

Zeitschrift: Treterre : semestrale di Terre di Pedemonte e Centovalli
Herausgeber: Associazione Amici delle Tre Terre
Band: - (2022)
Heft: 79

Rubrik: Cucina

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: 12.01.2026

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

Il maiale in cucina

E c'è pure questa divertente storiella: "Un asino torna alla fattoria dopo una giornata di lavoro, sfinito. Il padrone lo lega all'anello vicino al porcile. Il maiale comincia a sfotterlo dicendogli che, invece, lui fa la pacchia; mangiando e rotolandosi nel fango tutto il giorno. L'asino gira la testa e gli fa: "Tu non sei quello dello scorso anno, vero?"

Insomma, è proprio vero il detto contadino che del maiale non si butta via niente: senza di lui non ci sarebbero quelle salsicce e braciole, delizie del barbecue e, in genere, quei salumi deliziosi che diventano un complemento, o un piatto unico, nelle serate estive al grotto. Il generoso maiale, però, mette lo zampino ma anche in settori non alimentari. Lo troviamo ad esempio: nelle pellicole fotografiche (cotenna e parti grasse), nei pastelli a cera (parti grasse), nei pennelli e spazzole (setole), in alcuni balsami per capelli (cotenna e parti grasse), nei guanti da lavoro (cotenna e parti grasse), nei fertilizzanti (sangue) e perfino nelle valvole cardiache (cotenna), oppure nel filo da sutura riassorbibile (budello), come pure nelle corde di strumenti musicali o nelle racchette da tennis (budello).

In queste pagine parleremo della versatilità gastronomica del maiale e di alcune ricette che ci arrivano dal mondo contadino, in cui il maiale veniva allevato e macellato a domicilio. La mazza del maiale era la festa più attesa, in quanto la carne finalmente giungeva sulla mensa. Era un vero e proprio rito, che spesso vedeva riunite persone di diverse famiglie. Fino agli anni '60 ogni famiglia rurale ne possedeva almeno uno e la macellazione, che si effettuava da metà novembre a gennaio, avveniva per forza di cose sul posto, con mezzi di fortuna. La carne era poi conservata sottoforma di salame, prosciutto, salsicce, lardo, cotiche, ecc.

Oggi, seppure con modalità diverse, questo rito si rinnova e mani abili producono ancora salumi e insaccati secondo tradizioni tramandate di padre in figlio. Ecco una descrizione delle specialità principali prodotte in questo modo¹.

La luganiga è un salume confezionato con carne di maiale, lardo, sale, pepe, spezie, aglio e vino ticinese. La grana dell'impasto è un po' più grande di quella della carne macinata, e per insaccarla si utilizza il budello di manzo. La luganiga cotta in acqua si serve con le patate bollite o con il risotto. Ottima anche alla griglia.

La luganighetta è simile alla luganiga, ma non contiene aglio. Ha una forma più sottile e viene solitamente confezionata a spirale. Il buongustaio la apprezza nel risotto, alla griglia, in umido, con la polenta o nei sughi.

È eccellente anche **lo zampone**. Per produrlo si usa la zampa anteriore del maiale che, svuotata e salata, viene riempita con un impasto di carne di maiale, cotenne, lardo, spezie, sale, pepe, vino, aglio e un goccio di Marsala.

Il cotechino ha un impasto simile allo zampone, ma con un po' meno di cotenna.

Altra specialità ticinese è **la mortadella di fegato**, preparata con carne di maiale, lardo, spezie e fegato di maiale, cui si aggiunge del "vin brûlé" per dare un gusto molto caratteristico. Si accompagna ai fagioli o alla polenta. Si può consumare anche cruda, facendola però stagionare come un salame.

Il salame viene prodotto con coscia, spalla di maiale e lardo, con aggiunta di sale, aromi, spezie e vino rosso nostrano. Dopo essere stato insaccato, viene asciugato per circa una settimana e quindi stagionato da 20 a 70 giorni a seconda delle dimensioni.

La pancetta, che può essere arrotolata o lavorata piana, viene invece prodotta con la carne della pancia del maiale, immersa più volte in sale, pepe, spezie e vino. In seguito la si lascia sgocciolare e stagionare per oltre un mese.

La coppa si prepara con la carne del collo del maiale, salata e speziata, quindi insaccata, sgocciolata e stagionata per oltre un mese.

Il lardo è solitamente prodotto con le carni della schiena del maiale, che vengono salate, speziate e bagnate con vino rosso. In seguito vengono appese e fatte asciugare per un paio di settimane.

Il prosciutto crudo si ottiene invece dalle cosce di maiale, tagliate per assumere la forma tradizionale e poi salate e lavate a più riprese. Dopo alcuni mesi la parte magra viene spalmata e massaggiata con una miscela di grasso di maiale, farina di riso, sale e pepe. Si tratta di un'operazione ripetuta più volte durante la stagionatura, che a seconda delle produzioni può durare da tre mesi a un anno o anche più.

Nella tradizione gastronomica ticinese e italiana, la carne di maiale è presente da sempre sotto forma d'insaccati come salumi, salsicce e prosciutti, tuttavia anche tra i fornelli troviamo un largo uso dei prodotti derivati dal maiale, oltre la sua carne con cui si preparano ottimi arrostiti, spezzatini e farciture, infatti, si utilizza il lardo, il guanciale, la porchetta e perfino il sangue.

A dipendenza dei tagli, bisognerà porre particolare cura alla preparazione, infatti per farla restare tenera durante la cottura, viene spesso sottoposta a marinatura, ma in ogni caso la carne di maiale deve essere sempre ben cotta.

<https://www.cookist.it/secondi-piatti-con-la-carne-di-maiale-ricette-semplificissime-golose-e-nutrienti/>

Ecco alcune ricette "di una volta" e più recenti

Pane di fegato (Il nuovo Cuoco Ticinese economico, ricette sperimentate dal cuoco Luigi Franconi di Brissago, Lugano, Tipografia Fioratti, 1846)

Pestate bene un pezzo di fegato di maiale con qualche fegatino di pollo e fateli passare allo staccio, unite due rossi d'uovo, un mostaccino² ridotto in polvere, mezzo bicchiere di vino Malaga, sale, noce moscata, mescolate tutto assieme; untate un timballo con burro, versate dentro questo composto e fatelo cuocere a bagnomaria.

² È un biscotto speziato già di gran moda nella cucina seicentesca. Era diffuso in tutta la Lombardia dove veniva preparato con farina bianca, zucchero, un pizzico di sale e spezie varie in polvere (...).

Tagliatelle al ragù bianco di maiale

(<https://it.julskitchen.com/primi-piatti/pasta-primi-piatti/ragu-bianco-di-maiale>)

3 carote
2 gambi di sedano
1 cipolla dorata
Qualche rametto di finocchietto selvatico
Due rametti di rosmarino
Olio extra vergine di oliva
Sale
Pepe
600 g di carne di maiale macinata
400 ml di vino bianco
250 g di tagliatelle al farro
Parmigiano grattato

Fate un battuto fine di cipolla, sedano, carota, finocchietto e rosmarino.

Scegliete una pentola di medie dimensioni dal fondo spesso. Coprite di olio il fondo della pentola e aggiungete il battuto e un pizzicotto di sale. Cuocete il battuto a fuoco basso, per una decina di minuti, finché non si ammorbidisce e diventa traslucido e dorato.



Aggiungete a questo punto la carne macinata e mescolate bene con un cucchiaio di legno per spezzettarla e amalgamarla al battuto. Fatela cuocere a fuoco medio, mescolandola spesso, finché non avrà assorbito tutto il liquido che rilascerà. Continuate a mescolarla, staccandola dal fondo e dai bordi, finché la carne non sarà dorata. Regolate di sale e pepe.

A questo punto aggiungete il vino bianco. Il vino va messo piano piano, per gradi. Aggiungetelo in almeno 4-5 volte, facendolo ritirare del tutto prima di aggiungerne altro.

Questo è un passaggio molto importante: è il vino che completerà la cottura della carne, trasformandola in un sugo. Se versiamo il vino tutto insieme lesserà la carne, invece vogliamo che il macinato lo assorba piano piano, e si asciughi prima di versarne altro.

Quando la carne avrà ritirato tutto il vino e avrà assunto l'aspetto di un sugo denso e corposo spegnete il fuoco, assaggiate un'ultima volta per regolare di sale e pepe e mettete da parte. Cuocete le tagliatelle in abbondante acqua bollente salata, scolatele e conditele con il ragù. Servitele con una spolverata di Parmigiano grattato.

¹ <https://www.ticinotopen.ch/it/prodotti/salumi>

Cazzuola

(Le ricette della nonna, Raccolta di ricette ticinesi, curate da N. Beretta-Varenna e G. Sciaroni-Moretti, Locarno, Tipografia Pax, 1958)



Mettere a rosolare nella pentola un pezzo di burro e lardo tagliato fine, salvia, rosmarino e cipolla. Quando questa è dorata mettervi la carne di maiale (costine) infarinata e lasciare prendere colore. Unire in seguito la conserva di pomodoro diluita con brodo, ½ kg di carote e sedano tagliato a pezzi. Lasciate cuocere lentamente e per ultimo aggiungere i cavoli ben lavati e tagliati. A volontà mettervi luganiche e cotenne.

Immagine: <https://www.lacucinaitaliana.it/ricetta/piatti-unicici/cassoeula-di-maiale-e-verze/>

Cotechino con lenti

(Le ricette della nonna, Raccolta di ricette ticinesi, curate da N. Beretta-Varenna e G. Sciaroni-Moretti, Locarno, Tipografia Pax, 1958)

Ingredienti: 1 cotechino di ½ kg, 250 g di lenti, cipolla, carota, sedano, 100 g di pancetta e prosciutto, olio, alloro, vino, 1 chiodo di garofano

Mettere a bagno il cotechino per 2 ore in acqua tiepida, avvolto in un panno, poi legatelo e mettetelo a cuocere a freddo in una casseruola coperta, per circa 2 ore.

Mondate intanto le lenti, lavatele e mettetele a bagno in acqua fredda per 2 ore. Ponete a cuocere in una padella con olio, cipolla, carota e sedano tritati, la pancetta e il prosciutto, le lenti scolate dall'acqua e asciugate e gli aromi. Fate rosolare leggermente, poi aggiungetevi un poco di vino bianco e tanto brodo che basti per coprire il tutto, lasciando cuocere a fuoco lento per un'ora.

Quando le lenti saranno cotte, disponetele sul piatto ben calde e sopra poserele il cotechino, che, nel frattempo, sarà cotto e che avrete provveduto a tagliare a fette.



Immagine: <https://www.cookist.it/cotechino-con-lenticchie/>

Filetto di maiale con cipollotti

(<https://ricette.giallozafferano.it/Filetto-di-maiale.html>)

Filetto di maiale (4 filetti da 90 gr) 360 g
Burro 50 g
Vino bianco 30 g
Pepe verde in grani 12
Pancetta affumicata 4 fette
Salvia 8 foglie
Rosmarino 4 rametti
Sale fino q.b.
Olio extravergine d'oliva 10 g

Per i cipollotti
Burro 25 g
Vino bianco 15 g
Sale q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Cipollotti (4 da 150 gr l'uno)

Per preparare i filetti di maiale iniziate avvolgendo bene la carne con la pancetta affumicata. Coprite ogni filetto con due foglie di salvia, facendole aderire sulle fette di pancetta.

Fermatele bene legandole con lo spago. Fate un primo giro incrociando le estremità dello spago e un secondo giro nello stesso modo. Fermate con un doppio nodo e tagliate lo spago in eccesso.

Pulite ora i cipollotti e tagliateli in quarti. Fateli stufare in una padella antiaderente con il



burro e l'olio, salateli e teneteli sul fuoco fino a farli dorare.

A questo punto sfumate con il vino bianco. Una volta evaporato il vino, spegnete il fuoco e teneteli al caldo. Mettete in una padella antiaderente il burro, un filo d'olio e i rametti di rosmarino. Adagiate i filetti e fateli rosolare per bene da entrambi i lati.

Aggiungete il pepe verde in grani e sfumate il tutto con il vino bianco. Lasciate evaporare, togliete dal fuoco, salate e impiattate! Servite il filetto di maiale insieme ai cipollotti.

Spezzatino di maiale con mele e curry

(<https://www.sff.ch/it/infocarne/rezeptsammlung/maiale/s85.php?redirectResize=1>)



800 g Spezzatino di maiale
3 Cipolle
1 Spicchio d'aglio
1 c. Burro per arrostitre
1 c. Concentrato di pomodoro
ca. 1 c. Curry dolce in polvere
1,5 dl Vino bianco secco
ca. 5 dl Brodo
300 g Patate dolci
Sale
Pepe macinato fresco
1 Mela grande acidula (ad es. Boskoop)
40 g Noci di anacardio
20 g Burro
Zucchero

Mondare le cipolle e l'aglio. Tagliare le cipolle a fette sottili, tritare finemente l'aglio.

Riscaldare il burro per arrostitre in una brasiera a fuoco molto alto. Farvi rosolare lo spezzatino a porzioni per ca. 3-4 minuti ciascuna. Successivamente mettere tutta la carne nella brasiera, aggiungere le cipolle, l'aglio e il concentrato di pomodoro e far cuocere per 2-3 minuti. Abbassare il fornello a fuoco medio, unire il curry in polvere, far cuocere brevemente e sfumare con vino bianco. Aggiungere il brodo e stufare il tutto con coperchio a fuoco medio per ca. 60 minuti.

Nel frattempo pelare le patate dolci, tagliarle a dadini e unirle allo spezzatino al termine della cottura. Insaporire il tutto con sale e pepe e lasciar sobbollire ancora per ca. 10-15 minuti, finché la carne e le patate dolci non risulteranno tenere.

Nel frattempo dividere la mela in quattro spicchi, togliere il torsolo e tagliarla a piccoli pezzi. Tostare le noci di anacardio in una padella senza grasso, aggiungere il burro e i pezzetti di mela e far cuocere per 2-3 minuti.

Insaporire lo spezzatino con sale e un pizzico di zucchero. Disporre su piatti preriscaldati e servire insieme al mix di mele e noci di anacardio. Da accompagnare con insalata mista.

