

GUIDA



man  
tova.

# *Mantova gustosa*

Itinerario e curiosità attraverso i sapori mantovani



MANTOVA

## UNA STORIA LUNGA SEIMILA ANNI



**Gli Amanti di Valdaro**

Il territorio mantovano, punteggiato di paludi e acquitrini, fin dalla preistoria ha offerto ai propri abitanti abbondanza di elementi necessari alla vita: acque copiose di pesce, aree pianeggianti ricche di boschi e di selvaggina, ma anche adatte alla coltivazione e all'allevamento.

A Mantova il libro dell'uomo si apre con le immagini commoventi degli "Amanti di Valdaro", se-

poltura di un uomo e di una donna vissuti nell'età neolitica che sembrano uniti in un eterno abbraccio, e di un uomo, il "Cacciatore Orione" sepolto con il suo cane "Sirio", a testimoniare come il territorio fosse abitato da comunità sin da tempi antichissimi. I musei archeologici mantovani – il Museo Archeologico Nazionale di Mantova, il Museo Archeologico dell'Alto Mantovano di Cavriana, il Museo Civico Bellini di Asola, il Mu.Vi. di Viadana, il Museo Civico Archeologico di Pegognaga, il Civico Museo Archeologico di Ostiglia – raccolgono testimonianze della presenza di comunità di agricoltori, cacciatori e allevatori che hanno colonizzato quest'angolo della pianura padana.

I "mantovani" neolitici dovevano essere abili nel procurarsi il cibo: lo dimostrano gli abbondanti ritrovamenti di ami, pesi per reti da pesca, punte di lancia e freccia, zappette e falcetti. Attraverso i secoli certamente migliorarono non solo l'arte di procurarsi il cibo, ma anche di cucinare i prodotti della natura e se meno si conosce del lungo periodo preistorico, moltissime sono le conoscenze sull'età antica, a cominciare dall'insediamento del popolo etrusco nel territorio mantovano.

Gli Etruschi erano celebri per il fasto delle loro mense e l'amore per il buon cibo. Scriveva Posidonio di Apamea (filosofo e storico del secondo secolo a.C.): "presso gli etruschi due volte al giorno si apparecchiavano mense sontuose, e tappeti variopinti e coppe argentee di ogni specie, ed è presente una folla di servi belli, adorni, di vesti sontuose..."; il poeta latino Catullo, colpito dal lusso e dagli aspetti curiosi della loro vita sociale, rese popolare la figura dell'etrusco molle e ghiotto: l'*Etruscus obesus* (Carne 39).

Gli Etruschi padani, anche se forse meno sofisticati degli Etruschi di Toscana, conoscevano bene e apprezzavano il valore, non solo commerciale, degli alimenti che producevano. Il ritratto, tramandato

da Posidonio, del ricco etrusco che per due volte al giorno rallentava il ritmo delle proprie occupazioni, per accomodarsi a tavola e gustare la magia della cucina, trova testimonianza nei ritrovamenti del Forcello, il sito archeologico etrusco scoperto negli anni Ottanta presso Bagnolo San Vito, dai quali emerge l'immagine di un popolo amante della buona tavola che banchettava con pane, fragranti zuppe di cereali e verdure, saporita carne di maiale arrostita, frutta e vino.



**Oinochoe etrusca**  
(Museo Archeologico Nazionale di Mantova)

Nel V secolo le relazioni tra Etruschi e Celti erano buone, costanti e prolifiche. I Celti acquistavano vino, olio e ceramica (anche greca); in cambio vendevano minerali e ambra. Ciascuno dei due poli commerciali offriva qualcosa di cui disponeva in esclusiva. La svolta avvenne quando le tribù celtiche presero a insediarsi nell'area padana, diventando un popolo confinante con quello etrusco e proponendosi esse stesse come produttrici di materie prime. A partire dal IV secolo, i Celti si insediarono in tutto il nord Italia, sottraendo a poco a poco la pianura agli Etruschi. Alla fine del secolo erano diventati il gruppo linguistico prevalente.

A partire dal III secolo a. C. si assiste ad alleanze etrusco-celtiche in funzione antiromana. Roma, nondimeno, aveva già costituito la propria macchina bellica, irresistibile per le popolazioni della valle del Po. L'occupazione romana portava sempre con sé una complessa gestione del territorio e anche l'area mantovana romanizzata fu sottoposta alla bonifica e alla razionalizzazione della centuriazione con i conseguenti miglioramenti della produzione alimentare.

Nei primi secoli dell'Alto Medioevo seguiti al crollo dell'Impero Romano d'Occidente, paludi e acquitrini tornarono a dominare. Gli abitanti di una regione attraversata dalle orde barbariche che scendevano a sud, flagellata dalla malaria e dalle febbri palustri, ebbero probabilmente anche problemi di

L'archeologia applicata alla cucina è popolare da tempo: risulta infatti affascinante ricreare e provare sapori dimenticati da secoli, seppure con qualche adattamento per andare incontro agli attuali gusti più delicati.

### ***Una semplice ricetta etrusca***

Sbattere in un recipiente 250 gr di latte cagliato con 3-4 cucchiaini di miele e sale q.b., aggiungendo poco alla volta della farina setacciata fino a ottenere un impasto da stendere. Dopo averlo steso, ricavare dei dischi rotondi di circa 1/2 cm di spessore e friggerli in olio d'oliva. Stenderli su carta assorbente e servirli caldi adolciti con un po' di miele.

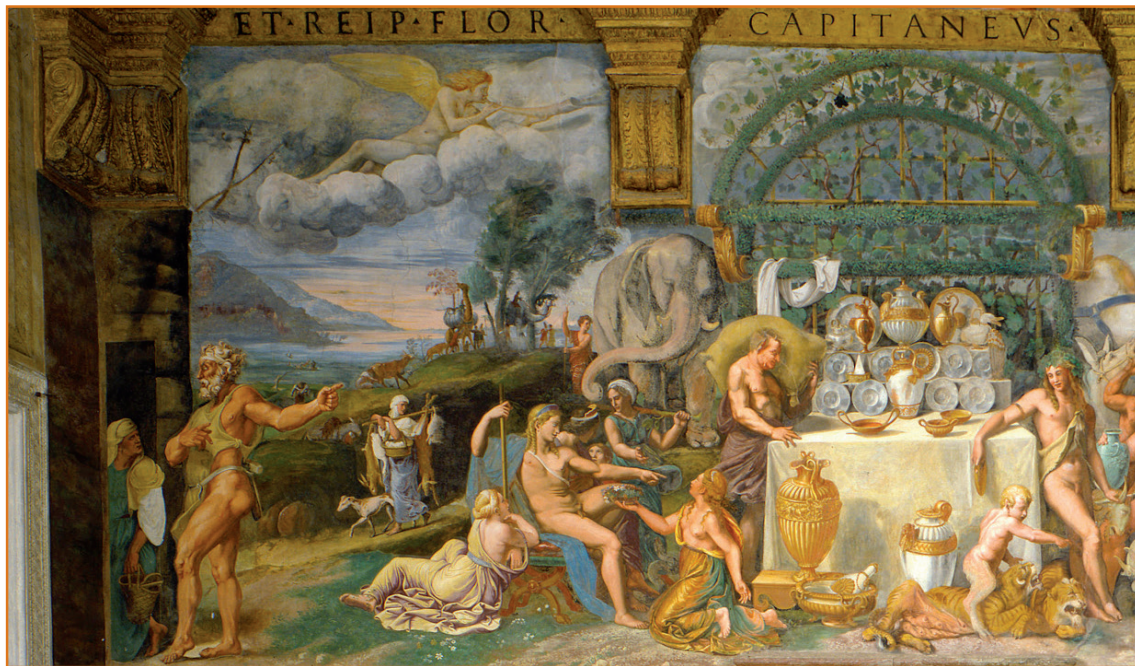


approvvigionamento alimentare.

La città stessa si ritrasse, modesto anonimo borgo circondato dalle acque spesso stagnanti e malsane del Mincio, fino a quando, nell'anno 804 d. C., nell'orto dell'ospedale di Santa Maddalena, accanto alle ossa del martire Longino, fu ritrovato il Sangue di Cristo, la reliquia più importante della cristianità. L'imperatore Carlo Magno, appena ricevuta la notizia, inviò a Mantova il pontefice Leone III che ne dichiarò l'autenticità, prelevandone una porzione quale dono per l'imperatore stesso. Dopo secoli di oscuro anonimato, il centro divenne meta di pellegrini, anche famosi, che volevano rendere omaggio al Preziosissimo Sangue.

Il rinvenimento contribuì a creare l'identità della città e alla sua nuova prosperità: Mantova fu promossa sede vescovile e, attorno alla figura del vescovo, nacque una piccola corte con esigenze di rappresentanza.

La cucina moderna, però, affonda le radici in un periodo molto più recente, nel Quattro-Cinquecento, l'età delle colte, raffinatissime signorie italiane, di cui i Gonzaga di Mantova furono tra i più illustri esempi. Nell'iconografia gonzaghesca il banchetto degli dei raffigurato nella Camera di Amore e Psiche a Palazzo Te, opera di Giulio Romano, ne è tra le più straordinarie e suggestive rappresentazioni. Le pareti sud e ovest della sala coinvolgono il visitato-



Palazzo Te, Camera di Amore e Psiche, particolare del banchetto

re nei preparativi di un sontuoso banchetto al quale partecipano gli dei. Protagonisti dell'evento Amore e Psiche, sdraiati sul *kline* e tra loro la figlia, Voluttà. Si tratterebbe del banchetto che si svolge sull'isola di Venere, così come descritto nel testo umanistico dell'*Hypnerotomachia Poliphili*, idealmente paragonata all'isola del Te.

Rinasce in questo periodo il gusto per la presentazione dei piatti; la semplice preparazione del cibo si trasforma in arte della tavola: portate servite su trionfi preziosi e cibi cucinati in modo talmente complesso da fare delle professioni di cucina delle vere e proprie arti. Sulle tavole delle famiglie più ricche compaiono le minestre preparate con brodo o latte, riso e cereali, mentre le carni più pregiate sono selvaggina e pollame. Nascono le "paste all'italiana": maccheroni e vermicelli conditi con uvette oppure con burro e sale, e le prime paste ripiene.

I piaceri della tavola cominciano a essere teorizzati in pieno Umanesimo, quando Bartolomeo Sacchi, detto il Platina, assunto per un certo periodo presso i Gonzaga come precettore e consigliere, pubblica a Venezia nel 1474 il *De honesta voluptate et valetudine* (Dell'onesto piacere e della salute), considerato, al tempo, il primo vero trattato sull'alimentazione. Da quel momento, presso le corti italiane, l'alta cucina è raccontata in una serie di opere, tra le quali si segnala quella del grande cuoco-gentiluomo Cristoforo Messisburgo, intitolata *Banchetti, composizioni di vivande e apparecchio generale*.

Di origine fiamminga ma di formazione bolognese, in servizio a Ferrara presso la Corte estense come scalco e amministratore di cucina, Cristoforo Messisburgo fu tanto apprezzato da essere nominato conte Palatino nel 1533 dall'imperatore Carlo V, in onore del quale aveva allestito grandiosi banchetti proprio a Mantova, grazie agli uffici di Isabella d'Este, moglie del marchese Francesco II Gonzaga e madre di Fe-

derico II, primo duca Gonzaga. Con il Messisburgo l'uso dei banchetti spettacolari e dell'alta cucina si trasferì a Mantova.

Nel 1662 Bartolomeo Stefani, cuoco della corte gonzaghesca, codificò le tradizioni gastronomiche mantovane nell'opera *L'arte di ben cucinare del cuoco ducale Bartolomeo Stefani*. Il libro si diffuse presso tutte le corti italiane ed europee del tempo, tanto da influenzare persino i grandi cuochi francesi della corte del Re Sole.



Bartolomeo Stefani, *L'arte di ben cucinare* (Biblioteca Comunale Teresiana)

## **IL BANCHETTO IN ONORE DI CRISTINA DI SVEZIA**

Un'idea di come fosse nel Seicento l'arte del preparare i cibi e di servire le portate lo dà il testo di Bartolomeo Stefani che descrive il *Banchetto*, da lui preparato, voluto per la Maestà della regina Cristina di Svezia dal duca di Mantova il 27 novembre 1655. Il testo suscita meraviglia per la ricchezza dello spettacolo e della scenografia della tavola: "Fu preparata la tavola nella solita camera regia, detta la camera delle Virtù con ricchissimo tappeto e tovaglie doppie, stuccate dal credenziero, gentilmente. La credenza ricchissima di baccine, e vasi dorati e bottiglierie cariche di vasi di cristallo legati in oro, fabbricati con tanto magistero, che chi li mirava restava pieno di meraviglia. Nel mezzo della tavola sorgeva un trionfo fatto di zucchero, ed era il monte Olimpo con l'altar della Fede; nella sommità del quale erano due puttini che sostenevano una corona reale sopra l'arma di Sua Maestà, d'ambidue le parti della tavola vi erano compartiti quattro vasi di naranci con l'albero, frutti e frondi fatti di gelatina, quali havevano apparenza naturale; fra un vaso e l'altro era una galleria fatta tutta di zucchero in buon disegno di architettura, e nella prospettiva d'ambe le parti, da una parte dodici colonne corinzie e dall'altra dodici di ionico ed in una di queste gallerie erano le statue di primi guerrieri, che nell'arte militare fatto hanno opere di meraviglia ed anco con varie bizzarrie d'animali, come

in tale gallerie soglionsi vedere. Nell'altra galleria vi erano li più virtuosi uomini che siano stati al mondo, ambedue le gallerie erano simili d'architettura. Furono le panatiere d'oro, coperte con un copetore di sottilissime piegature, quello di Sua Maestà era in forma di un bellissimo giglio: quello della Serenissima Arciduchessa formava un'aquila e quello del Serenissimo Nostro era in forma d'un elmo con le piume fatte di detta piegatura. Avanti ogni posata di Sua Maestà, e Serenissimi, due puttini fatti di zucchero con una canestra traforata, era una piena di biscottini fatti alla savoiarda e l'altra di biscotti di zucchero...".



Di questi secoli di gloria non rimane molto in termini di ricette, ma molto si può trovare nei sapori, nei metodi di cucinare e nell'uso delle spezie, il tutto felicemente contaminato dagli usi e dalla cultura dei popoli (principalmente austriaco, ma anche francese) che si sono succeduti nell'occupazione di Mantova

dopo la fine della signoria dei Gonzaga. I mantovani conoscono, per esempio, l'abitudine di accompagnare il cotechino alle verze, cucinate in modo da ricordare i crauti tedeschi, oltre agli stufati e agli stracotti che tanto richiamano il *gulasch* austroungarico.



## CIBI E SAPORI DELLA CUCINA MANTOVANA

La cucina mantovana varia nei piatti ma resta comunque radicata nelle tradizioni dei propri ingredienti principali. La natura del territorio e le sue risorse hanno portato a individuare gli elementi base del mangiare mantovano: il maiale, la selvaggina, il pesce d'acqua dolce, il riso e il formaggio a grana (Grana Padano e Parmigiano Reggiano).

### IL MAIALE

Negli anni Ottanta viene scoperto dalla comunità scientifica il più grande centro di scambi commerciali etrusco dell'Italia settentrionale, il sito archeologico del Forcello, a Bagnolo San Vito, nelle immediate vicinanze della città di Mantova.

Gli archeologi trovarono anfore per la conservazione e il trasporto di olio e vino, resti di vasi di squisita fattura ellenica, addirittura spille di origine egizia e ...maiali. Non suini fossili, ma resti di banchetti a base di carne di maiale. Il maiale, protagonista della cucina mantovana, è presente dunque sulle tavole del territorio da non meno di 2500 anni.

Già nel V sec. a.C. il greco Ippocrate, padre della medicina, diceva: "...la carne di maiale è tra le carni quella che fornisce al corpo dell'uomo più forza ed è ottimamente digeribile...". Seppure siano stati rinvenute innumerevoli ossa di animali presso il Forcello, quale testimonianza del consumo di questa carne da parte degli etruschi, pochissimi sono stati i ritrovamenti di femori di maiale. L'opinione diffusa tra gli studiosi è che questa sia la prova archeologica indiretta dell'attività di trasformazione delle cosce di maiale in prosciutti o meglio, "proto-prosciutti", probabilmente commercializzati in tutti i territori raggiungibili: allora come oggi il territorio mantovano si distingueva come

uno dei maggiori esportatori di carne suina.

L'uso della carne di maiale si consolidò in epoca romana: dalla Gallia cispadana partivano infatti per Roma grandi quantità di cosce di maiale salate che costituivano parte importante del nutrimento dei soldati. Del resto, sono note descrizioni precise dell'epoca sulle tecnologie di produzione delle carni salate di maiale: prosciutti (perna) e salumi (lucaniche).

Vale la pena ricordare una credenza religiosa delle tribù galliche: nella mitologia celtica il maiale rappresentava il vero archetipo alimentare, in quanto, quando i guerrieri trovavano la morte in battaglia, giungevano nel loro paradiso e il cibo che veniva loro offerto era costituito dalle carni del "Grande Maiale".

Anche nella Roma marziale, dominatrice di popoli, la Legio XX Valeria Victrix, posta a difesa del confine settentrionale dell'impero, sceglieva come proprio simbolo il cinghiale (o maiale selvatico), quale rappresentazione di forza e determinazione in battaglia.

Durante i secoli successivi e fino a tempi recentissimi, il maiale fu la colonna portante dell'economia domestica, sia alla corte del principe, sia nella famiglia contadina: le carni, la cotica e le ossa per il nutrimento, il lardo per il condimento e la conservazione, le setole per fare spazzole e altri usi.



Cotechino e salame mantovano

## Il salame

Lavorare la carne di maiale, condirla e insaccarla è un lavoro delicato e affidato alle abili mani del norcino (masìn o masalin). La tradizione vuole che nei mesi più freddi, nelle corti agricole, la famiglia si riunisse e macellasse il maiale allevato durante l'anno.

Il salame mantovano è preparato utilizzando esclusivamente carne suina. La carne è tritata a grana grossa, secondo l'usanza tramandata dai tempi in cui tutte le fasi della lavorazione erano realizzate in punta di coltello. Ha forma cilindrica e peso variabile tra 500 grammi e 3 kg. Il colore è rosso, la pasta compatta e morbida, punteggiata di grassoli bianchi o rosa, mentre l'aggiunta di pepe e aglio fresco conferiscono un profumo tipico e un sapore inconfondibile. La ricetta varia a seconda della zona: nell'Alto Mantovano la presenza dell'aglio, lasciato macerare nel vino bianco, è solo accennata.

*Alla carne macinata a grana piuttosto grossa si aggiungono dal 15 al 30% di lardo con i seguenti condimenti che bastano per un quintale di macinato: 2,8 kg di sale, 80 gr di pepe, 20 gr di noce moscata, 40 gr di cannella, 180 gr di aglio. La stessa miscela di carni ed aromi viene utilizzata per le salamelle (salsicce).*

## Il cotechino

Diversamente dal cotechino cremonese detto "alla vaniglia" solo per la presenza di carni magre e di una ridotta quantità di cotenne, il tipo mantovano è davvero aromatizzato alla vaniglia e si prepara con carni suine magre sgrassate, guanciaie, cotenne, spolpi di testa e grasso duro. Di forma cilindrica e peso variabile fra i 700 e gli 800 grammi, il cotechino mantovano ha una consistenza morbida e un colore rosso-bruno. Il cotechino deve essere cotto per circa 3-4 ore a seconda della pezzatura e viene

solitamente consumato accompagnato alla purea di patate o alle lenticchie.

## Gli altri prodotti

Con le carni del maiale si producono, oltre ai salami, cotechini e salamelle, anche altri insaccati come pancette e coppe. Famosi sono inoltre i ciccioli o greppole, pezzetti di carne pressata, di colore intenso e molto saporiti, prodotti utilizzando la parte nobile del grasso del maiale.

## IL PESCE

Mantova, terra circondata dalle acque del Mincio, ha da sempre annoverato il pesce di fiume tra i propri piatti tradizionali. La cucina gonzaghese comprendeva innumerevoli piatti di lucci e persici reali, presentati in scenografiche portate, così importanti per le cucine ducali tanto da indurre i Gonzaga a costruire grandi peschiere per avere in ogni momento pesce in abbondanza.

L'esistenza del fiume fa sì che il pesce d'acqua dolce sia una risorsa alimentare presente anche sulle tavole del popolo e quindi a disposizione di tutti.

Ecco due ricette di pesce tramandate sino a oggi.

### Riso con pesce fritto

Possono essere utilizzate anguille, tinche, pesci gatto, oppure anche i "saltarei" (piccoli gamberi di fiume) o rane (non pesci, ma pur sempre abbondanti negli acquitrini mantovani).

*Friggere il pesce (intero o a pezzi, secondo le dimensioni), in olio abbondante. A fine cottura scolare il pesce e con lo stesso olio preparare una salsa aggiungendo un'acciuga, prezzemolo, aglio e una parte della polpa del pesce fritto tritato finemente.*



*Il riso, cotto secondo il procedimento della cottura del riso alla mantovana, va condito con la salsa preparata ed i pezzi di pesce fritto.*

### **Luccio in salsa**

Se nella ricetta antica, che già lo Stefani elabora per la tavola del duca: "...deve il luccio essere di fiume ovvero di lago buono e non paludoso; fra tutti i pesci, questo dà buon nutrimento... serviti con olio, succo di limoni e verdure; nello spiedo, lardati con angiove, serviti con salsa di capperini, code di gambari, zuccaro e aceto rosato ...", quella oggi utilizzata è più semplice, nel rispetto della tradizione.

*Pulire il luccio e lessarlo a fuoco lento per circa 45 minuti in acqua con una carota, un sedano, uno spicchio d'aglio, una cipolla, alloro, sale e mezzo bicchiere di aceto.*

*Nel frattempo preparare una salsa sciogliendo in un tegame, con olio abbondante, alcuni filetti di acciuga, aggiungendo un battuto di capperi, peperoni sott'aceto, prezzemolo, aglio e cipolla.*

*Il luccio va spolpato, sminuzzato e lasciato a marinare nella salsa per almeno dodici ore, meglio un giorno intero. Va servito con polenta morbida o abbrustolita.*



**Luccio in salsa con polenta**

## **IL RISO**



### **Riso Vialone Nano**

Sin dalla metà del Cinquecento Mantova, territorio ricco d'acqua, ha dedicato parte delle proprie terre alla coltivazione del riso, selezionandone la qualità Vialone Nano.

La produzione del riso mantovano, di grande qualità, aumentò progressivamente nonostante la concorrenza dei risi piemontesi, fino ad arrivare, a metà dell'Ottocento, a più di 5.000 ettari coltivati. Successivamente la coltivazione diminuì, per stabilizzarsi su valori che variano dai 700 ai 1.500 ettari annui, concentrati in quella stessa zona della Sinistra Mincio che vide la nascita della risicoltura virgiliana.

L'utilizzo del riso in cucina nasce principalmente nella cucina povera, costituendo un eccellente complemento ai piatti di pesce o di carne che, come alimenti principali, spesso scarseggiavano sulle mense del popolo.

Il risotto mantovano si presenta sgranato e non mantecato. La cottura del riso avviene nell'acqua che, alla fine, deve essere completamente assorbita lasciando il chicco asciutto. Questo metodo serve per tutti i risotti mantovani.

*Considerare 80-100 gr di riso a persona.*

*Portare a bollore in una pentola un quantitativo di acqua, salata, pari ad una volta e mezzo il peso del riso. Versare il riso nell'acqua, al centro della pentola, formando una specie di cono e, appena la stessa riprende di bollore, mescolare e lasciare cuocere a fuoco vivace per 8 minuti, rimescolando con scarsa frequenza. La pentola va quindi trasferita sul fuoco più basso possibile e il riso fatto passare per altri 12 minuti, mescolando velocemente almeno ogni 4 minuti. Si spegne poi il fuoco e si chiude il recipiente con un canovaccio e col coperchio. Si lasci riposare per 7/8 minuti.*

### **Risotto alla pilota**

La parola "pilota" deriva da colui che lavora alla pila del riso, il luogo dove il riso veniva pulito, trattato e preparato per la vendita. Già dal XVII secolo, e prima dell'avvento delle macchine, il riso era lavorato nelle pile, costruite all'interno delle aziende in prossimità dei corsi d'acqua e, appena raccolto, veniva immesso allo stato grezzo in vasche di marmo, perfettamente levigate al loro interno.

Era lavorato con grandi pestelli, mossi dai bracci di un grosso albero di legno che girava sul suo asse, azionato dalle ruote che sfruttavano le acque dei canali. I pestelli venivano lasciati cadere sul risone per separare i chicchi dalla loro pellicola, un'operazione che poteva durare anche molte ore, durante le quali i chicchi stessi, sfregandosi l'uno con l'altro, si pulivano a vicenda fino a raggiungere il colore bianco tipico del riso pronto per il consumo.

I lavoratori delle pile erano chiamati piloti. La loro attività si svolgeva anche di notte, quando dovevano estrarre il riso pulito dai mortai e disporlo sui setacci. Il riso, dopo la lavorazione, veniva caricato sui carretti e portato nelle botteghe e nei mercati. I trattamenti che subiva erano certamente effettuati con sistemi rudimentali, ma permettevano al cerea-

le, che si presentava con un colore grigiastro simile a quello delle varietà integrali, di conservare le sue proprietà nutritive. Ben presto la tecnologia portò le sue novità in tutte le campagne: l'industria risicola, meccanizzata, veloce e moderna, si sostituì poco a poco alle rozze pale e alle grandi pile settecentesche. Cambiarono così le condizioni e le prospettive di chi lavorava nelle risaie.

L'origine della ricetta del risotto alla pilota è sconosciuta, ma è facile immaginare che potesse essere un piatto veloce da realizzare, nutriente e invitante per coloro che lavoravano nelle risaie e nelle pile.

*80-100 gr di riso a testa, una quantità pari di salamelle (o pesto per risotto), burro abbondante e formaggio a grana grattugiato.*

*La cottura del riso avviene come indicato precedentemente.*

*Il condimento si prepara facendo soffriggere nel burro le salamelle sbriciolate (o pesto) fino a quando prendono colore; alcuni aggiungono anche vino bianco. La carne delle salamelle o del pesto deve rimanere morbida. Aggiungere questo condimento al riso e mescolare. Lasciare quindi riposare per 10 minuti circa nella pentola chiusa da un canovaccio e poi col coperchio. Aggiungere il formaggio a grana grattugiato.*

Esiste anche la versione più ricca, col "puntèl" che prevede l'aggiunta al riso così preparato di una braciola o un paio di costine di maiale cotte a lungo nel vino bianco. Il nome deriva dal fatto che la carne "puntella", cioè sostiene, il riso nel piatto.

## LE ALTRE CARNI: LA SELVAGGINA E IL POLLAME

Per tradizione e per diritto la selvaggina è sempre stata riservata alle cucine dei principi che disponevano di grandi riserve di caccia. Le severissime pene adottate per i bracconieri non permettevano infatti che la selvaggina fosse un alimento a disposizione del popolo, al quale era riservato più che altro il consumo di carne di animali da cortile e pollame.

Si propongono di seguito tre ricette di piatti a base di carne, tipiche della tradizione locale, tratte dal libro di Bartolomeo Stefani, e che si possono degustare, tra le altre, nelle tante osterie e nei migliori ristoranti della città.

### Tagliatelle al sugo d'anatra

*L'anatra deve essere messa in fusione per una notte in un recipiente con acqua, vino rosso, carote, costa di sedano, foglie d'alloro, chiodi di garofano, bacche di ginepro, cannella, sale e pepe in grani.*

*Una volta rosolata la carne e bagnata con vino rosso e brodo, l'anatra viene disossata. Passata in padella con le verdure di macerazione, sarà il condimento prelibato delle tagliatelle.*



Tagliatelle al sugo d'anatra

### Fagiano

*Diceva lo Stefani: "...il fagiano sia grasso, e giovane, e ben affaticato dai cacciatori nel tempo d'inverno; si lasci morto per quattro giorni. Deve essere lardato minuto (avvolto in fette di lardo o pancetta), cotto allo spiedo a fuoco lento servito con salsa reale..."*



Cappone alla Stefani

### Cappone alla Stefani

*Petti di cappone, erbe aromatiche, una carota, un sedano, uvetta sultanina, mezzo bicchiere di vino bianco, un cucchiaino piccolo di zucchero, la buccia di mezzo limone, olio, sale e pepe, aceto buono.*

*Lessare i petti in poca acqua con le erbe aromatiche, lasciarli raffreddare, sfilettarli e metterli in un piatto di portata. Fare rinvenire l'uvetta nel vino con un goccio di acqua tiepida e lo zucchero. Emulsionare in una ciotola olio, aceto, la buccia del limone grattugiata e l'uvetta col vino. Aggiustare di sale e pepe, versare sui filetti in modo da coprirli abbondantemente e lasciare riposare per qualche ora.*

## IL "GRANA" DI QUA E IL "GRANA" DI LÀ ...DEL PO



**Grana Padano**

La Provincia di Mantova, attraversata dal grande fiume Po, è l'unica che vanta la produzione dei due formaggi italiani più famosi al mondo: il Grana Padano e il Parmigiano Reggiano. I territori a nord del fiume producono il Grana Padano, mentre quelli della bassa, a sud del Po, producono il Parmigiano Reggiano.

La storia narra che questo formaggio nacque intorno al 1135 nell'Abbazia benedettina di Chiaravalle, a pochi chilometri a sud di Milano, dove veniva prodotto in apposite caldaie all'interno dei monasteri che possono essere considerati i primi caseifici. I monaci lo chiamarono caseus vetus, formaggio vecchio. Il popolo, che non aveva dimestichezza con il latino, gli diede un altro nome, derivato dalla particolarità della pasta, compatta ma granulosa. Così nacque il nome di formaggio a grana o più semplicemente grana.

Facile immaginare che anche i monaci benedettini dell'Abbazia del Polirone di San Benedetto Po conoscessero il procedimento di produzione del formaggio a grana e i vasti pascoli a disposizione ne

favorirono certamente la produzione.

Il formaggio a grana viene utilizzato per la finitura o per il ripieno di moltissimi piatti. La fantasia contadina lo abbina alla polenta abbrustolita e burro, lo vuole abbondante nel "bevr'in vin" (scodella di agnolini in brodo, con aggiunta di lambrusco mantovano), oppure le sue croste abbrustolite sulla griglia o intenerite e condite con cipolla e pomodoro.

## I DOLCI DELLA TRADIZIONE MANTOVANA

La cucina mantovana propone una grande varietà di dolci casalinghi e di pasticceria: la Millefoglie, la Torta di tagliatelle, la Torta greca, la Sbrisolona, i Caldi dolci, il Sugolo, solo per citarne alcuni, sono noti in tutte le case delle famiglie mantovane. In questa piccola raccolta si presentano le ricette più famose e tradizionali.

### Sugolo

La sua origine è antichissima, pare addirittura di epoca romana e si è tramandato sino ad oggi praticamente immutato nella preparazione e negli ingredienti.

Il sugolo è un budino d'uva che si ricava dal mosto, il succo di uva dolce. Dal gusto agrodolce, si può servire accompagnato con lo zabaione.

*25 gr di farina ogni quarto di litro di mosto, zucchero.*

*Stemperare con molta cura la farina nel mosto. Se, a proprio gusto, il mosto non fosse sufficientemente dolce, si può correggere aggiungendo lo zucchero.*

*Far bollire qualche minuto. Versare in contenitori e lasciar raffreddare completamente prima di servire.*



## **Sbrisolona**

E' una torta dura che trae il nome dalle brise (briciole) grandi e piccole che si formano quando viene spezzata. Si può servire bagnata con la grappa oppure accompagnata con zabaione e sugolo.



### **Sbrisolona**

200 gr di farina bianca, 200 gr di farina gialla setacciata fine, 200 gr di mandorle tritate, 200 gr di zucchero, 100 gr di strutto, 100 gr di burro, 2 tuorli d'uovo.

Mescolare le farine bianca e gialla, le mandorle, lo zucchero e i tuorli d'uovo.

Aggiungere lo strutto e il burro senza fonderli, facendoli solo ammorbidire a temperatura ambiente. Amalgamare velocemente il tutto, impastando a piccoli grumi, che si fanno cadere a pioggia nello stampo imburato.

Formare uno strato di un paio di centimetri di spessore, senza schiacciare i grumi. Infornare per 40 minuti, fino a quando risulti dorata.

### **Torta di tagliatelle**

La torta di tagliatelle è uno dei dolci più noti

e apprezzati dai mantovani, e anche uno dei più rappresentativi della tradizione locale.

*Un uovo di tagliatelle fini, 300 gr di mandorle dolci, 300 gr di zucchero, burro q.b.*

*Tritare le mandorle e mescolarle con lo zucchero. Fare quattro parti della miscela di mandorle e tre parti delle tagliatelle.*

*Nella tortiera, alternare strati di mandorle e zucchero a strati di tagliatelle, per finire con mandorle e zucchero. Aggiungere abbondanti pezzetti di burro su tutta la superficie ed infornare a temperatura media. La torta è cotta quando le tagliatelle assumono un bel colore dorato.*

### **Caldi dolci**

Sono un dolce di pasticceria, che si prepara anche nelle case, molto rappresentativo delle abitudini alimentari mantovane. Le basi sono infatti la farina di mais e il burro, una sorta di polenta dolce, condita e aromatizzata. I caldi dolci, tiepidi e morbidi, tipici del giorno dei morti, sono il dolce ideale per rinfrancarsi dopo i primi freddi dell'autunno e guardare con serenità all'inverno che arriva.

250 gr di farina gialla fioretto (la parte più fine), 1 l di latte, 1 dl di vino cotto, 100 gr di burro, 100 gr di pinoli, 100 gr di zucchero, scorza di limone grattugiata, cannella, 4 chiodi di garofano, un pizzico di sale.

Far bollire il latte con tutti gli ingredienti tranne il fioretto. Quando il latte bolle aggiungere la farina a pioggia, mescolando in continuazione, facendo attenzione a non formare grumi.

Cuocere a fuoco lento per circa mezz'ora, sempre mescolando.

Far raffreddare la polentina dolce e formare, lavorando con le mani, palline delle dimensioni medio grandi, a cui va data la forma di una polpetta allungata.

*Un avvertimento: le mani vanno bagnate in continuazione, per evitare che l'impasto si attacchi. Si passano poi in forno medio per farli asciugare affinché prendano una leggera doratura.*

### **Dolci mantovani di origini forestiere...**

Molto gradito sulle tavole natalizie è l'Anello di Monaco, dolce a pasta lievitata con una farcia di nocciole, elaborazione arricchita del dolce bavarese Kugelhupf. Dal 1789 in poi, Mantova, infatti, ha accolto decine di pasticceri e caffettieri svizzeri, prevalentemente immigrati dal Cantone dei Grigioni, che importarono dolci della loro tradizione, così come la torta Helvetia, dischi di pasta di mandorle farciti con crema di burro, zabaione e cioccolato.



### **Anello di Monaco**

Di origine straniera anche il Budino belga, arrivato sulle tavole dei mantovani intorno agli Venti – Trenta del '900, di cui, se è chiara la provenienza, più fantasioso è il legame con la città di Mantova.

In quel periodo, Anselmo Prati, il proprietario di uno degli allevamenti di cavalli più importanti dell'epoca, si recava spesso in Belgio per importare stalloni da tiro adatti ai lavori agricoli. Nei periodi di trasferta, talvolta accompagnato dalla moglie

Maddalena, veniva ospitato da una famiglia locale presso la quale conobbe la ricetta. Tale dolce era talmente gustoso da varcare i confini e radicarsi con forza nella città dei Gonzaga.



### **Torta Helvetia**

La signora Maddalena però, come buona parte delle donne di un tempo, era molto restia nel rivelare la ricetta nella sua autenticità che venne tramandata solo oralmente. La ricetta che viene qui proposta è la versione più contemporanea.

*1 l di panna, 4 uova, 100 gr di cioccolato fondente, 100 gr di zucchero, vaniglia a piacere, 250 gr di zucchero per lo stampo con il buco centrale.*

*Mettere sul fuoco la panna con lo zucchero e il cioccolato a pezzetti (e la vaniglia) finché questo non si scioglie. Togliere dal fuoco e far raffreddare. Unire le uova frullate e passare il tutto al setaccio. A parte, sciogliere lo zucchero in un padellino stando attenti che resti biondo e distribuirlo sul fondo dello stampo. Versarvi il composto e coprire con un coperchio avvolto da un panno spesso. Cuocere a bagnomaria sul fuoco per un'ora, calcolando il tempo da quando l'acqua inizia a bollire. Trascorso questo periodo, togliere dal fuoco e finire la cottura in forno a 180 gradi a bagnomaria per un'altra mezz'ora coprendo lo stampo con un foglio di alluminio.*

*Lasciare raffreddare scoperto e mettere in frigo per almeno un'ora.*

## IL PANE MANTOVANO

I pani tradizionali mantovani appartengono alla tradizione dei pani a pasta dura, tipici della pianura padana, ottenuti mantenendo un basso tasso di umidità nell'impasto. Uno dei più antichi è il baule mantovano, realizzato impastando farina di grano tenero, acqua, lievito madre, sale. Assume una forma tonda, di dimensioni varie, con tagli e rigature centrali che fanno fuoriuscire una cresta.

Molte persone sono ancora affezionate alla sua versione biscottata che, intinta nel latte, ha rappresentato l'unica forma di colazione per generazioni di mantovani.

Altra forma di pane conosciuta è la ricciolina: secca, croccante, condita con olio e strutto, è fatta a mano arrotolando su se stessi fino a formare un fiocco, due filoncini di pasta.

Un altro prodotto tipico è la schiacciatina, sottile sfoglia di pane condito, ottenuta impastando farina di grano tenero, acqua, sale e strutto, che oggi viene usata per colazioni e merende mentre un tempo rappresentava l'alimento dei contadini, consumata al posto del pane durante i lavori in campagna. La sua ricetta risale al Rinascimento ma a quel tempo si realizzava in forme diverse e si cuoceva sovente sotto la cenere.



**Pane mantovano e schiacciatine**

Dello stesso impasto della schiacciatina, ma più spessa, è la schiacciata mantovana, che può essere arricchita con parti di suino (le greppole), erbe aromatiche e cipolle (in questo ultimo caso prende il nome di tirot, la cui ricetta viene riportata in seguito).

## LA CUCINA EBRAICA

Nell'ambito della tradizione culinaria mantovana, va menzionata la cucina della tradizione ebraica. Gli ebrei a Mantova abitarono e prosperarono per secoli, grazie anche alla lungimiranza dei Gonzaga.

La loro presenza viene testimoniata fin dal 1145, ma furono i Gonzaga, interessati alle attività economiche tradizionalmente esercitate dagli ebrei, che ne favorirono l'insediamento in città.

Alla fine del Cinquecento la città di Mantova poteva contare su una comunità ebraica composto da circa 2.000 unità, il 5% dell'intera popolazione urbana, ma solo nel 1612 venne istituito a Mantova il ghetto, su disposizione del 1610 di Vincenzo I Gonzaga, che permase sino al 1797, anno dell'arrivo dei francesi. Il declino dei Gonzaga coincise con l'impoverimento progressivo e inesorabile della città e non fece eccezione la comunità ebraica le cui attività economiche, così rilevanti per l'economia virgiliana, conobbero esse pure una forte contrazione.

Dopo la chiusura del ghetto, si sviluppò un'integrazione progressiva, se pur non lineare e completa, tra le due popolazioni, in particolare tra l'élite ebraica e la borghesia non ebraica. Gli ebrei mantennero peraltro vive le preziose tradizioni che ancora oggi arricchiscono la cultura del territorio.

All'interno di questa comunità la vita delle persone era costantemente regolata da norme ispirate dalla Bibbia, il Libro dei Libri, a cui era soggetta anche l'arte culinaria.

La Bibbia, per esempio, non solo dice quali animali di terra, acqua e aria è lecito consumare, ma stabilisce anche quando e come possono essere consumati: "...ed il Signore parlò a Mosè dicendo – Dite ai figli di Israele: questi sono gli animali che voi potrete mangiare fra tutte le bestie della terra, dei quadrupedi mangerete tutti quelli che hanno l'unghia fessa e ruminano...degli acquatici..." (Levitico XI, passim); "non cucinare un capretto nel latte di sua madre..." (Esodo XXIII, 18); "nessuna persona tra voi mangi sangue...la vita di ogni carne è il sangue, nel sangue sta la vita, perciò non mangerete il sangue di qualunque specie di carne..." (Levitico, XVII, 12 e 14).

Non solo norme alimentari, quale ad esempio il divieto di mangiare cibi lievitati negli otto giorni di Pasqua, ma anche di vita, quali il rispetto del riposo assoluto nella giornata di sabato, facevano della comunità ebraica un mondo relativamente al riparo dalle influenze esterne, nel quale era possibile rimanere fedeli a usanze e credenze tradizionali. La progressiva integrazione della comunità rese inevitabile il mutare di queste tradizioni ma, a differenza della cucina tradizionale del territorio, frutto di stratificazioni e aperta a influenze esterne, nella cucina ebraica molte ricette tradizionali hanno resistito al passare del tempo.

### **Carpa all'ebraica**

La carpa, pesce ammesso dalla tradizione ebraica, arriva sulle tavole mantovane in questa gustosa versione

*1 carpa di 1,5 kg, 400 gr di cipolla, una decina di mandorle sbucciate, uva passa, sale e pepe,*

*2 cucchiaini di zucchero*

*Lavare e dividere in pezzi la carpa. Disporre sul fondo di una teglia le cipolle affettate, le mandorle*

*e una presa di uvetta e sopra questo strato disporre i pezzi di pesce, in modo da ricomporne la forma. Aggiungere sale e zucchero e coprire il pesce con acqua. Mettere il tutto a fuoco basso, lasciando bollire per circa trenta minuti. Al termine della cottura disporre su un piatto i pezzi di carpa, sempre cercando di mantenerne la forma e ricoprirli con il sugo rimasto nella teglia. Il liquido, raffreddando, si trasformerà in gelatina. Servire fredda.*

### **Rebecchini di Gerusalemme**

I rebecchini di Gerusalemme sono un tipico antipasto della tradizione ebraica.

*400 gr di farina gialla, 200 gr circa di acciughe sotto sale, sale e olio.*

*Fare una polenta abbastanza tenera e stenderla su di un tagliere livellandola con la lama bagnata di un coltello ad un'altezza di circa 1 cm. Lasciarla raffreddare, poi ritagliare dei dischetti con un bicchiere. Spalmarli quindi di acciughe ben sciolte in olio. Sovrapporre un dischetto all'altro e friggere in olio bollente.*

### **Torta greca**

La torta greca è uno dei dolci tipici della città dei Gonzaga. Pare che a introdurla a Mantova sia stato un pasticcere ebraico di Salonicco. Il suo impasto infatti risulta essere molto diverso dagli altri della tradizione mantovana e simile a quelli della pasticceria ebraica.

*200 gr di burro, 4 uova, 400 gr di zucchero, 400 gr di farina, 100 gr di mandorle dolci, 100 gr di mandorle amare, lievito in polvere, latte q.b., pasta sfoglia.*

*Amalgamare i tuorli con il burro, aggiungere lo zucchero e montare il tutto fino ad ottenere una crema morbida e soffice.*



## RICETTE TRADIZIONALI

*Aggiungere la farina bianca, le mandorle ridotte in polvere ed il lievito.*

*Aggiungere ora gli albumi montati a neve, e latte sufficiente a rendere piuttosto morbido il composto.*

*Il tutto va infornato a forno caldo in una crosta di pasta sfoglia, decorando il centro del dolce con mandorle intere e cospargendo la superficie con zucchero a velo (prima della cottura).*



**Torta greca**

Oltre alle ricette dedicate alle sezioni tematiche precedenti, è interessante riportare in questa piccola raccolta alcune ricette mantovane che hanno superato i confini territoriali, diventando patrimonio culturale nazionale.

Sono piatti per i quali è inutile cercare di recuperare radici storiche o citazioni dotte, privilegiando la carica emozionale dei ricordi dei pranzi e delle cene in famiglia.

### Pasta sfoglia

La pasta sfoglia è una delle basi della cucina tradizionale mantovana. Rigorosamente all'uovo, serve da sola per tagliatelle, tagliatelline e altri formati di pasta; con una farcitura, per le molte forme di pasta ripiena, come gli agnolini e i tortelli di zucca.

*Un etto di farina tipo '0' per ogni uovo, a persona.  
Disporre la farina a fontana.*

*Mescolare bene le uova e la farina, aiutandosi, all'inizio, con una forchetta, fino ad ottenere un impasto omogeneo ed elastico da cui, dopo una mezz'oretta di riposo, si prepara la sfoglia (molto meglio con il mattarello e l'asse di legno).*

*La sfoglia va tagliata a parziale asciugatura. Quando la superficie è asciutta ma non secca, si ricavano i formati voluti.*

### Agnolini mantovani

Gli agnolini, detti anche cappelletti (a seconda che si mangino in città o nel basso mantovano), primo tradizionale del giorno di Natale, sono la pasta ripiena principe della cucina mantovana che da sempre ha segnato i momenti fondamentali della vita delle famiglie di questa città, pur traendo origine dalla cultura gastronomica emiliana.



### **Agnolini mantovani**

Come spesso accade per questi piatti tradizionali, non esiste un'unica ricetta codificata, molte sono le varianti nel ripieno introdotte dalle famiglie mantovane. La ricetta che viene presentata è composta da ingredienti equilibrati che possono eventualmente essere una buona indicazione per le proprie personali elaborazioni. Tra le varianti vale la pena citare gli agnolini con ripieno di stracotto.

*Sfoglia di quattro uova, 2 hg di polpa di manzo, una salamella, 1 hg di lonza di maiale, 2 hg di polpa di pollo, formaggio a grana abbondante, pane grattugiato, un uovo, noce moscata, sale, pepe.*

*Mettere a cuocere tutte le carni in una pentola coperta, bagnando con vino bianco.*

*Al termine della cottura, le carni vengono macinate e il tutto, sugo compreso, viene amalgamato con il formaggio a grana, pane grattugiato e uovo. Grattugiare un po' di noce moscata per profumare il ripieno e far riposare l'impasto fino al giorno dopo.*

*La sfoglia va tagliata in quadretti di circa 5 centimetri di lato. Al centro di ogni quadrato mettere una pallina di ripieno, poi piegare prima i quadretti*

*lungo una diagonale e poi avvolgere i triangoli intorno al dito indice e unendo tra loro le punte opposte. La forma diventa così molto simile a quella tipica dei tortellini bolognesi.*

*Gli agnolini si cuociono e si servono nel brodo di carne.*

### **I tortelli di zucca**

I tortelli di zucca, cibo di magro, sono il primo tradizionale della sera della Vigilia di Natale, e anche uno dei simboli della cucina mantovana.

Il loro particolare sapore è dato dall'unione del gusto dolce della zucca con il piccante della mostarda mantovana.



### **Tortelli di zucca**

*1,5 kg di zucca, 1,5 hg di amaretti, mostarda mantovana, noce moscata, formaggio a grana grattugiato, sfoglia tirata.*

*Prendere una zucca mantovana, togliere buccia e semi e cuocerla a vapore. Lavorare la polpa della zucca con la forchetta fino ridurla ad una crema uniforme. Aggiungere gli amaretti finemente sbriciolati, un cucchiaino di mostarda mantovana, il formaggio a*

grana, il sale ed eventualmente il pane grattugiato, affinché l'impasto risulti asciutto. Lasciare riposare il tutto in luogo fresco, per circa dodici ore, in modo che tutti i sapori possano amalgamarsi.

Con il ripieno fare delle palline del diametro di due centimetri, da distribuire su quadrati di sfoglia di circa dieci centimetri di lato che verranno ripiegati e premuti sui lati per contenere il ripieno interamente. I tortelli vanno cotti in acqua salata, distribuiti a strati successivi in una zuppiera, condendo ogni strato con abbondante burro alla salvia, oppure pomodoro, e formaggio a grana grattugiato.

### **Mostarda mantovana**

La mostarda mantovana, che si distingue dalla mostarda cremonese per il taglio della frutta (a Mantova la frutta viene tagliata a piccoli pezzi, mentre a Cremona viene lasciata intera o tagliata in pezzi grandi), è una conserva di frutta aromatizzata con la senape che viene solitamente servita accompagnata con il Grana Padano e Parmiggiano Reggiano a pezzi, e utilizzata inoltre come ingrediente del ripieno dei tortelli di zucca.

*Essenza di senape 12 gocce per 1 kg di frutta, 500 gr di zucchero, 1 kg di mele cotogne.*

*Sbucciare le mele cotogne e tagliarle a fettine.*

*Mettere le mele in un contenitore e aggiungere lo zucchero, mescolare e lasciare riposare per un giorno. Scolare in una pentola il succo che si è formato, far addensare a fuoco basso per almeno un'ora e poi versarlo caldo sulle mele. Ripetere la stessa operazione un'altra volta. Lasciare riposare ancora per un giorno e quindi fare bollire insieme il succo e le fettine di mela per almeno 10 minuti. Lasciare raffreddare il tutto e aggiungere l'essenza di senape.*

*Amalgamare con delicatezza e versare il tutto in vasetti di vetro sterilizzati da conservare in un luogo asciutto e buio.*



### **Mostarda mantovana**

#### **Lo stracotto alla mantovana**

Lo stracotto mantovano appartiene alla grande famiglia degli stufati e ha come particolarità l'impiego della carne d'asino. Si consuma con la polenta oppure si presta a essere ottimo condimento per primi piatti o gustoso ripieno.

*Per un kg di carne: 1 hg di burro, una carota, una cipolla, una gamba di sedano, un paio di bicchieri di brodo, due o tre bicchieri di vino rosso (il lambrusco mantovano), sale.*

*La carne va infarinata e messa a fuoco lento in una casseruola pesante (terracotta, ghisa o acciaio spesso con doppio fondo) con il burro, facendola rosolare per una ventina di minuti, rigirandola abbastanza spesso, in modo che si formi la crosta esterna.*

*A questo punto si aggiungono le verdure tritate, il sale e il brodo che va fatto ritirare a fuoco lento.*

*Bisogna infine aggiungere il vino, coprire la casseruola in modo che il vapore di cottura condensi e ricada sulla carne, impedendole di seccarsi. Cuocere per cinque-sei ore a fuoco lentissimo.*

## I MARCHI DI TIPICITA'

Tra le eccellenze che hanno ottenuto il riconoscimento di un marchio di tipicità vi sono i formaggi Grana Padano e Parmigiano Reggiano, ai quali è stato attribuito il marchio Denominazione di Origine Protetta (D.O.P.), i vini mantovani, che si fregiano del marchio Denominazione di Origine Controllata (D.O.C.) come i Vini Garda D.O.C., Garda Colli Mantovani D.O.C. e il Vino Lambrusco D.O.C., la Pera Tipica Mantovana e il Melone Mantovano che hanno ottenuto il riconoscimento di Indicazione Geografica Protetta (I.G.P.). Altri prodotti hanno invece ottenuto la denominazione di Prodotti Tradizionali Regione Lombardia, tra i quali il Tartufo mantovano, la Cipolla di Sermide e la Zucca mantovana.

### **Pera tipica mantovana I.G.P.**

Fin dal Cinquecento si trovano tracce della coltivazione di questo frutto, tanto importante da essere inserito negli affreschi della Camera degli Sposi a Palazzo Ducale a Mantova. Attualmente, la coltivazione della pera tipica mantovana I.G.P. si concentra nella zona dell'Oltrepò Mantovano e nella zona di Viadana. Il riconoscimento I.G.P. è avvenuto nel 1998.

Questo frutto viene utilizzato nel mantovano principalmente per guarnire dolci o per fare la mostarda tradizionale. Per curiosità e per riscoprire un uso diverso della pera, si riporta di seguito una ricetta di Bartolomeo Stefani.

### **Sapore di peri moscatelli**

I Sapori erano conserve di frutta, molto simili alle nostre marmellate, ma di gusto più deciso, che permettevano di arricchire i sapori delle portate principali o essere consumati anche da soli.

Scriveva lo Stefani: *"...piglierai quattro libre di Pere moscatelle non troppo mature, ben mondate,*

*cavato loro il seme, e quel poco di durezza, che hanno dentro, pigliando una libra, e meza di zucchero fino, oncie nove d'acqua rosa, oncie sei di vin bianco, il tutto metterai con le Pere a bollire, avvertendo che il fuoco sia di carboni. Volendo fare questi Sapori, loro darai sempre fuoco lento, quando saranno a meza cottura, vedrai che incominceranno a ristringersi, all'ora comincerai a mescolare, fin tanto che saranno perfettamente cotte: questo Sapore durerà tutto l'Inverno, mentre sarà cotto bene; lo passerai per setaccio, e lo servirai freddo, polverizzato di canella".*

### **Melone mantovano I.G.P.**

Il frutto è conosciuto da sempre in questo territorio e appaiono tracce scritte a partire dal XVI secolo. Attualmente, la coltivazione è sviluppata soprattutto nella zona tipica di produzione che comprende le zone di Viadana, Sermide e Rodigo e dal 2013 è riconosciuto prodotto ad Indicazione Geografica Protetta.

### **Risotto al melone**

*400 gr di riso vialone nano, 400 gr di melone mantovano I.G.P., 150 gr di peperone rosso, 1 bicchiere di vino bianco secco, sale q.b., pepe q.b., panada da cucina q.b., formaggio a grana q.b.*

*Soffriggere lo scalogno in olio, quindi aggiungere il melone tagliato a piccoli tocchetti.*

*Lasciare cuocere per circa 10 minuti, quindi incorporare il risotto allungare via via il riso con il brodo.*

*A fine cottura incorporare l'erba cipollina e fare mantecare il riso con la noce di burro.*

*Servire caldo con l'aggiunta di formaggio a grana.*

Hanno ottenuto la denominazione di Prodotti Tradizionali Regione Lombardia i seguenti prodotti:

### **Tartufo mantovano**

Questo preziosissimo fungo è noto in Italia da



almeno duemila anni: ne parla già Plinio il Vecchio nella sua *Naturalis Historia*, mentre Bartolomeo Stefani lo cita nella sua opera e lo colloca in varie ricette, per lo più di carne: "...ne' tempi freddi si gode la Tartuffola delle pianure, che si può conservare in oglio per i tempi caldi, nè quali ancora se ne può havere di fresca, estratta da monti, e colli, & specie se ne ritrova vicino alla Volta, e Capriana, Terre del Serenissimo di Mantova...".

La Provincia di Mantova vanta due zone a vocazione tartufigena: il Basso mantovano, lungo il corso del Fiume Po, con la presenza del tartufo bianco e la zona collinare dell'Alto Mantovano, prediletta dal Tartufo nero pregiato.

Il tartufo può essere gustato in scaglie sopra le tagliatelle, i risotti, le uova al tegamino o piatti di carne.

### **Cipolla di Sermide**

La cipolla, presente per molti secoli come cibo povero sulle tavole nei periodi di guerra e carestia, specialmente in epoca medioevale, appare anche sulle tavole nobiliari del Rinascimento. L'attuale area di produzione realizza un investimento intorno ai 200 ettari ed una produzione di circa 50.000 q.li di cipolle.

Il suo utilizzo regala alcune prelibatezze uniche di questo territorio, come il *tiròt*.

### ***Tiròt***

Di questa ricetta si hanno notizie già nel vocabolario mantovano-italiano di Francesco Cherubini, del 1827. Il nome dialettale del *tiròt* si riferisce a una fase della preparazione, quella in cui l'impasto, tenero e colloso, viene "tirato" o steso dentro la teglia prima della cottura.

*500 gr di farina '0', 150 gr di strutto, un cubetto di lievito di birra, 20 gr di sale, 700 gr di cipolle dorate, 300 ml di acqua.*

*Tagliare le cipolle ad anelli. In una ciotola sciogliere il lievito in una parte di acqua intiepidita. Mettere la farina e lo strutto in un recipiente e aggiungere tutti gli altri ingredienti, creando un impasto piuttosto morbido e colloso. Dopo averlo fatto riposare per un'ora, collocarlo in una grande teglia da forno, tirando l'impasto in modo da raggiungere uno spessore di circa un centimetro.*

*Infornare in forno già caldo, a una temperatura di 220° per 40 minuti.*

### **Zucca mantovana**

Originaria dell'America centrale, la zucca è alla base di molti piatti tradizionali della cucina mantovana, come i tortelli, gli gnocchi e il risotto di zucca. Caratterizzata da polpa pastosa e dura, con sapore dolciastro, la zucca è un prodotto dalle mille virtù.

Le varietà maggiormente coltivate nel mantovano sono *Cucurbita maxima*, che è il tipo più comune, di forma globosa schiacciata ai poli, *Cucurbita moscata*, di forma allungata e Delica, ibrido con buccia verde vivo, liscia e molto precoce.



**Zucche mantovane**

## I VINI E IL LAMBRUSCO MANTOVANO



### Vini mantovani

Sulle tavole mantovane anche i vini hanno una grande importanza. Nelle zone delle colline moreniche, nell'area del viadanese-sabbionetano e nell'Oltrepò mantovano si trovano le aree di più antica tradizione vitivinicola del territorio mantovano.

La zona collinare è rinomata per i vini Garda

Colli e Garda Colli mantovani, come lo Chardonnay, il Cabernet, il Merlot e il Pinot Grigio, di cui si parla sin dall'antichità (il poeta Teofilo Folengo ricorda la *Vernazia Voltae*) mentre nelle zone del viadanese-sabbionetano e nell'Oltrepò mantovano viene prodotto il lambrusco mantovano.

Questo vino, corposo ed autentico, ha le speci-

ficità conferite dai terreni argillosi, ricchi di umidità e strappati al dominio delle acque grazie alle cospicue opere di bonifica susseguitesesi nel tempo, già ad opera dei monaci benedettini. In particolare, il lambrusco viadanese si presenta più corposo e pieno del lambrusco dell'Oltrepò Mantovano, che detona invece maggior leggerezza e profumazione.

Le sue radici sono molto antiche. Se ne trovano traccia in Virgilio che, nelle Bucoliche, cita la *vitis labrusca*, in Catone nel *De Agricultura*, nel Varro nel *Naturalis Historia* e in Plinio il Vecchio che scrive "...la vitis vinifera le cui foglie, come quelle della vite labrusca, diventano di colore sanguigno prima di cadere...".

La tradizione della produzione del lambrusco mantovano fu consolidata dai monaci benedettini dell'Abbazia di Polirone a San Benedetto Po.

I monaci incoraggiarono la coltivazione di vite e la produzione del vino, secondo le tecniche da loro affinate, creando il prodotto che si conosce ancora oggi. In realtà, l'attuale lambrusco mantovano, è frutto di successive raffinate tecniche di vinificazione. Di colore rosso rubino, con una leggera gradazione, frizzante e con uno spiccato sapore fruttato, il lambrusco mantovano si abbina perfettamente con le specialità della cucina mantovana come gli agnolini, il cotechino, gli stracotti. Taluni lo abbinano al pesce d'acqua dolce, da qui il detto del lambrusco come un vino "a tutto pasto".

Note:

*Formaggio a grana*: Grana Padano D.O.P. o Parmigiano Reggiano D.O.P.

"*Un uovo di tagliatelle*": un etto di farina per un uovo .

Testi a cura di Aldo Bulgarelli

Si ringrazia per la collaborazione:  
Strada dei Vini e dei Sapori Mantovani  
Paola Beduschi  
Vanna Rubini  
Panificio Pavesi  
Alessandro Colombo

Si ringrazia per la concessione delle immagini:  
Museo Archeologico Nazionale di Mantova  
Strada dei Vini e dei Sapori mantovani  
Provincia di Mantova  
Parco del Mincio  
Antonio Lodigiani  
Gianfranco Levoni

Per approfondimenti  
Provincia di Mantova, Servizio Produzioni Vegetali  
e Tipiche, Agriturismo e Forestazione  
[www.provinciadimantova.it](http://www.provinciadimantova.it)

Strada dei Vini e dei Sapori Mantovani  
[www.mantovastrada.it](http://www.mantovastrada.it)



Comune di Mantova  
Settore Cultura Turismo e Promozione della Città  
Servizio Turismo  
Via Frattini, 60 | 46100 Mantova  
T. + 39 0376 338627 - 680  
[turismo@comune.mantova.gov.it](mailto:turismo@comune.mantova.gov.it)

[www.cittadimantova.it](http://www.cittadimantova.it)  
[www.madeinmantova.org](http://www.madeinmantova.org)

Informazioni turistiche  
IAT Mantova Piazza Mantegna, 6 | 46100 Mantova  
T. +39 0376 432432 | [www.turismo.mantova.it](http://www.turismo.mantova.it) | [info@turismo.mantova.it](mailto:info@turismo.mantova.it)

Infopoint Casa del Rigoletto Piazza Sordello, 43 | 46100 Mantova  
T. +39 0376 288208 | [info@infopointmantova.it](mailto:info@infopointmantova.it)



DOWNLOAD APP  
App Store Google Play



VISIT MANTOVA



# MANTOVA