



Da Lodrino al Burkina Faso



Helga Bonato, ritratta qui durante un suo soggiorno in Mali, è attiva in alcuni Paesi dell'Africa occidentale come volontaria. (p.5)

Abbonamento 2015

11 numeri fr. 55.-

Abbonamento sostenitore

fr. 70.- e oltre

Abbonamento estero

fr. 65.- / Via aerea fr. 100.-

Numero separato

fr. 6.- + spese

Numero separato arretrato

fr. 7.- + spese

Amministrazione, redazione e pubblicità

Edizioni Tre Valli Sagl
c/o Jam SA - 6526 Prosito
tel. 091 - 863 19 19
fax 091 - 863 27 64
e-mail: info@3valli.com
www.3valli.com

Editore

Edizioni Tre Valli Sagl, Biasca
6526 Prosito

Responsabile di redazione

Sara Rossi Guidicelli

La responsabilità degli articoli firmati è dei singoli autori.

© Riproduzione anche parziale solo con l'autorizzazione della redazione.

Stampa:

Jam SA - 6526 Prosito

Ultimo termine per la consegna del materiale da pubblicare sulla Rivista 3valli numero 4-2015: 20 marzo 2015

Viva la pasta e pom!

Un giorno d'inverno mi sono immaginata una cucina fumosa di vapore, con la pasta e le patate a cuocere. La mia immaginazione mi ha scaldato le mani e il cuore, ma come sempre dentro al cervello si sono messe a saltare le domande: chissà quante ricette esistono della pasta e pom? Chissà che ricordi genera il nome di una ricetta così bella e antica?

Il mese scorso ho dunque pubblicato un annuncio sul 3valli: raccontateci, lettori, parlateci della pasta e pom.

Ecco che cosa mi avete risposto.

Quello che emerge subito è che per una famiglia povera avere tanti bambini significa ingegnarsi per trovare alimenti che nutrono e che costano poco. La signora Laura Cislini ci manda una ricetta del 1800, quella che serviva a 'sfamare una grande famiglia di 10 figli, oltre a mamma, papà e nonni'.

Si impastano farina, uova, latte e acqua, sale e si lascia a riposo la pasta per 1 ora. Si pelano e si tagliano 3-4 patate a cubetti, si mettono a bollire e dopo 7-8 minuti con la pasta si fanno i pizocan (gnocchi) con il cucchiaino e li si tuffano delicatamente nell'acqua salata. Quando vengono a galla, saranno cotte anche le patate. Con una schiumarola si scolano i pizocan e si mettono in una terrina. Nel frattempo, in un tegame si mette a rosolare un pezzo di burro con cipolla, aglio, si versa tutto sopra i pizocan, si mette una spolverata di pepe e formaggio fontina a pezzetti che si scioglierà con il calore della pasta e pom...

Un'altra signora, M.B. mi racconta la ricetta della sua mamma:

Eravamo in 7 figli e quindi era naturale aggiungere un po' di 'pom' alla pasta, per risparmiare. Le patate erano di nostra produzione e per questo costavano poco. Tagliare in 4 le patate, farle cuocere un po' in acqua salata, aggiungere gli spaghetti. In un pentolino la mamma faceva arrostire un bel pezzo di burro, fatto da lei, con una cipolla e 1 cucchiaino di salsa pomodoro dal tubo.

La signora M.B. invece a casa sua fa così:

Io a casa faccio i 'pom broz': taglio le patate fini, rosolo con cipolla e un bel cucchiaino di farina bianca, aggiungo l'acqua tiepida e rimesto. Metto il brodo di manzo, sale, pepe, aromat, un dado salsa d'arrosto. Cuocio a fuoco lento per un'ora. Servo con un po' di sbrinz grattugiato. Il signor Edoardo Urietti di Olivone invece consiglia di: usare i maccheroncini (cornetti) e cuocerli con 3-4 patate medie tagliate non troppo grosse. Nel frattempo preparare un soffritto di burro e cipolle, tagliare del formaggio dell'alpe a fettine e poi, una volta scolata la pasta e pom, unire tutto e... buon appetito!

Sara Rossi Guidicelli

- 5 solidarietà**
Helga Bonato,
missionaria laica di Lodrino
- 8 l'Ospite**
Quel blues sul trenino
Biasca-Acquarossa
- 10 salute**
Demenza:
il grande oblio
- 11 fatti e commenti**
Cantone e Comuni
- 12 cinema**
Elena Tatti
e la sua scatola di film
- 14 storia**
Ma dove sono i fiori?
- 17 Premio Stria**
'Citu citu, vi racconto una storia'
- 19 poesia biaschese**
Ol vecc lavatoi
Il vecchio lavatoio
- 20 Protezione civile**
Quelli che aiutano
la popolazione
- 24 Carnevale**
Reportage fotografico
- 29 pagina promozionale**
Un garage che ha fatto la Storia...
di un secolo
- 30 eco delle valli**
- 40 minime**
- 44 in memoria**
- 45 album del nonno**
- 46 agenda**
- 47 cruciverba**
Parole crociate biaschesi

Costruito per affrontare qualsiasi sfida

Ottica Forni Via Parallela 6 CH-6710 Biasca Tel. 091 862 44 74 info@otticaforni.com www.otticaforni.com

Quel blues sul trenino

Biasca-Acquarossa

Che cosa la lega alle Tre Valli?

La mia famiglia viene citata nei primi registri parrocchiali di Leontica del Quattrocento; io sono nato nel 1956 ad Acquarossa. Per me la vita giovanile in Valle è stata bellissima: mi ricordo il tram, quei 35 minuti fino a Biasca – o da Biasca per tornare a casa – che passavamo a suonare e cantare a modo nostro. Facevamo il blues e ci sentivamo come se avessimo Louis Armstrong sul Tram della Valle di Blenio. Era sicuramente un momento sociale che ora si è perso.

sarmi in montagna e vi porto i miei figli. Loro sono un po' leontichesi e un po' senegalesi. Parlano dialetto e si sentono appartenenti alla Valle di Blenio: per questo devo ringraziare le associazioni, le scuole di sci, la Vox Blenii, il Cinema di Acquarossa, gli amici.

Come insegnante alla Commercio di Bellinzona e membro della direzione ho fatto in modo di portare ogni anno le classi a Olivone per conoscere la *Fondazione Alpina per le Scienze della Vita*, le aziende, le istituzioni,

ratteristiche del nostro territorio per offrire qualche cosa di unico al turista, qualche cosa che trova solo qui. Sbagliato sarebbe cercare di proporre un'offerta omologata: la gente che si sposta per venire da noi vuole vedere cose diverse da quelle che trova a casa sua o negli altri posti! Desidera trovare un'alternativa, insieme a un tessuto sociale armonioso e funzionante e un paesaggio al tempo stesso vivo e preservato.

Con la stessa bacchetta, che cosa toglierebbe?

Toglierei quei freni di cui parlavo, le reticenze, i campanilismi, le paure, un'eccessiva chiusura. Siamo così belli! Che cosa dobbiamo temere?

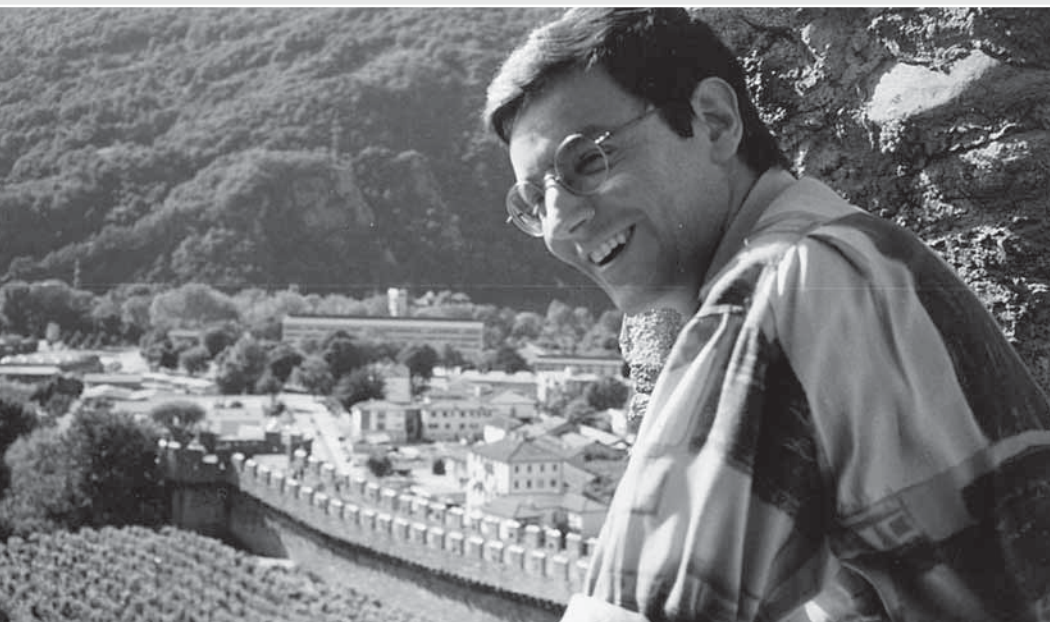
Se pensa a offerte o servizi di cui c'è bisogno secondo lei, a quale darebbe la priorità?

Bisogna rendersi conto che abbiamo una popolazione anziana; gli studi dicono addirittura tra le più anziane del mondo, come media regionale. Abbiamo una Casa, la *Quercia*, che è un fiore all'occhiello e un preziosissimo ed efficacissimo ospedale: sarebbe assurdo toglierlo, ridurlo, privarlo del Pronto Soccorso, del reparto geriatria o degli altri reparti. L'ospedale permette alla persona anziana di curarsi al meglio vedendo le sue montagne fuori dalla finestra, ma anche a tutta la famiglia di stare vicino al suo parente.

Direi quindi: prima di pensare a un Liceo a Biasca (che poi credo molti studenti siano felici di andare e scoprire Bellinzona), mi concentrerei sul mantenimento degli ospedali ad Acquarossa e a Faido!

Se potesse invitare qualcuno a trascorrere una giornata con lei nelle Tre Valli, chi inviterebbe e che programma gli proporrebbe?

La prima persona che mi viene in mente è Carlo Ossola, fra le altre cose, direttore dell'Istituto di studi italiani all'Università della Svizzera Italiana. Ho una grande stima di lui, perché è un critico letterario che sa interpretare il lavoro agricolo e artigianale in modo poetico, simbolico, ma anche materiale, facendo interagire tutti questi piani. *Materia del vivere* è il titolo di un ciclo che ha preso il via lo scorso anno contemporaneamente all'Usi e alla Scuola cantonale di commercio: il miele, il latte, l'acqua, il pane, il sale. L'ho sentito raccontare di come si parla del latte nella Bibbia e nella Commedia, di come sia impossibile scrivere una poesia sul pane senza sapere come lo si impasta e come lo si cuoce; del fatto che chi si alza di notte per fare il pane e la mattina te lo porta sulla soglia di casa, fa ben altro che un alimento: ti regala un simbolo di vita.



Pier Franco De-Maria è chiamato da tutti Caco. Lo si vede spesso nella sua valle, la Valle di Blenio, anche se vive a Giubiasco con la sua famiglia e lavora a Bellinzona. È insegnante di italiano alla Scuola cantonale di commercio, di cui è stato per molti anni vicedirettore e responsabile del programma culturale.

Più tardi mi ha legato molto alla Valle il *Gruppo iniziative regionali*: eravamo giovani vallerani appassionati di temi culturali e politici locali, ma non solo. Volevamo una palestra, una biblioteca, organizzavamo concerti, conferenze, proiezioni cinematografiche, facevamo studi approfonditi per capire la questione delle concessioni per la Diga del Luzzone... Eravamo amanti del nostro territorio e chiedevamo una politica regionale adeguata.

Ora sono molti anni che non vivo più in Valle di Blenio, ho studiato via (a Ginevra e Bologna), ho viaggiato (soprattutto in America Latina e Africa), vivo a Giubiasco e lavoro a Bellinzona, ma a Comprovasco torno sempre, per i genitori, gli amici, le manifestazioni che mi interessano. Vado a ripo-

la cultura, le persone, la vita reale di una valle non così 'periferica' come si è soliti chiamarla.

Se avesse una bacchetta magica, che cosa aggiungerebbe a questa regione?

Metterei un po' più di coraggio, di progettualità, di curiosità per cosa si fa altrove, che possa darci qualche buona idea da sviluppare anche qui. In Valle ci conosciamo tutti e siamo tutti educati e rispettosi, e questo è positivo; però a volte può essere un freno, a causa della paura di pestare i piedi agli altri. Invece potremmo avere più spinte innovative, senza paura di offendere i nostri vicini di casa, e lavorare di più come una squadra, senza inutili barriere, nell'interesse comune. Importante è, a mio parere, sfruttare le ca-

Inviterò dunque Carlo Ossola sull'Alpe la prossima estate a degustare il latte, il formaggio, il miele e a conoscere le persone.

Se lei fosse una pianta delle nostre, che pianta sarebbe e dove crescerebbe?

Sarei un arbusto sull'Adula, non troppo appariscente, uno di quelli che crescono sul sasso e che *se a fioca, se a ghè l'soo, se l'è sec, u tegn sempre bota*.

Qual è la scena che non potrebbe assolutamente mancare se qualcuno facesse un film sulla sua vita?

C'è una scena più cinematografica delle tante altre che non potrebbero comunque mancare...

Ero sul Simano, in una zona molto impervia: ero salito con una persona magnifica che purtroppo ora non c'è più. Cercavamo le sue capre, con il sale. Mentre io salivo a gran fatica, un camoscio mi precedeva a balzi e mi guardava beffardo come a dire «Beh? E 'sta superiorità dell'uomo, dov'è?».

Abbiamo dormito in un rifugio minuscolo, senza camino, col fuoco da accendere dentro. Avevamo la barba lunga come i becchi e guardavamo le stelle. Eravamo giovani. Il mio amico ha detto: «Chissà cosa faremo nella vita, magari tu andrai a insegnare...» e qui devo dirlo in dialetto... «*però, che cünta,*

l'è amò 'l sit»: da dove si parte, le radici che si hanno, dove si cresce, dove si vive: ecco quel che conta di più alla fine. Ed è vero, anche nel piccolo! Uno è di Torre, uno di Leontica: siamo simili, ma le parole sono un po' differenti e il modo di parlare è il nostro modo di vedere il mondo...

C'è anche un'altra bella immagine che non posso dimenticare. D'inverno, a volte, da bambino, mettevo la sveglia alle 2 o alle 3 di notte per dare il cambio a quelli che spruzzavano acqua sulla pista di ghiaccio di Acquarossa. Ero uno dei più piccoli e mi sentivo fiero di contribuire a questo lavoro; sono veramente grato ai miei genitori che mi permettevano di uscire a quell'ora al freddo: per me ora è un ricordo importante.

Infine, ci consigli una lettura e una ricetta.

Viva il popolo brasiliano, di João Ubaldo Ribeiro, è un bel romanzo che fa capire quale può essere l'influenza della Storia e la ricchezza, a volte anche drammatica, che deriva dalla mescolanza dei popoli. Il colonialismo è un fatto terribilmente negativo, che proprio per questo ha prodotto ripercussioni interessanti sulla cultura, la musica, l'arte, la lingua, le credenze, le religioni...

In alcuni luoghi, anche molto lontani e impensabili, ho rivisto affinità con certe nostre zone di agricoltori, in cui si suona la fisar-

monica e all'osteria si sentono talvolta battute di grande finezza.

Per la ricetta, mi rivolgo al mio amico Tarcisio Cima, che per Sant' Ambrogio, il santo di Dangio, mi cucina il Zàzz, una specie di cazzöla nostrana, proposta in un'interpretazione locale. Ecco qui come la fa lui:

Sant' Ambrös, taja sgiù e met sü a cös!

Ingredienti per 8-10 persone

Rosolare a fuoco vivo 200g di cipolle, 250g di sedano verde, 750g di carote, 2 spicchi d'aglio, 5 foglie d'alloro. Poi aggiungere 1 litro di brodo di verdure, 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro, sale, pepe e cuocere a fuoco lento per 15 minuti. Aggiungere 1 kg di verza e un quarto d'ora dopo 1 kg di patate (pelate e tagliate a piccoli cubetti). A parte cuocere 8-10 luganighe e dopo mezz'ora che cuociono le patate aggiungerle tagliate in tre parti e spegnere il fuoco. Lasciare ancora a riposare per un quarto d'ora con il coperchio.

Annotazioni: utilizzare solo patate che sopportano una lunga cottura (Urgenta o Nicola - confezione verde). Prevedere al minimo una luganiga per persona. Dosare il brodo in funzione della liquidità desiderata. Il Zàzz è pronto quando le patate sono cotte al punto giusto. Lasciar sempre riposare. Si può preparare il giorno prima: riscaldato è ancora più buono!

La Mobiliare. E' meglio andare sul sicuro.

Consulente per la Riviera

Giuliano Ferrari, Biasca
Telefono 091 862 22 85
Mobile 079 421 44 93
giuliano.ferrari@mobi.ch

Consulente per la Leventina

Emanuele Polli, Faido
Telefono 091 866 26 12
Mobile 079 390 99 99
emanuele.polli@mobi.ch

Consulenti per la valle di Blenio

Davide e Giuseppe Buzzi,
Acquarossa
Telefono 091 871 29 79
Mobile 079 444 12 01
giuseppe.buzzi@mobi.ch

La Mobiliare
Assicurazioni & previdenza

Agenzia generale Bellinzona, Michele Masdonati
Via San Gottardo 2, 6500 Bellinzona
Telefono 091 601 01 01, Telefax 091 601 01 00
bellinzona@mobi.ch, www.mobibellinzona.ch

141015N01GA