

## LE CASTAGNE

In Val Cavargna le castagne hanno costituito per secoli un'essenziale fonte di sostentamento per la popolazione. Maestosi castagni, a volte plurisecolari, crescono nei boschi della valle soprattutto nella fascia medio-bassa che va dai 600 agli 850 metri di altitudine. In passato, quando maturavano le castagne, i giovani salivano sugli alberi e battevano i ricci con delle pertiche (scodadò) per far cadere a terra i frutti. Le donne aprivano i ricci caduti con un pezzo di legno (giova) e raccoglievano le castagne in una sacca che allacciavano alla vita (sachinada). Le castagne venivano consumate sia fresche che secche.

### Castagne fresche

I “bargutin”, castagne bollite con la buccia; i “plada”, castagne bollite senza buccia, ottime da consumare con il latte o con la panna nella ricetta detta “lac-mel”, (latte e miele, per la sua dolcezza); i “braschè”, le caldarroste, cotte sul fuoco vivo nella specifica padella bucherellata.

### Castagne secche

Le castagne destinate all'essiccazione venivano portate dalle donne nella “gra”, un essiccatoio che veniva ricavato nei solai delle abitazioni e in cui veniva dirottato il fumo del camino oppure al “secadò”, l'essiccatoio. Dopo due settimane le castagne venivano girate e dopo altre due settimane erano pronte. I frutti così essiccati venivano posti ancora caldi in un tronco incavato detto “pila” e venivano pestati con dei mazzuoli di legno in modo da separarli dalla buccia. Si facevano anche saltare nel “val”, una specie di cesta a due manici larga e piatta, con un lato alto e uno bassissimo, in modo che gli scarti volassero via. Le castagne secche potevano essere conservate in grandi cassapanche (marnon) e consumate durante l'inverno oppure portate al mulino per essere macinate e trasformate in farina (polt), le bucce erano utilizzate l'anno successivo come combustibile per l'essiccatoio e gli scarti invece servivano a sfamare galline e maiali. I ricci ancora chiusi venivano raccolti ed ammucciati negli “ariscè”, le castagne così si conservavano fresche fino all'inverno.