

LA VALLE D'AOSTA

Come in tutte le regioni di confine, anche in Valle d'Aosta la cultura gastronomica risente degli apporti dovuti alla provenienza degli abitanti e agli scambi con le genti di passaggio. In tutta la regione vige un perfetto bilinguismo tra italiano e francese, anche se nella valle di Gressoney la popolazione locale è di antico ceppo tedesco e vanta tradizioni alimentari più simili a quelle dell'Alto Adige.

La Valle d'Aosta fonda gran parte della propria economia sul turismo, l'agricoltura e la pastorizia. Nella cucina di questa regione non esiste, ovviamente, l'olio. I grassi di condimento normalmente utilizzati sono il burro e lo strutto. Non vi è neppure la tradizione della pasta, e i primi piatti sono in genere zuppe a base di pane, brodo e verdure. È invece presente, in varie forme, la polenta.

Notevole è la varietà di vivande conservate: il pane scuro, usato nelle zuppe, è costituito da un impasto di farine di frumento e di segale, preparato una o due volte l'anno e conservato secco, in apposite rastrelliere.

Altre conserve sono la carne salata di manzo, ingrediente della celebre *carbonada* (carne in umido, cotta con vino rosso), la *mocetta* (salume ricavato dalla coscia del camoscio), i salami, le salsicce e un particolare sanguinaccio detto *boudin*.

Per quanto riguarda i latticini, la *fontina* rappresenta una voce notevole nell'economia valdostana. Questo pregiato prodotto caseario è alla base della *fonduta* o *fondue* valdostana. Quasi ovunque si fabbricano anche *tome* e robiole di elevata qualità.

Altro aspetto caratteristico della cucina valdostana è la selvaggina, con preparazioni anche insolite, quali il gallo di monte, la marmotta, il ghiro, oltre ai classici camoscio e stambecco. Trote e coregoni vengono catturati lungo il corso alto della Dora Baltea, nei torrenti e nei laghetti alpini. La frutta non è molta: si coltivano la pera *Martin Sech*, piccola, a polpa compatta, e le mele renette. Ricco invece è il sottobosco, con buona crescita di fragole selvatiche, mirtilli e lamponi. Da sottolineare anche la buona produzione di miele.

Aosta

Rinomate sono le zuppe e le minestre, tra le quali quella a base di riso e castagne. Al posto del pane, nella valle si consuma la polenta, condita con fontina e preparata fresca o riscaldata. Tipici dolcetti valdostani sono le *tegole di Aosta*, tavolette di pasta di mandorle ricoperte di cioccolata.