



www.agriturismomantova.it

8 settembre
8 dicembre
2018
22^a Edizione

Itinerario
gastronomico
della zucca fra
coltura e cultura

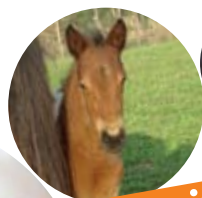
Di zucca in zucca



Comune di Mantova



Seguici su



www.agriturismomantova.it



www.prodottoinfattoria.it





Di zucca in zucca

8 Settembre - 8 Dicembre 2018

Indice

Coltura, cultura e tradizione	4
L'arrivo della zucca a Mantova	5
I "Turtel scapà"	6
La zucca e i suoi simboli tra storia, arte e religione	7
La zucca nel dialetto popolare mantovano	8
Parola d'ordine: biodiversità	9
Zucca, salute e dieta	10
La zucca in medicina	12
Cosmesi	13
Varietà diffuse	14
Ciclo di coltivazione della zucca in Pianura Padana	21
La zucca ornamentale	22
Gli agriturismi che aderiscono all'iniziativa	23
La zucca in cucina	28
Zucca e tortelli abbinamento perfetto	30
Il calendario mantovano dei tortelli ovvero appuntamento a tavola...	31
La ricetta dei tortelli di zucca	32
Un menu a base di zucca	33
Avreste mai pensato di trovare la zucca in questi prodotti?	39
Fattorie con vendita diretta di zucche	44
28 ottobre: la festa delle lumere a Mantova	46

Con il contributo e il patrocinio di



Con il patrocinio di



Regione Lombardia
Mantova

Per informazioni: Consorzio agriturismo mantovano Verdi terre d'acqua

Strada Chiesanuova, 8- 46100 Mantova - Tel. 0376.324889 - Fax 0376.289820 - Cell. 329.2127504

info@agriturismomantova.it - www.agriturismomantova.it

Testi di Barbara Dentis

Foto di zucche: Archivio Consorzio Agriturismo Mantovano.

Finito di stampare: agosto 2018 da Arti Grafiche La Torre s.r.l. - Canneto sull'Oglio (MN) - www.aglatorre.it

Di zucca in zucca 2018: ventiduesima edizione

Coltura, cultura e tradizione

Dall'autunno sino all'inizio della primavera, la zucca compare sulle nostre tavole con i suoi colori vivaci e le sue strane forme. Apprezzata da grandi e piccini per la sua dolcezza e per le sue virtù nutritive, la zucca sta divenendo sempre di più la protagonista della stagione fredda: facile da cucinare, economica e buona, essa rappresenta uno

degli ingredienti più rinomati all'interno dei ricettari mantovani. Parte da queste premesse anche quest'anno "Di Zucca in zucca", evento promosso dal Consorzio Agrituristico Mantovano con uno scopo: quello di esplorare quest'ortaggio nelle sue mille forme, oltre agli aspetti autentici e genuini.

Nelle corti contadine che aderiscono all'iniziativa, la zucca sarà la protagonista indiscussa dall'8 settembre fino all'8 dicembre, periodo all'interno del quale si avrà l'opportunità di approfondire le proprie conoscenze relativamente ad un prodotto simbolo della cultura e della gastronomia mantovana. Dolce, saporita ed energetica, la zucca spicca per la sua versatilità, caratteristica che le consente di essere impiegata in numerosi settori che esulano dalla gastronomia, come l'arte, la musica, l'arredamento e la cosmesi. Oltre ai piaceri della gola, la zucca sarà quindi in grado di assecondare le vostre curiosità culturali.

Oltre alle corti contadine anche la città di Mantova sarà coinvolta nelle celebrazioni della zucca, il momento clou è la Festa delle Lumere che si svolgerà domenica 28 ottobre sul Lungorio IV Novembre. I più piccoli saranno i protagonisti della giornata con laboratori, spettacoli e merende a base di zucca ovviamente.

Per informazioni: 0376 324889
info@agriturismomantova.it
www.agriturismomantova.it



L'arrivo della zucca a Mantova

Sapore, colore e versatilità sono da secoli gli aggettivi che fanno della zucca un ortaggio nobile e prezioso, fonte d'ispirazione per un patrimonio culinario unico come quello posseduto dalla provincia di Mantova.

Nonostante fosse apprezzata già al tempo dei Gonzaga, la zucca iniziò a diffondersi nelle campagne padane solo XVIII secolo: l'estensione delle aree coltivabili e la bonifica delle paludi favorì la diffusione di questa coltura, che con lo scorrere del tem-

po si consolidò tanto da essere considerata tuttora una delle più identificative della nostra provincia. La zucca non solo divenne un ortaggio popolare, ma iniziò anche a comparire assiduamente nella dieta delle famiglie meno abbienti: grazie alla limitata disponibilità di cibi proteici e alla possibilità di consumare quest'ortaggio senza gettar via nulla, la zucca iniziò ad essere considerata "carne dei poveri", e quindi simbolo di abbondanza.

ORIGINI

Conosciuta in Perù già dal 1200 aC, la zucca raggiunse le popolazioni europee solo nel Quindicesimo secolo, nonostante egiziani, romani e greci conoscessero la varietà *lagenaria* già da molto tempo. Fino al 1700, la coltivazione di questo ortaggio non esisteva tra le attività agricole: la zucca cresceva spontanea lungo il corso dei fossi o nei ritagli degli appezzamenti destinati ad altri ordinamenti produttivi.

Cucurbita lagenaria,
illustrazione di
Ulisse Aldrovandi
(Bologna, 1522-1605)



La zucca mantovana, dalla forma schiacciata e di colore grigio verde, è entrata a far parte dell'elenco dei prodotti tradizionali redatto dal Ministero delle Politiche Agricole nel 1999. Nonostante le sue sementi per anni siano state selezionate dai singoli produttori, oggi è quasi totalmente scomparsa. Al suo posto è subentrata la varietà Delica, più piccola e altamente precoce, zuccherina ed economica.



zucca Mantovana



zucca Delica

"I Turtel scapà"

Curiosità dal passato e non solo



Intervista a Candido Roveda

A volte dalle tradizioni popolari derivano dei termini che entrano a far parte dell'uso comune, ma che il più delle volte non si sa bene da dove sono nati. È il caso de "i turtel scapà". Ce lo racconta Candido Roveda.

"La massaia prepara il pesto per i tortelli, si va ad occhio, quindi mette la zucca, la fa passare in forno, poi la schiaccia con la forchetta, aggiunge la mostarda, limone, un po' di formaggio un po' di amaretti. Poi prepara la sfoglia, fa tutto come una volta, la impasta, la lascia lievitare, poi la tira e con una rotellina dentata taglia i quadratini, su ogni quadrato mette un po' di ripieno e va avanti così fino a quando non finisce i quadretti di sfoglia tagliati. Poi si gira e vede che le è avanzato del pesto, ma non ha più sfoglia. Che fare? Impastare un'altra sfoglia? No. Prende della pasta, tipo maccheroni, penne, sedanini e farfalle e li condisce con il pesto rimasto.

Come può chiamare questa invenzione? Pasta al sugo di zucca? Pasta al pesto di zucca? Pasta alla zucca? Nessuno di questi nomi le piace... poi le viene in mente: "turtel scapà" perché i tortelli sono finiti (scappati) e dal pesto rimasto è nata questa ricetta".



La zucca e i suoi simboli tra storia, arte e religione

Nella Bibbia viene raccontato come Dio fece crescere una pianta di zucca per far ombra a Giona (4, 6-7). La pianta divenne per questo un simbolo della resurrezione, ma Dio non invitò Giona ad assaggiarla, così che nessuno pensò alle sue proprietà nutritive, o alle belle e saporite pietanze che si potevano fare con quel frutto. La zucca veniva invece utilizzata – dopo essere stata essiccata e svuotata – dai viandanti e dai pellegrini come borraccia dalla quale



dissetarsi nei loro lunghi viaggi tra un luogo santo ed un altro. Così possiamo trovare il frutto della zucca utilizzata come borraccia nelle rappresentazioni di Giacomo Maggiore, di Cristo sulla via di Emmaus e talvolta dell'Arcangelo Raffaele. In un disegno medievale la rappresentazione della zucca ai piedi di Cristo

ha probabilmente il significato di resurrezione e più generalmente di rigenerazione spirituale, significato accolto anche in Cina, ma che da noi in Europa non è riuscito a mantenersi stabile, tant'è che non si trovano più raffigurazioni in disegni o dipinti posteriori. Nel tardo Rinascimento italiano la zucca è un attributo della fugacità, della millanteria, della sciocchezza e della speranza delusa che viene raffigurata come una giovane donna alata con un solo occhio in fronte, con una nuvola nella mano destra e una nottola e una zucca nella sinistra.

La caratteristica di essere una pianta annuale, che simboleggia sia la rapida crescita sia il rapido deperimento, e quindi in sostanza la brevità della vita, è il principale significato che la zucca assume in un'incisione di Albrecht Dürer di S. Gerolamo.

Ma a quali simboli si lega la zucca?

• Simbolo dell'abbondanza:

- Della zucca non si butta via nulla: un tempo era considerata una riserva alimentare in periodo di carestia.
- La zucca è dotata di una grande velocità di crescita e sviluppo: il frutto della pianta matura in meno di 60 giorni

• Simbolo di procreazione e di forza

La parola zucca proviene dal verbo greco *kyèo* che significa gonfiarsi. Esso era impiegato anche per indicare uno stato di gravidanza o di totale benessere e forza. Nella medicina ippocratea, la zucca era considerata un antidoto contro la sterilità.

• Simbolo di adulterio

Nel Medioevo, il verbo *cucurbitatio* (legato alla parola *cocurbitacea*, zucca) indicava la relazione extraconiugale tra il vassallo e la sposa del suo signore. Il verbo trae ispirazione dal fatto che il cavaliere, per disonorare pubblicamente l'adultero, faceva piantare nel suo orto di casa una *cucurbita ortolana*, ovvero una zucca.



La zucca nel dialetto popolare mantovano

Oggetto di divertenti esercizi linguistici quali "zuccone", "testa di zucca", "brutto come il culo di una zucca", questa cucurbitacea era considerata un alimento di prestigio nella dieta contadina. La sua ambivalenza come segno, ne ha fatto un mito.

1. Pianta la zucca ad Aprile, ti verrà grossa come un barile
2. *Süchi e melun, tütì a la so stagiun* (zucche e meloni, tutti alla sua stagione)
3. *Quand a ghè fam, anca la süca la par salam* (quando c'è fame anche la zucca sembra un salame)
4. *L'è mei na fèta ad süca in pace che n'arost in guera* (è meglio una fetta di zucca in pace che un arrosto in guerra)
5. *Fasoei, süca e radet i è la caran d'î puvret* (fagioli, zucca e radicchi sono la carne dei poveri)
6. *Cun süca e fasoei as tira su i fioei* (con zucca e fagioli si tira su i figli)
7. *La süca la dà püsè forza sl'è cota cun la scorsa* (la zucca dà più forza se è cotta con la scorza)
8. *Süchi e süclot i è le cutulete ad l'ort* (zucche e zucchini sono le cotolette dell'orto)



Parola d'ordine: biodiversità



Seed Savers
EXCHANGE

Il concetto di biodiversità si riferisce a tutte le possibili varietà che possono esistere all'interno di una specie. Quest'ultima, attraverso il microclima esterno, la selezione delle sementi e la genetica, può arrivare ad esprimere varietà diverse per ciascun carattere genetico di cui è portatrice.

Come tante specie esistenti in natura, anche alla zucca appartiene questo concetto: oltre alle varietà più comuni e conosciute, esiste una grandissima tipologia di cucurbitacee, rintracciabili soprattutto in paesi come la Francia e l'America. L'associazione americana Seed Savers Exchange, che si occupa di raccogliere e conservare gli ortaggi storici della tradizione statunitense, nel giro di venticinque anni, ne ha raccolte circa ottocento. Il presidente dell'associazione Kent Whealy e Glenn Drowns, consigliere per le cucurbitacee, misero insieme i campioni di semi di tutte le zucche disponibili e li seminarono, con lo scopo di mantenere i loro campioni nella banca genetica dell'associazione. Nel corso degli anni è arrivata a contare 25 mila varietà ortive, la cui maggior parte corrisponde a varietà recuperate dagli orti familiari.

L'Italia, invece, nonostante la provincia di Mantova rappresenti uno dei territori a maggiore produzione di cucurbitacee, rimane un luogo dove le zucche non hanno mai trovato diffusione capillare. La spiegazione, molto probabilmente è da ricercare nella cultura produttiva

che da sempre ha animato la nostra terra mediterranea, il cui clima è, secondo molti esperti, molto più indicato per la coltivazione di pomodori. Alla zucca per crescere serve molta umidità, elemento proprio soltanto delle zone settentrionali della nostra Penisola, dove per l'appunto, sono stanziati le maggiori produzioni ortofrutticole di quest'ortaggio. Necessitando di terreni particolarmente fertili, inoltre, la zucca cresce in particolar modo in aree a profonda vocazione agricola e zootecnica, ben concimate.

A difesa della biodiversità della zucca, nel 2000 ha preso vita l'associazione Civiltà Contadina, il cui fine è di difendere le varietà ortive del passato, tra le quali vi sono anche le zucche: oggi sono centinaia quelle coltivate e recuperate (seedsavers@civiltàcontadina.it). Insieme ad essi, anche l'Istituto d'Istruzione Superiore "Antonio Zanelli", opera con l'obiettivo di creare una raccolta di semi di antiche cultivar orticole, che si caratterizzi come una piccola banca del germoplasma, tramite la quale diffondere gratuitamente la conoscenza di queste specie. È stato allestita a tal proposito, un'area di coltivazione per la riproduzione delle sementi in via d'estinzione e oggi recuperate attraverso associazioni come la Association Kokopelli - Terre de Semences; Le Biau germe; I Seed Savers di Civiltà Contadina e il Comitato organizzatore della Fiera della zucca di Piozzo, Cuneo.

Zucca, salute e dieta

Le proprietà della zucca e i suoi benefici per la salute

La zucca è un prodotto dalle mille virtù. Si tratta di un alimento dal bassissimo apporto calorico (circa 17 calorie per 100 grammi), grazie all'alta concentrazione di acqua (94%) e di un potere saziante molto elevato dovuto alla presenza di molte fibre. Oltre ad essere povera di zuccheri semplici, cosa che la rende molto leggera, è ricca di vitamina C ed A, che contribuisce alla formazione di tutti i tessuti epiteliali, al rinnovamento cellulare e favorisce l'abbronzatura. La polpa, ricca di potassio, calcio, fosforo e magnesio, ha un'azione antiossidante, inibitrice dei radicali liberi, combatte l'invecchiamento precoce e impedisce la degenerazione dei tessuti; esercita effetti emollienti, ed è indicata in casi di spossatezza e disidratazione. Molto apprezzate sono le sue virtù cosmetiche: con la polpa si ottengono maschere nutrienti e tonificanti per la pelle, efficaci contro le rughe e per lenire le scot-

tature. Possiede proprietà digestive, rinfrescanti, lassative e diuretiche, abbinate ad una consistente azione antitumorale, grazie all'elevata presenza di carotenoidi. Trova inoltre indicazioni per le astenie, le infiammazioni urinarie, le insufficienze renali, le dispepsie, le enteriti, la dissenteria, la stipsi, le affezioni cardiache e il diabete. I semi sono dotati di proprietà vermifughe, e grazie alla presenza di amminoacidi e altre sostanze utili, rappresentano un'efficace cura per i problemi di prostata.

LO SAPEVATE CHE

- Insieme a carote, rape, coste e zucchine aiuta a risolvere problemi intestinali dovuti a vita sedentaria.
- La zucca fa bene anche allo spirito: la medicina cinese, proprio come gli anziani di un tempo ritiene che la zucca sia un alimento adatto ai soggetti nervosi e collerici, perchè dotato di un effetto calmante.
- I semi di zucca sono ritenuti potenti afrodisiaci.

ANEDDOTI DALLA STORIA

Si racconta che a Mantova, durante l'epidemia di colera d'inizio secolo, molti utilizzassero come antidoto naturale, diete e decotti a base di polpa di zucca.



Calorie e valori nutrizionali della zucca

100 g di zucca contengono 18 kcal / 75 kj.

Inoltre, per ogni 100 g di questo prodotto abbiamo:

- **Acqua 94,6 g**
- **Carboidrati 3,5 g**
- **Zuccheri 2,5 g**
- **Proteine 1,10 g**
- **Grassi 0,1 g**
- **Colesterolo 0 g**
- **Ferro 0,9 mg**
- **Calcio 20 mg**
- **Fosforo 40 mg**
- **Vitamina B1 0,03 mg**
- **Vitamina B2 0,02 mg**
- **Vitamina B3 0,50 mg**
- **Vitamina A 599 µg**
- **Vitamina C 9 mg**



La **zucca**, come dicevamo, è un alimento a basso contenuto di calorie. Come tutti gli ortaggi di colore arancione è ricca di **caroteni**, sostanze che l'organismo utilizza per la **produzione di vitamina A** e che hanno proprietà antiossidanti e antinfiammatorie. Contiene, inoltre, molti altri minerali e vitamine, tra cui calcio, potassio, sodio, magnesio, fosforo e vitamina E. Contiene, inoltre, una buona quota di aminoacidi e una discreta quantità di fibre. Alla zucca vengono riconosciute **proprietà diuretiche e calmanti**. La polpa può essere utilizzata per lenire infiammazioni della pelle. I **semi di zucca** contengono **cucurbitina**, una sostanza che aiuta a proteggere la **prostata** e a contrastare patologie dell'apparato urinario maschile e femminile; aiutano, infatti, anche a **prevenire la cistite**. I semi di zucca sono inoltre ricchi di **proteine**. La zucca è senza dubbio un vegetale di gusto gradevolissimo, che si presta inoltre alla preparazione di numerosi piatti, sia tradizionali, sia di cucina innovativa. La particolarità che la rende uno strumento prezioso nella dietologia è senz'altro la sua capacità di indurre sazietà con contenuti calorici di gran lunga inferiori ad altri cibi.

Raffrontandola ad esempio alla patata, il suo

contenuto calorico è di gran lunga inferiore, con un potere saziante forse superiore; infatti 100 g di patate danno un apporto calorico di circa 80 Kcal contro le 9-18 Kcal della zucca (sola parte edibile). Può essere usata come primo piatto condita con poco burro crudo, sale e una spolverata di grana dando un apporto calorico di 240 Kcal contro le circa 600 Kcal di un piatto di pasta forse meno saziante. La zucca è quindi una perfetta alleata della nostra linea.



La zucca in medicina

La zucca aiuta il nostro corpo nei processi di **rigenerazione cellulare** e nel ritardare l'invecchiamento causato dal trascorrere del tempo e dal logoramento dei tessuti cutanei e corporei. La **polpa di zucca** contiene vitamine ed in modo particolare: pro-vitamina A, vitamina E e vitamina C. Non mancano inoltre sali minerali ed enzimi benefici. Della zucca possono essere **consumati anche i semi**, dopo averli accuratamente sciacquati, asciugati e tostati, per via del loro prezioso contenuto di lecitina, **tiroxina, fosforo, vitamina A** e vitamine del gruppo B. L'**olio estratto dai semi di zucca** è raccomandato per ridurre il quantitativo di colesterolo in eccesso presente nel sangue. In generale, la zucca, con riferimento alla sua **polpa**, viene considerata come un alimento protettivo contro l'insorgere di patologie cardiache, soprattutto per via del suo elevato **contenuto di antiossidanti**. La zucca ha **proprietà lassative** e viene dunque consigliata in caso di stitichezza e di irregolarità intestinale. Il consumo della zucca permette di migliorare la digestione e l'eliminazione delle tossine a livello dell'intestino e del fegato. Attraverso l'impiego di **una centrifuga**, dalla polpa di zucca può essere ricavato un **ottimo succo**, dalle proprietà benefiche riconosciute. Il succo di zucca è indicato in caso di ulcera e di particolari condizioni di acidità all'interno dell'apparato digerente. La **medicina naturale** consiglia, in questi casi, di consumare un bicchiere di succo di zucca tre volte al giorno, un'ora e mezza prima dei pasti. Il consumo del succo di zucca, e della stessa polpa di zucca, **viene consigliato in caso di insonnia**, poiché ad esso vengono attribuite delle efficaci proprietà sedative. Il consumo del-

la zucca è inoltre indicato da parte della medicina naturale in caso di scompensi ormonali durante l'adolescenza e la menopausa. Il consumo di semi di zucca e di polpa di zucca è ritenuto benefico inoltre nell'**eliminazione dei parassiti intestinali**, contro i quali essa rappresenta un vero e proprio **rimedio naturale privo di controindicazioni**. Per quanto riguarda gli **usi esterni**, l'applicazione della **polpa di zucca o dell'olio di semi** di zucca viene raccomandata nel trattamento di stati infiammatori della pelle, di episodi di prurito o di arrossamento, oltre che di **scottature o ascessi**. La zucca riesce ad ammorbidire la pelle e a contrastare il processo infiammatorio delle mucose. Le sue proprietà emollienti la rendono benefica in caso di **punture di insetti**. Dei piccoli cataplasmi preparati con della polpa di zucca cotta e frullata o semplicemente schiacciata possono accelerare la guarigione delle punture di insetti. I cataplasmi dovranno essere **sostituiti quotidianamente**, fino a quando i segni della **puntura di insetto** non saranno completamente scomparsi. Per le loro **proprietà lenitive e antiossidanti**, sia l'olio che i semi di zucca vengono utilizzati in cosmesi nella preparazione di creme o di maschere anti-invecchiamento adatte a mantenere un aspetto sempre giovane. Una maschera per il viso lenitiva e purificante può essere ottenuta schiacciando con una forchetta una fettina di zucca lessata o cotta al vapore, dopo averla lasciata raffreddare. L'effetto emolliente sarà dato dalla polpa di zucca stessa, mentre l'effetto purificante verrà conferito grazie all'aggiunta nella sua preparazione di un cucchiaino di **succo di limone** ricavato dalla spremitura di **frutti biologici o non trattati**.

Cosmesi

Zucca e cura del corpo

La maggior parte delle proprietà nutritive e cosmetiche della zucca, risiedono all'interno della polpa e dei semi, che ridotti in poltiglia e miscelati ad altri ingredienti, sanno creare numerose maschere di bellezza. Ecco di seguito alcuni esempi di come farsi belle con la zucca.

Maschera antistress

Cuocere un bel pezzo di zucca, schiacciarla con una forchetta, aggiungere olio extravergine d'oliva, miele, spalmare sulla zona interessata per venti minuti e risciacquare.

Maschera per pelle infiammata e impura

Usare del succo di zucca cruda unita a qualche fiore di camomilla lasciato in infusione. Filtrare e applicare sul viso.

Maschera rinfrescante, tonificante e per ristabilire l'equilibrio di acidità

Schiacciare la polpa di zucca gialla cotta e aggiungere meno di un cucchiaino di succo di limone. Stendere sul viso per quindici minuti e risciacquare.

Maschera di semi di zucca per ringiovanire l'epidermide (per gli over 35)

Tritare e pestare semi di zucca, melone e cetriolo in parti uguali. Impastarli con olio di mandorle e massaggiare accuratamente con i polpastrelli, sul viso, collo e seno. Risciacquare dopo 30 minuti.

Maschera di zucca contro le pelli grasse e con i punti neri

Unire 4 cucchiaini di polpa di zucca (possibilmente

quella gialla) a 2 cucchiaini di panna fresca e 3 cucchiaini di miele. Schiacciare la polpa con gli altri ingredienti e mescolare bene. Applicare sul viso per 10 min. circa e sciacquare con acqua tiepida.

Maschera dei tre semi purificante e rassodante

Pestare in un mortaio i semi di zucca, di cetriolo e di melone e impastarli con olio di mandorle. Tenere sul viso venti minuti e risciacquare.

Maschera purificante

triturare i semi di zucca, aggiungere la polpa ammorbidita facendola scottare con l'acqua e della crema nutriente. Mescolare e stendere sul viso con leggeri massaggi. Dopo 15 minuti risciacquare.

Spugna di luffa cilindrica: da questa tipologia di zucca, originaria dei paesi tropicali e subtropicali,

è possibile ottenere delle spugne, grazie alla sua fibrosità e al suo scheletro spugnoso. È ottima per la cosmesi del corpo, grazie alle sue proprietà esfolianti, e per la sua capacità di migliorare la circolazione del sangue. In francese, è conosciuta come *courge-torchon*, ovvero panno di zucca.



LO SAPEVATE CHE...

- i semi e l'olio di zucca sono una riserva naturale di zinco, e sono utili rimedi contro l'acne.
- la buccia serve a curare le scottature artificiali

Varietà diffuse

1- Zucca a Fungo (*Cucurbita maxima*): varietà molto decorativa, a forma di fungo, sempre più diffusa nel nostro paese negli ultimi tempi. È detta anche mini turbante. Probabilmente la zucca è descritta come “piccolo turbante cinese” nell’opera del Vilmorin del 1885.



2- Zucca a Pera Bicolore (*Cucurbita pepo*): minuscola zucca utilizzata per scopi ornamentali grazie alla sua bellezza. Può crescere come rampicante o tappezzante, ed è spesso utilizzata per i pergolati. I frutti possono essere facilmente essiccati.



3- Zucca a Tromboncino o d'Albenga (*Cucurbita maxima*): si raccoglie ancora immatura durante l'estate, quando i suoi frutti sono ancora simili a zucchini. La sua polpa è di color biancastro, e molto gustosa.



4- Zucca Americana (*Cucurbita pepo*): varietà coltivata nella bassa reggiana e mantovana e nota come zucca americana, probabilmente perché originaria del Messico. Si diffonde nelle province di Reggio Emilia e Mantova nel secondo dopoguerra. È nota anche come zucca tonda padana.



5- Zucca Atlantic Giant (*Cucurbita maxima*): varietà americana di zucca gigante, che ha battuto tutti i record del mondo di taglia e peso, arrivando a superare anche i 500 kg. È relativamente facile ottenere zucche di pesi superiori a 50 kg, cimando i tralci e lasciando solo un frutto per pianta ed inoltre fornendo una buona irrigazione e lasciando molto spazio a disposizione per la crescita.



6- Zucca Berrettina Piacentina (*Cucurbita maxima*): varietà selezionata in Italia, simile alla Marina di Chioggia. Ha polpa dolce e soda; si conserva a lungo nell'inverno. Molto diffusa nelle province di Piacenza e Mantova, un po' meno nel reggiano.



7- Zucca Big Max (*Cucurbita maxima*): varietà americana che può raggiungere dimensioni considerevoli (fino a 35 kg). Molto ricca di zuccheri è adatta alla preparazione di torte e dolci.



8- Zucca Black Futsu (*Cucurbita moschata*): varietà tipica del Giappone, con una buccia molto dura e verrucosa, di colore verde scuro che vira al rosa antico a maturità. Il gusto è quello tipico di nocciola, che caratterizza la specie *C. moschata*.



9- Zucca Blu d'Ungheria (*Cucurbita maxima*): varietà originaria dell'Ungheria, dove viene chiamata “Nagydobosy sütotok”, e



dove è tuttora ampiamente coltivata. Produce qualche frutto per pianta, del peso variabile dai 3 ai 10 kg. Le zucche sono di eccellente qualità gastronomica, dolci e molto saporite.



10- Zucca Blue Ballet (*Cucurbita maxima*): antica varietà originaria degli Stati Uniti. I suoi frutti somigliano alla più nota (in USA) Hubbard blue, ma in miniatura. I frutti infatti pesano al massimo 2 kg. L'epidermide è liscia e di colore grigio-blu, con polpa arancio intenso, senza fibrosità e con sapore zuccherino. Buona capacità di conservazione.



11- Zucca Butternut (*Cucurbita moschata*): varietà americana tardiva, a forma di campana, con pelle liscia di colore verde chiaro, che invecchiando diventa color ocra. La polpa è soda ma tenera, di colore giallo arancio. Di eccellente qualità culinaria, con il gusto di nocciola fresca tipico della *C. moschata*. La porzione rigonfia del frutto contiene una piccola cavità con i semi, mentre la parte cilindrica è completamente piena di polpa. È una pianta molto vigorosa, di buona produttività, che forma da 4 a 7 zucche del peso di 1,5 - 3 kg. Si conserva fino ad un anno.



12- Zucca Butternut Rugosa (*Cucurbita moschata*): una delle varietà di zucca più conosciute ed apprezzate nel Nord Italia. Nota anche come "zucca violina" per la sua forma caratteristica, viene chiamata anche zucca olandese nel reggiano e zucca Gandiotti nel mantovano; ottima fritta.



13- Zucca Chioggia (*Cucurbita moschata*): a causa del suo aspetto bitorzoluto, è conosciuta in Veneto con il nome di suca baruca, ovvero verruca. Baruca, si rifarebbe anche all'etimologia ebraica della parola santo, altro appellativo assegnato a questo esemplare di cucurbitacea.



14- Zucca Cochiti Pueblo (*Cucurbita argyrosperma*): antica varietà americana, risalente ai popoli nativi, utilizzata soprattutto per farne puree. Ha foggia piriforme, con scorza di colore bianco e verde striati.



15- Zucca Connecticut Field: varietà di origine americana, nota anche come "Big Tom". Molto in voga nel 19° secolo, non sono registrate segnalazioni anteriori al 1.700. Epidermide arancione e tenera, che la rende ideale per essere scolpita per la festa di Halloween, di cui rappresenta la zucca tradizionale. Viene anche impiegata per l'alimentazione animale o per preparare le pumpkin pies, ovvero le torte di zucca.

16- Zucca Del Siam (*Cucurbita ficifolia*): il suo nome ha un'origine curiosa: venne introdotta in Francia da quella regione quando vennero importati degli Yak per il Museo di Storia Naturale di

Parigi. Queste zucche erano impiegate per l'alimentazione degli animali durante il viaggio. La pianta è estremamente produttiva ed un autore di fine '800 riportò che da 4 piante riuscì ad ottenere 70 frutti, del peso complessivo di 370 kg! L'aspetto più che quello di una zucca è simile ad un cocomero da confettura. La polpa è bianca, filamentosa e dolce, i semi neri. Si utilizza per le marmellate. Si conserva per più di due anni.



17- Zucca Delica (*Cucurbita maxima*): varietà ibrida che risulta oggi tra le più utilizzate in Italia, grazie alle sue qualità gastronomiche (dolce e poco filamentosa) ed alla sua maturazione molto precoce. È però di limitata conservabilità.



18- Zucca Delicata (*Cucurbita pepo*): antica varietà selezionata nel 1894. La pianta ha crescita semi-cespugliosa, ha buona produttività e dà frutti del peso di 0,5-1 kg. La polpa è giallo-arancio, consistente e dolce. Consumata cruda ha un sapore che ricorda la mela renetta, mentre da cotta ricorda la castagna. Il frutto si conserva fino ad un anno.



19- Zucca Dolce del Berry (*Cucurbita moschata*): antica varietà francese della regione centrale del Berry, con polpa zuccherina e molto profumata.



20- Zucca Dolce Francese (*Cucurbita maxima*): zucca di piccole dimensioni, in Francia è chiamata "potiron doux". Viene utilizzata soprattutto per i risotti.



21- Zucca Flat Striped (*Cucurbita pepo*): pianta rampicante o tappezzante, che produce piccoli frutti decorativi. Impiegata per pergolati.



22- Zucca Galeux d'Eysines (*Cucurbita maxima*): antica varietà francese, menzionata nell'opera di Vilmorin - Andrieux (1885). Ha un aspetto molto decorativo, ma si utilizza anche in cucina ed è ideale soprattutto per minestre e zuppe. Polpa di color giallo-arancione, molto zuccherina. Di breve conservabilità.



23- Zucca Gialla Grossa di Parigi (*Cucurbita maxima*): di origine francese, può raggiungere grandi dimensioni. Ha polpa gialla, soda e zuccherina, ed è impiegata per la preparazione di minestre.



24- Zucca Gialla Quintale (*Cucurbita maxima*): varietà italiana simile alla Gialla Grossa di Parigi. È la nostra varietà di zucca gigante, che può raggiungere notevoli dimensioni. La polpa è gialla, compatta e leggermente zuccherina.



25- Zucca Hokkaido Red Curry (*Cucurbita maxima*): varietà di origine giapponese, dal colore rosso intenso e del peso di 1,5 - 2 kg. Polpa di colore arancio, dalle caratteristiche simili alla zucca Hubbard. Si conserva dai 4 agli 8 mesi.





26- Zucca Hubbard (*Cucurbita maxima*): è la varietà americana tradizionale per eccellenza. Venne selezionata in USA nel 1790. Ha pelle molto dura e polpa consistente, asciutta, di colore giallo-arancio, di ottima qualità gastronomica. La pianta si sviluppa considerevolmente prima di produrre i suoi numerosi frutti. Si conserva fino ad un anno.



27- Zucca Jack Be Little (*Cucurbita pepo*): varietà americana di mini-zucca. Utilizzo decorativo ed alimentare. La polpa è dolce e leggermente farinosa. Si conserva per oltre un anno.



28- Zucca Jack O'Lantern (*Cucurbita pepo*): varietà americana coltivata per la festa di Halloween, dove viene svuotata e decorata, per farne le caratteristiche lanterne. Ha comunque una polpa di buona qualità gastronomica.



29- Zucca Lady Godiva (*Cucurbita pepo*): originaria del Messico e del Sud degli Stati Uniti, è coltivata per cibarsi dei suoi semi di colore verde, privi di rivestimento e ricchi in proteine e con alto valore nutrizionale. Ogni pianta può produrre da 12 a 15 frutti del peso da 3 a 6 kg.



30- Zucca Moscata di Provenza (*Cucurbita moschata*): varietà tipica del sud della Francia. La pianta tende ad espandersi molto sul terreno, con ramificazioni che si possono sviluppare fino a 6 metri di lunghezza. I frutti sono semisferici, costoluti e di grandi dimensioni. Il colore della buccia è verde scuro, ma evolve ad ocre con la maturazione o con alcune settimane di stoccaggio. La polpa è soda, di fine tessitura e profumata, con il gusto di nocciola fresca che caratterizza la *C. moschata*. Molto adatta per cotture al forno.



31- Zucca Olive (*Cucurbita pepo*): varietà francese tardiva, coltivata oltralpe fin dall'800. Forma frutti ovoidali, del peso di 3 - 5 kg. La scorza è di colore verde oliva scuro, liscia e facilmente asportabile, mentre la polpa è gialla, consistente, filamentosa e farinosa; migliora con la conservazione. Di buona conservazione (3 - 7 mesi) ed eccellente qualità gastronomica.



32- Zucca Panasco Cheese (*Cucurbita pepo*): zucca originaria del Messico. I frutti sono appiattiti e ricordano una forma di formaggio. Peso variabile dai 3 agli 8 kg. L'epidermide è dura e di colore grigio, mentre la polpa è arancio, densa e dolce. Si conserva dai 4 ai 9 mesi.



33- Zucca Patisson Blanche (*Cucurbita pepo*): questo tipo di zucche erano coltivate dai nativi nordamericani, in epoca precolombiana. La più antica rappresentazione di queste zucche è datata 1591 (nell'opera "Plantarum Seu Stirpium Icones"). L'attuale varietà fu ottenuta da un incrocio, in Francia, nel 1850.

I bei frutti a forma di stella, si possono consumare giovani come fossero zucchine, ed hanno un sapore di carciofo. Le zucche si conservano molto bene e possono essere essiccate.

34- Zucca Patisson Jaune (*Cucurbita pepo*): queste zucche erano coltivate dai nativi nordamericani. L'attuale varietà fu ottenuta da un incrocio, in Francia nel 1850. Si consumano i frutti giovani come fossero zucchine. Questa è la variante gialla.



35- Zucca Patisson Orange (*Cucurbita pepo*): questo tipo di zucche erano coltivate dai nativi nordamericani. L'attuale varietà fu ottenuta da un incrocio, in Francia nel 1850. Si consumano i frutti giovani come fossero zucchine. Questa è la variante arancione.



36- Zucca Patisson Panaché (*Cucurbita pepo*): questo tipo di zucche erano coltivate dai nativi nordamericani. L'attuale varietà fu ottenuta da un incrocio, in Francia nel 1850. Si consumano i frutti giovani come fossero zucchine.



37- Zucca Piena di Napoli (*Cucurbita moschata*): varietà tipica del sud Italia, in particolare della Campania. La pianta ha un forte sviluppo orizzontale, e si espande fino a 4 metri. Ha maturazione molto tardiva, per cui si sviluppa meglio in climi caldi. I frutti sono rigonfi alla base ed hanno colore verde striato di chiaro, che vira all'ocra a maturazione o con alcune settimane di stoccaggio. La polpa arancio vivo, ha sapore eccellente, dolce e col gusto che caratterizza la *C. moschata*.



38- Zucca Pink Banana Giumbo (*Cucurbita maxima*): varietà originaria degli Stati Uniti, molto popolare tra le famiglie dei pionieri nel 19° secolo. Ancora oggi molto apprezzata, soprattutto in California. Le zucche hanno una lunghezza variabile da 30 a 120 cm, con peso da 5 a 20 kg. La polpa è arancio intenso e sapore abbastanza zuccherino. Adatta per le torte e per essere cotta al forno. Capacità di conservazione da 3 a 6 mesi.



39- Zucca Potimarron a grossi frutti (*Cucurbita maxima*): varietà originaria del Giappone ed introdotta in Europa da Mr. Oshawa, fondatore della macrobiotica. I frutti pesano 2-3 kg.



40- Zucca Queensland blue (*Cucurbita maxima*): varietà originaria dell'Australia, dal colore blu-grigio e dalla forma caratteristica. Polpa spessa e soda, zuccherina, di eccellente qualità. Si conserva per tutto l'inverno.



41- Zucca Rotonda di Nizza (*Cucurbita pepo*): varietà molto antica originaria del Sud della Francia. Di norma si consuma giovane, come zucchino, spesso ripieno grazie alla sua forma tondeggiante. A maturità il peso oscilla dai 600 grammi a 1,5



kg e l'epidermide vira ad un colore giallo intenso. La pianta ha una crescita a cespuglio ed è molto produttiva. Le zucche si conservano per alcuni mesi.



42- Zucca Rouge Vif d'Etampes (*Cucurbita maxima*): antica varietà francese, di bell'aspetto e buona qualità gastronomica; chiamata dagli americani "Cinderella" ovvero zucca di cenerentola. I frutti hanno forma leggermente appiattita e sono fortemente costolati, con un bel colore rosso vivo. La polpa è di colore arancio, tenera, acquosa ed un po' insipida. Ogni pianta forma da 1 a 4 zucche, del peso variabile da 4 a 20 kg. La conservabilità è media (qualche mese).



43- Zucca Serpente di Sicilia (*Lagenaria siceraria*): così chiamata per la sua forma allungata e sinuosa. Una volta essiccata, veniva impiegata per realizzare strumenti musicali tradizionali. Ha anche un utilizzo alimentare.



44- Zucca Spaghetti Vegetali (*Cucurbita pepo*): varietà originaria della Manciuria. I frutti hanno colore bianco che vira al giallo-ambrato a maturità. Ogni pianta produce dai 2 ai 5 frutti, con peso da 1 a 3 kg, che si conservano fino a 6 mesi. Dopo la cottura la polpa si disfa in filamenti che somigliano a spaghetti, che però hanno basso potere calorico.



45- Zucca Stiria Huelles (*Cucurbita pepo*): varietà originaria della Stiria, regione austriaca, con semi verdi e privi di rivestimento, utilizzati per il consumo diretto e per produrre un olio di alto valore nutrizionale. Una varietà simile alla "Lady Godiva", che produce meno frutti per pianta, ma di maggiori dimensioni (fino a 10 kg).



46- Zucca Sweet Dumpling (*Cucurbita pepo*): piccola zucca del peso variabile tra 300 e 600 grammi, di color avorio con righe verdi. La polpa è arancione e molto dolce, con un sapore che ricorda la castagna. Si conserva da 3 a 6 mesi.



47- Zucca Table Gold (*Cucurbita pepo*): zucca di origini americane, appartenente al gruppo "Acorn", che ha forma di ghianda. A differenza della Table Queen ha fin da subito color arancione intenso. Il gusto migliora con la conservazione.



48- Zucca Tahitian (*Cucurbita moschata*): varietà tradizionale, originaria degli Stati Uniti. Ha frutti di tipo butternut, di grandi dimensioni: il loro peso è variabile dai 4 ai 15 kg. Il sapore è eccellente e migliora con la conservazione. La polpa è arancione e si può mangiare anche cruda, grattugiata finemente; ha un contenuto di zuccheri molto elevato. La pianta ha una crescita vigorosa e può produrre fino a 50 kg di frutti. Ha un periodo di crescita lungo ed è adatta ai climi molto caldi.

49- Zucca Tan Cheese (*Cucurbita moschata*): il nome è dovuto al fatto che la zucca ricorda vagamente una forma di formaggio. I frutti sono tondi e leggermente costolati, con un peso variabile dai 3 ai 6 kg. L'epidermide diventa color ocra a maturità completa. La polpa è rosso-arancio, con un sapore delizioso di carota e nocciola. Conservazione dai 3 ai 9 mesi.



50 - Zucca Mantovana "Cappello del prete" o "Berretta mantovana" (*Cucurbita maxima*): zucca coltivata principalmente nelle province di Mantova, Reggio Emilia, Piacenza e Cremona. Il nome deriva dalla forma, simile ad un cappello, con falda inferiore più o meno sviluppata. Il colore è grigio verde, mentre la polpa si presenta giallo-arancio, soda, dolce e farinosa, è l'ideale per la preparazione di piatti della tradizione mantovana come i tortelli o gli gnocchi. La presenza di queste zucche nel nord Italia almeno dal XVII secolo è testimoniata da diversi dipinti dell'epoca. Presenta somiglianze con la Berrettina e la Marina di Chioggia, ed era la varietà di zucca più diffusa nelle campagne padane fino all'ultimo dopoguerra.



51 - Zucca Tri Star (*Cucurbita maxima*): varietà originaria dell'Australia, con una forma a 3 lobi. Polpa un poco filamentosa, di buon sapore. Ha ottime capacità di conservazione.



52- Zucca Turbante (*Cucurbita maxima*): conosciuta anche con il nome di cappello da prete o turca, possiede calotta inferiore più piccola della superiore, e spesso di colore diverso. È apprezzata soprattutto per il suo valore ornamentale.

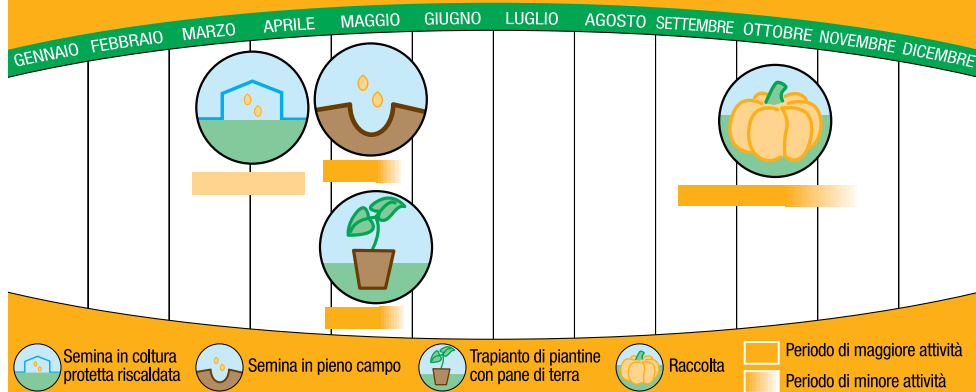


53- Zucca Whangaparua Crown (*Cucurbita maxima*): varietà originaria della Nuova Zelanda. Produce bei frutti di color grigio chiaro, ornati di un piccolo cappello o corona. La polpa è arancio, dolce, con un leggero gusto di castagna.



54- Zucca tonda scura di Piacenza (*Cucurbita maxima*): è una zucchina dalla forma tonda, molto simile alla varietà "tonda di Nizza", ma dal colore più scuro. Va raccolta quando raggiunge le dimensioni di una pallina da tennis.

CICLO DI COLTIVAZIONE DELLA ZUCCA IN PIANURA PADANA



IL NOME DELLA ZUCCA NEI DIALETTI E NEL MONDO

Cucurbita Maxima
Cucurbita Moscata
Cucurbita Pepo
Lagenaria Vulgaris

Italiano - Zucca

Ligure - *Cugussar e sücca*

Piemontese - *Suca*

Veneto - *Zuca*

Toscana - *Cocuzza*

Abruzzese - *Cocuzza*

Campano - *Cocozzenella*

Calabrese - *Cucuzzara*

Sardo - *Corcoriga*

Francese - *Courge, Potiron*

Inglese - *Pumpkin*

Spagnolo - *Calabaca*

Portoghese - *Aboboreira, cabaca*

Ungherese - *Tok, forotok*

Tedesco - *Kurbis*

Peruviano - *Zapallu*



COME CRESCERE UNA ZUCCA NEL PROPRIO GIARDINO (TRAPIANTO)

Scavare una buca larga e profonda (almeno 50 cm). Disporre letame sul fondo della buca o compost. Ricoprire tutto con uno strato di terra alto almeno 25 cm. Eseguire il trapianto. Per favorire un'abbondante produzione di zucche, irrigare abbondantemente.



Da un punto di vista prettamente artistico, le zucche si possono decorare con semplici tempere ad acqua e smalti. Tagliandole e lisciandole con carta a vetro, sanno trasformarsi anche in maschere: in Corea, esiste la cosiddetta *danza delle maschere*, una delle forme più tipiche del teatro contadino, dove gli attori si coprono il volto con zucche intagliate.



La zucca ornamentale

La natura ha donato alle zucche le forme più strane. Esistono quelle a forma di turbante, di clava, di trottola, di lampadario, di cappello da prete, di bottiglia, di fiasco, di violino, di pera, con scorza rugosa o liscia, tonde, ovali, panciute, allungate, a tinte variegata, arancioni, bianche, gialle e verdi. Quella a fiasco, a causa del suo alto contenuto d'acqua, non essendo molto saporita, si presta ad essere seccata, per poi divenire un recipiente per la conservazione dei liquidi. Gli antichi romani la impiegavano come contenitore leggero ed impermeabile, ideale per il trasporto di sale e vino, latte e cereali, ma anche

per la creazione di cucchiai e ciotole. Le zucche ornamentali, apprezzate per la loro forma e per la loro bellezza, presentano colori vivaci e si conservano per mesi, ed, essendo nella cultura popolare simbolo di prosperità per il nucleo domestico, sono oggetto d'ar-

redamento per interni, balconi e giardini. Nel XVII secolo una piccola zucchetta arancione era utilizzata nelle *orangeries* dei giardini nobili, appesa alle piante di agrumi, affinché vi fosse l'illusione della presenza dei frutti anche nei mesi invernali.



Strumenti realizzati con zucche: Balafon, N'goni, Djaqbara

Di zucca in zucca 2018

Agriturismi che aderiscono all'iniziativa



Nell'elenco che segue troverete tutte le fattorie che aderiscono all'iniziativa e che propongono, nei loro menù, diverse ricette con la zucca, ma non solo! Durante la manifestazione infatti, questi agriturismi continuano a preparare

anche tutti gli altri piatti della tradizione contadina mantovana, rigorosamente di stagione. Per garantire la freschezza dei prodotti e la qualità delle preparazioni, tutte le proposte del periodo dedicato alla zucca richiedono necessariamente la prenotazione con almeno due giorni di anticipo.

1. Corte Reginella
Roverbella

2. Eliodoro
Roverbella

3. Agriturismo La Contea
Villa Cappella di Ceresara

4. Agriturismo dell'Ibisco
Correggio Micheli

5. Corte Colombarola
Bagnolo San Vito

6. Agriturismo Olianina
Villa Poma

7. Loghino Sabbioni
Suzzara



1. Corte Reginella

di Daniela Davi

Strada Quistello, 13 - 46048 Roverbella (Mn)

Tel 347 9648566 / 348 8730686

info@cortereginella.it - www.cortereginella.it

Corte Reginella è un agriturismo tra Mantova e Verona, immerso nella campagna e circondato dai campi. Qui potrete apprezzare i benefici della vita agricola lontani dal traffico della città.

Nella nostra cucina il rispetto per le antiche ricette del territorio si fonde con la voglia di sperimentare, dando vita a piatti della tradizione rivisitati per valorizzare al meglio i prodotti locali e la carne del nostro allevamento. A Corte Reginella è possibile prenotare un'elegante sala privata per pranzi e cene riservate, organizzare cerimonie o feste private e soggiornare in un appartamento o in confortevoli camere gustando inoltre la prima colazione.

Il ristorante è chiuso la domenica sera e il lunedì.



Menu (su prenotazione, minimo per due persone) e piatti a base di zucca sono consultabili sul sito dell'agriturismo www.cortereginella.it

2. Eliodoro

di Giuliano Annibaletti

Strada Colonne, 22 (Corte Cornalino) - 46048 Roverbella (Mn)

Tel.3314496703-info@agriturismoeliodoro.it-www.agriturismoeliodoro.it

Da Eliodoro non si arriva per caso. Bisogna andarci apposta, perché è in mezzo alla campagna, in fondo a una lunga strada sterrata. Ci si va se si desidera assaggiare materie prime locali trasformate in modo inedito e creativo. Il locale è piccolo e accogliente, riscaldato da una stufa a legna vicino alla quale i commensali gustano ricette che riscoprono sapori dimenticati e sperimentano nuovi accostamenti. Dalla parete, il ritratto del bisnonno Eliodoro e il fronte del suo carro agricolo (datato 1914), ricordano che da 100 anni esatti la famiglia Annibaletti abita questa corte e coltiva questa terra. Oggi il frumento è raccolto con mezzi meccanici, ma in agriturismo, grazie ad una piccola macina a pietra, il grano diventa farina, setacciata a mano. È per questo che il pane e la pasta all'Eliodoro hanno colore e gusto particolari.

Per **"Di zucca in zucca 2018"** Eliodoro propone:

- Dall'8 settembre all'8 dicembre menù **"Zucca-mania"** consultabili sul sito www.agriturismoeliodoro.it (su prenotazione).
- Cena a tema **"Se una zucca una sera d'autunno..."** (su prenotazione). Programma consultabile sul sito www.agriturismoeliodoro.it.



Per tutte le informazioni, i menu e gli eventi



3. Agriturismo Agribirreria La Contea

di Simone Desiderati

Via Villa Belgiardino, 23-2 - 46040 Ceresara MN

Telefono: 348 870 1215 – www.generalelee.net

L' Agriturismo Agribirreria LA CONTEA unisce il menu della tradizione e del territorio alla magia di ritorvarsì in un mondo lontano migliaia di km che molti dei bambini di 30- 40 anni far ricorderanno con simpatia ! All'interno dell'agriturismo è infatti possibile vedere e toccare con mano la collezione completa delle auto e memorabilia del telefilm degli anni 80 "HAZZARD"! Nei nostri campi coltiviamo orzo distico che trasformiamo in malto che viene poi utilizzato per fare la nostra birra contadina di ottima qualità! Potrete, inoltre, perdervi nel labirinto nel mais e degustare o acquistare i prodotti del nostro orto a km zero in cui troverete tutti i tipi di ortaggi di stagione tra cui meloni, angurie e molti tipi di zucca comprese quelle di Halloween !

La Contea è aperta su prenotazione solo il sabato sera.



Prenotando entro il giovedì potrete scegliere il vostro menu preferito (a base di zucca e non) tra quelli che La Contea propone!

Menù consultabili sul sito www.generalelee.net

4. Agriturismo dell'Ibisco

di Grazia e Vanni Tassini

Via Po Barna 60, 46031 Correggio Micheli di Bagnolo San Vito (MN)

Tel 0376 252960 - 335 6274804

vannitassini@gmail.com - www.allevamentoibisco.it

Il nostro agriturismo nasce dalla passione per la campagna e per la terra, ma soprattutto per ritrovare i sapori di una volta e dal piacere di produrre ciò che ci serve in tavola. Abbiamo un grande vigneto con il quale produciamo Lambrusco denominato "CAL BUN" servito in tavola ed utilizzato per diversi piatti dagli antipasti al dolce. Un grande frutteto misto produce frutta fresca utilizzata al naturale e per mostarde e marmellate, così come il fragoleto. Produciamo mais e frumento, macinati con il nostro mulino a pietra ed utilizzati per crescere le galline ovaiole, per la pasta fresca, il pane casalingo, i dolci e la polenta. Nelle serre, funzionanti tutto l'anno, coltiviamo verdure di tutti i tipi che vengono trasformate in cucina, così come l'asparagiaia che in primavera ci delizia di asparagi gustosissimi utilizzati dagli antipasti ai primi ed alle carni. In estate la terra viene coltivata anche con angurie, meloni, patate, zucche. Tutto ciò che produciamo e trasformiamo viene anche venduto in azienda. L'agriturismo a conduzione familiare è immerso nella riserva naturale del Parco del Mincio, sull'argine del fiume Po. Seguendo il nostro argine si ha la possibilità di fare passeggiate a piedi o in bicicletta, godendo della vista della flora e della fauna che caratterizzano questi luoghi, accompagnati anche dai vostri amici a quattro zampe che sono i benvenuti in agriturismo.



Prenotazione:

- Zucca frita
- Zucca In agrodolce
- Bruschette con la zucca
- Gnocchetti di zucca
- Risotto con la zucca
- Maccheroncini zucca e salsiccia
- Tortelli di zucca
- Tagliata di manzo con rucola e zucca caramellata
- Formaggi con mostarde di zucca
- Torte con la zucca

5. Corte Colombarola

di Orazio Dall'Olio

Via Campione, 12 - Loc. Campione - 46030 Bagnolo S. Vito (Mn)

Tel. 0376 252575 - Fax 0376 252575

cortecolombarola@gmail.com

Corte Colombarola è la tipica corte di campagna in cui si respira ancora un'atmosfera d'altri tempi. Si allevano suini e animali da cortile, e si coltivano ortaggi che poi confluiscono nei meravigliosi piatti preparati dalla signora Iva, cuoca sopraffina. Il menu si presenta ricco di ricette tipiche della tradizione contadina mantovana come gli agnoli, i tortelli e gli gnocchi di zucca e di carciofi, i risotti alle ortiche e alla malva, le tagliatelle con l'anatra, vellutate, la coppa al vino rosso, la lonza, il cosciotto al forno, il cappone alla Gonzaga.



gnocchi di zucca di Iva, zucca fritta, risotto con la zucca, maccheroni con la zucca, maltagliati alla zucca con fonduta di grana, risotto con zucca e lambrusco, budino di zucca, crostata di zucca, mostarda di zucca, e ovviamente i tortelli mantovani. Su prenotazione.

6. Agriturismo Olianina

di Fabio Barbi

Via Gaiardina 4 - 46036 Villa Poma di Borgo Mantovano (MN)

Tel. 349 4678345 - oliana@osv.it - www.agriturismolianina.it

L'agriturismo Olianina è nato per offrire la possibilità di soggiornare in un luogo familiare, rustico, ma estremamente confortevole e moderno nei servizi. A disposizione 3 camere con bagno, riscaldamento e raffrescamento autonomi, Tv e WiFi, e un locale comune, sala Tv, lettura e gioco e sala colazione.

Circondata dalla campagna, dalle oasi protette tra il Po ed il Secchia, nonché vicina ad uno dei Borghi più belli d'Italia, ovvero San Benedetto Po, e non distante dalle città di Mantova, Ferrara, Modena e Verona, la nostra struttura si presta ad ospitare chiunque desideri conoscere questo straordinario territorio ricco di storia, di cultura e tradizioni.

L'azienda agricola coltiva cereali, pomodoro da industria e le zucche tipiche del territorio mantovano "capel da pret" di cui, in base al decreto pubblicato sulla Gazzetta Ufficiale n.58 del 11/3/2015 (Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali), è "agricoltore custode del seme di zucca tipico dell'Oltrepò mantovano (cucurbita maxima)". Questa tipologia di zucca è la più utilizzata per fare il pesto dei famosi tortelli di zucca mantovani, oltre ad altre innumerevoli ricette legate alla tradizione gastronomica.

Le zucche sono vendute direttamente al consumatore finale.

L'agriturismo è aperto tutto l'anno nella forma B&B e in alcuni periodi dell'anno, su prenotazione, offre anche ristorazione.



Vendita diretta di zucche e menù alla zucca su prenotazione. Info su www.agriturismolianina.it

7. Loghino Sabbioni

di Fiorenza Nosari

Via Selmanenti, 31 - 46029 Suzzara (Mn)

Tel 0376 532377/338 5681712 - www.agriturismologhinosabbioni.it

loghinosabbioni@gmail.com - hiip://diricette-e-diricordi.blogspot.it/

Immerso nel Parco di San Colombano e a pochi passi dal fiume Po, Loghino Sabbioni è un agriturismo dove si respira l'amore per le cose genuine. I prodotti vengono coltivati ed allevati con ogni cura in azienda, per divenire squisiti piatti rigorosamente preparati a mano. Fiorenza, una delle ultime *rasdore*, è la maestra di cucina, alla continua ricerca di nuove prelibatezze per i suoi ospiti, ma sempre seguendo stagionalità e tradizione.

APPUNTAMENTI

Date da concordare

Corso di cucina: "Pane, zucca e fantasia"

Solo con un gruppo precostituito di almeno 8 persone.

Alla conclusione, pranzo con degustazione.

Cena tematica sulla zucca dall'antipasto al dolce.

Su prenotazione.



In occasione di "Di zucca in zucca" il menù prevede frittelle di zucca, torta di zucca, patate e cipolle, bucce di zucca all'aceto balsamico, pane di zucca, tortelli di zucca, gnocchi di zucca, risotto alla zucca, tagliatelle patate e zucca, cotechino in galera con zucca in agrodolce allo zenzero, pollo con zucca stufata, coppa di maiale passata al vino rosso con tris di contorno con zucca al pepe, pere alla cannella e patate al rosmarino, crostata di zucca, torta di zucca, sfogliata di zucca e amaretti.

La zucca in cucina

Apprezzata per la sua vastità d'impiego, la zucca si distingue dagli altri ortaggi essenzialmente grazie al fatto che ogni sua parte, dalla pianta alle foglie, dai semi ai fiori, è commestibile. Cotta a vapore, al forno o frita, può essere impiegata sia come semplice spuntino, sia in centinaia di preparazioni articolate e avvincenti.

I fiori maschili possono essere immersi in pa-

stella e poi fritti, uniti all'insalata, ai risotti e alle minestre di verdure, purché siano freschissimi, senza alcun segno d'avvizzimento. La polpa è protagonista di un ventaglio di proposte culinarie che la ritraggono abbinata e cucinata in tutti i modi possibili, mentre i semi, tostati e poi salati sono ottimi con gli aperitivi.

PER SAPERE SE È MATURA

- La zucca dev'essere soda, con il picciolo integro e con la buccia senza macchie o ammaccature.
- Dandole leggeri colpetti, la zucca deve emettere un suono sordo: serve a stabilire se la massa è compatta, mentre in caso contrario significherebbe che il tessuto è lasso, con una scarsa presenza di zucchero.
- Se il prodotto viene acquistato a tranci, è necessario controllare che la parte tagliata non si presenti molliccia né asciutta e che i semi siano ancora umidi e scivolosi.
- Il colore dell'interno dev'essere acceso e vivo.
- Un tempo si testava la maturità, immergendo le zucche in una bacinella piena d'acqua: se la zucca restava a galla era ancora acerba, mentre se andava a fondo era sufficientemente matura. Alcuni usavano anche un'ago: se entrava con fatica significava che la zucca era buona.

PER CONSERVARE LE ZUCCHE

- La zucca va conservata in luogo buio, asciutto e ventilato: nelle vecchie corti di campagna le zucche erano lasciate nei granai, arieggiate per la presenza di finestre sempre aperte.
- Può essere utile essiccare il frutto al sole per favorirne la concentrazione di zucchero e per risanarla da eventuali spore e funghi presenti nella buccia.
- È importante che la temperatura non scenda mai al di sotto dello zero, affinché la zucca possa conservarsi per diversi mesi a seconda della varietà.





PER CONSERVARE LA POLPA

Refrigerazione

Le zucche già tagliate vanno lasciate in frigorifero avvolte in una pellicola per alimenti e consumate entro pochi giorni.

Congelazione

Tolta la scorza e le estremità, tagliare la polpa a cubetti, congelarli, metterli in un sacchetto e risistamarli nel freezer.

Salamoia

Scottare la polpa tagliata a cubetti in acqua bollente (2 minuti) e sistemarla in vasi. Riempire i vasi con salamoia, costituita da mezzo litro d'acqua, mezzo litro d'aceto, 300 gr di zucchero e 300 gr di sale. Chiudere i vasi e sterilizzarli per 20 minuti.

RICORDA CHE...

- L'acqua in cui è stata cotta la zucca, ricca di sali minerali, può essere impiegata per minestre e zuppe.
- Le spezie si sposano bene con la zucca: spolvera le fette con pepe e noce moscata, aggiungi alla purea rosmarino, salvia, alloro, maggiorana, origano, timo e basilico. Per addolcire la polpa, utilizza cannella, garofano, anice stellato e zenzero.
- Grattugiata cruda, la zucca può essere unita anche all'insalata.

COTTURE POSSIBILI

Bollitura, a vapore, al forno, al microonde e alla brace. Croccante e saporita è la *zucca fritta*, che si prepara cospargendo di farina o di pastella le fette di zucca, successivamente immerse nell'olio bollente.



CURIOSITÀ

In tempo di guerra era molto diffusa la produzione di **pane alla zucca** in quanto la polpa di zucca consentiva di risparmiare farina di frumento e programmare il consumo di quella disponibile per un numero maggiore di giorni.



Zucca e tortelli abbinamento perfetto

Se è vero che il tortello è il simbolo di Mantova, è altrettanto vero che è impossibile stabilire una ricetta che sia in grado di dettare un metodo univoco per la preparazione di questa specialità, capace di differenziarsi per fattura e sapore in ogni angolo della provincia. Nonostante la zucca sia la protagonista del ripieno, il tortello mantovano assume caratteristiche differenti in relazione all'area geografica e alla famiglia nella quale è realizzato: il suo ripieno riflette le influenze regionali dei territori con cui la nostra terra confina, oltre alla personalità di chi l'ha preparato secondo la tradizione e il proprio estro. Possiamo trovare ravioli quadrati, rettangolari, allungati o a cappelletto, all'interno dei quali si cela un ripieno dove, oltre agli immancabili amaretti e grana, è possibile aggiungere mostarda di mele o pere, a base di senape o fritta, pinoli, scorza di limone e di cedro, cannella, erba salvia, pepe e noce moscata, e persino uva passa e cioccolato. Alcune fonti suggeriscono anche l'impiego del savor (mosto cotto).

Il medesimo discorso di diversità territoriale della ricetta, vale anche per i condimenti, solitamente raggruppabili in due filoni: uno bianco, dal sapore di burro e salvia, e uno rosso, preparato con il soffritto di pomodoro e insaporito con l'aggiunta di salamella o pancetta.



I tortelli di zucca sono una pasta ripiena diffusa in tutta la provincia di Mantova, riconosciuti come prodotto tradizionale ai sensi del decreto ministeriale 350/99 ed inseriti nell'elenco di prodotti tradizionali italiani individuati dalle regioni e dal Ministero delle Politiche Agricole.

Miglior Condimento

Bianco o rosso? Burro e salvia o pomodoro? Vota il miglior condimento per i tortelli di zucca sulla pagina Facebook Agriturismo Mantova. Dal 8 settembre all'8 dicembre partecipa anche tu al nostro sondaggio.



Il calendario mantovano dei tortelli – ovvero appuntamento a tavola...

Vigilia di Natale, 25 dicembre

Operando in difesa della tradizione che da sempre anima la loro terra, i mantovani onorano le loro radici presentando sulle tavole della Vigilia, proprio come un tempo, un piatto magro, ovvero i tortelli. Delle usanze contadine, oltre al ricordo e al legame affettivo, sopravvive anche l'abitudine di benedire la cena con lo *spergol*, per opera del membro più anziano e più giovane del nucleo. Un tempo, a questo gesto, che aveva luogo dopo aver recitato il rosario davanti al presepio, seguiva un ampio rito di benedizione della cucina, secondo il quale, dopo la cena, la tavola doveva rimanere apparecchiata e provvista di vivande.

Sant'Antonio, 17 Gennaio

I tortelli di zucca erano il cibo prediletto durante i giorni dedicati ai Santi protettori degli animali e della campagna. I contadini, per favorire la produzione di latte e preservare le vacche dai mali davano loro da mangiare un tortello. Famoso è il detto *Sant'Antonio da la barba bianca/ mi magni i turtèi e ti gnanca!*

Ferragosto, l'Assunzione della Madonna, 15 agosto

I tortelli erano serviti in tavola come emblema dei piatti di festa.

San Martino, l'11 Novembre

Un tempo in questa data si confermavano le locazioni agricole, si saldavano le rate e si rinnovavano i contratti. Per questo era di buon auspicio inaugurare il nuovo anno d'affitto mangiando tortelli di zucca.



SI FACEVA UN TEMPO...

Attribuendo ai tortelli una valenza propiziatoria, molte ragazze da marito, ne nascondevano uno nella tasca della giacca paterna e il primo giovanotto al quale il padre avrebbe alluso durante la serata, sarebbe entrato nelle loro simpatie.

La ricetta dei tortelli di zucca

INGREDIENTI

500 gr di farina
4 uova
acqua tiepida
500 gr di zucca
200 gr di mostarda mantovana
100 gr di amaretti
noce moscata grattugiata
scorza di mezzo limone
grattugiata
pan grattato
una cipolla media
100 gr di burro
1 bicchiere di vino bianco secco
½ cucchiaino di concentrato di
pomodoro
sale e pepe

Per il ripieno:

ridurre la zucca cotta in poltiglia e unirvi la mostarda tritata finissima con una parte del suo liquido, gli amaretti pestati fini, la scorza di limone grattugiata, un pizzico di noce moscata, sale e pepe e poco pan grattato per legare il composto. Lasciare riposare un paio di ore.

Per la sfoglia:

impastare la farina con le uova, un pizzico di sale e poca acqua. Lavorare energicamente fino ad avere un composto liscio, elastico e consistente. Avvolgerlo in un telo e lasciarlo riposare per 30 minuti. Lavorarlo nuovamente e stenderlo con il matterello in una sfoglia sottile. Ricavare dalla pasta dei rettangoli lunghi circa 10 cm, distribuirvi un po' di composto di zucca e richiuderli a forma di barchette, sigillando i bordi.

Per il sugo:

preparare un soffritto di cipolla e vino bianco, pomodoro, sale e pepe. Farlo bollire un'ora e se necessario aggiungere un po' d'acqua. Lessare i tortelli in abbondante acqua bollente salata, scolarli appena cotti e disporli in una zuppiera secondo l'ordine: soffritto, grana e tortelli, fino al suo riempimento. Lasciare riposare 30 minuti e servire.



Un menu a base di zucca per accompagnare un aperitivo

Semi di zucca essiccati

Lasciare maturare completamente la zucca, tagliarla ed estrarre i semi. Lavarli sotto l'acqua corrente e sfregarli bene per togliere qualsiasi traccia di placenta (i filamenti che avvolgono i semi). Asciugare i semi su un canovaccio e metterli in forno a 35°C, dopo averli sistemati su una padella. Dopo circa 2 o 3 ore si estrae la teglia e si spruzzano i semi con una soluzione di acqua e sale da cucina alla massima concentrazione possibile (400 gr di sale per litro) e si rimettono in forno



per 48 ore, al fine favorire l'essiccazione. I semi sono pronti quando, schiacciandoli,

è facile asportare i tegumenti dal seme.

Fiori di zucca fritti

Cogliere i fiori di zucca durante la mattinata, in modo che siano ben aperti, facendo attenzione a selezionare soltanto quelli non fecondati. Togliere il pistillo e l'ovario, in modo che rimanga soltanto la corolla. Aprirla e passarla nell'uovo sbattuto con pepe e formaggio grana grattugiato: ripetere l'operazione due volte. A questo punto, immergere in olio bollente e friggere fino a doratura.



Un'idea per l'antipasto

Un menu a base di zucca

Flan di zucca

Un aperitivo o un antipasto sfizioso... sono i flan di zucca. In questa variante il gusto dolce della zucca è in contrasto con una crema al caprino che gli conferisce un sapore deciso e leggermente acidulo. Si possono però realizzare in moltissime varianti come ad esempio: arricchirli con della pancetta a cubetti, oppure sostituire mezza dose di parmigiano con il pecorino. Se invece volete alleggerire la ricetta, nella preparazione della crema al caprino si può usare il latte invece della panna.

Ingredienti per 5 flan:

- Polpa di zucca 500 g ;
- Parmigiano reggiano da grattugiare 100 g ;
- Latte intero 1 cucchiaio
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Pepe nero q.b.
- Sale fino q.b.
- Rosmarino q.b.
- Noce moscata q.b.
- Uova medie 4

Per la crema al caprino

- Caprino 240 g
- Panna fresca liquida 100 ml (oppure latte)
- Pepe nero q.b.
- Sale fino 1 pizzico

Per ungere gli stampini

- Burro q.b.



PREPARAZIONE

Affettate la zucca, eliminate la buccia con un coltello affilato e i semini interni. Disponete le fette su una leccarda foderata con carta da forno, poi irroratele con un filo d'olio, sale e pepe a piacere e rametti di rosmarino. Coprite la teglia con carta alluminio perchè in cottura non si secchi e infornate in forno statico preriscaldato a 200° per circa 15 minuti (180° per circa 10 minuti se forno ventilato). Una volta cotta, sfornate e fate intiepidire leggermente la zucca; poi versatela in un mixer e aggiungete le uova con il parmigiano reggiano. Grattate la noce moscata, salate a piacere e versate anche il latte. Frullate fino ad ottenere una crema omogenea. A questo punto imburrate gli stampini della capacità di 125 ml e foderateli con ritagli di carta da forno avendo cura di far uscire dei lembi di carta dagli stampini

così potrete sformare più facilmente i flan (potete imburrare accuratamente gli stampini ed evitare di foderarli con carta da forno, mentre se non dovete sformarli potete utilizzare delle coppette di ceramica o gli stampini in alluminio usa e getta). Versate il composto ricoprendo i 2/3 dello stampino aiutandovi con un mestolo. Ponete i flan ravvicinati in una teglia dai bordi alti e aggiungete acqua calda (non bollente) per la cottura a bagno maria; l'acqua dovrà arrivare ai 2/3 degli stampini. Cuocete i flan di zucca in forno statico preriscaldato a 180° per circa 45 minuti (a 160° per circa 35-40 minuti se forno ventilato). Una volta cotti, sfornateli e fateli raffreddare completamente. Mentre i flan cuociono, dedicatevi alla crema al caprino: in una ciotola versate il formaggio caprino e la panna o il latte; aggiustate con un pizzico di sale e mescolate gli ingredienti con un cucchiaio di legno o una frusta per creare un composto cremoso. Sfnate i flan, impiattateli facendo colare su ciascuno la crema al caprino e decorate con qualche pezzetto di erba cipollina.

Lasagne alla zucca

*Lasagne all'uovo 500gr
Zucca polpa già pulita 1,2 kg
Brodo vegetale 100 g
Olio extravergine d'oliva 50 g
Rosmarino 3 rametti
Sale fino q.b.
Pepe nero q.b.
Parmigiano reggiano da
grattugiare 40 g
Aglio 2 spicchi
Provola 250 g
Per la besciamella:
Latte intero 500 g
Burro 50 g
Farina 00 50 g
Noce moscata q.b.*

PREPARAZIONE

Cominciate preparando il brodo vegetale. Poi tagliate a metà la zucca, privatela dei semi e dei filamenti interni, quindi eliminate la buccia. Tagliate la polpa a cubetti. Sciacquate il rosmarino, tamponatelo e tritate finemente gli aghi (in questa fase potete tritare insieme anche gli spicchi di aglio) altrimenti gli spicchi di aglio puliti e interi potrete farli soffriggere in padella antiaderente con l'olio scaldato leggermente. Aggiungete il trito di rosmarino e quando l'aglio sarà dorato, potrete eliminarlo. Poi a fuoco molto basso aggiungete un mestolo



di brodo per far andare il trito perchè non bruci ma rilasci il suo profumo. Lasciate insaporire qualche istante e poi unite i dadini di zucca. Alzate la fiamma e fatela saltare per bene, mescolando spesso. Insaporite con sale e pepe; quando la zucca sarà ben rosolata aggiungete un mestolo di brodo vegetale. Abbassate la fiamma, coprite con un coperchio e lasciate cuocere per circa 15 minuti mescolando e aggiungendo un mestolino di brodo al bisogno, fino a che non sarà ammorbidita. Mentre la zucca cuoce, dedicatevi alla preparazione della besciamella: scaldate in un pentolino il latte, che non dovrà arrivare a bollire, aromatizzandolo con della noce moscata. Mentre lo scaldate, in un altro pentolino fate sciogliere il burro a fuoco dolce toglietelo dal fuoco e unite la farina a pioggia, continuando a frustare

energeticamente per evitare la formazione di grumi. Rimettete sul fuoco quando avrete ottenuto il roux, per renderlo dorato sempre a fuoco moderato; dopodichè unite il latte. Mescolate bene e lasciate addensare per alcuni minuti. A questo punto avrete tutti gli ingredienti pronti per comporre le lasagne con la zucca. Prendete una pirofila 20x30 cm e create uno strato di besciamella, poi uno strato di sfoglie di pasta all'uovo fino a riempire tutta la superficie della pirofila. Disponete uno nuovo strato di besciamella, poi di dadini di zucca e provola. Create quindi un nuovo strato di lasagne e di besciamella. Proseguite a farcire con zucca e provola e poi di nuovo con strati alternati fino a terminare con besciamella, zucca e parmigiano reggiano grattugiato. Infornate le lasagne in forno statico preriscaldato a 180°C per 30 minuti. Se preferite ultimate la cottura in modalità grill per pochi minuti fino a che non noterete una leggera crosticina in superficie. Quindi estraete la pirofila dal forno, lasciate riposare alcuni minuti a temperatura ambiente e poi servite la vostra lasagna con zucca ancora fumante .

Zucca allo zenzero

Un aperitivo o un antipasto Zucca allo zenzero, bocconcini di zucca saltati in padella con lo zenzero fresco e guarniti con briciole di amaretti. Alla dolcezza naturale della zucca si unisce l'aroma agrumato e speziato dello zenzero che conferisce al piatto un sapore agrodolce. Servite la zucca allo zenzero accompagnandola a secondi di carne a lunga cottura come brasati o arrostiti, conquisterete tutti al primo assaggio.

Ingredienti

Zucca mantovana 1 kg

Zenzero fresco 40 g

Porri 1

Brodo vegetale 500 ml

Paprika dolce 1 cucchiaino

Amaretti 3

Olio extravergine d'oliva 20 g

Sale fino q.b.

Pepe nero

PREPARAZIONE

Iniziate pulendo la zucca, tagliatela a metà e poi a fette, svuotatela dei semi e dei filamenti interni, eliminate la buccia e tagliatela a dadini di 2 cm circa. Pelate lo zenzero con un pelaverdure o uno spelucchino e tagliatelo a piccoli cubetti. Lavate il porro, e mondatelo, eliminate le



foglie più esterne, le radici e mantenete la parte bianca del fusto che andrete ad affettare a rondelle sottili. Ponete sul fuoco un tegame largo, versate i porri, condite con l'olio di oliva efate soffriggere almeno 5-6 minuti o il tempo necessario per far ammorbidire il porro. A questo punto versate un mestolo di brodo caldo. Aggiungete lo zenzero tagliato a dadini e i cubetti di zucca, aggiustate di sale e pepe la preparazione, versate un altro mestolo di brodo e cuocete a fuoco medio per circa 25-30 minuti, aggiungendo del brodo poco alla volta durante la cottura per non far asciugare troppo la verdura che deve risultare morbida ma non deve sfaldarsi. Quando la zucca

risulterà morbida, spegnete il fuoco, aromatizzate con un cucchiaino di paprika dolce. A parte, in una ciotolina, sbriciolate gli amaretti e uniteli alla zucca e mescolate. La vostra zucca allo zenzero è pronta per essere portata in tavola.

Brasato alla zucca

Il brasato alla zucca, è un piatto dai colori tipicamente autunnali. In questo caso la zucca, si trasforma in una crema avvolgente d'accompagnamento alla carne.

Ingredienti

Controfiletto di manzo 800 g

Zucca già pulita 300 g

Vino rosso 100 g

Cipolle bianche 100 g

Olio extravergine d'oliva 50 g

Brodo vegetale 250 g

Rosmarino 2 rametti

Sale fino q.b.

Pepe nero q.b.

Per preparare il brasato alla zucca iniziate a realizzare il brodo vegetale. Una volta pronto occupatevi della pulizia della zucca: sbucciatela, eliminate i semi e i filamenti interni, quindi tagliatela prima a fette e poi a cubetti. Mondate la cipolla e tagliatela a fette sottili, quindi versatela in un tegame, meglio se di ghisa, insieme all'olio. Lasciatela stufare per 7-8 minuti e aggiungete il controfiletto. Fatelo rosolare a fiamma medio-alta da tutti i lati, quindi sfumate con il vino rosso. Una volta che la parte alcolica sarà evaporata



completamente aggiungete i cubetti di zucca e il brodo vegetale.

Unite il rosmarino tritato, il sale, un pizzico di pepe, coprite con un coperchio e lasciate cuocere per 2 ore e mezza, a fuoco basso, girando la carne e la zucca di tanto in tanto. Una volta che la carne sarà cotta e tenera toglietela dalla pentola e posizionala su un piatto, tenendola al caldo. A questo punto tenete da parte dei cubetti di zucca per la guarnizione finale e frullate i restanti insieme al fondo di cottura, fino ad ottenere una crema.

A questo punto affettate la carne, adagiate un letto di crema di zucca su un piatto da portata, posizionatevi la carne sopra e guarnite con i cubetti

di zucca tenuti da parte. E buon appetito!!!

Avete ancora spazio per un dolcino?

Tortine di zucca e cioccolato

Soffici e delicate, perfette da gustare con una tazza di tè o per la merenda dei più piccoli. L'utilizzo della farina di riso e di mandorle, oltre che dell'olio di semi e del latte di mandorla, le rende adatte praticamente a tutti: avrete giusto il tempo di farcirle con la ganache prima che spariscano dalla tavola!

Ingredienti per 4 tortine del diametro di 10 cm

*Zucca delicata da pulire 210 g
Farina di riso 150 g
Farina di mandorle 50 g
Zucchero di canna 100 g
Latte di mandorle 50 g
Olio di semi 50 g
Uova (circa 1 medio) 55 g
Lievito in polvere per dolci 8 g
Sale fino 1 pizzico*

per la ganache

*Cioccolato fondente 150 g
Panna fresca liquida 120 g*

per spolverizzare

Zucchero a velo q.b.

Per preparare le tortine di zucca e cioccolato, per prima cosa pulite la zucca e tagliatela a tocchetti: vi occorreranno 160 g di zucca pulita. Trasferite la zucca in un contenitore alto e stretto, aggiungete l'olio di semi e il latte di mandorla e frullate con un frullatore a immersione fino a ottenere



una crema liscia. Ora versate lo zucchero di canna nella ciotola di una planetaria munita di gancio a foglia, aggiungete l'uovo e lavorate a velocità bassa fino a che il composto non sarà chiaro e spumoso. Unite la crema di zucca e lavorate ancora per amalgamarla. A questo punto setacciate all'interno della ciotola la farina di riso e il lievito, unite anche la farina di mandorle e lavorate il tutto per incorporare le polveri nel composto. In ultimo unite il sale e lavorate ancora fino a che il composto non risulterà liscio e uniforme. Imburrate e infarinate 4 stampini rotondi del diametro di 10 cm e alti 3 cm, riempiteli con il composto fino a tre quarti e posizionateli sulla gratella del forno che avrete preriscaldato a 170° in modalità statica. Cuocete le tortine per circa 20 minuti. Nel frattempo occupatevi della ganache: tritate finemente al

coltello il cioccolato fondente, poi versate la panna in un pentolino e portatela a sfiorare il bollore. Trasferite il cioccolato tritato in una ciotola, versate la panna calda sul cioccolato e mescolate energicamente con una spatola fino a ottenere una crema. Frullate la crema ottenuta con un frullatore a immersione per renderla più liscia e lucida, poi copritela con pellicola a contatto e mettetela a raffreddare in frigorifero per almeno 30 minuti. Quando le tortine saranno cotte, sfornatele e lasciatele raffreddare, dopodiché rimuovetele dagli stampini e tagliatele a metà trasversalmente. Trasferite la ganache al cioccolato in un sac-à-poche e farcite la metà inferiore delle tortine, poi ricopritela con l'altra metà. Tocco finale spolverizzate con lo zucchero a velo. Pronte per essere gustate!

Avreste mai pensato di trovare la zucca in questi prodotti?

ECCO LE PRODUZIONI PIÙ INSOLITE DEI PRODUTTORI DEL NOSTRO TERRITORIO

CONDIMENTI

ROB DEL BOSCO SCURO

L'azienda fondata da Roberto Rasi nel 1995, si occupa della vendita e trasformazione di ortofrutta biologica. La filosofia aziendale è orientata al contatto diretto con il consumatore evitando le economie di scala; solo in questo modo si adattano i metodi di produzione al continuo evolversi delle esigenze del cliente finale.

Condipasta di zucca

Condimento ottimo come alternativa alla solita pasta al pomodoro. Si abbina in modo favoloso alle penne, meglio se integrali o di farro; basta scaldarlo come qualsiasi sugo e condirvi la pasta appena tolta dal fuoco. Ha una consistenza simile ad una crema con sensori di noce moscata e spezie. Tra gli abbinamenti è favolosa come base per una torta di zucca speck e gorgonzola.



Crema di zucca e zenzero

Una crema che sposa il sapore della zucca con quello esotico dello zenzero. È un sugo saporito con una consistenza simile ad una crema. Si possono sentire i sapori della noce moscata e delle spezie. È sicuramente un buon accompagnamento per spuntini e per i formaggi.



Rob del Bosco Scuro - Azienda agricola Biologica
Via Bosco Scuro, 8 - 46040 Cavriana (MN)
www.robdelbosco.com

AGRIBIRIFICIO LUPPOLAJO

Il giovane Enrico Treccani produce birra artigianalmente con l'utilizzo di orzo coltivato nella propria azienda agricola e luppolo selezionato sul territorio. La costante ricerca della soddisfazione del consumatore e la voglia di sperimentare sono gli ingredienti delle sue birre, tutte insolite, da quella aromatizzata con l'erba amara di Castel Goffredo, al miele, sino alla zucca.

Una birra che rappresenta alla perfezione il territorio mantovano. Si ispira alle Pumpkin Ale, birra alla zucca brassate negli Usa. Si ritiene che i primi coloni inglesi, avendo a disposizione poco malto d'orzo, traessero fonte zuccherina proprio dalle zucche che si trovavano nel nuovo continente. Da qui l'idea di portare la zucca mantovana, tanto cara alla nostra tradizione, nella birra! Mantua è una birra di 6 gradi alcolici, dal colore dorato tendente all'arancio arricchito con una delicata speziatura e dal sapore piuttosto dolce. Ottima da abbinare con piatti tipici mantovani come tortelli, risotto alla zucca, mostarda e perché no, anche sbrisolona.



BIRRA

Agribirificio Luppolaio

Strada Carpenedolo, 13 - 46042 Castel Goffredo (MN) - www.luppolaio.it

VIVAIO DELL'ANTICO PODERE

Da 25 anni abbiamo raccolto antiche varietà di frutta, l'attività, iniziata per hobby, è diventata un lavoro che ha coinvolto l'azienda agricola. La superficie a frutta interessa c.a. ha 3,5, nel frutteto sono presenti c.a. 360 varietà 100 mele, 80 pere, susine, albicocche, ciliegie, pesche ecc. Le cure agronomiche sono molto semplici: nessuna concimazione, rare irrigazioni, una difesa fitosanitaria essenziale utilizzando prevalentemente prodotti naturali o a bassa tossicità, i trattamenti non superano i 5/6 all'anno. La frutta raccolta è prevalentemente venduta ad utilizzatori finali, l'eccesso di produzione viene trasformata in: confetture, mostarde, succhi e composte.

Confettura extra di zucca e arancia

Coltivando anche zucche 4 anni fa l'eccesso di produzione ci ha portati ad escogitare una utilizzazione diversa, oltre alla classica mostarda di zucca abbiamo quindi sperimentato la confettura di zucca e arancio. Il prodotto non contiene conservanti, solamente un poco di zucchero di canna e succo di limone. Ottima per la prima colazione o per la merenda sulle fette biscottate o la classica fetta di pane.



CONFETTURA

Azienda "Vivaio dell'Antico Podere" s.s.a.

Tangenziale Galvagnina, 9 - Novellara (Re) - tino.sorino@tin.it - giordana.nosari@gmail.com

LA CA' DAL TRIFULIN

L'azienda è ubicata nelle immediate vicinanze del grande fiume a Libiola di Serravalle a Po. I terreni di pertinenza dell'azienda sono adibiti interamente a tartufo con la produzione del pregiato tartufo. Il piccolo bosco ospita numerose varietà di uccelli e altri animali. L'azienda produce nel piccolo laboratorio mostarde, confetture, sott'oli e sott'aceti.

Mostarda zucca e tartufo

La mostarda è preparata tradizionalmente con la spadellatura e la candidatura, ma la caratteristica predominante è l'aroma intenso di tartufo che esalta e nobilita ancora di più la zucca. Si presenta in pezzetti, senza eccessivo sciroppo. La consistenza della zucca è piuttosto croccante come anche le scaglie del tartufo nero (*Tuber uncinatum*) che si incontrano sotto i denti. Il sapore non è troppo dolce, con uno spiccato aroma di sottobosco che invita ad un assaggio dopo l'altro. Ideale con bolliti e lessi di maiale, formaggi semi stagionati come fontina.



MOSTARDA

La Ca' dal trifulin

via Campagna, 43 - 46030 Serravalle a Po (MN) - www.agriturismomantova.it

AGRITURISMO CA' ROSSA

L'azienda, di circa 3 ettari, è situata alle porte di Pegognaga, il cui territorio si estende tra Mantova e il confine con la provincia di Reggio Emilia. Si coltivano ortaggi e frutta per la produzione della mostarda mantovana per la vendita diretta e si propone pernottamento e prima colazione in quattro stanze doppie con bagno ed un appartamento attrezzato. Le colazioni sono servite nella stanza del camino molto accogliente, a base di prodotti di stagione, dolci realizzati a mano in agriturismo, succhi di produzione propria e altre leccornie. L'agriturismo serve anche colazione con prodotti senza glutine. Si ospitano felicemente gli amici a quattro zampe!

Agriturismo Ca' Rossa

Strada Provinciale Est, 6 - 46020 Pegognaga (MN) - www.agriturcarossa.it

Mostarda di zucca appassita

Cà Rossa utilizza frutta di produzione propria e di un solo tipo per ciascuna tipologia di mostarda, tagliata a mano, a fettine sottili o in pezzi, candita e conservata nel suo liquido di governo al quale si aggiungono gocce di aroma di senape per renderla piccante. La mostarda di zucca appassita si presenta in pezzetti medio piccoli, sodi, ma teneri e fondenti alla masticazione. Non eccessivamente dolce, si abbina piacevolmente con formaggi a pasta dura o semi dura piuttosto sapidi. Per esempio Parmigiano Reggiano, Asiago, Fontina, Gorgonzola. Potrebbe stupirvi sul gelato alla vaniglia o fior di latte.



MOSTARDA

CORTE GARZOTTA

L'azienda è nata del 2014, anche se Corte Garzotta è già alla terza generazione. Dopo una decina di anni in affitto, 4 anni fa è tornata in famiglia con la nipote che ha preso in mano l'azienda dei nonni prima e dei genitori poi. Tutto parte da un orto e dal prendersi cura delle piante da frutto del papà. Scatta la passione e iniziano le coltivazioni di frutta, ortaggi e cereali antichi dimenticati, tutti rigorosamente biologici. Poi arrivano i trasformati come succhi, marmellate e mostarde.

Composta di zucca e mela con cannella

Un'ottima composta a base di zucca. Il gusto è molto dolce, perfetto da abbinare con i formaggi, soprattutto quelli più stagionati. Ottimo anche con il gelato o lo yogurt al naturale o semplicemente sulle fette biscottate per colazione. Gli ingredienti sono rigorosamente biologici, così come lo zucchero di canna grezzo biologico. La composta viene pastorizzata a bassa temperatura per preservare le proprietà nutritive degli ingredienti. Non c'è quindi nulla di chimico, ma solo ed esclusivamente ingredienti naturali.

CONFETTURA



Crema salata di zucca e zenzero

È una salsa agrodolce, nella quale, il dolce della zucca si fonde perfettamente con il sapore più forte della cipolla, lo zenzero, poi, da quel giusto tocco di piccantezza.

La crema salata di zucca e zenzero si abbina perfettamente con carni e arrosti, ma è ottima per aperitivi e antipasti sulle bruschette o sui crostini.

È preparata con ingredienti naturali e ovviamente biologici.

CONDIMENTI



Azienda Agricola Biologica "Corte Garzotta" di Bulgarelli Raffaella

Via Boscarello 14 - San Rocco di Quistello (Mn) - 348/5432643

www.cortegarzotta.it

BRADO E LE STRIE

Non nasciamo come agricoltori, ma abbiamo sempre avuto la passione per la terra. L'azienda nasce ufficialmente tre anni fa con l'affitto del terreno a Volta Mantovana e Monzambano. Da lì parte la coltivazione di grani antichi. Nei campi di Brado e le strie crescono grano saraceno, segale, grano tenero, Gentil Rosso, farro, grano duro Senatore Cappelli. La trasformazione viene fatta in un piccolo mulino. La produzione prevede pane a lievitazione naturale, grissini, schiacciatine, dolci, ma anche pasta fresca fatta in casa. Il tutto a km zero preparato seguendo le antiche ricette tradizionali con ingredienti semplici, genuini e freschi. Nei grani antichi è presente un'ampia gamma di proteine diverse, digeribili e nutrienti. Il **farro**, ricco di fibre e a basso rapporto calorico, è il grano più antico, coltivato dall'uomo sin dal Neolitico. Il **grano duro "Senatore Cappelli"**, padre dell'odierno grano duro, è ad elevata digeribilità ed ha un alto valore proteico. Il **grano saraceno**, pianta erbacea, ricca di proteine, sali minerali, antiossidanti e senza glutine. Il **grano tenero "Gentil Rosso"**, cereale più coltivato fino agli anni '30, come tutti i grani antichi ha un buon tenore di proteine, ma poco glutine. La **segale**, cereale ricco di sali minerali e vitamine, importante modulatore della glicemia. Ricca la varietà di prodotti con la zucca che si possono trovare tutto il tempo dell'anno.

Tortelli di zucca

Li proponiamo con le nostre farine macinate a pietra integrali di Senatore Cappelli o di farro, con le nostre zucche e la mostarda dell'azienda agricola "Corte Valle San Martino" Mezza Gabriele.

Pane alla zucca

Il pane alla zucca e noci viene preparato con farina di Senatore Cappelli macinata a pietra integrale a lievitazione naturale.

Focaccia zucca e salsiccia

Come nel caso del pane alla zucca, anche la focaccia zucca e salsiccia viene realizzata con farina di Senatore Cappelli macinata a pietra integrale a lievitazione naturale

Torta con la zucca

La torta alla zucca e noci viene preparata con farina di farro integrale macinata a pietra. È una torta ideale per la colazione, non dolcissima, ma con un sapore molto particolare e piacevole.

Azienda Agricola "Brado e le strie" di Francesca e Mara

Via Monte Alto, 16 - Solferino (Mn) – 349/6800545 – 347/0877363

Seguici su Facebook e Instagram

PASTA
FRESCA



PRODOTTI
DA FORNO



DOLCI



Fattorie con vendita diretta

In tutto il territorio mantovano, la zucca è coltivata soprattutto nelle aree limitrofe al Po, che le consentono di avere un terreno adatto alla crescita, fertile e ricco d'acqua, oltre ad un ideale clima di sviluppo, molto umido sia in inverno che in estate. La stima del quantitativo prodotto nel corso dell'anno ammonta a circa 8/10 tonnellate, valore che rendono la provincia di Mantova, tra le prime produttrici di zucche a livello nazionale. La maggior parte degli agriturismi partecipanti alla manifestazione Di Zucca in Zucca, sono anche produttori di zucche ed effettuano, all'interno delle loro aziende, vendita diretta.

1. Az. Agr. Nicola Valli

Via Villanova De Bellis, 45
46030 San Giorgio di Mantova (MN)
Tel. 380.3456142

Varietà: Delica, Americana, Piacentina, Marina di Chioggia, Cappello del prete, Iron cup, Okaido, Violino, Halloween, Crown Prince, Jumbo pink banana, Napoletana, Turbante

2. Az. Agr. Emanuela Banderini

Via Co' de Vanni 23 - 26036 Rivarolo del Re (CR)
Tel. 333.3104470

Varietà: Delica, Piacentina, Americana, Butternut, Cappello del prete

3. Az. Agr. Bonora Emanuele

Via Garibaldi, 75 - 46037 Roncoferraro (MN)
Tel. 0376.668347 - 347.8134846

Varietà: Piacentina, Delica

4. Az. Agr. Biologica Bottarelli Igor

Via Caselle Poletto, 3
46013 Canneto sull'Oglio (MN)
Cell. 392.9290098 - www.statale343.it

Varietà: Delica, Violina, Piacentina, Cappello del prete

5. Az. Agr. Buttarelli Demetrio e fratelli Canzio Ferruccio s.s

Via Viazzola, 34 - loc. Villa Pasquali
46018 Sabbioneta (MN)
Tel. 0375.52271

Varietà: Lunga di Napoli, Francese

6. Az. Agr. Dall'Olio Orazio

Via Campione, 12
46031 Bagnolo S.Vito (MN)
Tel. 0376.252575

Varietà: Delica, Marina di Chioggia, Mantovano, Cappello del prete, Gandiotti, Zucche ornamentali

7. Az. Agr. Daolio Patrizio

Via Pablo Neruda, 31
46029 Suzzara (MN)
Tel. 335.8274770
Varietà: Delica, Cappello del prete

8. Az. Agr. Milani Vanessa

Strada Volta Valeggio, 32
46049 Volta Mantovana (MN)
Tel. 348.6944490
Varietà: Delica, Cappello del prete

di zucche



9. Az. Agr. Cavalli Giovanni

Via Mottella, 30 - 46010 Marcaria (MN)

Tel. 0376.96303

Varietà: Delica, Marina di Chioggia, Piacentina, Americana, Gandiotti, Zucche ornamentali

10. Az. Agr. Mazzon Valter

Via Diaz, 21 - 46037 Roncoferraro (MN)

Tel. 0376.662264 - 335.124886

Varietà: Zucca mantovana, Delica

11. Az. Agr. Ferrari Francesco

Borgo Bilancetto, 67

46040 Gazoldo D'Ippoliti (MN)

Tel. 0376.657122 - 349.0080241

Varietà: Delica

12. Az. Agr. Ligabò Gian Paolo

Via E. De Amicis, 20 - 46037 Roncoferraro (MN)

Tel. 0376.663351

Varietà: Piacentina, Cappello del prete, Gandiotti, Delica, Americana, Sweet Mama

13. Az. Agr. Longhi Andrea e Dino

Via Comuna Santuario, 41 - 46035 Ostiglia (MN)

Tel. e Fax 0386.801981

Varietà: Mantovana o Berretta mantovana certificata, Piacentina e Delica

14. Az. Agr. Olianina

Via Gaiardina, 4 - 46020 Villa Poma (MN)

Tel. 0386.566700 - 349.4678345

Varietà: Cappello del prete

15. Az. Agr. Poltronieri Umberto

Via Fossato Nuovo Pedemonte, 1

46035 Ostiglia (MN)

Tel. 0386.31260 - 338.3296184

Varietà: Delica, Piacentina, Cappello del prete

16. Az. Agr. Biologica di Rigon Simone

Strada Senga, 27/B - 46010 Campitello (MN)

Tel. 0376.925357 - 348.5472071

Varietà: Delica

17. Az. Agr. Sassi Anna

Via Contrargine Sud, 14

46010 Canicossa Marcaria (MN)

Tel. 0376.969125 - 348.0322452

Varietà: Delica, Cappello del prete, Piacentina, Americana, Violina, Zucche ornamentali

18. Az. Agr. Sternieri Fausto

S.S Goitese, 370 - 46044 Goito (MN)

Tel. 0376.604053

Varietà: Americana, Piacentina

19. Az. Agr. Zapparoli Daniela

Via Privata Pianone, 1 - 46023 Gonzaga (MN)

Tel. e Fax 0376.550470 - Cell. 368.3340954

Varietà: Zucche ornamentali, Delica

20. Az. Agr. Corte Lidia di Rosa Zeli

Via G. Leopardi, 159 - 46019 Viadana (MN)

Cell. 345.2622593 - rosatzeli@gmail.com

Varietà: Cappello del Prete, Americana, Berretta Mantovana, Delica, Violina

21. Az. Agr. Rossetti Sandro

Strada Francesca Ovest, 41 - 46040 Rodigo (MN)

Cell. 333.1421421

Varietà: Delica (qualità arancio e verde).

28 ottobre: la festa delle lumere a Mantova

A **Mantova**, il **28 ottobre 2018 dalle 8.30 alle 13 e dalle 15 alle 19 sul Lungorio IV Novembre** si terrà l'ottava edizione della **Festa delle Lumere**. Si inizierà la mattina con il mercato contadino ed i prodotti di fattoria mantovani, il pomeriggio poi grande festa. Ci sarà da divertirsi, infatti, con uno spettacolo itinerante. Saltimbanchi, sputafuoco, giullari, trampolieri, giocolieri, streghe e carrettino musicale animeranno le vie vicine con uno spettacolo che farà divertire grandi e piccini. Non mancheranno poi le merende a base di zucca e i laboratori. Bimbi tutti invitati quindi!! Mi raccomando!!! E non dimenticate di portare le vostre *lumere*, che verranno accese quando fa buio. Ogni anno, tra il 31 ottobre e il 2 novembre il calendario cristiano celebra il ricordo di tutti i santi e dei defunti. Fa un po' paura pensare che in quei giorni si possa materializzare qualche spirito? Niente paura, provate a chiedere ai vostri nonni e sicuramente vi raccon-

teranno che proprio in questo periodo, le anime dei morti tornano tra noi per incontrare di nuovo o

le persone care, per stare vicini ad amici e parenti, non certo per farci paura. Nel passato infatti, si raccontava che le anime dei trapassati, proprio in questi giorni, si mescolano con i vivi, visitando le loro case, sedendosi alle loro tavole. Spesso si lasciava anche la tavola apparecchiata, in segno di accoglienza, per coloro che riapparivano dall'aldilà. È una notte magica, quindi, e come tale la si festeggiava, per dare il benvenuto agli spiriti buoni che ritornano solo in quella occasione. Nelle nostre campagne, e spesso anche nelle città, si usava far festa, rappresentando con la zucca il miracoloso ritorno dei morti. La zucca, infatti, vuota dentro e di forma tondeggiante ricorda una testa. I bambini, aiutati dai loro nonni, si divertivano a svuotare le zucche, ad intagliarle creando volti spaventosi e poi ad illuminarle internamente con una candela. Nel nord Italia queste strane lanterne venivano chiamate *lumere* e venivano utilizzate per giochi e scherzi. Si mettevano per strada, al buio, per spaventare i passanti, oppure vicino ai cimiteri, o sui muretti o sui davanzali, in alcuni casi addirittura appese ai rami degli alberi. In molti casi gli stessi bambini si travestivano e poi andavano di casa in casa a farsi regalare i tipici dolci che ancora oggi in questo periodo dell'anno si preparano. Vi ricorda qualcosa il "dolcetto o scherzetto" della moderna Halloween? Ecco, avreste mai immaginato i nostri nonni conoscevano queste tradizioni molto molto tempo fa, prima della festa di Halloween? Ebbene sì: è la *Festa delle Lumere*.



Hai una zucca mantovana e non sai cosa farne?

Niente paura,
ti basta il tuo smartphone.
Inquadra il codice qui sotto
e il gioco è fatto!



SI RACCONTA



La piattaforma digitale per
comunicare i valori contadini
che sono l'anima del prodotto

follow me!

seguimi!



Affidati all'esperienza...
Dal 1955 produciamo
solo caffè di qualità!



**VANTAGGI
PER
AGRITURISMI**



**Torrefazione artigianale
del territorio mantovano**

**Le nostre miscele anche
in pratiche cialde e capsule**

Via Tiglio n. 1
Zona artigianale di Belfiore
46100 - Mantova
Tel. 0376.381342 - Fax 0376.265133
brasilmn@gmail.com
www.torrefazionecaffebrazil.it