

# SCOPRITE I SAPORI NEL DISTRETTO TURISTICO DEI LAGHI E DELLE VALLI

Il territorio del Distretto Turistico dei Laghi, Monti e Valli dell'Ossola abbraccia una vasta area che dalle pittoresche località sui laghi Maggiore, Orta e Mergozzo si estende fino alla maestosità delle valli alpine, ricche di tradizioni e folclore. Alla varietà paesaggistica, preziosa risorsa per un turismo attivo e di scoperta, corrisponde una ricca offerta enogastronomica, che ai sapori di montagna, con gli esclusivi formaggi e i salumi di una volta, unisce le prelibatezze dei laghi, il pesce e i dolci tradizionali. A partire dalla tavola, dai numerosi locali tradizionali – che possono fregiarsi anche di importanti riconoscimenti internazionali – è possibile iniziare un viaggio alla scoperta di un territorio, di una cultura e degli uomini che da sempre ne custodiscono i preziosi segreti. Questa sintetica guida è dunque un invito ad approfondire un incontro che dura da generazioni e che intendiamo offrire ai nuovi ospiti per condividere il cammino.

Das Gebiet des Distretto Turistico, der Seen, Berge und Ossola-Täler umarmt ein umfangreiches Gebiet das sich, von den malerischen Orten auf den Seen Maggiore, Orta und Mergozzo bis hin zur Majestät der Alpentäler ausbreitet, die reich an Traditionen und Folklore sind. Die Vielfältigkeiten der Landschaften sind kostbare Ressourcen für einen aktiven Tourismus im Zeichen der Entdeckung. Sowie ein reiches enogastronomisches Angebot, das die Bergdüfte mit exklusiven Käse und Wurstsorten mit den Köstlichkeiten, Fisch und die traditionellen Süßspeisen vereint. Vom häuslichen Tisch her angefangen, bis hin zu traditionellen Lokalen – die sich auch mit wichtigen internationalen Auszeichnungen schmücken – ist es möglich eine Reise auf einem Gebiet zu unternehmen das aus Kultur und Menschen besteht, die schon immer ihre kostbaren Geheimnisse schützen. Dieser kurz gefasste Führer ist also eine Einladung ein Treffen zu vertiefen das seit Generationen andauert und indem wir beabsichtigen mit unseren neuen Gästen diesen Weg zu teilen.

The territory of the Distretto Turistico dei Laghi, Monti e Valli dell'Ossola covers a vast area that extends from the scenic localities along the shores of Lakes Maggiore, Orta and Mergozzo to the majestic alpine valleys, especially rich in tradition and folklore. To this variety of landscapes, a precious resource for an active tourist industry, corresponds an equally rich eno-gastronomic offering; from the flavours of the mountain valleys, with their exclusive cheeses and typical cured meats, to the delicacies of the lakes with their traditional fish dishes and assortment of sweets and confections. Starting from the tables of the numerous characteristic eating establishments, many of which can boast important international recognition, a voyage of discovery can be initiated: discovery of a territory that will delight not only the eye but the palate as well and discovery of a culture and the people who have treasured and preserved its precious secrets. This brief guide is an invitation to explore these intersecting worlds which have endured for generations and which we would like to share with all our guests and visitors.

*Antonio Longo Dorni*  
Presidente D.T.L.

# SALUMI NOSTRANI



Nel territorio del Distretto Turistico dei Laghi vengono prodotti insaccati, prosciutti e tutti quei salumi derivati dalla lavorazione delle carni fresche del maiale e di altri animali utilizzati in modo analogo. Si tratta di produzioni tipiche artigianali, derivate da una tradizione secolare nel campo dell'allevamento, della trasformazione e conservazione delle carni. L'esperienza e la passione di allevatori, macellatori, artigiani trasformatori e commercianti si riscopre nei sapori e nella qualità dei nostri salumi nostrani.

Il **Prosciutto affumicato** più diffuso è oggi quello vigezzino. A Trontano veniva lasciato in salamoia per quaranta giorni, poi appeso nel camino per un mese, quindi a prendere l'umido in cantina per due settimane prima dell'ultima affumicatura. Secondo il metodo tradizionale la coscia di carne pregiata proveniente dai migliori allevamenti suini, è tenuta in salamoia per quaranta giorni e poi affumicata al ginepro. La **Mortadella di fegato Ossolana** per il suo aroma intenso ed il suo gusto dolce e deciso al tempo stesso, è uno dei salumi più amati. Preparata con carne magra macerata in vino rosso, grasso e fegato di maiale, sale, pepe, noce moscata e aglio. Nota e rinomata è anche la Mortadella di fegato cotta o **Mortadella di Orta**, che localmente è chiamata fidighin, ottenuta dall'impasto a grana fine di fegato di maiale con carne di suino o manzo, grasso di sottogola e spezie (sale, salnitro, cannella, pepe, zucchero); alcuni la condiscono con Barbera brulé, altri con vino bianco. Può essere gustata con purea di patate, dopo due ore di cottura, oppure fredda; ne esistono anche versioni affumicate. Il **Salame di testa** si ottiene dalla testa del suino accuratamente disossata, lessata, tagliata a piccoli pezzi, conciata con sale, pepe, noce moscata, acqua e vino, grappa e poi insaccata calda nella bondiana e infine fatta raffreddare. Questo particolare salame si consuma fresco, tagliato piuttosto sottile. Tipico dell'Ossola, in particolare della Valle Anzasca. Ottimo con la polenta ed un buon bicchiere di vino rosso. Il **violino di capra** (coscia della capra lasciata intera e seccata all'aria) è tra i salumi ossolani quello più "artistico": appoggiato sulla spalla come un violino e tagliato a mano con il coltello impugnato a mo' di archetto produce una sinfonia di gusti impareggiabile. E' ritenuto originario della Valle Antrona, ma lo si trova in tutta l'Ossola. Si affetta molto sottile e lo si accompagna con pane di segale, buon burro e funghi sott'olio. La capra, animale stanziale tipico delle valli alpine, in Ossola ha rappresentato un'importante risorsa alimentare. Rinomata ancora oggi è la carne di **Capra Vigezzina**. Degni di nota sono inoltre la **Bresaola**, e la **Mocchetta Ossolana**, il **Salame della Duja** della "bassa" e il **Salame d'Oca** del Lago d'Orta.





## FLEISCHWAREN

Im Gebiet des Distretto Turistico dei Laghi werden Wurstwaren, Schinken und Wurst die aus frischem Schweinefleisch und anderen Tieren hergestellt werden, produziert. Es handelt sich um Eigenproduktionen, die auf eine jahrhundertealte Tradition der Viehzucht zurückgehen – von der Umwandlung bis zur Konservierung des Fleisches. Die Erfahrung und die Leidenschaft der Viehzüchter, Schlächter, Transformatoren und Händler kann man in der Qualität unserer Wurstwaren entdecken - der geräucherte Schinken des Vigezzo-Tals, die gekochte Leber-Mortadella von Orta, die Kopfsalami und der Ziegen-Violino.

## SALUMI

A large variety of sausages, cured meats, hams and cold cuts derived from the working and curing of fresh pork, as well as other meats using similar methods, are produced within the territory of the Distretto Turistico dei Laghi. These are typical artisan products and the result of centuries-old traditions of breeding practices, butchering and the conservation of meat and meat products. The experience and the passion of these breeders, butchers, artisan food makers and tradesmen are reflected in the flavours and the quality of these local specialties. Valle Vigezzo's smoked ham, Ossolan liver baloney, Orta's cooked liver sausage, head salame and the the Violino di capra, or "goat violin", (whole air-dried goat leg, sliced while held on the shoulder), are just a few examples.



# PESCE DI LAGO E FIUME

Nel territorio del Distretto il consumo di pesce non si limita a qualche trota pescata nei torrentelli alpini, ma si estende al pescato dei laghi. Le cotture sono quelle più semplici e tradizionali: fritti i pesci di piccola taglia, al forno e bolliti quelli più grandi, mentre per garantire la conservazione del pesce già cotto, la soluzione era rappresentata dal carpione, piatto ancora molto apprezzato. La posizione all'interno del menu però cambia: da piatto di pesce la specialità diventa ora un saporito antipasto o, companatico per rustiche merende.



Il **Persico** è il pesce simbolo del Lago Maggiore. Si tratta di una specie autoctona della famiglia dei salmonidi, è presente in modo significativo nei laghi e nei corsi d'acqua a decorso lento. E' molto apprezzato per la finezza delle sue 'carni' bianche specie se cucinato in maniera semplice, cotto al burro. La **Trota** è tra i pesci più diffusi sia nei torrenti alpini ossolani che nei laghi. Le varietà reperibili sono: fario, iridea, marmorata alpina ed il particolare salmerino dei torrenti alpini. Quasi ogni corso d'acqua è ricco di trote; le più ricercate sono quelle dei due Melezzo. Le preparazioni di questo pesce variano da fritte, lesse, in carpione o alla griglia. L'**Alborella** è ancora presente nei ricordi di molte persone visto che viene servita sul lago come accompagnamento o come piatto forte delle merende. In questo caso la cottura è unica: infarinata, gettata nell'olio bollente per una rapida e croccante frittura. A Cannobio si è trovata testimonianza dell'abitudine ad essiccare e salare le alborelle chiamandole poi "tapétt" o "variun". Il **Coregone** è una specie autoctona mentre il **Lavarello** è frutto di un'ibridazione. Si può dire che la differenza di queste due varietà è minima. Presenti entrambi nel lago Maggiore, vengono pescati e cotti fritti sia interi che sotto forma di filetti. Le 'carni', più delicate e morbide di quelle della trota, impongono attenzione durante la cottura; le sottili spine suggeriscono cautele a tavola. I **Gamberi** di allevamento ricordano quelli pescati nei fossi più che nei fiumi, dal tipico colore grigio che si tramuta in rosso dopo cotti. Quando se ne temeva la definitiva estinzione, almeno dalle tavole, giovani ed appassionati imprenditori ne hanno impiantato un allevamento nel comune di Ornavasso. Le cotture più indicate, per questo delizioso crostaceo d'acqua dolce, sono quelle brevi in olio o burro aromatizzati. La **Lumaca**, prelibato e rinomato mollusco, era preda ambita di numerosi ricercatori, che si dirigevano nei prati dopo le piogge primaverili per raccogliere qualche chiocciola. Le lunghe procedure di spurgo e cottura precedono l'abituale presentazione delle stesse in umido o trifolate, ma sempre con la polenta, oppure preparate all'ossolana.







## FISCHE

Im Gebiet des Distretto begrenzt sich der Konsum an Fisch nicht nur auf einige Forellen die aus den Alpinbächen geangelt wurden, sondern auch aus Geangeltem der Seen. In den Fischernetzen landen verschiedene Sorten von Fisch die auf unseren Tischen mit besonderen Zubereitungen präsentiert werden, um so die Charakteristik, mit den Sinnen wahrnehmbar, hervorzuheben. Er wird auf einfache wie auf traditionelle Weise zubereitet: kleine Fische werden meist paniert, die Größeren gebacken oder gekocht. Um dagegen die Konservierung des schon gegarten Fisches zu garantieren, wird die Lösung des Karpfens immer noch sehr geschätzt. Der Barsch ist das Symbol des Fisches des Lago Maggiore, mit seinem weißen und delikaten Fleisch auch wenn die Arborella, der Felch, die Renke und die Forelle nicht zu verachten sind, die in Bächen und alpinen Wasserläufen als auch in den Seen verbreitet sind.

## FISH

Within the territory of the Distretto, the consumption of fish is not limited to a few trout caught in mountain streams, but extends to lake fishing as well. Diverse varieties end up in the fishermen's nets and are then presented in dishes prepared to exalt their unique textures and flavours. The most simple and traditional cooking methods are used: small fish are deep fried, while larger species are baked or boiled and to guarantee the conservation of cooked fish it is served in carpione, a typical dish still highly appreciated by today's food lovers. Perch, with its delicate white meat, is the "symbol" of Lake Maggiore, but no less important are other species such as Arborella, whitefish, lavaret and of course trout, found in alpine streams as well in the lakes.



...GAMBERI E LUMACHE

# FORMAGGIO VACCINO, CAPRINO...

L'antica tradizione lattiero casearia di questo territorio ha origini lontane. La produzione di formaggio più rinomata è quella degli alti pascoli che in alcuni casi arrivano a 2700 metri. Nelle "casere" di alpeggio la produzione del formaggio avviene con metodi del tutto tradizionali. Le vacche utilizzate sono soprattutto di razza Bruna. Il formaggio prodotto racchiude una gamma di sapori e profumi di erbe di montagna.



Il **Bettelmatt** è il rinomato formaggio ottenuto dal latte crudo intero di una mungitura di mucche razza Bruna. Si produce nei sette alpeggi della Valli Antigorio e Formazza (Alpe Forno, Toggia Alto e Basso, Vannino, Kastel, Sangiatio, Bettelmatt) nel periodo estivo, dal mese di luglio fino ai primi di settembre. Formaggio a pasta compatta e morbida, colore giallo oro o paglierino dal sapore dolce e delicato, ricco di essenze alpine. Il **Grasso d'Alpe** è un formaggio prodotto con latte intero di mucca negli alpeggi dove si trovano caratteristiche di pascolo di altissima qualità, ma differenti geograficamente dai pascoli presenti nella dizione di Bettelmatt. È un formaggio grasso e tenero a pasta giallina. Viene prodotto in alpeggio da luglio a settembre e fatto stagionare per circa 70 giorni. Il **Nostrano di Latteria** è un formaggio semigrasso, a pasta dura, semicotto, prodotto esclusivamente nel territorio delle cinque Comunità Montane dell'Ossola con latte bovino. Di sapore delicato, di colore leggermente paglierino, presenta una caratteristica occhiatura fine e diffusa. La stagionatura va dai 6 mesi ad oltre un anno. Durante questo periodo, le forme vengono rivoltate quotidianamente nei primi mesi e a giorni alterni in quelli successivi. Il **Burro Ossolano** è molto apprezzato per l'eccezionale qualità del latte con cui si produce. Conserva i profumi degli alti pascoli di montagna. Un tempo lo si faceva cuocere, ne risultava un burro duro e saporito, ancora usato in Valle Strona. La **Ricotta** è ottenuta dalla bollitura del siero, con aggiunta di sostanze acide o latte. Ne vengono prodotti vari tipi: la stagionata che si consuma come un formaggio; la ricotta grassa detta Mascarpa, normale ricotta alla quale è stata aggiunta della panna; la ricotta magra detta Mascarpin, asciugata all'interno del camino, pronta quando le muffe che la ricoprono hanno un colore verde e grigiastro. I **Tomini di capra** sono prodotti dalla primavera fino all'autunno. Si consumano sia freschi che stagionati, sono molto digeribili e di sapore caratteristico, leggermente piccante. Dialettalmente sono conosciuti anche come furmagit da crava. Le forme sono piccole ottenute dal latte caprino intero. Prodotti a Domodossola nella frazione di Campoccio Dentro, a Varzo, Baceno, in Valle Vigezzo e in Valle Strona. Gli **Alpeggi del Mottarone** contribuiscono alla produzione casearia, offrendo forme di diversa stagionatura. Accanto alle più tradizionali tome, si aggiungono una squisita ricotta, un ottimo formaggio a pasta filante, erborinati ed una saporita scamorza.





## KÄSE

Die antike Tradition der Industrie für Molkereiprodukte hat einen weit zurückliegenden Ursprung. Die bekannteste Käseproduktion ist die auf den hohen Weiden die in manchen Fällen bis zu 2700 Metern hoch sind. In den „Casere“ der Almweiden wird die Produktion des Käses mit traditionellen Methoden hergestellt. Die dafür benutzten Kühe sind vor allem braunrassig. Die hergestellten Käse schließen eine Palette von Geschmäckern und Düften der Bergkräuter ein. Der bekannteste ist natürlich der Bettelmatt, nicht zu verachten sind auch andere typische Käsesorten wie der Grasso d’Alpe, der Nostrano di latteria, der Ricotta oder Mascarpone, die Ziegen-Tomini und die köstliche Butter des Ossola.

## CHEESE

The dairy and cheesemaking traditions of the alpine territory have ancient origins. The most famous cheese-making is that of the high pastures, which, in some cases, reaches an altitude of 2700 metres. In the “casere”, or mountain dairy farms, cheese-making still follows exclusively traditional methods. The milk used is mostly from the Brown Swiss breed, who, by feeding in these alpine pastures, confer upon the resulting cheeses a range of flavours and aromas reminiscent of mountain herbs and grasses. The most famous of these is without a doubt Bettelmatt, although others are no less delicious; typical cheeses include Grasso d’Alpe, Nostrano, Ricotta or Mascarpa, goat’s cheese tomini as well as the pure and creamy Ossolan butter.



...BURRO E RICOTTE



Nel territorio si producono numerose varietà di miele. Questo prezioso alimento dalle tonalità cromatiche particolari, dall'aroma e dal gusto diversissimi è adatto per tutti i palati e per ogni utilizzo culinario. All'esame visivo di un miele naturale è bene ricordare che tutti i mieli tendono a cristallizzare per un processo assolutamente naturale; il prodotto può tornare fluido scaldandolo a bagnomaria.



Rinomato e particolare il *Miele Multifloreale* o anche detto miele mille fiori, ottenuto da nettari di diverse origini botaniche. Può avere colore e gusto diversi a seconda delle vallate di produzione e delle essenze bottinate (tiglio, castagno, timo, erica, lampone, fiori di prato). Ogni millefiori racconta una parte di territorio, con le sue caratteristiche e peculiarità. E' uno dei mieli più completi a livello nutritivo. Il sapore e l'aroma sono tutti da scoprire. Il *Miele di tiglio*, viene ottenuto dalla bottinatura dei fiori del tiglio. La pianta presente nei boschi che ricoprono molte vallate del territorio (ma scarsi nel resto d'Italia) fa sì che il miele che se ne ricava sia tipico delle nostre zone e meritevole quindi di maggior attenzione. Ha colore ambrato e sapore intenso, gradevole, aromatico, con particolari sentori balsamici e mentolati. Tra le sue proprietà spiccano l'effetto sudorifero e sedativo. Il *Miele di Rododendro* è considerato il "re dei mieli" si produce solo in alta montagna e per questa ragione la sua produzione è diversa di anno in anno essendo strettamente legata alle condizioni climatiche. Questo miele, raro e prezioso, presenta colore ambrato e sapore delicato, con aroma di sottobosco. Il *Miele di Acacia* è di colore paglierino chiaro ha la caratteristica di non cristallizzare facilmente. Per il suo aroma leggero e delicato è adatto per addolcire le bevande senza coprirne il sapore. Il *Miele di Castagno* si produce in tutta Italia nelle zone di media montagna; il colore è ambrato scuro con sfumature rossicce. Ha profumo forte e penetrante e gusto intenso e pungente, leggermente amarognolo, conserva sapore fortemente aromatico e particolare. Si abbina perfettamente al pane di segale con lardo o formaggi piccanti e stagionati. La *Melata* è prodotta in condizioni ambientali particolari a seguito della presenza di insetti che succhiano la linfa delle parti verdi delle piante. Questo miele è di colore molto scuro, con riflessi verdastri, aroma di malto, caramello, fichi sciroppati; particolarmente ricco di sali minerali si abbina, come il castagno, ai formaggi ed al lardo. Alle quote più basse si ricava da tigli e roveri, ad alta quota dall'abete rosso e dalle altre conifere.







## HONIG

Auf dem Gebiet werden zahlreiche Sorten von Honig hergestellt. Dieses kostbare Nahrungsmittel mit seinem besonderen chromatischen Farbton, seinem Aroma und seinen verschiedenen Geschmäckern ist geeignet für jeden Gaumen und für jeden kulinarischen Gebrauch. Berühmt ist der typische Blütenhonig, auch Tausendblüten-Honig genannt, sein Duft erzählt über einen Teil des Gebiets, besteht er aus Nektars aus verschiedenen botanischen Essenzen. Nicht zu vergessen ist der Lindenhonig, der Alpenrosenhonig, der als „König des Honigs“ bekannt ist, der Akazienhonig, Kastanienhonig und der Honigsüße der unter besonderen Umweltbedingungen produziert wird.

## HONEY

Numerous varieties of honey are produced throughout the territory. This precious and nutritious element, with its characteristic colours, aromas, can satisfy every palate or culinary need. Well-loved and typical of this area is multi-floral honey, also called millefiori, or “1000 flowers”; made from a variety of different essences, it is a sweet reflection of the flavours of the territory. Also meriting a taste are linden, rhododendron (considered the “King of Honey”), acacia and chestnut honey as well as Melata, produced in particular environmental conditions.

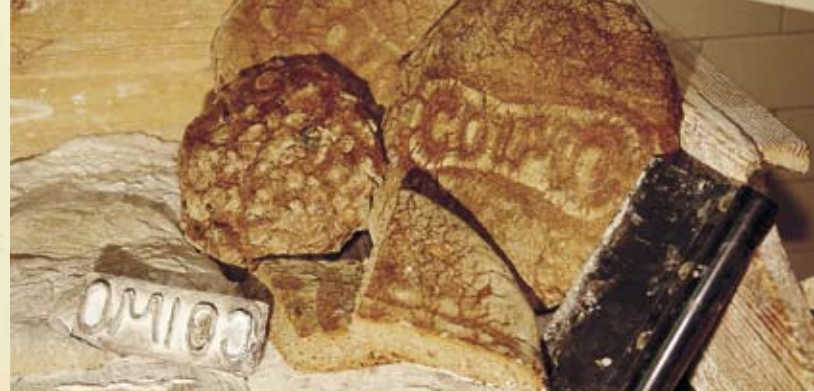


# PANE E DOLCI

Per secoli e secoli, fino alle soglie della nostra epoca nel territorio del Distretto il pane e il modo di prepararlo sono rimasti pressoché immutati. Il pane, da sempre alimento prezioso, veniva prodotto per il consumo domestico e cotto nei forni a legna comunitari presenti in quasi tutti i villaggi. Il pane di segale conserva ancora oggi il gusto genuino e casereccio di un tempo, sposandosi divinamente con salumi, formaggi e miele. Da non dimenticare oltre all'antica tradizione del pane anche quella dolciaria che ancora permane nelle produzioni di pasticceria.

Il **Pane Nero** o pan negar può essere considerato il pane più tipico e tradizionale del territorio. Il lievito utilizzato era il lievito “di riporto” cioè una parte della pasta lievitata che veniva lasciata da parte fino alla nuova panificazione; mentre la farina utilizzata era ed è quella di segale. Particolarmente rinomato è quello di Coimo in Valle Vigezzo, tuttora prodotto con metodo tradizionale. Il pane è da sempre un elemento prezioso nell'alimentazione delle popolazioni e le sue preparazioni sono molteplici e talvolta, come in questo caso, sposano l'idea di impreziosire un alimento quotidiano con il principio di non sprecare nulla. Il **Crescenzin**, Cradenzin o Cardenzin è fatto con gli stessi ingredienti del pane nero, ma con aggiunta di zucchero, uvetta, noci; pane dolce dei momenti di festa, che oggi viene prodotto tutto l'anno come il **Pane Dolce di Cannobio**. Le **Imperialine**, tipiche della zona di Omegna e del Lago d'Orta, sono realizzate con due cialde sottili e croccanti a base di nocciole accoppiate con cioccolato. Delicate e gustose, sono ottime con il tè pomeridiano. Le **Margheritine** sono un biscotto tipico di Stresa a base di burro creato da un pasticcere locale in occasione della visita della principessa Margherita di Savoia. Il biscotto ha un leggero sentore di limone, si sposa quindi molto bene con l'aroma del tè, permettendo di cogliere tutte le sfumature degli aromi. A forma di margherita, bianca, forse per il suo aspetto un po' sacrale era il biscotto preferito da Papa Paolo VI. La **Fugascina** viene impastata, spianata, tirata a mano e tagliata a quadretti. Per tradizione, il 4 luglio (festa di Santa Elisabetta), nei forni di Mergozzo si cuociono questi dolci a base di farina, zucchero, burro, Marsala, uova, limone e lievito.





## BROT UND SÜSSWAREN

Jahrhundert für Jahrhundert bis zur Schwelle unserer Epoche hin, ist im Distretto die Art der Brotzubereitung beinahe unverändert geblieben. Das Brot, schon immer ein kostbares Nahrungsmittel, wurde für den Hausgebrauch hergestellt und in den Gemeinschafts-Holzöfen gebacken die in fast allen Dörfern vorhanden waren. Das Roggenbrot konserviert noch heute einen naturreinen und hausgemachten Geschmack, besonders bekannt ist das Brot aus Coimo im Vigezzo-Tal, das noch heute mit einer traditionellen Methode hergestellt wird. Produziert mit den gleichen Zutaten des Schwarzbrotts, aber auch mit Zucker, Rosinen und Nüssen. Das Credenzin-Brot das ein süßes Brot ist, einst für Festtage hergestellt, wird heute das ganze Jahr produziert. Die antike Tradition der Süßwarenherstellung bleibt in den Produktionen der Konditoreien bestehen; Zeugnisse sind die „Imperialine“ von Omegna, die „Margheritine“ von Stresa und die „Fugascina“ von Mergozzo.

## BREAD AND SWEET BAKED GOODS

Bread and bread-making in the territory of the Distretto has remained practically unchanged over the centuries. This precious nutriment was traditionally produced for domestic consumption and baked in the communal wood-burning ovens present in nearly every village. The local rye bread conserves the genuine home-made flavour of the past; particularly renowned is that made at Coimo, in Valle Vigezzo, still using the generations-old recipe and baking techniques. “Credenzin”, a sweet bread originally intended for special occasions, now enjoyed year round, is made by adding sugar, raisins and walnuts to the basic recipe. Long standing culinary traditions also endure in the mouth-watering products of local lakeside confectioners, such as Omegna’s Imperialine, Stresa’s Margheritine and Mergozzo’s Fugascina, to name just a few.



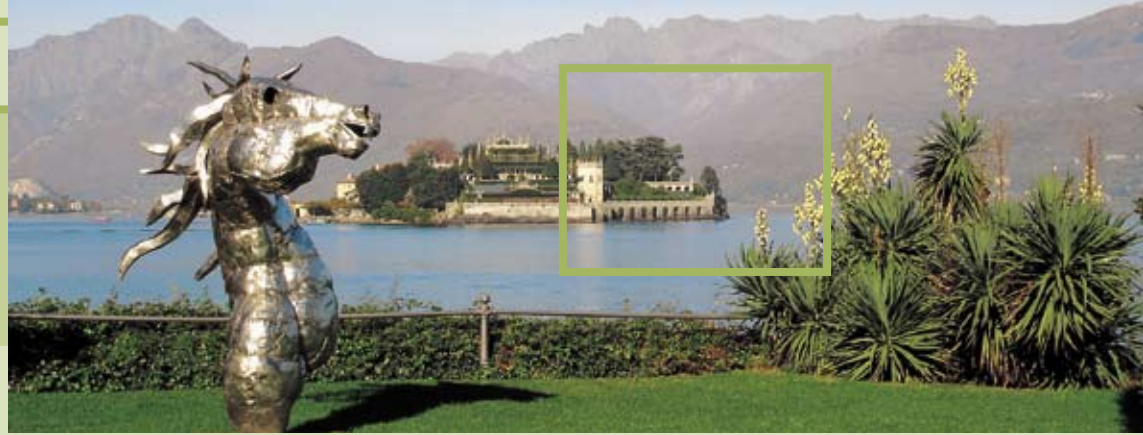
# ORTO E GIARDINO

Le coltivazioni dell'orto erano limitate a quelle verdure che meglio si adattavano al clima ed alle lunghe conservazioni come la zucca e la patata. Frutti generosi dei boschi sono i funghi che nel territorio trovano un habitat ideale, dalle alte vallate fino ai dolci declivi dei Laghi dove l'occhio del turista è rapito dal caleidoscopio di colori che testimoniano un'antica tradizione legata alla floricoltura ed all'ornamento di ville e giardini.

Il **Porcino** (*Boletus Edulis*) è sicuramente uno dei miceti più ricercati ed anche il più apprezzato. Nel territorio appare generalmente verso la fine di luglio fino ai primi freddi. Predilige i boschi di conifere e latifoglie. Lo si può consumare crudo come antipasto, cucinato in umido con carni e polenta o nel tradizionale risotto. Il gusto e l'aroma del porcino, particolarmente intenso, si mantiene anche dopo l'essiccazione. Grazie a condizioni climatiche particolari anche le coltivazioni ortive montane di qualità regalano alla tavola sapori genuini che si possono riscoprire in ricette tipiche come gli Gnocchi all'Ossolana, preparati con farina di Castagne, **Patate e Zucca**. Mentre il territorio dei Laghi, grazie al clima temperato, è la parte più vocata alla floricoltura che rappresenta una delle attività economiche più importanti del Verbano. Da Cannobio ad Arona numerose sono le aziende specializzate in questo settore. Si distinguono per qualità e bellezza le coltivazioni di acidofile come **Rododendri, Azalee, Camelie**, tanto da essere contraddistinti dalla dicitura "Fiori tipici del Lago Maggiore", marchio che ne certifica la qualità e l'origine. Prodotti di nicchia del territorio sono i rinomati **Agrumi** di Cannero e il prezioso **Olio** di Cavandone coltivazioni possibili a queste latitudini grazie al micro-clima dei Laghi. Il territorio montano è invece più vocato alla coltivazione di piante aromatiche ed **Officiali** come Lippa, Melissa, Menta, Salvia usate per preparare tisane, caramelle ed insaporitori naturali per alimenti. Ultimi ma non meno importanti i **Piccoli Frutti** sia spontanei che coltivati, ottimi per arricchire dolci locali e aromatizzare le grappe.







#### GEMÜSE UND BLUMENGÄRTEN

Das Anbauen eines Gemüsegartens ist begrenzt, also nur für das Gemüse möglich das sich besser eignet für das Klima und der langen Konservierung wie Kürbisse und Kartoffeln (Zubereitungen aus Kastanienmehl, Kartoffeln und Kürbisse). Pilze sind in diesem Gebiet üppige Waldfrüchte aufgrund des idealen Habitats der hohen Talebene und den weichen Abhängen der Seen. Dies ist dank des temperierten feuchten Seeklimas und der charakteristischen Besonderheiten der weichen Abhänge des Gebiets möglich. Die Blumenzucht weist eine von den ökonomischsten und wichtigsten Aktivitäten des Verbano auf, besonders der Anbau von Pflanzen die säurehaltigen Boden bevorzugen (Rhododendren, Azaleen, Kamelien), so das sie mit dem Markenzeichen „Typische Blumen des Lago Maggiore“ gekennzeichnet sind. Außer der Blumenzucht findet man im Innern des Gebiets auch Heilkräuter.

#### VEGETABLE GARDENS AND NURSERIES

The cultivation of vegetable gardens was originally limited to those vegetables that were best adapted to the climate and long-term storage; pumpkins and potatoes for example, which are still used in typical recipes like gnocchi all'Ossolana (prepared with chestnut flour, potatoes and pumpkin). Local woods are also generous in their fruits and numerous species of mushrooms have found an ideal habitat here, from the upper valleys to the gentle hills sloping down to the lakes. Thanks too, to the area's humid climate and the peculiar characteristics of the soil, nursery gardening has become one of the principle economic activities of the Verbano, in particular the cultivation of acidophiles (rhododendrons, azaleas, and camellias); so much so that they are now hallmarked as "Typical flowers of Lago Maggiore". Also significant within the confines of the territory is the cultivation of officinal herbs.

# VINO E DISTILLATI

Le zone di produzione vitivinicola nel territorio si trovano in paesi ricchi di storia e che beneficiano di un microclima particolarmente favorevole. Per questo motivo la vite viene coltivata da tempi antichi come dichiarato in documenti del 1309. L'assenza di vento e il calore che sale dalla pianura del fiume Toce, hanno consentito l'insediamento di vigneti terrazzati dai quali si produce il "Prünent" e altri vini che esprimono i sapori della montagna. Diffuse e rinomate sono anche le produzioni di amari e distillati, di cui esiste memoria già nel Medioevo. La cultura delle grappe aromatizzate con essenze offerte dalla flora alpina (ginepro, ruta, achillea, asperula) continua tuttora ad essere ben presente nel nostro territorio; non c'è locale pubblico che non offra all'ospite il suo liquorino o una grappa aromatizzata a fine pasto.

Il **Prünent** è il tipico vino locale la cui presenza in Ossola è storicamente accertata sin dal 1300. Si presenta di colore brillante, granato con forti riflessi aranciati. Al profumo intenso, ampio ed avvolgente corrisponde un sapore potente, pieno, armonico e speziato. Il **Ca' d'Matè** è un vino ottenuto da uve provenienti dai vigneti meglio esposti nei vari comuni ossolani, coltivati dai soci dell'Associazione Produttori Agricoli Ossolani. I vitigni sono Croatina, Nebbiolo e Prünent. La vendemmia è caratterizzata da una rigorosa cernita delle uve. Dopo la prima maturazione in botti d'acciaio il vino passa nelle antiche e fresche cantine di Ca' d' Matè in piccole botti di rovere francese. E' un vino corposo ma con una sua eleganza ed armonia. Adatto a piatti robusti, carni rosse e formaggio. Il **Baloss**, frutto di ricerche e sperimentazioni, è ottenuto da vitigni Pinot Nero. Ha un contenuto alcolico di tenore medio e quindi adatto ad un discreto invecchiamento. Si distingue per una spiccata fragranza esaltata da un precoce imbottigliamento. Il sapore aromatico è caratteristico della zona. **L'Ossolanum** è ottenuto dai vitigni Barbera, Croatina, Nebbiolo. Il vino si presenta di colore rosso rubino brillante; profumo fresco e vinoso con sentori fruttati tipico delle uve coltivate in loco. Gusto armonico e leggermente tannico, di buona struttura. Il **Genepy** è il liquore tipico delle valli ossolane, segreto di silenziosi montanari che da secoli si tramandano la ricetta; fra le componenti la più nota è l'Artemisia genepi che raccolta al termine della stagione estiva, viene fatta seccare all'ombra, messa in infusione e poi distillata. **L'Amaro Mottarone**, è ottenuto utilizzando ben trenta qualità diverse tra erbe, radici, agrumi, fiori e spezie; la tecnica attualmente utilizzata è la macerazione a freddo. Da non dimenticare come ottimo fine pasto il **Laurino del Lago d'Orta**. Diffusi in tutto il territorio sono i liquori ottenuti da infusioni di erbe alpine. Si distinguono per la loro delicatezza aromatica, specie se arricchiti con frutti di bosco, mirtillo o altri aromi. Tra questi merita un posto d'onore il **Fil da Fer**, inventato a 3.000 mt. in un rifugio sul Monte Rosa.





## WEINE UND DESTILLATE

Die Weinbaugebiete befinden sich in den Dörfern, reich an Geschichte, die ein besonders günstiges Mikroklima genießen. Aus diesem Grund wird die Weinrebe seit antiker Zeit angebaut, wie im Dokument aus dem Jahre 1309 bezeugt wird. Der Mangel an Wind und die Hitze die von der Ebene des Flusses Toce aufsteigt, haben die Siedlung der Weinterrassierungen ermöglicht. Mit ihnen wird der „Prünent“ produziert und andere Weine die die Düfte des Berges ausdrücken. Verbreitet und bekannt sind auch die Produktionen von Magenbittern und Destillaten, die schon auf das Mittelalter zurückgehen. Die Kultur der aromatisierten Schnäpse mit Floraessenzen der Alpen (Wacholder, Ruta, Achillea, Asperula) wird immer noch auf unserem Gebiet weitergeführt; es gibt kein öffentliches Lokal das seinem Gast nicht einen Likör oder aromatisierten Schnaps nach dem Essen anbietet. Weiter gibt es den typischen Genepy-Likör der Ossola-Täler, der Fil da Fer, der einst in einer Berghütte in 3000 Metern Höhe auf dem Monte Rosa erfunden wurde, und zuletzt der Magenbitter Mottarone, hergestellt aus gut 30 verschiedenen Kräutern, Wurzeln, Zitrusfrüchten, Blumen und Gewürze.

## WINE AND DISTILLED LIQUEURS

The territory's vineyards are located in areas steeped in history and blessed with an especially favourable microclimate which has allowed for the cultivation of grapes since ancient times, as declared in a document of 1309. The absence of wind and the warmth that rises up from the plain of the Toce river has permitted the creation of the terraced vineyards which produce “Prünent”, and other local wines, all redolent of mountain flavours. Diffuse and equally well-known is the production of bitters, distillates and liqueurs which has existed since Medieval times. Numerous aromatic grappas based on alpine flora (juniper, rue, milfoil woodruff) are still produced throughout the territory and it is almost impossible to find an eating establishment that doesn't offer its patrons a small glass of digestive liqueur or grappa at the end of a meal. Also popular is genepy, the juniper-based liqueur typical of the Ossolan valleys, Fil da Fer, invented at an altitude of 3,000 metres in a mountain refuge on Monte Rosa and l'Amaro Mottarone, a digestive brew obtained from 30 different types of herbs, roots, citrus fruits, flowers and spices.

# ACQUA E FONTI

Le *Acque Minerali* hanno assunto, in questi ultimi anni, notevole importanza sulle tavole. Nel territorio sono presenti fonti storiche che da oltre un secolo imbottigliano acque minerali con caratteristiche organolettiche o curative che le pongono al vertice del mercato non tanto per i volumi prodotti, ma per l'alta qualità. Storicamente associate all'attività turistica termale. Numerose sono le fonti e le acque oligominerali che ancora oggi si possono trovare in commercio: la Crodo, usata anche nella preparazione del Crodino, la Bognanco e quella di Vigezzo che sgorga all'interno del Parco Nazionale della Val Grande.



## MINERALWASSER

Die Mineralwasser haben in den letzten Jahren einen hohen Stellenwert auf unseren Tischen erlangt. Auf dem Gebiet gibt es historische Quellen mit Wasser das seit mehr als einem Jahrhundert in Flaschen abgefüllt wird. Dessen Charakteristik, durch die Sinne wahrnehmbar, ist heilkräftig, so sind sie ein Höhepunkt auf dem Markt, nicht wegen dem Umfang aber wegen der Qualität. Auf historische Weise wurde das Wasser mit den touristischen Thermalbädern assoziiert. Es gibt zahlreiche Quellen und Wasser mit wenig Mineralien die man noch heute im Handel finden kann: das Crodo, das auch zur Zubereitung des Aperitifs Crodino benutzt wird, das Bognanco und das vom Vigezzo-Tal das im Innern des Nationalparks des Val Grande quellt.

## MINERAL WATER

In recent years mineral water has assumed renewed popularity and increasing importance on the table. Historically associated with spa and tourist activities, local springs have also been bottling their water, acclaimed for its special organoleptic or therapeutic properties, for over a century; a market success, not in terms of volume, but for the recognized quality of the product and its low mineral content. Commercially available is the water of Crodo, also used in the preparation of the alcohol-free "Crodino" drink, Bognanco and Vigezzo, situated within the confines of Val Grande National Park.

