



Erica Bänziger

Sbrinz

Erica Bänziger

Sbrinz

L'extraduro

Sbrinz - un cuneo di Svizzera originale

Latte crudo di mucche nutrite esclusivamente di erba e fieno ... 2 anni di stagionatura ... denominazione di origine protetta AOC ... tre certificati di garanzia ... un aroma inconfondibile ...

Lo Sbrinz è un formaggio magnifico. Spezzettato oppure affettato a rotolini o a petali è perfetto per l'aperitivo o un'insalata. Grattugiato, dà un tocco particolare alle verdure farcite o ai piatti di pasta e di carne. È ideale per torte salate e gratin. In altre parole: semplicemente indispensabile.



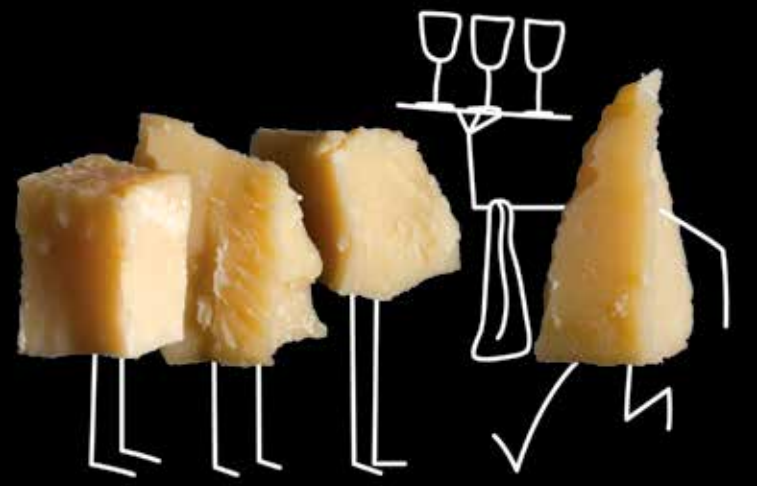
ISBN 978-3-03780-539-8



9 783037 805398

FO NA

FO NA



Sbrinz
L'extraduro

Erica Bänziger

Sbrinz

L'extraduro

Grazie di cuore a Andrea Fischer e Markus Baumann di Sbrinz Formaggi S.a.r.l., per la calorosa accoglienza che hanno riservato alla mia idea di un ricettario dedicato allo Sbrinz. Grazie anche al fotografo Andreas Thumm in compagnia del quale, sotto il bel sole di Verscio, è stato possibile scattare magnifiche fotografie.

La mia gratitudine va anche ai casari che, ogni giorno, producono questo formaggio così genuino e pregiato. E, non da ultimo, a tutte le contadine e i contadini che forniscono il latte, e che allevano le loro mucche con tutte le cure e l'amore possibili.

Verscio, primavera 2013

© 2013 Sbrinz Käse GmbH
Merkurstrasse 2, 6210 Sursee
Telefon +41 (041) 914 60 60, Fax +41 (041) 914 60 61
info@sbrinz.ch, www.sbrinz.ch

© 2013 Fona Verlag AG, 5600 Lenzburg
www.fona.ch

Editing

Léonie Schmid

Traduzione

Trait d'Union, Bern

Grafica

FonaGrafik, Stefanie von Däniken, Lea Spörri

Immagini (ricette)

Andreas Thumm, Freiburg i. Br.

Altre immagini

Sbrinz Käse GmbH, Sursee
immagine pag. 13 (sinistra): per gentile concessione
della Fondazione ROTH, Burgdorf

Testo Introduzione

(alcuni passi), Quirinus Reichen, Berna

Stampa

Druckerei Uhl, Radolfzell

ISBN 978-3-03780-539-8

10 Prefazione

12 Introduzione

Antipasti

- 22** Stuzzichini di castagne alla pancetta e Sbrinz
Frittelle alle erbe con Sbrinz
- 24** Bastoncini allo Sbrinz
e cannelli alla carne secca grigionese
- 26** Chips di zucca allo Sbrinz
Panino mediterraneo
- 28** Fragole e Sbrinz all'aceto balsamico
Cake alle olive
- 30** Bocconcini di formaggino allo Sbrinz
- 32** Spiedini allo Sbrinz con salsina alle prugne secche
Crostini con crema al crescione
- 34** Cake ai pomodori secchi e basilico
- 36** Tortine di ricotta alle erbe
- 38** Bruschetta con pomodorini ciliegia al forno
Bruschetta con peperoni
- 40** Frittelle di erbe e verdura

Insalate e minestre

- 42** Insalata autunnale alle noci
- 44** Insalatina con avocado e olive
- 46** Carpaccio di finocchio con semi di melagrana
- 48** Carpaccio di zucchine e funghi
- 50** Minestra piccante di zucca e patate
Minestra di piselli alla menta
- 52** Zuppa di orzo con crostini al formaggio
- 54** Zuppa di cipolle alla salvia
Minestra di lenticchie rosse all'erba cipollina

Piatti principali

- 56** Knöpfli alla zucca con prosciutto e funghi
- 58** Gallette di fiocchi d'avena al porro
Gnocconi di semolino al basilico
- 60** Carpaccio di filetto di manzo
Asparagi verdi al forno
- 62** Cotolette di agnello in crosta di nocciole, Sbrinz e erbe
- 64** Zucchine tonde farcite
Pomodori ripieni al forno
- 66** Fondue degli alpigiani della Svizzera centrale
Pasta dell'alpigiano
- 67** Crespelle di grano saraceno agli spinaci
- 68** Ravioli alla ricotta e Sbrinz
- 70** Tagliatelle al cicorino rosso
- 72** Pasta alla mediterranea
Spaghetti al pomodoro crudo
- 74** Flammkuchen (focaccia alsaziana)
- 76** Muffin di polenta
- 78** Crostata di mele e cipolle alle erbe
- 79** Rigatoni con Sbrinz e pancetta
Pesto Sbrinzesso
- 80** Pizza pugliese
- 82** Risotto alle zucchine
- 84** Petti di pollo ripieni con salsa alle arance
e al peperoncino
- 86** Cipolle alla piemontese
- 88** Gratin di polenta corvina alle pere
- 90** Crostata mediterranea alle zucchine,
con olive e rosmarino
- 91** Gallette di patate alle ortiche
- 92** **Indice**

Prefazione

Com'è che un'appenzellese di origine, oltretutto domiciliata in Ticino, si mette a scrivere un libro su un formaggio che è un po' la quintessenza della Svizzera centrale? Questa storia ha due ingredienti principali, il caso di chiamarli così: da un lato, ricordi d'infanzia legati a bellissime vacanze contadine trascorse proprio nel cuore della Svizzera e, dall'altro, l'indiscussa eccellenza del formaggio in questione, il delizioso e genuino Sbrinz AOC. Sono nata in Appenzello ma sono cresciuta a Berlino. Grazie a Pro Juventute, durante la mia infanzia passavo ogni anno qualche settimana in Svizzera, assieme a mio fratello. Poiché ho sempre amato moltissimo gli animali, il mio più grande desiderio era trascorrere le vacanze in una fattoria. Per molti anni fui ospite nella bella località di Grafenort, sull'Altzellerberg, presso un'accogliente famiglia di contadini di montagna. L'Altzellerberg è un angolo di Svizzera assolutamente intatto, con prati e pascoli di un verde incantevole, dove regnano le mucche che producono proprio il latte destinato allo Sbrinz AOC. Ancora oggi, quel luogo è per me veramente magico.

L'antica via seguita dai somieri che trasportavano lo Sbrinz da Stansstad a Engelberg passava proprio da Grafenort. E a Leimi, sull'Altzellerberg, la piccola cittadina che ero ebbe la fortuna di imparare a mungere. Ogni anno, però, dovevo dire addio a quel paradiso, al quale ero così affezionata. Qualcosa mi diceva che un giorno sarei riuscita a vivere e lavorare nella Valle di Engelberg, sotto le imponenti vette dei due Walenstock.

Mentre a Berlino seguivo la formazione di nutrizionista, tornai a trascorrere le mie vacanze in Svizzera, negli alpeggi sopra Engelberg. Lì conobbi da vicino il meravi-

glioso lavoro artigianale del casaro di montagna. Aiutavo a mungere e potei persino occuparmi della coltura di fermenti lattici per la preparazione del formaggio, ciò che allora considerai un vero onore. Terminati gli studi, volli lavorare in Svizzera e il mio desiderio si avverò, poiché riuscii rapidamente a trovare un posto nella mia adorata Valle di Engelberg. Più tardi, dopo una capatina professionale in Ticino, tornai ancora per un breve periodo nella Svizzera centrale; all'epoca abitavo persino accanto a un caseificio che produceva Sbrinz. 15 anni fa mi sono stabilita in Ticino dove, in qualche modo, finisce anche il mio «itinerario Sbrinz», poiché l'antica via dei somieri che lo trasportavano partendo da Engelberg giungeva, una volta valicate le Alpi, proprio a Domodossola, poco lontano da qui.

Da anni, l'unico formaggio grattugiato che regna senza contrasti nella mia cucina è lo Sbrinz AOC. Quando faccio la spesa, la mia preferenza va a una produzione non solo regionale, ma anche attenta e rispettosa degli animali: due criteri ai quali l'unico formaggio elvetico a pasta extra-dura risponde perfettamente. Mi auguro che questo libro riesca a conquistargli molti nuovi estimatori. Mi sta a cuore far capire ai lettori che in cucina è possibile sostituire il Parmigiano con lo Sbrinz, sempre e comunque, e che la ricetta riesce perfettamente anche con il formaggio «made in Switzerland»! Così che in futuro, per dare quel certo tocco a piatti di pasta, risotto e verdura, pensino innanzitutto allo Sbrinz AOC. Attorno a me, vedo che i Ticinesi sono grandi appassionati dello Sbrinz AOC: perché anche gli abitanti della Svizzera interna non dovrebbero lasciarsi entusiasmare?

Erica Bänziger

Introduzione

Formaggio – grazie al caso!

Circa 10 000 anni fa l'essere umano si sedentarizzò e iniziò ad addomesticare dapprima ovini e caprini, più tardi anche bovini. Il loro latte serviva all'allevamento, ma era anche utilizzato come alimento fresco. La produzione in eccedenza era conservata in brocche di terracotta. Al freddo non era un problema, ma al caldo ci si accorse che il latte diventava acido e si addensava. Questo fenomeno, dovuto alla proliferazione dei fermenti lattici, diede origine a un primo e rudimentale procedimento, tuttora praticato, con il quale si ottiene un formaggio fresco a pasta molle, che può anche essere lasciato stagionare fino a una consistenza semidura.

Anche la caseificazione, ossia la produzione con l'aggiunta di caglio, il tipo di lavorazione tradizionale ora più diffuso, è verosimilmente stata inventata per caso, qualche migliaio di anni più tardi. Furono con ogni probabilità pecorai della Mesopotamia (l'attuale Iraq) che, conservando la loro razione giornaliera di latte in contenitori ottenuti da stomaci di pecora, osservarono come l'azione congiunta del calore solare e del movimento costante, assieme alle tracce di caglio restate negli otri, trasformassero questo latte in un alimento solido.

In epoca romana (VIII–VII sec. a. C.) la produzione di formaggio si diffuse largamente in tutta la zona mediterranea. A Nord delle Alpi si propagò grazie alla presenza dei Celti.

Il formaggio conquista la Svizzera

Durante il pieno Medioevo (XII–XIII sec.) la colonizzazione delle Alpi riprese il suo slancio. Fu probabilmente la sovrappopolazione a provocare, nel corso del XV secolo, un movimento migratorio verso le pianure. Le condizioni climatiche indussero una maggiore suddivisione del lavoro, così che l'Altopiano si specializzò nella produzione cerealicola, mentre nella zona alpina si affermò l'economia lattiera. In fonti scritte risalenti al XII secolo è già questione di formaggio locale, tanto nella regione della Gruyère quanto nella Svizzera centrale, e nel XIII secolo anche nell'Emmentaler. Ma solo tra il XVI e il XVII secolo s'impose, sul versante settentrionale delle Alpi, la lavorazione con il caglio, grazie alla quale si poteva ottenere un formaggio a pasta dura. La sua compattezza e la lunga conservabilità erano ideali per il trasporto dagli alpeggi ai punti di raccolta nei villaggi di montagna e, da lì, attraverso le Alpi verso l'Italia. Di questo sistema di someggiatura ci sono giunte testimonianze storiche soprattutto per lo Sbrinz o, come era chiamato inizialmente, lo «Spalenkäse».



Un somiere di altri tempi

Le forme di allora erano nettamente più piccole come le aziende che le producevano, e come ridotto era anche il rendimento delle bovine. Si pensi che dal latte di 12–20 mucche si otteneva una forma quotidiana di 15 kg. Ai nostri formaggi è stato dato un nome solo tra il XVII e il XVIII secolo. Le attuali differenze tra lo Sbrinz, il Gruyère e l'Emmentaler, ad esempio, sono dovute a modalità di stagionatura diverse impostesi con l'andare del tempo.



In cammino sulla Via dello Sbrinz (www.sbrinzroute.ch)

Sbrinz – un successo di esportazione

Sin dall'inizio lo Sbrinz fu esportato con successo, soprattutto verso sud, e per questa ragione, contrariamente al Gruyère e all'Emmentaler, continuò a essere prodotto in forme più piccole. Solo così, infatti, era possibile sistemarlo nei fusti, poi saldamente assicurati ai basti degli animali da soma. Alla popolazione di montagna, il commercio dello Sbrinz diede un po' di benessere e permise di importare modeste quantità di riso e di vino.

L'ambito titolo AOC

Dopo 11 mesi di stagionatura, le forme sono classificate da una commissione indipendente. A quelle che ottengono 18 o più sui 20 punti previsti è attribuito il marchio AOC (= Appellation d'Origine Contrôlée, ossia denominazione di origine protetta). Lo Sbrinz AOC è prodotto in 28 caseifici della Svizzera centrale, di cui 8 caseifici d'alpe. Esso è sinonimo soprattutto di qualità; la quantità è un aspetto secondario. Si lavora solo il latte di mucche che in estate pascolano nei prati e in inverno mangiano fieno. È vietato impiegare latte di bovine nutrite con insilati e foraggio concentrato. Per una forma di 45 kg occorrono oltre 600 litri di latte crudo fresco. Lo Sbrinz AOC è messo in commercio 24 mesi dopo la produzione; per lo Sbrinz confezionato in sottili fettine arrotolate, la stagionatura dura invece 20 mesi.



Lo Sbrinz in commercio

In commercio, lo Sbrinz AOC è presentato tradizionalmente in cunei di una certa grandezza (100g–500g), in pezzetti più piccoli (cubetti pronti per l'aperitivo), a fettine sottili (confezionate in rotolini) o grattugiato. Il sito www.sbrinz.ch dà molte informazioni dettagliate.



Grattugia da Sbrinz

Piatta da Sbrinz per rotolini



Punteruolo da Sbrinz per cubetti

Antipasti



Stuzzichini di castagne alla pancetta e Sbrinz →

12 castagne (in vasetto o sottovuoto)
12 fettine di pancetta
12 rotolini di Sbrinz
12 foglioline di salvia
pepe dal macinino
olio d'oliva

- 1 Stendere le fette di pancetta sul ripiano di lavoro. Svolgere su ogni fetta un rotolino di Sbrinz e posarvi una castagna. Riavvolgere, decorare con una fogliolina di salvia e fissare con uno stuzzicadenti.
- 2 Disporre gli stuzzichini su una teglia foderata di carta oleata. Infornarli e cuocere a 220 °C per circa 8 minuti, fino a quando lo Sbrinz è fuso. Sforarli e passarli con un filo d'olio, così che la salvia non secchi. Dare un giro di pepe.

Consiglio Le castagne sono ancora più buone se arrostiti in padella, con un po' di olio d'oliva.

Frittelle alle erbe con Sbrinz

2½ dl di acqua
½ cucchiaino di sale marino grezzo
½ dl di olio d'oliva
150 g di farina bigia di spelta
3-4 uova da allevamento all'aperto
50 g di Sbrinz grattugiato
4-5 cucchiaini di erbe aromatiche tritate
(ad es. rosmarino, timo e maggiorana)

- 1 Portare a ebollizione l'acqua con il sale e l'olio d'oliva. Versare la farina in un sol colpo, mescolare energicamente fino a quando la massa si stacca dal fondo del tegame. Unire un uovo dopo l'altro, continuando a impastare. Per finire, aggiungere lo Sbrinz e le erbe.
- 2 Prelevare un po' di impasto con un cucchiaino da minestra e formare le frittelle. Friggere nell'olio a 180 °C.

Consiglio Servire con una salsina allo yogurt di pecora, insaporito con aglio pressato e erba cipollina tagliuzzata oppure con rafano grattugiato finemente e un po' di sale.



Zuppa di cipolle alla salvia

1-2 cucchiaini di olio d'oliva o di nocciole,
oppure burro
200 g di cipolle
½ cucchiaino di farina bianca
½ l di brodo di pollo o di verdura
5 foglie di salvia
sale marino grezzo
pepe dal macinino
noce moscata macinata fresca

2 fette di pane
50 g di Sbrinz grattugiato

- 1 Con un coltello o con un affettaverdura tagliare le cipolle ad anellini. Imbiondirli nell'olio. Spolverare di farina e sciogliere con il brodo. Cuocere 20 minuti a fuoco lento, aggiungendo le foglie di salvia per gli ultimi 5 minuti. Insaporire con il sale, il pepe e la noce moscata.
- 2 Cospargere le fette di pane con lo Sbrinz. Infornare e cuocere per 8 minuti circa a 220 °C.
- 3 Versare la zuppa nelle ciotole e servire con i crostini allo Sbrinz.

Minestra di lenticchie rosse all'erba cipollina

60 g di lenticchie rosse
1 piccola cipolla tritata
3 dl e ½ di brodo di verdura
pepe dal macinino
1 cucchiaino di olio d'oliva
1 mazzetto di erba cipollina tagliuzzata
40-50 g di Sbrinz grattugiato

Cuocere le lenticchie e la cipolla nel brodo di verdura per 15 minuti, a fuoco lento. Insaporire con il pepe e l'olio d'oliva. Versare la minestra nelle ciotole, guarnire con l'erba cipollina e lo Sbrinz.

Variante Assieme alle lenticchie, cuocere anche una dadolata di verdura e pancetta.

Piatti principali



Knöpfli alla zucca con prosciutto e funghi

knöpfli (per 4 persone)

250 g di farina bianca di spelta
1 piccolo potimarron (zucca farinosa),
ossia 250 g di purea di zucca sgocciolata
3 uova da allevamento all'aperto
1 cucchiaino di sale marino grezzo

prosciutto e funghi (per 2 persone)

olio di nocciola o d'oliva (per dorare)
50 g di prosciutto a dadini
100 g di funghi coltivati, a fettine
Sbrinz grattugiato

1 Sbucciare la zucca, tagliarla a metà e togliere i semi. Tagliarla poi a pezzetti e cuocerli al vapore fino a quando diventano teneri. Passarli al tritatutto quando sono ancora caldi. Disporre un canovaccio in un setaccio, versarvi la purea e lasciar sgocciolare sopra una ciotola per qualche ora (il liquido così raccolto potrà essere utilizzato per una minestra o una salsa).

2 Amalgamare tutti gli ingredienti dei knöpfli e lasciar riposare 30 minuti.

3 Cuocere i knöpfli con l'apposito setaccio, in abbondante acqua salata. Sono cotti quando riaffiorano. Pescarli delicatamente con la schiumarola e passarli sotto l'acqua fredda.

4 Dorare in una padella, con l'olio, i knöpfli, il prosciutto e i funghi. Disporre nei piatti e cospargere abbondantemente di Sbrinz.

Consigli L'olio di nocciola dà ai knöpfli una sfumatura particolare. L'aroma può essere messo ulteriormente in valore aggiungendo all'impasto mezzo cucchiaino di aghi di rosmarino tritati.

È pratico preparare una quantità superiore di knöpfli e congelare le porzioni in eccesso. Per la cottura, è semplice: versare direttamente i knöpfli congelati nell'acqua bollente salata, e procedere nello stesso modo.

