

La vita è troppo breve
per bere vini mediocri.

Johann Wolfgang von Goethe (1749 - 1832)

Vino



È sulle TERRAZZE assolate, in fazzoletti di terra strappati ai ripidi pendii con **FATICHE** immani da **generazioni** di contadini che da sempre viene coltivata la vite in **VALLE DI CEMBRA**.

La **TENACIA** di chi ha voluto resistere all'abbandono della **montagna** ci consegna oggi un paesaggio agricolo da cartolina e vini di **GRANDISSIMO PREGIO**.

Se hai paura di ingrassare, prima dei pasti
beviti un bicchierino di grappa.
Toglie tutta la paura.

Proverbio popolare

Grappa



La grappa in valle di Cembra è da sempre un prodotto legato alla **SOPRAVVIVENZA**.

Il termine dialettale "**lambicar**" (alambiccare) è per questo da sempre usato anche per descrivere la fatica delle genti di **MONTAGNA** di sopravvivere nelle condizioni di miseria in cui si trovavano, sfruttando tutte le risorse a disposizione.

La grappa è anche legata a doppio filo alla storia del **CONTRABBANDO CLANDESTINO**: si sentono ancora raccontate a mezza voce, quasi con timore, storie di rocambolesche fughe nei boschi e di astuti **stratagemmi** per non essere scoperti. Oggi che i tempi sono cambiati, nel sapore delle nostre grappe sembra ancora di sentire il **PROFUMO DEI BOSCHI** e della notte, compagna solitaria di vecchi e nuovi distillatori.

L'ape è piccola tra gli esseri alati, ma il suo prodotto ha il primato fra i dolci sapori.

Siracide, Antico Testamento, II sec. a.e.c.

Miele



Il miele rispecchia le caratteristiche delle piante da cui è stato prelevato il **NETTARE**, lavorato e immagazzinato dalle sapienti **API**. Nel miele si ritrova il carattere burbero del castagno, la trasparenza e leggerezza dell'acacia, la mescolanza dei profumi e dei sapori dei prati in fiore. Il miele ci racconta di un **rapporto millenario** instaurato tra le api e l'uomo che da predatore di miele e distruttore di alveari è diventato **APICOLTORE**, amico e tutore.

Nessuna RAZZA può prosperare fintanto che non impara che c'è altrettanta dignità nel coltivare un campo che nel comporre una poesia

Booker Washington

Zafferano



Una **SPEZIA ANTICA**, da sempre venerata e alla quale sono legate antiche leggende. Dalla leggenda secondo la quale Croco fu trasformato nel bellissimo e **prezioso fiore** dagli dei che non approvavano il suo amore per la ninfa Smilace a quella che vuole che Mercurio, dopo aver colpito e ucciso inavvertitamente l'amico Croco, per ricordarne la memoria avrebbe tinto con il sangue la preziosa pianta.

Lo zafferano si raccoglie dai pistilli del fiore del **CROCUS**, appunto, e l'etimologia della parola deriva dall'arabo asfar, che significa **"giallo"**.

In Italia la coltivazione è diffusa principalmente nelle regioni del centro e in Sardegna.

A Capriana la sua introduzione è dovuta a un progetto di **AGRICOLTURA SOSTENIBILE** sviluppato dalla Comunità della Valle di Fiemme.

Deve essere stato un uomo
saggio a inventare la birra.

Platone

Birra



La birra è una delle bevande più **ANTICHE** prodotte dall'uomo, probabilmente databile al settimo millennio a.C. Essa deriva dalla fermentazione dei chicchi di cereali "**MALTATI**" cioè fatti germinare.

La birra, fra le genti del **NORD EUROPA**, era considerata una bevanda **SACRA** per i guerrieri, capace di trasmettere all'uomo le energie della **terra** nella loro totalità.

Maiale:

animale che vive da porco e muore da salame

Fulvio Fiori

Salumi



La parola salume deriva etimologicamente dal latino e sta a indicare i **PRODOTTI CONSERVATI SOTTO SALE**, pratica conosciuta già in epoca romana, quando si utilizzavano tecniche di conservazione della carne suina molto simili a quelle dei giorni nostri.

In montagna la realizzazione di salumi era legata principalmente al lungo **periodo invernale** in cui bisognava conservare la carne attraverso la **SALATURA E L’AFFUMICATURA**.

Formaggio...
la corsa del latte
verso l'immortalità.

Clifton Fadiman

Formaggi



La preparazione del formaggio è conosciuta da tempi immemorabili tanto che lo stesso **OMERO** ne descrive la preparazione nell'Odissea da parte di Polifemo.

A lungo ritenuti cibo da poveri, a partire dalla seconda metà del Trecento i prodotti caseari entrano a far parte di quelli che vengono definiti i **PIACERI DELLA TAVOLA**.

In montagna il formaggio ci ricorda la continua ricerca di tecniche per conservare i cibi anche durante i mesi più difficili e ci riporta a economie di sussistenza che si basavano anche sull'**ALLEVAMENTO DEL BESTIAME**. Spesso le famiglie avevano pochi capi ciascuna e per trasformare il latte ci si affidava a **CASEIFICI COOPERATIVI O TURNARI**.

Il formaggio è strettamente **legato al territorio** e ne conserva le peculiarità degli aromi e quelle conferite con la lavorazione.

L'arte della medicina
consiste nell'intrattenere
il paziente mentre la
Natura cura la malattia.

Voltaire

Erbe e cosmetici



La storia dei territori di **MONTAGNA** è da sempre legata all'uso delle erbe officinali che venivano un tempo raccolte come **ERBE SPONTANEE** e oggi sempre più spesso coltivate per le loro **proprietà terapeutiche**.

L'uso delle piante è **antichissimo** e certamente i primi rimedi, per molti secoli gli unici impiegati, sono stati quelli forniti dai vegetali. Dalle erbe, ma non solo, si possono infatti ricavare infusi, tisane e decotti ma anche cosmetici e creme, sciroppi e unguenti.

In Valle di Cembra un importante personaggio, **PADRE ATANASIO CRISTOFORI DI GRAUNO** (1865-1961) è strettamente legato a questo mondo tanto da essersi guadagnato il nome di Frate delle erbe. Egli infatti si dedicò allo studio delle erbe e al loro uso pubblicando anche un libro dal nome **"Piante ed Erbe Medicinali della nostra Regione Trentina"**.

Prodotti dell'orto



Dimenticare come zappare la terra e curare il terreno significa dimenticare se stessi.

Mahatma Gandhi

Legati alla tradizione dei piccoli appezzamenti vicino a casa, i prodotti degli orti sono quelli che si possono ritrovare nelle **CASE DI PAESE**. Antiche varietà selezionate e trasmesse di padre in figlio si alternano a nuovi prodotti che ben si adattano al clima valligiano.

L'**orto** si abbina spesso ai piccoli animali da cortile: galline e conigli che degli scarti vegetali della cucina diventano gli spazzini, regalando carni e uova alle **CUCINE PAESANE**.