**ISTITUTO COMPRENSIVO**
**DI SCUOLA DELL'INFANZIA**
**E 1° CICLO D'ISTRUZIONE**
DEI COMUNI DI

**FORNO DI ZOLDO**
**ZOLDO ALTO**
**ZOPPÈ DI CADORE**

# lunare doimilenuof 2009

Grop di Ladin de Zoldo
Union di Ladin da Zopè
Istituto Ladin de la Dolomites

| | | |
|---|---|---|
| **1** | **Đuoiba** | *prim dì de l an* |
| 2 | Venđre | |
| 3 | Sabeda | |
| **4** | **Domenega** | |
| 5 | Lunes | *vea de Pascheta calende - paarùoi* |
| **6** | **Martes** | *Pascheta luga la donaza* |
| 7 | Mercol | |
| 8 | Đuoiba | |
| 9 | Venđre | |
| 10 | Sabeda | |
| **11** | **Domenega** | |
| 12 | Lunes | |
| 13 | Martes | |
| 14 | Mercol | |
| 15 | Đuoiba | |
| 16 | Venđre | *San Tiziaan de chi da Guoima* |
| 17 | Sabeda | *Sant Antone de chi dal Fóor* |
| **18** | **Domenega** | |
| 19 | Lunes | |
| 20 | Martes | *San Bastiaan de chi da Stregà* |
| 21 | Mercol | |
| 22 | Đuoiba | |
| 23 | Venđre | |
| 24 | Sabeda | |
| **25** | **Domenega** | |
| 26 | Lunes | |
| 27 | Martes | |
| 28 | Mercol | |
| 29 | Đuoiba | |
| 30 | Venđre | |
| 31 | Sabeda | |

# 2009 Digneer

*secio da l aiva*

*na panogia de sorech*

## AL BATOL
*(pinza – peta)*

*Chel che ocor:*
*an chilo de farina de formeent,*
*medo chilo de farina de sorech, aiva, zuchero,*
*an sin de sal.*
*Se se vol se puol dontà la scorza de n limoon, lat,*
*medo goto de sgnapa, na bustina de levà, uof, oio de oliva.*

*Come che se faas:*
*se meseda dut co le maign su la brega fin che ven na pasta molesina; se fa fuora calche derza, longhe cuant che se ol e se le cuos inte foor.*

*Na ota i metea la pasta inte na padela o direta su la lasta del larin con an cuerce par sora e i la scuerdea co le bronze, la braas e l zendre fin che la era cota. Calche ota, conforme chel che se metea inte, la vegnia dura e arsa, da magnà col lat.*

*al fogheer*

# 2009 Faureer

1 **Domenega**
2 Lunes *la zeriùola*
3 Martes
4 Mercol
5 Đuoiba
6 Venđre
7 Sabeda
**8 Domenega**
9 Lunes
10 Martes
11 Mercol
12 Đuoiba
13 Venđre
14 Sabeda *San Valantin de chi da Maresoon*
**15 Domenega**
16 Lunes
17 Martes
18 Mercol
19 Đuoiba *Đuoiba grasa*
20 Venđre *Venđre gnocolaar*
21 Sabeda
**22 Domenega**
23 Lunes
24 Martes *ultem de carneval*
25 Mercol *al dì dal zendre*
26 Đuoiba
27 Venđre
28 Sabeda

## I TORTIEI
### de chi da Zopè

*Chel che ocor:*

*trei uof, na scudelina de lat, farina de formeent, an sculier de zuchero, la scorza de n limoon gratada, doi pom, an gotesin de cuavita, na busteta (o meda) de levà, sal (chel che ocor), oio per fride*

*Come che se fa:*

*ocor scusà e taià su i pom a tochet picioi picioi e po se tra dute le robe inte na scudela e se meseda, con an sculier, anfin che deventa na bela pastela molesina. Ades l é ora de scaudà ben polito l'oio inte na tecia e, co l é ben caut, se tra inte chela pastela, an sculier o doi a la ota.*

*Col piron, intant che se fride, s i ota, se pesa du n sin e s i torna otà, anfin ch i a ciapà an bel color.*

*Man man ch i é cot, ocor i tirà fuora, i mete inte na scudela e i tra sora na preseta de zuchero.*

*In Zoldo i se ciama*

**BARUFOI** o **FRITOI**

# 2009 Maarz

| | | |
|---|---|---|
| **1** | **Domenega** | |
| 2 | Lunes | |
| 3 | Martes | |
| 4 | Mercol | |
| 5 | Đuoiba | |
| 6 | Venđre | |
| 7 | Sabeda | |
| **8** | **Domenega** | |
| 9 | Lunes | |
| 10 | Martes | |
| 11 | Mercol | |
| 12 | Đuoiba | |
| 13 | Venđre | |
| 14 | Sabeda | |
| **15** | **Domenega** | *San Longin de chi da la Costa* |
| 16 | Lunes | |
| 17 | Martes | |
| 18 | Mercol | |
| 19 | Đuoiba | *Sant Isep de chi da Brusadaz Meda Caresema* |
| 20 | Venđre | |
| 21 | Sabeda | *Prim dì da insuda* |
| **22** | **Domenega** | |
| 23 | Lunes | |
| 24 | Martes | |
| 25 | Mercol | |
| 26 | Đuoiba | |
| 27 | Venđre | |
| 28 | Sabeda | |
| **29** | **Domenega** | |
| 30 | Lunes | *Fiera de maarz dal Fóor* |
| 31 | Martes | |

*An cadin*

## I RADICI COL LARDO

***Chel che ocor:***

*radici de pra, lardo, asé, sal, pever.*

***Come che se fa:***

*i radici de pra si cura su da insuda, co i è pena vegnui su e i è ancora tendre. Ocor i lagà anca an sin de radis, parchè che le fuoie le reste dute auna, e i lavà ben polito. Si met inte n cadin e s i conza con an sin de sal e pever. Inte na padela se met a fride calche feta de lardo taia a tochet; co l à ciapà coloor e l é vegnù crocante, se tra inte na springiada de asé e se l doersa sora ai radici; se meseda su dut e se magna inbota.*

*I radici pi grainc (e dur!) se puol i cuose inte l aiva salada e dapò s i magna conzai come erbe cote.*

*Pesta sal*

# Auril 2009

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Mercol | |
| 2 | Đuoiba | |
| 3 | Venđre | |
| 4 | Sabeda | |
| **5** | **Domenega** | *Domenega del olif* |
| 6 | Lunes | |
| 7 | Martes | |
| 8 | Mercol | |
| 9 | Đuoiba | |
| 10 | Venđre | |
| 11 | Sabeda | |
| **12** | **Domenega** | *Pasca* |
| **13** | **Lunes** | *Lunes daré Pasca* |
| 14 | Martes | |
| 15 | Mercol | |
| 16 | Đuoiba | |
| 17 | Venđre | |
| 18 | Sabeda | |
| **19** | **Domenega** | |
| 20 | Lunes | |
| 21 | Martes | |
| 22 | Mercol | |
| 23 | Đuoiba | |
| 24 | Venđre | |
| **25** | **Sabeda** | *San Marco de chi da la Vila* |
| **26** | **Domenega** | |
| 27 | Lunes | *Fiera de auril dal Fóor* |
| 28 | Martes | |
| 29 | Mercol | |
| 30 | Đuoiba | |

## I GNOCH DA CADIN

*Chel che ocor:*
*farina de formeent, sal, aiva, puigna seca, botiro, (polenta seca)*

*Come che se faas:*
*Se meseda inte n cadin farina, aiva cauda e sal fin che deventa na pastela abastanza mola.*
*Se sgia na pegnata de aiva salada broant e se met inte an sin a la ota sta pastela con an cazuol.*
*Co i ven parsora vol di che i é coi e se puol i scolà e i conzà co la puina gratada e col botiro frit.*
*Se se à an sin de polenta vanzada, se puol la taia su a tooch picioi e la tra inte l aiva insieme a chi autre gnoch.*

# 2009 Mai

| | | |
|---|---|---|
| 1 | **Venđre** | *al dì de chi che laora* |
| 2 | Sabeda | |
| 3 | **Domenega** | |
| 4 | Lunes | *San Foriaan de chi da La Pief* |
| 5 | Martes | |
| 6 | Mercol | |
| 7 | Đuoiba | |
| 8 | Venđre | |
| 9 | Sabeda | |
| 10 | **Domenega** | |
| 11 | Lunes | |
| 12 | Martes | |
| 13 | Mercol | |
| 14 | Đuoiba | |
| 15 | Venđre | |
| 16 | Sabeda | *San Duaan dal Poont Aut* |
| 17 | **Domenega** | |
| 18 | Lunes | |
| 19 | Martes | |
| 20 | Mercol | |
| 21 | Đuoiba | |
| 22 | Venđre | |
| 23 | Sabeda | |
| 24 | **Domenega** | *La Sensa* |
| 25 | Lunes | |
| 26 | Martes | |
| 27 | Mercol | |
| 28 | Đuoiba | |
| 29 | Venđre | |
| 30 | Sabeda | |
| 31 | **Domenega** | *Pentecoste* |

*Doi sesole*

*farina, uof e somenze de pavà*

## GRAFOIGN

*Chel che ocor:*

*an chilo de farina de formeent, 7 uof, 300 g de botiro, sal, sgnapa, scorza de limon, 100 g de zuchero, oio par fride;*
*par inpenì: biscoti sech sfregolai, marmelata, zuchero, scorza e sugo de limoon, mez bicerin de graspa, miel, somenze de pavà smarzegade.*

*Come che se faas:*

*se meseda dut auna: i uof, la farina, al zuchero, al botiro delegà, an cuciarin de sal, an bicerin de sgnapa, na scorza de limoon gratada. Se laora su la brega la pasta fin che dut l é ben mesedà e molesin; se spiana col matarel de n spessor sotil e se taia fuora co la zirela tanti de zerce, a uso laarch diese schei.*
*S i met int a meez chel che ocor del ripien, sgià prima, se piega sora al zerce e se fraca been che se sere polito ste medelune. S i friz inte l oio broant e dapò si met a se sugà su la carta; par sora se met an sin de zuchero.*
*Na ota i grafoign i vegnia sgiai incant che i se maridava e i é dava fuora dapò la noza, davant giesia, come i confeti al di dancuoi.*

*Botiro*

# 2009 Duign

1 Lunes
**2 Martes** *Festa de la Republica Taliana*
3 Mercol
4 Đuoiba
5 Venđre
6 Sabeda
**7 Domenega**
8 Lunes
9 Martes *Ultem dì de scola*
10 Mercol
11 Đuoiba
12 Venđre
13 Sabeda
**14 Domenega** *Corpus Domini*
15 Lunes *Sainc Vit, Modesto e Cresenzia de chi da Fornegise*
16 Martes
17 Mercol
18 Đuoiba
19 Venđre
20 Sabeda
**21 Domenega** *Prim dì da istà*
22 Lunes
23 Martes
24 Mercol
25 Đuoiba
26 Venđre
27 Sabeda
**28 Domenega**
29 Lunes
30 Martes

## LE FUOIE ROSTIDE

*Chel che ocor:*

par an chilo – farina, oot uof, 150 g de botiro, sal, sgnapa, la scorza de doi limoign, 150 g de zuchero, oio par fride.

*Come che se faas:*

se met inte na scudela i uof, al zuchero,al botiro delegà, an cuciarin de sal, an bicerin de sgnapa, na scorza de limoon gratada, an sin de vanilia e se meseda ben polito; intaant se met inte la farina che ocor. Se laora su la brega da pasta fin che dut l é ben molesin; dapò se la laga se pausà an tooch inte na scudela scuerta.
Co l é ora se la spiana an sin a la ota col matarel de n spessor de puochi milimetri e se taia fuora co la zirela tanti de tooch a uso cuadrati o retangoi, con an per de tai int a meez.
S i met inte l oio broant par puochi atimi chi ciape coloor e dapò si met a se sugà su la carta.
Se met via par sora an sin de zuchero.

# 2009 Lui

an Cauderin piciol

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Mercol | |
| 2 | Đuoiba | |
| 3 | Venđre | |
| 4 | Sabeda | |
| **5** | **Domenega** | |
| 6 | Lunes | |
| 7 | Martes | |
| 8 | Mercol | |
| 9 | Đuoiba | |
| 10 | Venđre | |
| 11 | Sabeda | *Sainc Armacola e Fortunato de chi da Cozolveer* |
| **12** | **Domenega** | *Madona de la Salute de chi da Doont* |
| 13 | Lunes | |
| 14 | Martes | |
| 15 | Mercol | |
| 16 | Đuoiba | |
| 17 | Venđre | |
| 18 | Sabeda | |
| **19** | **Domenega** | |
| 20 | Lunes | |
| 21 | Martes | |
| 22 | Mercol | |
| 23 | Đuoiba | |
| 24 | Venđre | |
| 25 | Sabeda | |
| **26** | **Domenega** | *Sant Ana de chi da Zopè* |
| 27 | Lunes | |
| 28 | Martes | |
| 29 | Mercol | |
| 30 | Đuoiba | |
| 31 | Venđre | |

## LA MENESTRA DA FASUOI

*Chel che ocor:*

fasuoi (sech o fresch), aiva, sal, oio, patate, canela se se vol.
par al desfrit: oio, zeola, lardo, farina de formeent.

*Come che se faas:*

se met a boie l aiva salada, con an sin de canela se se vol, e calche patata; se tra inte inbota i fasuoi se se dora de chi sech, osenò se speta che l aiva la boie se i fasuoi i é fresch.
Intant che i fasuoi i se cuos, se sgia al desfrit: se friz inte n padelin la zeola taiada su sotila, l oio e n sin de lardo taia a tochet picioi.
Co l é frit polito se tira fuora la zeola e al lardo (le frize) e se donta an cuciaro de farina de formeent; incant che la é rosolada, se roersa adasioot al desfrit inte la menestra.
Adees, se se vol, se puol mete inte anca risi o paste e co i fasuoi i é coot, se menestra inte piat.

# 2009 Aost

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Sabeda | San Pelegrin de chi da i Coi |
| 2 | **Domenega** | |
| 3 | Lunes | |
| 4 | Martes | |
| 5 | Mercol | |
| 6 | Đuoiba | |
| 7 | Venđre | |
| 8 | Sabeda | |
| 9 | **Domenega** | |
| 10 | Lunes | San Laurenz de chi da Brusadaz |
| 11 | Martes | |
| 12 | Mercol | |
| 13 | Đuoiba | |
| 14 | Venđre | |
| 15 | **Sabeda** | Madona de aost |
| 16 | **Domenega** | San Rooch de chi da Bragareza, Pianaz e Guoima |
| 17 | Lunes | |
| 18 | Martes | |
| 19 | Mercol | |
| 20 | Đuoiba | |
| 21 | Venđre | |
| 22 | Sabeda | |
| 23 | **Domenega** | Se cor la 37.a Sganbada |
| 24 | Lunes | |
| 25 | Martes | |
| 26 | Mercol | |
| 27 | Đuoiba | |
| 28 | Venđre | |
| 29 | Sabeda | |
| 30 | **Domenega** | |
| 31 | Lunes | |

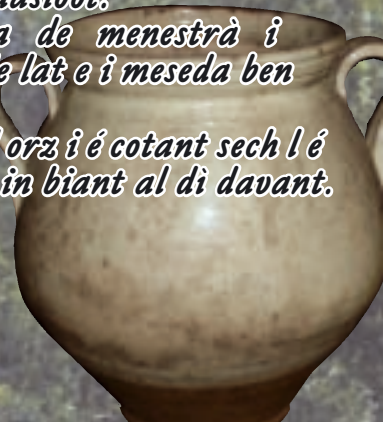
## LA MENESTRA DA ORZ

### CHEL CHE OCOR:

an scudelin de orz e un de fasuoi, aiva, sal, oio, 2 patate, na zeola, na carota e n sin de osmarin; se se vol an tochet de lardo e anca doi fuoie de oreer e an spigol de ai.

### COME CHE SE FAAS:

Se met inte na pegnata l oio, l osmarin, la zeola e la carota taiade su e se laga rosolà dut, mesedando ogni taant. Se tira fuora l osmarin e se donta aiva cauda, sal, al scudelin de fasuoi, le patate a tochet; se laga boie fin che se a coot i fasuoi. Adees se donta anca l orz e se fa boie ancora par an peer de ore adasioot.
Valguinc prima de menestrà i donta an sin de lat e i meseda ben polito.
Se i fasuoi e l orz i é cotant sech l é meio i mete in biant al dì davant.



# 2009 Setenbre

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Martes | |
| 2 | Mercol | |
| 3 | Đuoiba | |
| 4 | Venđre | |
| 5 | Sabeda | |
| **6** | **Domenega** | |
| 7 | Lunes | |
| 8 | Martes | *Madona de setenbre* |
| 9 | Mercol | |
| 10 | Đuoiba | |
| 11 | Venđre | |
| 12 | Sabeda | |
| **13** | **Domenega** | |
| 14 | Lunes | |
| 15 | Martes | |
| 16 | Mercol | |
| 17 | Đuoiba | |
| 18 | Venđre | |
| 19 | Sabeda | |
| **20** | **Domenega** | |
| 21 | Lunes | |
| 22 | Martes | |
| 23 | Mercol | *Prim dì da fardima* |
| 24 | Đuoiba | |
| 25 | Venđre | |
| 26 | Sabeda | |
| **27** | **Domenega** | |
| 28 | Lunes | |
| 29 | Martes | |
| 30 | Mercol | |

## LE FORTAIE
### (co la piria)

*Chel che ocor:*

*uof, farina de formeent, zuchero, limoon, sal, levà, lat, oio*

*Come che se faas:*

*se meseda inte na scudela i uof, al zuchero, al sal, la scorza de n limoon gratada e l levà; indaremaan se donta doi cuciari de oio e la farina che ocor par sgià na pasta slusega.*

*Se inpenis de sta pastela la piria e se la laga di du a bogol inte l oio broant che la devente come na bisa intorcolada. Co la é frita se la scola co la caza forada,e se tra via parsora an sin de zuchero.*

# Otobre 09

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Đuoiba | |
| 2 | Venđre | |
| 3 | Sabeda | |
| **4** | **Domenega** | *San Franzesch de chi dal Fòor* |
| 5 | Lunes | |
| 6 | Martes | |
| 7 | Mercol | |
| 8 | Đuoiba | |
| 9 | Venđre | |
| 10 | Sabeda | |
| **11** | **Domenega** | |
| 12 | Lunes | |
| 13 | Martes | |
| 14 | Mercol | |
| 15 | Đuoiba | |
| 16 | Venđre | |
| 17 | Sabeda | |
| **18** | **Domenega** | |
| 19 | Lunes | *Fiera del Rosare dal Fòor* |
| 20 | Martes | |
| 21 | Mercol | |
| 22 | Đuoiba | |
| 23 | Venđre | |
| 24 | Sabeda | |
| **25** | **Domenega** | *Madona del Rosare su n Zopè* |
| 26 | Lunes | |
| 27 | Martes | |
| 28 | Mercol | |
| 29 | Đuoiba | |
| 30 | Venđre | |
| 31 | Sabeda | |

## LE FAVETE
### de chi da Zopè

*Chel che ocor:*

*uof, farina de forment, zuchero, cuavita, levà, vanilia, limon, onto, oio, sal*

*Come che se fà:*

*se mete inte na scudela i uof, doi sculier de zuchero e si sbate polito; se donta la farina, l onto delegà da na banda, la scorza de n limon gratada, an sin de sal, an bicerin de cuavita, an sin de levà e de vanilia.*

*Se inpasta dut ben polito fin che vegn na pasta bela molesina.*

*Se laga sta pasta che la se pause an sin, intant se met su n fuoch na padela co l oio a se scaudà.*

*Se tool an sin de pasta e, su la brega, se fa fuora an cordon; se l taia su a tochet, grainc come an gnoch, e si tra inte l oio ben caut; co i à ciapà an bel color, s ì tira fuora co la caza forada e si mete a sugà su la carta. Se mete via par sora an sin de zuchero.*

*In Zoldo cheste le se ciama*

**CASTAGNOLE**

# 2009 Noenbre

| | | |
|---|---|---|
| **1** | **Domenega** | I Sainc |
| 2 | Lunes | I Moort |
| 3 | Martes | |
| 4 | Mercol | San Carlo de chi da Pecol |
| 5 | Đuoiba | |
| 6 | Venđre | |
| 7 | Sabeda | |
| **8** | **Domenega** | |
| 9 | Lunes | |
| 10 | Martes | |
| 11 | Mercol | |
| 12 | Đuoiba | |
| 13 | Venđre | |
| 14 | Sabeda | |
| **15** | **Domenega** | |
| 16 | Lunes | |
| 17 | Martes | |
| 18 | Mercol | |
| 19 | Đuoiba | |
| 20 | Venđre | |
| 21 | Sabeda | Madona de la Salute de chi da Doont |
| **22** | **Domenega** | |
| 23 | Lunes | |
| 24 | Martes | |
| 25 | Mercol | Santa Catarina de chi da Doont |
| 26 | Đuoiba | |
| 27 | Venđre | |
| 28 | Sabeda | |
| **29** | **Domenega** | |
| 30 | Lunes | Sant Andrea de chi da Praloonch |

## I CASONZIEI

la zuca dala

**Chel che ocor:**

zuca dala, zeola, botiro, sal, canela, garofol, pever, puigna seca.

Par fa la pasta: medo chilo de farina de formeent, 3 o 4 uof, medo goto de aiva, an sin de sal

**Come che se faas:**

se lessa la zuca a tooch e dapò se la desfriz co la zeola taiada su, al botiro e an sin de sal, pever, canela e garofol; se la cuos par an sin, senpre mesedando.

Par fa la pasta se meseda dut chel che ocor su la brega, dapò se fa an sfuoi e se taia fuora tanti de zerce col stanp da casonziei o con an goto col cul in su (se puol anca dorà la zirela e taià fuora cuadrati che dapò se piega a triangol). Sora ogni torondel de pasta se met an grumet de zuca, se tira sora la pasta e se la sera ben polito dut intoor parchè che no la se daverde intaant che la boi.

S i met a cuose inte l aiva salada broant; co i ven su, s i tira fuora co la caza forada e si conza con an bel sin de puigna gratada e de botiro frit.

stanp da casonziei

# 2009 Dizenbre

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Martes | |
| 2 | Mercol | |
| 3 | Đuoiba | |
| 4 | Venđre | |
| 5 | Sabeda | |
| **6** | **Domenega** | *San Nicolò de chi da le Fosine* |
| 7 | Lunes | |
| **8** | **Martes** | *Madona de dizenbre* |
| 9 | Mercol | |
| 10 | Đuoiba | |
| 11 | Venđre | |
| 12 | Sabeda | |
| **13** | **Domenega** | *Santa Luzia* |
| 14 | Lunes | |
| 15 | Martes | |
| 16 | Mercol | |
| 17 | Đuoiba | |
| 18 | Venđre | |
| 19 | Sabeda | |
| **20** | **Domenega** | |
| 21 | Lunes | *Prim dì d inveer* |
| 22 | Martes | |
| 23 | Mercol | |
| 24 | Đuoiba | |
| **25** | **Venđre** | *Al dì de Nadaal* |
| **26** | **Sabeda** | *San Stefen* |
| **27** | **Domenega** | |
| 28 | Lunes | |
| 29 | Martes | |
| 30 | Mercol | *San Liberaal de chi da Fornegise* |
| 31 | Đuoiba | *Ultem dì de l an* |

## I PAPAZUOI

*Chel che ocor:*
farina de formeent,
lat, aiva, sal, (risi)

*Come che se faas:*
Co la farina, al sal
e l aiva se sgia na pasta
abastanza dureta
e sfregolosa.
Se la tra du inte l aiva
col lat (e i risi) che boi,
se meseda con an piroon
e così ven tante de fregole.
Se laga boie par calche
menuto e dapò i papazuoi
i é pronti da magnà.
Calche femena la sfregolava
la pasta int a meez
a le maign intant
che la la trava inte pegnata,
così vegniva meio tanti
de batoi.

# Presentazioon

*A vegnì a saé chel che i magnava e come che i lo fea i nost noni o chi ancora pi vege co i era tosat, se aon fat de marevea, usai come che sion a catà su n taula ogni dì na roba indiferente e a pudè di "chest al me sa boon... voi chel o voi chel autre!".*

*Se rende coont che duti i dì "o che l era polenta o che l era patate" con valch de puoch apede, l é stat motivo de pensà an sin a cuant che sion fortunai al dì dancuoi.*

*Mancomal che, na ota inca de taant, anca in la ota l era na ocasioon par magnà valch con an saoor indiferente e, soraldut se l era valch de dooz.... par chi tosat l era na gran festa!*

*Inte l lunare aon sturtà alora dodes de ste ricete, che no le era da duti i dì, specie se parlon de fuoie rostide o de grafoign!*

*Inte scola l é vegnù anca calche femena che ne a mostrà come che se sgia ste robe e aon anca proà a mesedà su farina, uof, zuchero e dut al rest che ocor; ma chel che ne a saù pi bel l é lugà a la fin, co l era ora de zercà chel che l era vegnù fuora: al pi de le ote se aon slecà du de le besole e anca di deet, ma calche ota valguinc i é a dat del naas e no i é stai boign de n parà du gnanca an bocoon; (ma anca calche anziaan, a sentì descore de papazuoi o de dufa, i ven i sgris, da taant che i n a magnà co i era picioi!).*

*St an l é donca na bona ocasioon par proà a fa, anca inte casa, valch da magnà che cuasi neguinc se pensa pi, e sentì i saoor e i stof del damagnà da na ota.*

*Boon an e boon apetito!*

Scoprire cosa mangiavano da piccoli i nostri nonni o le persone ancora più anziane e come lo preparavano, ci ha molto meravigliato, abituati come siamo noi oggi a trovare in tavola ogni giorno qualcosa di diverso e a poter dire "questo mi piace… voglio questo o quello!"

Rendersi conto che tutti i giorni "o era polenta o erano patate" con poco companatico, è stata l'occasione per riflettere su quanto siamo fortunati oggi.

Per fortuna che, ogni tanto, anche allora, c'era qualche occasione per mangiare qualcosa con un sapore diverso e, soprattutto se era dolce, per i bambini era una grande festa.

Nel calendario abbiamo pertanto inserito dodici di queste ricette, che non erano certamente quotidiane, soprattutto se erano le *"fuoie rostide"* o i *"grafoign"*!

A scuola abbiamo anche invitato alcune signore che ci hanno fatto vedere come si preparavano alcuni di questi piatti.

Anche noi abbiamo provato a impastare farina, uova, zucchero e tutti gli ingredienti necessari; ma quello che più ci ha appassionato è arrivato alla fine, quando è venuto il momento di assaggiare i cibi preparati: spesso ci siamo leccati le labbra e anche le dita, ma a volte qualcuno, più schizzinoso, non è riuscito ha inghiottirne neanche un boccone, (anche a qualche anziano però vengono i brividi a sentir parlare di *"papazuoi"* o *"dufa"*, da quanto ne ha mangiato da piccolo!).

Quest'anno perciò può essere l'occasione per provare a preparare qualcuno di questi cibi, che quasi nessuno si ricorda, e sentire così i sapori e gli odori del cibo di un tempo.

Buon anno e buon appetito!

Anca sta ota, e l é al cuart an,
al Ministero de le Scole Publiche
al ne à daidà a stanpà al nost lunare.

Anche quest'anno il Ministero dell'Istruzione
ci ha sostenuto nella realizzazione
del calendario.

# Sani e sarevede an autr an!

## Chi tosat de le scole de Zoldo e de Zopè

COMUNE DI FORNO DI ZOLDO

COMUNE DI ZOLDO ALTO

COMUNE DI ZOPPÈ DI CADORE

Istituto Ladin de la Dolomites

## •1• AL BATOL (PINZA-PETA)

**Ingredienti:**
Un kg di farina bianca, ½ kg di farina gialla, acqua, zucchero,sale.
Si può aggiungere anche buccia di limone grattugiata, latte, mezzo bicchierino di grappa, lievito, uova, olio d'oliva.

**Come si fa:**
Si mescolano tutti gli ingredienti sulla spianatoia finché si ottiene un impasto morbido ed elastico; si preparano delle trecce, lunghe a piacere e si cuociono in forno.
Una volta l'impasto veniva messo in una padella o direttamente sulla pietra del focolare, con sopra un coperchio, e veniva ricoperto da braci e cenere calda fino a cottura completa.

*Talvolta risultava una focaccia dura e secca, da intingere nel latte: dipendeva dalla quantità degli ingredienti.*

## •2• I TORTIEI DE CHI DA ZOPÈ

**Ingredienti:**
3 uova, una scodella di latte, farina bianca, un cucchiaio di zucchero, una buccia di limone grattugiata, due mele, un bicchierino di grappa, una busta di lievito, sale, olio per friggere.

**Come si fa:**
Sbucciare e tagliare a piccoli pezzettini le mele; con un cucchiaio mescolare tutti gli ingredienti in una terrina fino ad ottenere un impasto morbido. Versare a cucchiate nell'olio bollente. Con una forchetta girare le frittelle mentre si cuociono fin quando raggiungono un bel colore. Toglierli dall'olio e metterli in una scodella cospargendoli di zucchero.

*In Zoldo si chiamano* **BARUFOI O FRITOI**

## •3• I RADICI COL LARDO

**Ingredienti:**
Radicchio di prato, lardo, aceto, sale, pepe.

**Come si fa:**
Si raccolgono i radicchi in primavera nei prati quando sono appena spuntati e perciò teneri. Si lascia un po' di radice per tenere insieme le foglie e si lava accuratamente.
Si mettono in una terrina e si condiscono con poco sale e pepe. Si friggono alcune fette di lardo tagliate a dadini; quando il lardo ha preso colore ed è diventato croccante, si aggiunge una spruzzata di aceto e si versa subito sul radicchio; si mescola bene e si mangia.
Il radicchio ormai cresciuto (e più duro !) si può cuocere in acqua salata e condirlo come le altre erbe cotte.

## •4• I GNOCH DA CADIN

**Ingredienti:**
Farina bianca, acqua, sale, ricotta affumicata, burro, (polenta avanzata)

**Come si fa:**
Si mescolano farina, acqua calda e sale fino ad ottenere una pastella piuttosto tenera. Si mette la pastella in acqua bollente a cucchiaiate. Quando i gnocchetti vengono a galla sono cotti e si possono scolare e condire con ricotta grattugiata e burro fuso.
Se c'è un po' di polenta avanzata , si può tagliare a cubetti e versarli nell'acqua insieme agli altri gnocchetti.

## •5• I GRAFOIGN

**Ingredienti:**
Per l'impasto: 1 kg di farina, 7 uova, burro, sale, un bicchierino di grappa, una buccia di limone grattugiata, zucchero, olio per friggere.
Per il ripieno: biscotti secchi sbriciolati, marmellata, zucchero, una buccia di limone grattugiata e il succo, mezzo bicchierino di grappa, miele, semi di papavero schiacciati.

**Come si fa:**
Si mescola tutto insieme: uova, farina, zucchero, burro sciolto precedentemente, un cucchiaino di sale, la grappa, la scorza e il succo di limone. Si lavora l'impasto sulla spianatoia fin quando è ben amalgamato e morbido; si tira col mattarello una sfoglia sottile e si ritagliano dei cerchi di circa 10 cm di diametro. Si mette al centro di ogni cerchio un po' del ripieno, precedentemente preparato unendo tutti gli ingredienti, e si ripiega la pasta schiacciando bene sull'orlo delle mezzelune ottenute.
Si friggono in abbondante olio bollente e si asciugano su carta assorbente da cucina; spolverizzarli con lo zucchero.
*Un tempo questo dolce veniva preparato in occasione dei matrimoni e distribuito dopo la cerimonia, all'esterno della chiesa, come i confetti oggi.*

## •6• LE FUOIE ROSTIDE

**Ingredienti:**
1 kg di farina bianca, 8 uova, 150 g di burro, 150 g di zucchero, grappa, la buccia di 2 limoni grattugiata, 1 cucchiaino di sale, olio per friggere.

**Come si fa:**
Si scioglie il burro e si mescola alle uova, allo zucchero, al sale, alla grappa, alla vaniglia e alla buccia di limone; intanto si aggiunge la farina. Si lavora la pasta sulla spianatoia finché diventa omogenea e morbida, poi si lascia a riposo in un contenitore coperto. Si tira la sfoglia un po' alla volta molto sottile, si taglia con la rotella dentata in quadrati o rettangoli con due taglietti al centro. Si friggono in olio bollente per poco tempo; quando sono dorati si asciugano su carta da cucina e si spolverizzano con zucchero.

## •7• LA MENESTRA DA FASUOI

**Ingredienti:**
Fagioli secchi o freschi, acqua, sale, olio, patate, cannella se si vuole.
Per il soffritto: olio, cipolla, lardo, farina bianca.

**Come si fa:**
Si fa bollire l'acqua salata, con un po' di cannella, se si vuole, e qualche patata; si versano subito i fagioli, se sono secchi, altrimenti si aspetta che l'acqua sia bollente, se i fagioli sono freschi.
Mentre si cuociono i fagioli si prepara il soffritto friggendo in una padella la cipolla tagliata sottile, con l'olio e il lardo a piccoli pezzetti. Quando è tutto ben fritto si tolgono la cipolla e il lardo e si aggiunge un cucchiaio di farina; quando questa è rosolata, si versa il tutto lentamente nella minestra. Ora volendo si può aggiungere riso o pasta e quando anche i fagioli sono cotti, si versa nel piatto.

## •8• LA MENESTRA DA ORZ

**Ingredienti:**
Una scodella di orzo e una di fagioli, acqua, sale, olio, due patate, una cipolla, una carota e un rametto di rosmarino; se si vuole un pezzetto di lardo, qualche foglia di alloro, aglio.

**Come si fa:**
Si mette in pentola l'olio, il rosmarino, la cipolla e la carota a pezzetti e si lascia rosolare mescolando ogni tanto. Si toglie il rosmarino e si aggiunge acqua calda, sale, i fagioli e le patate tagliate a pezzi; si fa bollire fin quando i fagioli sono cotti. Ora si aggiunge anche l'orzo e si continua la bollitura, a fuoco basso, per due ore circa.
Qualcuno, prima di servire, aggiunge un po' di latte e mescola bene.
Se i fagioli e l'orzo sono secchi è meglio metterli a bagno in acqua dal giorno prima.

## •8• LE FORTAIE (CO LA PIRIA)

**Ingredienti:**
Uova, farina, zucchero, buccia di limone, lievito, sale, latte, olio per friggere.

**Come si fa:**
Si mescolano insieme uova, zucchero, sale, buccia di limone grattugiata e lievito; si aggiungono due cucchiai di olio e, un po' alla volta, la farina fino ad ottenere un impasto piuttosto fluido. Si riempie con questo impasto l'apposito imbuto e si lascia colare la pasta nell'olio bollente a spirale, così che sembri un serpente attorcigliato. Quando è fritta si scola con la schiumarola e si spolvera di zucchero.

## •10• LE FAVETE DE CHI DA ZOPÈ

**Ingredienti:**
Uova, farina bianca, zucchero, grappa, lievito, limone, burro, sale, olio per friggere.

**Come si fa:**
In un recipiente si sbattono insieme le uova con due cucchiai di zucchero; quindi si aggiungono la farina, il burro sciolto a parte, la scorza grattugiata di un limone, il sale, un bicchierino di grappa, un po' di lievito e vaniglia. Si impasta bene tutto in modo da ottenere un impasto morbido. Si lascia la pasta a riposo e intanto si mette a scaldare l'olio. Sulla spianatoia, con un po' di pasta alla volta, si ricavano dei lunghi cordoni da tagliare a pezzetti, come gnocchi e si versano nell'olio bollente; quando hanno un bel color nocciola, si sgocciolano con la schiumarola e si asciugano su carta assorbente da cucina; sopra si spolverizza lo zucchero.
*In Zoldo si chiamano* **CASTAGNOLE**

## •11• I CASONZIEI

**Ingredienti:**
Zucca gialla, cipolla, burro, sale, cannella, chiodi di garofano, pepe, ricotta affumicata.
Per la pasta:
mezzo kg di farina bianca, 3 o 4 uova, mezzo bicchiere d'acqua, sale.

**Come si fa:**
Si lessa la zucca a pezzi, poi si soffrigge con la cipolla tritata, il burro, sale, pepe, cannella e i chiodi di garofano; si cuoce per un po' sempre mescolando. Per preparare la pasta si mescolano sulla spianatoia tutti gli ingredienti, poi si tira una sfoglia e si ritagliano tanti cerchi con l'apposito stampo o con un bicchiere rovesciato (si possono anche ritagliare dei quadrati con la rotella, da ripiegare poi a triangolo). Su ognuno si mette una quantità adatta di impasto e si ripiegano accuratamente schiacciando bene intorno per evitare che si aprano durante la cottura.
Si cuociono in acqua salata bollente; quando vengono a galla si scolano e si condiscono con burro fuso e ricotta affumicata grattugiata.

## •12• I PAPAZUOI

**Ingredienti:**
Farina bianca, latte, acqua, sale, (riso).

**Come si fa:**
Con la farina, il latte e un po' di sale si prepara una pastella piuttosto compatta e friabile.
Si versa nell'acqua e latte già bollente e si mescola con una forchetta ottenendo così la formazione di tanti piccoli grumi. Si lascia cuocere per qualche minuto dopo di che sono pronti da mangiare. Si può aggiungere del riso.
Certe donne sbriciolavano la pasta tra le mani mentre la versavano nella pentola, così i grumi si formavano più facilmente.