



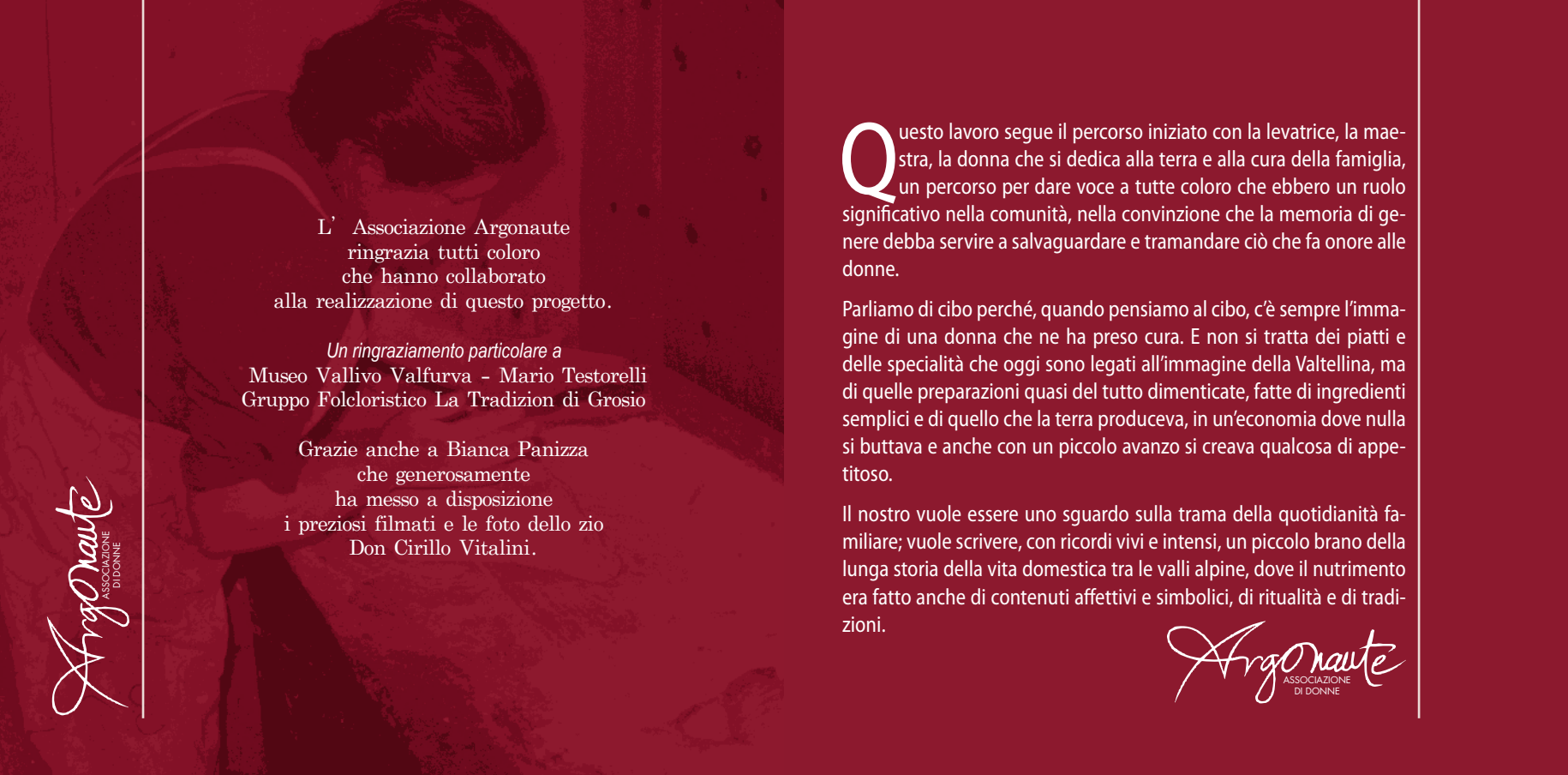
*Argonauta*

---

**“era tutto buono allora”**

CIBI SEMPLICI DI UNA VALLE ALPINA

---



L' Associazione Argonauta  
ringrazia tutti coloro  
che hanno collaborato  
alla realizzazione di questo progetto.

*Un ringraziamento particolare a*  
Museo Vallivo Valfurva - Mario Testorelli  
Gruppo Folcloristico La Tradizion di Grosio

Grazie anche a Bianca Panizza  
che generosamente  
ha messo a disposizione  
i preziosi filmati e le foto dello zio  
Don Cirillo Vitalini.

Questo lavoro segue il percorso iniziato con la levatrice, la maestra, la donna che si dedica alla terra e alla cura della famiglia, un percorso per dare voce a tutte coloro che ebbero un ruolo significativo nella comunità, nella convinzione che la memoria di genere debba servire a salvaguardare e tramandare ciò che fa onore alle donne.

Parliamo di cibo perché, quando pensiamo al cibo, c'è sempre l'immagine di una donna che ne ha preso cura. E non si tratta dei piatti e delle specialità che oggi sono legati all'immagine della Valtellina, ma di quelle preparazioni quasi del tutto dimenticate, fatte di ingredienti semplici e di quello che la terra produceva, in un'economia dove nulla si buttava e anche con un piccolo avanzo si creava qualcosa di appetitoso.

Il nostro vuole essere uno sguardo sulla trama della quotidianità familiare; vuole scrivere, con ricordi vivi e intensi, un piccolo brano della lunga storia della vita domestica tra le valli alpine, dove il nutrimento era fatto anche di contenuti affettivi e simbolici, di ritualità e di tradizioni.

I territori della Valtellina e della Valchiavenna sono spazi alpini che mi sono particolarmente cari. Sono valli che ho avuto modo di conoscere e scoprire a partire dalle narrazioni che ad esse hanno dedicato Mario Soldati, con il suo libro *Viaggio in Valtellina* (1985), e il mio amico Ermanno Olmi con il film *Rupi di vino* (2010). Si tratta di due belle testimonianze che descrivono le peculiarità di queste montagne, così profondamente incuneate nel cuore dell'Europa, narrate con lo sguardo letterario e cinematografico di due intellettuali che, cercando di condensare e comprendere queste vallate alpine, hanno anche saputo costruire un tassello della storia gastronomica italiana.

Ora questo territorio è al centro di un ulteriore, attento, metodico e ben avviato percorso di documentazione etnografica promosso dall'associazione di donne "Argonaute", un puntuale lavoro d'indagine che si è già concretizzato in tre preziosi film antropologici: *La levatrice* (2010), *Volevo fare la maestra* (2012) e *'na vita sacrificada* (2014). Dopo aver quindi analizzato tre "mestieri" praticati dalle donne di montagna nel corso del Novecento - la levatrice, l'insegnante elementare, la contadina - la quadrilogia si completa ora con questo nuovo documentario dedicato ad approfondire le pratiche gastronomiche della Valtellina e della Valchiavenna, ricostruite attraverso la testimonianza diretta delle donne.

Le voci femminili di questo documentario - *Era tutto buono allora* - ci raccontano di una gastronomia delle terre alte d'Europa fatta di pastorizia, di piccoli orti, di raccolta di erbe e frutti spontanei, di campi di patate, di orzo, di segale, una creativa gastronomia che sapeva valorizzare al meglio le limitate risorse che la montagna metteva a disposizione. Ne nascevano piatti di polenta con condimenti sempre differen-

ti, minestre in cui si incontravano erbe spontanee e verdure coltivate, insalate originali e saporite, cibi della quotidianità e cibi della festa. Anche la malattia trovava risposta in ricette terapeutiche, mettendo in pratica quanto aveva sentenziato già Ippocrate, medico greco vissuto tra il 400 e il 300 avanti Cristo: "Fa che il Cibo sia la tua Medicina e che la Medicina sia il tuo Cibo".

Guardando questo dvd non ho potuto fare a meno di prendere atto con soddisfazione di come il prezioso materiale etnografico raccolto sia cogente a due importanti progetti di ricerca che l'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche e Slow Food stanno portando avanti ormai da parecchi anni: i "Granai della Memoria" e l'"Arca del Gusto", con cui stiamo catalogando l'etnodiversità e la biodiversità, due facce della stessa medaglia, risorse preziose per affrontare gli incerti tornanti che ci attendono.

Le storie di vita delle donne della Valtellina e della Valchiavenna, così come i loro unici saperi gastronomici, fatti di profondissima conoscenza delle erbe spontanee e dei loro molteplici utilizzi in cucina, nonché le numerose e originali ricette della tradizione locale sono tutti elementi che meritano di essere salvaguardati a beneficio delle generazioni che verranno. Ecco perché auspico che presto questi saperi femminili, ora così opportunamente raccolti dalle "Argonaute" valtellinesi, possano anche venire ad arricchire tanto i "Granai della Memoria" quanto l'"Arca del Gusto", in modo da poter essere ulteriormente condivisi e conosciuti.

**Carlo Petrini**

*Presidente Slow Food Internazionale*

Lubriacatura da modernità che ha attraversato come vento impetuoso l'Italia del Novecento ha spazzato via in maniera brusca e repentina antiche pratiche rituali, feste, cerimonie, stili di vita che da secoli erano tratto fondante e costitutivo del vivere nel mondo rurale. La cesura rappresentata dalla Seconda Guerra Mondiale e dall'improvviso, subitaneo abbandono delle campagne e dei territori alpini negli anni del boom economico sono un momento *albo signanda lapillo*, uno spartiacque che ha segnato in profondità la storia delle culture popolari del nostro Paese.

La pratica gastronomica, il fabrile sapere delle madri, ha subito meno questa lacerazione drammatica: essa si è trasmessa senza soluzione di continuità, da madre a figlia, da nonna a nipote, grazie alla reiterata, quotidiana ripetizione del gesto di preparazione degli alimenti. La tarda post-modernità ha poi fatto anche qui abbandonare queste pratiche di condivisa scuola e gastronomia domestica, ma il relativamente breve tempo trascorso consente più facilmente oggi di recuperare saperi, ingredienti, ricette forse troppo in fretta dimenticati.

Ecco, dunque, che un analitico lavoro di ricerca come quello intrapreso dall'associazione "Argonauta" non è uno sterile esercizio di memoria, un torcicollo della nostalgia: esso costituisce senz'altro un prezioso strumento di conoscenza, ma soprattutto un mezzo efficace per tenere in vita e talvolta riscoprire saperi gastronomici che per secoli hanno sostenuto le genti di montagna.

Il filmato ci restituisce un sapere, quello della pratica gastronomica, che si rivela essere estremamente complesso. La categoria del-

la "semplicità" della cucina del passato, troppo spesso oggi evocata, dopo la visione di questo film etnografico, si rivela una categoria impropria per comprendere una filiera, quella alimentare, che va ben oltre alla sola pratica della cucina. Le donne della Valtellina e della Valchiavenna non sono, infatti, solo cuoche, ma ad esse è sovente conferito anche il compito di procurare gli ingredienti necessari alla preparazione delle ricette. Ecco, quindi, che esse diventano di volta in volta raccogliatrici, cacciatrici, pescatrici, allevatrici, assolvendo in contemporanea ad una pluralità di funzioni che, nelle categorizzazioni dell'antropologia, attengono a differenti e plurimi sistemi di sussistenza.

Una storia - questa - che può essere comparata con la storia delle Alpi che ci sono più prossime, una storia di fame e di malnutrizione che la donna ha sempre dovuto combattere e vincere quotidianamente, mettendo in gioco le sue capacità produttive e creative. Questa riflessione filmica rappresenta, dunque, originali spunti di ricerca e di innovazione che andrebbero esportati al fine di avere un quadro complessivo dell'alimentazione delle terre alte. Dobbiamo essere grati a questi lavori che partono da specifici areali, territori che però possiedono, nel loro più profondo tratto scientifico ed affettivo, le ragioni materiali e immateriali per fornire un importante contributo alla storia dell'alimentazione popolare.

**Piercarlo Grimaldi**

*Rettore dell'Università*

*degli Studi di Scienze Gastronomiche*

**S**torie interroganti. Storie da inscrivere nei *granai della memoria*, come ci ricordano Carlin Petrini e Piercarlo Grimaldi con la loro Università degli Studi di Scienze Gastronomiche. La memoria per ricordare il futuro, da immettere nel presente storico, per mangiare futuro.

E vorrei provare a scagliare queste interviste, evitando la retorica da masterchef e da ubriacatura enogastronomica del tempo presente, nel futuro.

Le parole *limite*, *scarsità*, *prossimità* delle protagoniste rimandano a proliferazione, abbondanza, simultaneità. Ci ricordano che il cibo, la terra, madre e matrigna vanno raccontati tenendo conto dei sussurri delle vite minuscole. Ma quel minuscolo racconto rimanda a temi grandi sul futuro, evocati nella "Laudato sii" di papa Francesco, negli obiettivi dell'ONU sullo sviluppo sostenibile e nell'accordo Coop21 siglato a Parigi sul clima dai governi del mondo.

Sono storie segnate dalla scarsità che ci interrogano sulla crisi della nostra abbondanza; sullo sfondo fanno apparire i migranti, tema del presente e del futuro che ci rimanda non solo alle *guerre a pezzi*, ma alle migrazioni per fame e per la crisi ecologica che attraversa i territori devastati da un modello di sviluppo incompatibile.

Per non dire del rapporto tra finanza, borse e sistema dei prezzi-costi del cibo.

Tutti ricordano, già prima del precipitare della crisi, l'oscillazione dei prezzi globali di grano e riso.

Da qui le rivolte per il pane che hanno visto mobilitate le moltitudini.

Ce lo ricordano le donne con i loro racconti, che rimandano alla scarsità, alla famiglia, alla comunità, all'agricoltura, all'alimentazione, alla casa, al consumo; sono donne che interrogano l'ipermoderna donna consumatrice responsabile, senza la retorica della vestale del focolare ma con storie di vita.

La memoria di genere interroga tutti noi e il nostro futuro.

**Aldo Bonomi**  
sociologo



**CLELIA ALBERTI**

Nata nel 1936  
a S. Nicolò Valfurva  
dove vive



**ALICE ANNA  
BONETTI**

Nata nel 1947 a Bormio,  
dopo il matrimonio  
vive a Poggiridenti



**MARIANGELA  
CEDERNA**

Nata nel 1947  
a Poggiridenti  
vive a Sondrio



**ANNA  
PETRUZIO**

Nata nel 1955  
a Ponte in Valtellina  
dove vive



**MATILDE  
STANGONI**

Nata nel 1948 a Sondrio  
vive a Triasso,  
frazione di Sondrio



**MUSICHE**

- **Mariangela Pastanella**,  
Agrado
- **Gaspar Sanz**,  
Preludio in mi minore,  
Canarios
- **Ludovico Roncalli**  
Sarabanda

Eseguite da  
**Mariangela Pastanella**,  
chitarra barocca e liuto



**LIVIA  
BOMBARDIERI**

Nata nel 1937 a Torre di Santa  
Maria, cresciuta a Villa di  
Tirano, Stazzona, attualmente  
vive a Novate Mezzola



**MARIA ROSA  
CANTONI**

Nata nel 1940  
a Poggiridenti  
dove vive



**ANGELA  
COMPAGNONI**

Nata nel 1937  
a S. Nicolò Valfurva  
dove vive



**ZITA  
PILATTI**

Nata nel 1933  
a Madesimo  
dove vive



**GRUPPO FOLCLORISTICO  
LA TRADIZIÒN**

Ha sede a Grosio, da sempre  
è impegnato nell'opera di  
divulgazione e custodia della  
tradizione popolare del territorio.

---

# “era tutto buono allora”

CIBI SEMPLICI DI UNA VALLE ALPINA

---

Argonaute

[www.argonaute.org](http://www.argonaute.org)

---

Il progetto è stato realizzato con contributo di

---



Consorzio dei Comuni del Bacino Imbrifero Montano dell'Adda



Consigliera Provinciale  
di Parità Sondrio



**COLDIRETTI**  
Sondrio

FONDAZIONE GRUPPO  
**Credito  
Valtellinese** 