerato comunque non mancano i produttori di speck "convenzionale". Il Dipartimento di Scienze Merceologiche dell'Università degli Studi di Torino in collaborazione con l'Associazione Produttori Suini del Piemonte, per conto della Regione Piemonte, sta svolgendo uno studio finalizzato all'introduzione del suino medio pesante nel settore suinicolo piemontese. In occasione del primo anno di attività, è stata effettuata un'indagine presso tutti i produttori nazionali di speck dalla quale è emersa la presenza di due operatori di medie dimensioni, attivi in Piemonte e in Valle d'Aosta,

Come in tutti gli ambienti rurali e montani, l'allevamento era una pratica diffusa anche nelle famiglie walser: ma se l'allevamento bovino era orientato principalmente alla produzione di formaggio e quindi al commercio¹⁹³, l'allevamento suino era dedicato esclusivamente all'autoconsumo (RONCO e MUSSO, 1998, p. 190). Al termine dell'autunno, ogni famiglia provvedeva all'approvvigionamento di carne per tutto l'anno: si abbattevano e si macellavano i maiali le cui carni venivano salate ed aromatizzate con miscele di spezie e quindi poste nel *fleischspicher* (VERCELLINO, 2004, p. 134) ad asciugare e ad essiccare (MORTAROTTI, 1979, pp. 77-78). In alcuni casi, l'essiccazione era preceduta dall'affumicatura (SQUINDO e CYPRIAN, 2010, p. 82) (RONCO e MUSSO, 1998, p. 170), strumento di conservazione utilizzato raramente nella cultura gastronomica Walser. Questo processo è documentato ampiamente a Gressoney (fig. 1), ed in misura minore ad Alagna, dove i salumi di diversa origine e tipologia erano comunque sottoposti ad un trattamento di affumicatura, effettuato principalmente con rametti di ginepro¹⁹⁴.

Un termine uguale per un prodotto diverso

A differenza delle tradizioni alpine dell'area orientale, il termine speck e le sue varianti (*spack*, *späck* e *schpäckcht*) nelle vallate piemontesi e valdostane hanno un significato differente: la parola *spack*, almeno in passato, indicava il lardo

che tra i prodotti a catalogo annoverano anche lo speck. Pur richiamando la tradizione Walser, in un caso utilizzata per denominazione commerciale e nell'altro per la ricetta della salamoia, il prodotto è ottenuto da coscia di suino.

¹⁹³ Firmino Guglielmetti (Campello Monti) ricorda il consumo di carne bovina solo nel caso in cui *qualche bestia andava a rui (a rotoli)*. Allora tutti ne compravano per solidarietà. Ciascuno così aiutava il proprietario nella disgrazia (VERCELLINO, 2004, p. 131); Pier Attilio Camerlenghi (Rima) sottolinea che i bovini (assieme a capre e pecore) venivano macellati il più delle volte per infortuni registrati durante il pascolo (VERCELLINO, 2004, p. 138). Tali testimonianze evidenziano il valore economico dell'allevamento bovino orientato alla produzione di latte e di formaggi; la produzione di carne era un'attività straordinaria e di ripiego.

¹⁹⁴ La specificità del trattamento utilizzato dalla comunità gressonara è amplificato dalla quasi totale assenza di tale procedimento nella gastronomia tradizionale issimense: "È significativo che in Val d'Aosta questo sistema si ritrovi tipicamente a Gressoney. L'affumicatura non ha invece un ruolo fondamentale nel ricettario issimense" (RONCO e MUSSO, 1998, p. 190).

ad Alagna; a Gressoney con il termine *späck* ancora oggi si identifica il lardo ed i tagli anatomici grassi del maiale (*pancetta - fleischspäck*) così come a Formazza (*lardo - schpäckcht*; *pancetta - schpäckcht mét fleisch*¹⁹⁵).



Fig. 1 - Macellazione del suino per autoconsumo, dalla quale si ricavano prodotti di 1^a qualità (*guetewörscht*) e di 2^a qualità (*énguewörscht*), *cotechino* (*siedwörscht*), *sanguinacci* (*bluewörscht*) (Gressoney, 1993)

Alcune testimonianze orali raccolte a Formazza¹⁹⁶ affermano che il lardo (*schpäckcht*) veniva usato sia come condimento per la preparazione di leccornie o di insalate, sia macinato e mescolato con carni di diversa origine per la preparazione dei salami tradizionali (*blötwürschjté* - sanguinaccio; *geiswürschjté* - salame di capra o di pecora); analogamente, alcuni testimoni dell'idioma di Macugnaga con il medesimo termine erano abituati ad indicare la pancetta¹⁹⁷, o comunque il lardo, utilizzati principalmente come condimento (ANDRÉ e BARELL, 1998, pp. 142, 191; RONCO e MUSSO, 1998, pp. 162, 164; SASSO, 2007, p. 52). È bene evidenziare che solo in tempi recenti si è proceduto ad una distinzione tra lardo e pancetta nella lingua italiana: in passato con il termine lardo si identificava indistintamente tutto lo strato adiposo del maiale¹⁹⁸ e ancor recentemente la pancetta era definita come "lardo striato di carne" (ZINGARELLI, 1986, p. 1319), definizione peraltro condivisa sia in Val Formazza (*schpäckcht mét*

¹⁹⁵ Negli ultimi tempi, in Val Formazza la pancetta è denominata anche *pantschetta*, secondo l'espressione italiana corrispondente.

¹⁹⁶ Testimonianze raccolte da Berta Ferrera, Giordano Ferrera e Giulio Antonietti.

¹⁹⁷ Testimonianze raccolte da Roberto Marone, Maria Ruppen e Maria Iacchini.

¹⁹⁸ Definizione acquisita consultando il sito dell'Accademia della Crusca, riproduzione del Vocabolario degli Accademici della Crusca del 1612 <http://vocabolario.signum.sns.it/>

fleisch), sia da alcuni gressonari che ancora oggi dal macellaio sono soliti richiedere il lardo con marezzatura di carne (“*Noch hitzotag wenn gamber zem metzger choufe de späck tieber frege späck mét em bétz fleisch*”).

Un prodotto: *späck* di Gressoney

Comune un po' a tutto il territorio, così come per gli altri salumi, era la conservazione del lardo che veniva salato ed aromatizzato con miscele di spezie e aromi e quindi posto nello *spicher*¹⁹⁹ ad asciugare e ad essiccare. (PASCARIELLO *et al.*, 2007, p. 36). Con particolare riferimento all'utilizzo dell'affumicatura, merita di essere menzionato lo *späck* gressonaro (BOVO *et al.*, 1993, p. 13) (AA.VV., GRESSONEY, 1998, p. 191), prodotto tipico del territorio dell'Alta Valle del Lys²⁰⁰. Tradizionalmente, le parti utilizzate per la sua produzione sono quelle grasse (lardo e pancetta), ottenute da maiali allevati in piccole fattorie ubicate nel territorio. Secondo le diverse ricette familiari custodite gelosamente, la salatura è effettuata con una miscela di sale, spezie e piante aromatiche (quali ad esempio pepe, aglio, rosmarino, bacche di ginepro): il lardo in salamoia viene riposto in una madia, quindi massaggiato e rigirato per alcune settimane. Segue l'affumicatura con rami di ginepro per una o più giornate (ANDRÉ e BARELL, 1998, p. 108). Tale produzione, così come accadeva fino a qualche decennio fa in Trentino Alto Adige, è destinata quasi esclusivamente all'autoconsumo.

Alcune ricette: *späck òn chnolle* e *Ferdampft häpfla*

Nell'Alta Valle del Lys, lo *späck* non è riservato solo ed esclusivamente alla conservazione tramite salamoia e affumicatura ma, oltre ad essere utilizzato come condimento, è un ingrediente fondamentale per una ricetta che è parte integrante della cultura gastronomica delle famiglie gressonare, lo *späck òn chnolle* (fig. 2)²⁰¹. La ricetta, riportata in dettaglio in appendice al lavoro, prevede la cottura, in un brodo appositamente preparato, di diverse tipologie di carni (bovine, caprine, suine), tagli (tra cui lo *späck*) e salumi

¹⁹⁹ Per GIORDANI (1927, p. 178). MORTAROTTI (1979, p. 78) con il termine *spücher* indica il locale nel quale le carni salate e speziate venivano appese lasciandole essiccare all'aria dei monti. Vedi anche *Fleischspicher*.

²⁰⁰ Qualche chilometro più a valle, nel Comune di Issime, il termine lardo è tradotto nell'idioma locale in *Loard*, abbandonando completamente l'origine alemannica del termine.

²⁰¹ Un'immagine della preparazione ultimata è riportata in BOVO *et al.* (1993, p. 12).

(*bluewörscht*²⁰², salami affumicati, cotechino) con gusti ed aromi (cipolla, chiodi di garofano, sedano, salvia, alloro, aglio, prezzemolo) accompagnati da *chnolle* (WALSER KULTURZENTRUM, 1998, p. 35; RIZZI, 2003, p. 68), “gnocchi” di granoturco e di frumento cotti nel brodo di cottura delle carni.

In Val Formazza è invece lo *schpäckcht mét fleisch* ad essere utilizzato come ingrediente caratterizzante per la realizzazione di una preparazione tipica del luogo: *Ferdampft häpfla* (Patate stufate).

Lo *schpäckcht mét fleisch* viene posto in una padella, tagliato a cubetti e fatto rosolare con poco burro. Una volta reso croccante dalla rosolatura ad esso si accompagnano patate a pezzi grossolani che vengono salate e quindi stufate con poca acqua. Al termine della cottura, viene aggiunto il *pflutschkärchääs* (formaggio fresco e molle) che, con le patate e lo *schpäckcht mét fleisch* ancora fumanti, produce i classici “fili” rendendo il piatto particolarmente ricco e sostanzioso²⁰³.



Fig. 2 - *Späck òn chnolle* e *tagliere per pane* (*bròhacker*) con *pane di segale* (*ròckenz bròt*) (1986)

CONCLUSIONI

Lo speck dimostra di possedere caratteristiche peculiari definite dalle specificità del territorio e, soprattutto, dalla tradizione delle diverse aree alpine. La parola speck oggi identifica un prodotto alimentare industriale di larga diffusione e consumo (PEIRA *et al.*, 2011, p. 8). Ma se in Italia questo prodotto è realizzato comunemente partendo dalla coscia di suino opportunamente elaborata (baffa), in Austria assume una connotazione più ampia abbracciando prodotti

²⁰² Sanguinaccio (WALSER KULTURZENTRUM, 1998, p. 22).

²⁰³ Ricetta fornita da Anna Maria Bacher.

ottenuti anche da parti anatomiche suine diverse dalla coscia quali, ad esempio, il lardo o la pancetta²⁰⁴. Assimilare il concetto austriaco di speck consente quindi di comprendere meglio il significato dei termini *spack*, *späck* o *schpäckcht* utilizzati nelle Alpi piemontesi e valdostane. Il cambiamento registratosi nelle Alpi orientali, con l'allargamento del paniere delle materie prime utilizzate per la produzione di speck anche alle parti più nobili del maiale (coscia, carré) non si è praticamente verificato nell'area centroccidentale dell'arco alpino permettendo di mantenere inalterate tradizioni alimentari che arrivano, almeno storicamente, da molto lontano.

Ringraziamenti

Si ringraziano, per le preziose informazioni e testimonianze fornite in relazione al significato della parola speck (ed alle sue varianti) ed all'utilizzo nella cultura gastronomica locale, Enrica Mehr, Gabriella Thedy, Eugenio Squindo e Franco Squindo di Gressoney Saint-Jean; Anna Maria Bacher, Berta Ferrera, Giulio Antonietti e Giordano Ferrera di Formazza; Barbara Ronco e Rosanna Ronco di Issime, Maria Iacchini, Maria Ruppen e Roberto Marone di Macugnaga, Marta Sasso e Davide Filiè (Valsesia).

BIBLIOGRAFIA

ANDRE I. e BERREL A. (1998, a cura di) – *Ricettario*. In “Cultura dell'alimentazione a Gressoney”, Centro di studi e cultura walser della valle d'Aosta, pp. 271.
 ANTONIETTI F. (2010, a cura di) - *Scrivere tra i Walser. Per un'ortografia delle parlate alemanniche in Italia*. Regione Piemonte, pp. 104.
 AA.VV. (2010) - *Dizionario di Tedesco. Dizionari Medi* - Garzanti Linguistica, DeAgostini, pp. 1824.
 BOVO S., SANGUINETTI E. e VOLA G. (1993) - *Valle d'Aosta gastronomica*. Musumeci Editore, pp. 112.
 BULLE O., RIGUTINI G. (1896) - *Dizionario Italiano/Tedesco e Tedesco/Italiano*. Ulrico Hoepli/Tauchnitz, Milano/Lipsia, VIII Edizione stereotipata, v. I, pp. 919.

²⁰⁴ Sono numerose le produzioni alimentari austriache che associano il termine “speck” al lardo o alla pancetta: i disciplinari di produzione del Gailtaler Speck g.g.A. e del Tiroler Speck g.g.A., riconosciuti dalla Comunità Europea, consentono di utilizzare come materia prima rispettivamente tutte le parti grasse del suino e la pancetta; il Gurktaler Luftgeselchter Speck, prodotto tradizionale della Valle del Gurk in Carinzia, è realizzato utilizzando anche pancetta; l'Innviertler Surspeck, prodotto tradizionale della area rurale dell'Innviertel nell'Austria Superiore, è ottenuto esclusivamente da lardo.

CIS A. (2006) - *Le carni lavorate. Tecniche di conservazione secolari per un prodotto di pregio*. Dossier Prodotti Agroalimentari, Supplemento a Economia trentina Rivista trimestrale della C.C.I.A.A. di Trento, Anno LV, n.1-2, pp. 59.
 DE RACHEWILTZ S.W. (1995) - *Lo speck dell'Alto Adige. Un contributo sulle abitudini alimentari del Tirolo*. Provincia Autonoma di Bolzano, Assessorato al Commercio, pp. 158.
 FINK H. (1980) - *Südtiroler Küche, Tisch und Keller* - Bolzano, p. 244.
 GIACOMA L. e KOLB S. (2009) - *Il nuovo dizionario di Tedesco*. Zanichelli/Klett Pons, pp. 2672.
 GIORDANI G. (1927) - *La colonia tedesca di Alagna Valsesia e il suo dialetto*. Testa Unione Tipografica Valsesiana, Varallo Sesia, pp. 201.
 GRASS N. e HOLZMANN H. (1982) - *Geschichte des Tiroler Metzgerhandwerks und der Fleischversorgung des Landes*, Innsbruck, pp. 408.
 MARZANO M. A. e CANTONI C. (2006) - *Gli speck*. In *Premiata Salumeria Italiana*, Edizioni Pubblicità Italia, n. 5, pp. 29-38.
 MORTAROTTI R. (1979) - *I Walser nella Val d'Ossola*. Libreria Giovannacci, Domodossola, pp. 390.
 PASCARIELLO A., ORSI A. e COMETTO G. (2007) - *Passeggiando nella gastronomia dei Walser* - Ed. Lassù gli Ultimi, Champorcher, pp. 120.
 PEIRA G., BONADONNA A., VARESE E., TESTA G.B. (2011) - *Suino Medio pesante: il Piemonte fa ricerca*. Rivista di Suinicoltura, a. LII, n. 4, pp. 4-12.
 RIZZI E. (2003) - *Cucina d'alpe. Lavori della terra e alimentazione della cultura walser*. Fondazione Enrico Monti, Anzola d'Ossola, pp. 84.
 RONCO I. e MUSSO M. (1998, a cura di) – *Ricettario*. In “Cultura dell'alimentazione a Issime”, Centro di studi e cultura walser della valle d'Aosta, pp. 238.
 SASSO M. (2007) - *L'olio di noci*. In Fantoni R. & Ragozzi J. (2007, a cura di), “La gestione delle risorse nelle comunità di frontiera ecologica. Allevamento e cerealicoltura nella montagna valsesiana dal Medio Evo al nuovo millennio. Atti del convegno di Carcoforo, 11 e 12 agosto 2007”, Gruppo Walser Carcoforo, pp. 52-54.
 SQUINDO E., CYPRIAN V. (2010) - *Gressoney St.Jean - Mételteil e Onderteil - Z'Walseer Héers*. Tipografia Duc, Saint Christophe, pp. 246.
 VERCELLINO F. (2004) - *Insedimenti Walser a sud del Monte Rosa. Liberi all'ombra del taglio* - Priuli&Verluccha, pp. 175.
 WALSER KULTURZENTRUM (1998) - *Greschòneytisch Worterbuch Titsch/Italiano* - pp. 275.

ZINGARELLI N. (1986) - *Il nuovo Zingarelli. Vocabolario della lingua italiana*. Zanichelli, Undicesima edizione, pp. 2256.

APPENDICE

SPÄCK ÒN CHNOLLE²⁰⁵

INGREDIENTI

Brodo: acqua, carne mista di bovino (tagli diversi secondo le disponibilità), carne di capra sottosale (messato: vino rosso, aglio, rosmarino, salvia, alloro, sale, pepe, bacche di ginepro), carne di maiale (diversi tagli tra cui zampino, lardo - spack, costine), cotechino, salame di suino e di manzo affumicati, cipolla, chiodi di garofano, sedano, salvia, due foglie alloro, uno spicchio d'aglio, prezzemolo, sale.

Chnolle: 2/3 Farina di granoturco, 1/3 farina di frumento, 4 uova per chilo di farina, brodo q.b. (fino a che l'impasto abbia la consistenza di una pastella densa).

Sanguinaccio (bluewòrscht)

PREPARAZIONE

Brodo: si porta ad ebollizione l'acqua contenente i gusti e gli aromi, quindi si inseriscono i tagli di carne bovina e di capra sottosale, lo späck, gli zampini, le costine ed i salami affumicati; questi ultimi devono essere sbollentati preventivamente per ridurne il sapore di affumicato. La cottura deve durare per almeno 2 ore.

Chnolle: la farina di granoturco e la farina frumento devono essere mescolate con alcuni mestoli di brodo caldo, cui si aggiungono le uova ed un pizzico di sale, fino ad ottenere una pastella densa. L'impasto ottenuto deve essere ridotto in singole prese con un cucchiaino di legno ed inserito nel brodo bollente delle carni per la cottura. Le chnolle cuociono lentamente per almeno un'ora senza disfarsi.

Sanguinaccio: il sanguinaccio deve essere cotto separatamente nel forno con un cucchiaino di brodo per circa mezz'ora.

PRESENTAZIONE

I tagli di carne, i salami e le chnolle sono serviti caldi su un unico piatto di portata. Il sanguinaccio e lo speck, sempre caldi, vengono serviti separatamente.

²⁰⁵ Ricetta di Mercedes David (Gressoney Saint Jean)