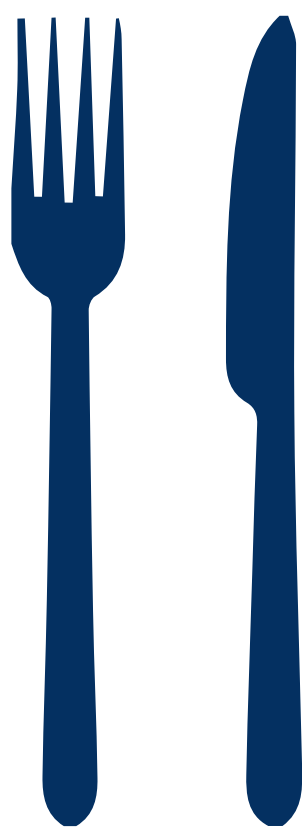


LO MINJAR D'OCCITANIA



MINJAR AL MES D'SETEMBRE

#cusina #mesdsetembre

#caponèt

#crouset #vinai #reinajana

SETTEMBRE

Il mese di settembre coi suoi frutti e i suoi colori chiude il ciclo produttivo della campagna e dell'allevamento in un tripudio di profumi e colori.

MES D'SETTE MBRE

CAPONÈT

Ingredienti per 4 persone:

1 cavolo | 200 g di carne cotta (salsiccia o avanzi di carne)
100 g di salame cotto | 2 uova
formaggio grattugiato | uno spicchio d'aglio
prezzemolo | olio | burro
sale | pepe

Pulire il cavolo e sbollentare 12 foglie. Il resto del cavolo va lessato e tritato. Tritare carne, salame, aglio e prezzemolo; unire uova, formaggio, cavolo tritato, sale e pepe e amalgamare. Farcire con il composto le foglie di cavolo sbollentate, e cuocere gli involtini sia in padella (20') che in forno (30').



CROUSET

Pasta tipica della Valle Stura, e in particolare di Vinadio. La leggenda vuole che Giovanna d'Angiò regina di Napoli e Contessa di Provenza avesse provato qui questo piatto e avesse diffuso la ricetta anche in Campania.

Ingredienti per 4 persone:

500 g di farina 0 manitoba
230 g di acqua
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1/2 cucchiaino di sale

Impastare in una ciotola la farina con acqua, sale e olio fino ad ottenere una palla molto elastica. Creare tanti "salamini" di pasta, tagliarli a tocchetti e con l'auto del pollice, facendo pressione, creare i Crouset non troppo spessi, con le tipiche rughe sul dorso. Cuocere in abbondante acqua salata per qualche minuto e condire con bagna bianca a base di panna e porri o semplice pomodoro.



MINJAR AL MES D'SETTEMBRE

#cucina #mesdsetembre

#caponèt

#crouset #vinai #reinajana

TRADIZIONI DEL MESE DI
SETTEMBRE

PAS MEC MINJAR

IL CULTO DI SAN MICHELE IN PIEMONTE

Il 29 settembre si celebrano i Santi Arcangeli Michele, Raffaele e Gabriele. Si tratta di un giorno "di marca", ovvero utilizzato per valutare il tempo atmosferico della stagione in

arrivo. Molti proverbi in piemontese lo ricordano. San Michele è patrono della città di Torino nonché del Piemonte, e a lui sono dedicate numerose chiese nelle valli occitane. Il culto micalico ha il suo fulcro nella celebre Abbazia di San Michele della Chiusa, nota come Sacra, in bassa valle di Susa, monumento simbolo del Piemonte. Quando i Longobardi presenti in Piemonte si convertirono al cristianesimo, le divinità cristiane e i santi si sovrapposero al pantheon germanico, e in Michele, capo degli angeli, principe delle milizie celesti, avversario di Satana armato di spada e corazza, si riconobbero le virtù bellicose di Odino. È patrono di commercianti, doratori, fabbricanti di bilance, farmacisti, giudici, maestri di scherma, paracadutisti, polizia di stato, radiologi. È comunemente rappresentato alato in armatura con la spada o lancia con cui sconfigge il demone, spesso nelle sembianze di drago. A volte ha in mano una bilancia con cui pesa le anime (psicostasia), particolare che deriva dalla tradizione islamica (a sua volta derivante dalla mitologia egizia e persiana), ma che non ha fondamento nelle scritture cristiane.

LA MERENDA SALE IN CIELO

A Sant Michel, la merenda monta en cèl: dopo il 29 settembre il dì si accorcia, impedendo di trascorrere lunghe giornate lavorando all'aria aperta e consumando uno spuntino del pomeriggio nei campi o sui pascoli.

LA DISCESA DAGLI ALPEGGI

Il 29 settembre, giorno di San Michele, è noto come *jorn desnarpaire*, ovvero giorno in cui la quasi totalità del bestiame salito ai pascoli estivi viene fatto ridiscendere a valle. È un momento quasi rituale del calendario contadino sulle Alpi, che segna un importante momento di passaggio per agricoltori e allevatori.

FAR SANT MICHEL

Quando si fa trasloco, in Piemonte e nelle valli si dice "*far Sant Martin*", poiché l'11 novembre era il giorno in cui cessavano i contratti agricoli di mezzadria in montagna e in campagna. In città invece i contratti cessavano il 29 settembre, quindi i mezzadri si spostavano da un luogo all'altro della città: per questo oggi traslocare all'interno dello stesso comune si può dire "*far Sant Michel*".



Espaci Occitan
Via Val Maira 19
12025 Dronero (CN)
tel/fax 0171.904075
segreteria@espaci-occitan.org
www.espaci-occitan.org
fb @museooccitano
tw @espacioccitan

Progetto realizzato con il
contributo della

