

**Zeitschrift:** Quaderni grigionitaliani  
**Herausgeber:** Pro Grigioni Italiano  
**Band:** 84 (2015)  
**Heft:** 4

**Artikel:** L'alimentazione degli abitanti di Castaneda nella preistoria  
**Autor:** Federici-Schenardi, Maruska  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-587310>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

MARUSKA FEDERICI-SCHENARDI

## L'alimentazione degli abitanti di Castaneda nella preistoria

All'inizio del terzo millennio avanti Cristo, durante l'età del Rame, il terrazzo soleggiato di Castaneda accolse un insediamento umano le cui tracce furono riportate alla luce tra il 1979 e il 1980 in occasione dei lavori di costruzione del Centro scolastico regionale in località Pian del Remit.

Fra i rinvenimenti più appariscenti<sup>1</sup> figurano numerose tracce fossili di aratura, che attestano la pratica dell'agricoltura a 800 metri di quota. Iscritti in uno strato di loess, i solchi lasciati dall'aratro si estendevano su gran parte di una superficie di 600 m<sup>2</sup> indagata dal Servizio archeologico dei Grigioni (Fig. 1). L'analisi della distribuzione spaziale di queste tracce, lunghe in media un metro, ha permesso di ipotizzare la pratica dell'aratura incrociata (*cross-ploughing*) e di individuare ripetute operazioni agricole, eseguite con un aratro e non semplicemente con un bastone da scavo (Fig. 2).

Accanto ai solchi lasciati dall'aratro, le indagini archeologiche hanno portato alla luce i resti di un abitato riferibili ad un fondo di capanna e ad un focolare, forse leggermente più antichi dei primi.



Fig. 1 Castaneda, Pian del Remit, tracce di aratura fossili (foto Servizio archeologico dei Grigioni)

<sup>1</sup> RAGETH, J., Castaneda - Pian del Remit. Jungsteinzeitliche Siedlungsreste und Pflugspuren. In: *Archäologie in Graubünden, Funde und Befunde*, 1992, pp. 37-42. DELLA CASA PH., *Mesolcina praehistorica*, UPA 67, 2000, pp. 97-111.



Fig. 2 Riserva Naturale Incisioni Rupestri di Ceto, Cimbergo, Paspardo (Valcamonica), scena di aratura dei campi (foto Maruska Federici-Schenardi)

Fra i numerosi reperti rinvenuti a fianco di queste vestigia si annoverano diverse centinaia di frammenti ceramici e numerosi artefatti in selce, cristallo di rocca e quarzo.

La scoperta di una piccola quantità di resti di cereali carbonizzati<sup>2</sup> ribadisce una produzione cerealicola sul terrazzo di Castaneda. Per avere dei dati relativi alle varietà di cereali coltivati è però necessario far riferimento ai ritrovamenti effettuati in siti archeologici coevi dell'arco alpino<sup>3</sup>, essendo la qualità delle informazioni disponibili per Castaneda insufficiente. Da un confronto con i dati scaturiti da alcuni insediamenti del Neolitico finale si può così presupporre che nei campi di Castaneda si coltivassero l'orzo (*Hordeum vulgare*), il piccolo farro (*Triticum monococcum*), il farro (*Triticum dicoccum*) e la spelta (*Triticum spelta*), ossia delle varietà cerealicole vestite<sup>4</sup>. Una volta raccolte le spighe con falcetti dalla lama di pietra e trebbiate i chicchi, e dopo la successiva operazione di pilatura o di tostatura allo scopo di ripulire le cariossidi essiccate dalle glume, il grano poteva essere immagazzinato o consumato.

<sup>2</sup> DELLA CASA PH., *Mesolcina praehistorica*, UPA 67, 2000, p. 99, 109.

<sup>3</sup> CASTELLETTI L., La domesticazione delle piante e l'agricoltura: Europa preistorica e protostorica. In: *Il Mondo dell'Archeologia*, 2002.

BROMBACHER, CH., L'économie néolithique à travers l'archéobotanique. In: *La Svizzera dal Paleolitico all'alto Medioevo*. SPM II, Neolitico, 1995, pp. 86-96.

GRASSI, M., La «dispensa» dell'uomo preistorico. L'alimentazione dal Paleolitico al Neolitico nell'arco alpino. In: *La produzione di cibo nella Preistoria*. Archeo meeting 2015 Museo Didattico-Riserva naturale incisioni rupestri di Ceto, Cimbergo e Paspardo, manoscritto.

<sup>4</sup> La cariosside è rivestita da una gluma dura e resistente. I frumenti coltivati più evoluti hanno cariossidi nude.

Triturati con pestelli costituiti solitamente di ciottoli fluviali sfregati con una certa pressione su macine ricavate da pietre abrasive, ed in seguito bolliti, i cereali servivano alla preparazione di pappe, zuppe e farinate. In alternativa alla bollitura la farina era mescolata con acqua fino all'ottenimento di una pastella elastica che, messa a cuocere su una piastra di pietra surriscaldata, forniva una specie di pagnottella o di schiacciata non lievitata. Il vasellame in terracotta rinvenuto a Castaneda, in gran parte composto di olle cilindriche di fattura grossolana provviste di cordoni applicati sulle pareti o di altre decorazioni plastiche<sup>5</sup>, serviva per la conservazione dei cereali coltivati nei campi e per la cottura degli alimenti<sup>6</sup>. Un altro metodo di cottura, più ancestrale, consisteva nel porre delle pietre roventi all'interno di contenitori organici o nel collocare questi ultimi a fianco di un fuoco con fiamma controllata in modo da evitare un contatto diretto con il recipiente.

Per assicurare un complemento proteico all'alimentazione a base di cereali erano coltivate anche diverse varietà di piante leguminose, fra cui i piselli (*Pisum sativum*), le fave (*Vicia faba*) e le lenticchie (*Lens culinaris*). Fra le piante oleaginose figurano il lino (*Linum usitatissimum*) e il papavero (*Papaver somniferum*). L'impiego alimentare dei semi di lino, i quali erano spremuti per la produzione di olio oppure macinati per la produzione di una farina, andava ad aggiungersi all'estrazione delle fibre sottili e resistenti di questa pianta, impiegate nella tessitura.

La raccolta di piante commestibili costituiva un elemento essenziale dell'alimentazione delle comunità neolitiche. Bacche, ghiande, semi e frutti selvatici fungevano da complemento capitale dell'alimentazione quotidiana. Lamponi, more, fragole, mirtili e sambuco garantivano un importante apporto di vitamine e sali minerali. Fra i frutti raccolti, le mele (*Malus sylvestris*) rappresentavano un'ottima fonte alimentare e un'importante riserva invernale potendo anche essere conservate tramite l'essiccazione.

A Castaneda, accanto a pochi chicchi di cereali carbonizzati rinvenuti nei pressi del focolare, è stata raccolta una piccola quantità di gusci carbonizzati di nocciole (*Corylus avellana*)<sup>7</sup>. Accumulate durante l'autunno, le nocciole erano consumate fresche o conservate per la stagione fredda, periodo in cui erano molto adatte poiché ricche di grassi e di calorie.

La raccolta di piante selvatiche a scopo alimentare e terapeutico era di fondamentale importanza, tenuto conto della grande quantità di proteine, di grassi e di amidi contenuti nelle radici e nei semi. Purtroppo non conservandosi le essenze vegetali non forniscono documentazione archeologica se non in deboli tracce difficilmente associabili all'alimentazione umana. Un ottimo contributo per la conoscenza delle abitudini alimentari e terapeutiche nel campo delle piante selvatiche è fornito dall'etnografia, la quale tramandando usi e costumi per via orale ha permesso la sopravvivenza di consuetudini ancestrali. La stagionalità è un fattore evidente nella ricerca di erbe eduli, in pri-

<sup>5</sup> Vedi nota 1, p. 40 (Rageth) e p. 104 (Della Casa).

<sup>6</sup> Vanno menzionati anche i silos sotterranei per la conservazione dei cereali, strutture ben documentate in molti villaggi neolitici.

<sup>7</sup> DELLA CASA PH., *Mesolcina praehistorica*, UPA 67, 2000, p. 109.

mavera abbondanti e provvidenziali per la ripresa di un'alimentazione ricca di vitamine dopo il periodo invernale, in estate diffuse ma non sempre sfruttabili in modo ottimale e in autunno scarse, ma pur sempre fondamentali quali scorta vitaminica prima dell'inverno. La conservazione invernale di molte essenze non era sempre possibile. L'impiego delle piante selvatiche si estendeva anche ad altri ambiti, in special modo a quello artigianale. L'estrazione delle fibre vegetali<sup>8</sup> usate nella filatura e nella tessitura o lo sfruttamento delle piante tintoriali per la produzione di coloranti ne sono un esempio.

Agli alimenti che la popolazione produceva autonomamente si affiancava quindi un intenso sfruttamento delle risorse che l'ambiente offriva spontaneamente.

Questa constatazione si applica ugualmente all'alimentazione a base di carne. Nelle comunità alpine neolitiche gli ovini e i caprini, unitamente ai bovini e in minor quantità ai suini, figurano tra gli animali più importanti dal punto di vista economico, con delle percentuali tra queste specie che variano da regione a regione<sup>9</sup>. L'allevamento di questi animali, i cui resti ossei a Castaneda sono ridotti ad alcuni esemplari calcinati<sup>10</sup>, era praticato prevalentemente per la carne e puntualmente per il lavoro di aratura dei campi.

La pratica della caccia, attestata dalle numerose punte di freccia in pietra rinvenute nel sito calanchino (Fig. 3) interveniva a complemento dell'apporto di carne, assu-



Fig. 3 Castaneda, Pian del Remit, artefatti litici (foto Servizio archeologico dei Grigioni)

<sup>8</sup> Ad esempio quelle dell'ortica.

<sup>9</sup> SCHIBLER, J. et CHAIX, L., L'évolution économique sur la base de données archéozoologiques. In: *La Svizzera dal Paleolitico all'alto Medioevo*. SPM II, Neolitico, 1995, pp. 97-120.

<sup>10</sup> DELLA CASA PH., *Mesolcina praehistorica*, UPA 67, 2000, p. 99.

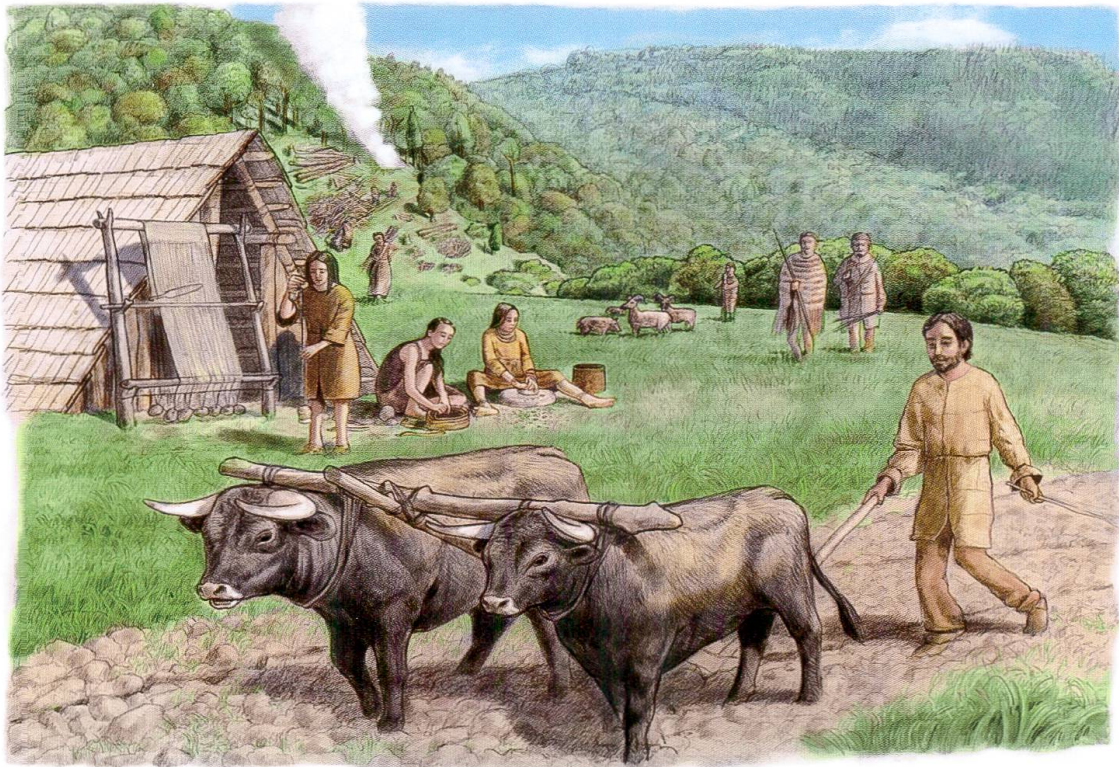


Fig. 4 Ricostruzione di una scena di vita dell'età del Rame a Castaneda (Illustrazione Yves Juillerat. Museo Moesano)

mendo anche un ruolo importante in caso di cattivi raccolti cerealicoli, e compensando così le perdite in calorie. Il cervo costituiva la preda privilegiata, apprezzato anche per i suoi palchi che fornivano una materia prima assai ricercata per la fabbricazione di utensili e oggetti di ornamento. Erano cacciati anche il capriolo, il camoscio e lo stambecco. La caccia ai volatili, le cui tracce archeologiche sono molto più discrete, era di sicuro praticata, così come la pesca.

Per quanto riguarda i prodotti secondari dell'allevamento, secondo alcuni ricercatori le popolazioni alpine a cavallo tra il quarto e il terzo millennio a.C. aumentarono i capi di bestiame conducendoli stagionalmente in alta quota per liberare le aree agricole del fondovalle<sup>11</sup>. Per altri studiosi invece una significativa frequentazione dell'alta montagna è da riferire all'età dei Metalli. Fra i prodotti secondari dell'allevamento il formaggio ricopriva particolare importanza. Gli indizi archeologici che ne segnalano inequivocabilmente la produzione sono però difficilmente riconoscibili, rendendo difficoltosa la determinazione della data d'esordio della caseificazione.

Gli abitanti di Castaneda nella preistoria erano quindi degli agricoltori e degli allevatori che non mancavano di sfruttare tutte le risorse che l'ambiente offriva loro naturalmente, sia attraverso la raccolta di piante vegetali, sia con la pratica della caccia (Fig. 4). In questo modo essi cercavano di ottenere l'apporto di calorie e di vitamine necessario per il loro benessere.

<sup>11</sup> CARRER, F., *Archeologia della pastorizia nelle Alpi: nuovi dati e vecchi dubbi*. "Preistoria alpina", 47, 2013, pp. 49-56.