

/ ERBE SPONTANEE

ABSTRACT

Le erbe spontanee, che si raccolgono camminando nei prati e lungo i sentieri, sono ingrediente fondamentale per sughi vegetali, minestre e bevande.

DESCRIZIONE

Le Valli del Torre e del Natisone si collocano in una fascia compresa tra collina e Prealpi e i loro prati e boschi sono portatori di notevole biodiversità in termini di flora e vegetazione.

Per questo motivo, soprattutto nella stagione primaverile, è davvero lunga la lista di ricette che possono essere preparate grazie alle erbe spontanee. Prima di tutto nelle pentole per la preparazione delle minestre non mancano l'ortica, il tarassaco o la matricaria.

Il pesto, poi, non è chiaramente quello di basilico, ma di aglio orsino, che profuma la casa per giorni, e condisce perfettamente le tagliatelle fatte in casa.

Immane le frittate alle erbe a seconda della stagionalità e durante tutto l'anno.

Una citazione a parte meriterebbero le bevande, dal dissetante sciroppo di sambuco con fiori freschi macerati alle grappe e ai digestivi a base di erbe.



BIBLIOGRAFIA

Ricette delle Krivapete, edizioni Krivapete

Sot la Nape. Note sulla cucina nelle valli del Torre / Paolo Pellarini [Biblioteca della Società Filologica Friulana – Udine]

Dezela frike in gubance, kako so kuhale nase none / Dalle Valli del frico e della gubana, antiche ricette della slavia friulana di Vesna Leskovic, Dino Del Medico. [Biblioteca di Remanzacco]

Due mondi = Dva sveta di Fabio Bonini, Comune di Stregna [Biblioteca di Stregna]

/ WILD HERBS

ABSTRACT

Wild herbs, collected by walking in the meadows and along the paths, are a fundamental ingredient for vegetable sauces, soups, and drinks.

DESCRIPTION

The Torre and Natisone Valleys are in a strip between hills and Prealps and their meadows and woods are bearers of remarkable biodiversity in terms of flora. As a result, especially in the spring, the list of recipes that can be prepared using wild herbs is quite long. First and foremost, there is no shortage of nettle, dandelion, or matricaria in soup pots.

The pesto, then, clearly is not made with basil, but with wild garlic, which perfumes the house for days and perfectly seasons homemade tagliatelle.

Herb omelettes are a must, depending on the season and throughout the year.

The drinks deserve a separate mention, from thirst-quenching elderberry syrup with fresh macerated flowers to grappa and herbal digestives.



BIBLIOGRAPHY

Ricette delle Krivapete, edizioni Krivapete

Sot la Nape. Note sulla cucina nelle valli del Torre / Paolo Pellarini [Biblioteca della Società Filologica Friulana – Udine]

Dezela frike in gubance, kako so kuhale nase none / Dalle Valli del frico e della gubana, antiche ricette della slavia friulana di Vesna Leskovic, Dino Del Medico. [Biblioteca di Remanzacco]

Due mondi = Dva sveta di Fabio Bonini, Comune di Stregna [Biblioteca di Stregna]

/ WILDKRÄUTER

ABSTRACT

Die Wildkräuter, die man auf den Wiesen und den Pfaden entlang sammeln kann, sind eine wichtige Zutat für die mit Pflanzen gemachten Soßen, Suppen und Getränke.

BESCHREIBUNG

Die Täler des Natisone befinden sich in einem Streifen zwischen Hügel und Voralpen. Ihre Wiesen und Wälder mit ihrer Flora und Vegetation sind von einer besonderen Artenvielfalt gekennzeichnet.

Aus diesem Grund ist die Liste jener Rezepte, die man besonders im Frühling mit den Wildkräutern zubereitet kann, sehr lange.

Brennnessel, Löwenzahn und Kamille fehlen nie in den Suppentöpfen.

Der Pesto ist klarerweise nicht mit Basilikum gemacht, sondern mit Bärlauch, der tagelang im Haus duftet und die hausgemachten Tagliatelle-Nudeln perfekt abschmeckt.

Die je nach Jahreszeit und über das ganze Jahr hinweg zubereiteten Kräuterpfannkuchen sind unabkömmlich.

Eine extra Erwähnung gilt den Getränken:

durststillender Holundersirup mit frischen, im Grappa gegärten Blüten und verdauungsfördernder Kräuterlikör.



BIBLIOGRAPHIE

Ricette delle Krivapete, edizioni Krivapete

Sot la Nape. Note sulla cucina nelle valli del Torre / Paolo Pellarini [Biblioteca della Società Filologica Friulana – Udine]

Dezela frike in gubance, kako so kuhale nase none / Dalle Valli del frico e della gubana, antiche ricette della slavia friulana di Vesna Leskovic, Dino Del Medico. [Biblioteca di Remanzacco]

Due mondi = Dva sveta di Fabio Bonini, Comune di Stregna [Biblioteca di Stregna]