Destinazione “gourmet”: la Valtellina, storia, natura, tradizioni e un irresistibile peccato di gola…

Benvenuti in Valtellina!

(recipe in italian and english) →

Per coloro che sono alla ricerca di un weekend all'insegna della natura, la Valtellina offre meravigliosi monti, prati e corsi d'acqua, mentre i turisti che amano conoscere la sua identità storica, troveranno numerose torri e castelli, da scoprire percorrendo meravigliosi circuiti e itinerari trekking.

LA STRADA DEI BORGHI

Iniziamo il nostro viaggio da **Codera** a **Ponte** fino a **Teglio.** Vi aspetta un percorso che conduce all'interno di alcune delle zone più belle della Valtellina, dove scoprirete testimonianze della storia e incantevoli borghi, dal fascino d'altri tempi come **Scilironi, Spriana, Scarpatetti , Castello dell'Acqua, Savogno-**

Savogno

Eccoci a **Teglio,** patria dei ***pizzoccheri*.**
Sosta d'obbligo all'**Accademia del Pizzocchero,** custode della ricetta originale del piatto principe della cucina valtellinese. I pizzoccheri sono tipiche tagliatelle preparate a base di farina e grano saraceno, coltivato in Valtellina fin dal 1600, e poi condite con verze, patate, burro e formaggio Casera. Piatto ricco e sostanzioso, qualcuno dice *"un peccato di gola"* e io rispondo: *"il vero peccato è… non mangiarli!"*

I tipici pizzoccheri valtellinesi

IL CIRCUITO DEI CASTELLI

Tra gli itinerari più interessanti troviamo il **Circuito dei Castelli Tirano, è l**ungo oltre 30 km e tocca otto comuni mentre il **Circuito dei Castelli Grumello e Mancapane** permette di visitare due suggestivi castelli medievali.

Castello di Grumello

Altri castelli interessanti sono **Masegra, Grosio**, nei pressi del Parco delle Incisioni Rupestri, **Pedenale e Bellaguarda.** nella zona di Tirano e dintorni, **Grumello** a Montagna, con vista panoramica sulla città di Sondrio e **Domofole**, situato **a** Mello**,** nella Costiera dei Cech.

Castello di Domofole

LE TORRI

Da non perdere la torre **“De Li Beli Miri”** che domina la Valtellina dal dosso di Teglio così come quella di **Segname**, ancora intatta in Valchiavenna. In Valdidentro le **Torri di Fraele** risalgono al Medioevo e hanno sempre rivestito un ruolo cruciale per via della loro posizione strategica mentre a Montagna in Valtellina, vicino a Sondrio, si trova la **Torre di Mancapane**, alta circa 21 m.

Torre “De li beli miri”

MUSEI DEL TERRITORIO E DELLE TRADIZIONI POPOLARI

Museo Civico di Storia Naturale, Morbegno (aspetti naturalistici della Valtellina), **Ecomuseo della Valgerola**, (beni naturalistici e culturali del territorio), **Museo Minerario della Bagnada** (reperti legati alla attività estrattiva), **Museo Vallivo Valfurva** e **MUS! Museo,** Livigno e Trepalle (antiche tradizioni popolari)

Museo Vallivo Valfurva

MUSEI DELLA STORIA VALTELLINESE

Museo del Tesoro a Chiavenna, celebre per la Pace di Chiavenna, una preziosa copertina di evangeliario dell'undicesimo secolo. A breve distanza da Chiavenna, a Campodolcino, ecco il **Museo Valtellinese di Storia e Arte,** Lanzada e **Museo di Palazzo Besta,** (dimora nobiliare valtellinese del Cinquecento)

Palazzo Besta

Villa Visconti Venosta, a Grosio (arredi e oggetti della

nobile famiglia)
Museo di Palazzo Salis a Tirano, **Museo dei Sanatori** a Sondalo, che racconta la storia della costruzione del Villaggio Morelli e della cura delle malattie polmonari, **Museo Civico** di Bormio, **Mu.Vi.S** (Val Spluga e San Giacomo)

Museo Mu.Vi.S

A TAVOLA!
Tra le delizie valtellinesi, scoprirete gli **sciatt,** golose palline di pastella fritta ripiene di formaggio, la ***polenta cropa*,** cioè cotta nella panna e la ***polenta taragna***, preparata con farine miste di mais e di grano saraceno e accompagnata da formaggi tipici tra cui il **bitto** e i **caprini** aromatizzati con erbe, noci, peperoncino.

Tra i salumi trionfa la popolarissima **bresaola** e il **violino di capra,** salume artigianale ricavato dalla spalla e dalla coscia della capra. Tra le eccellenze del territorio, la **patata bianca** di Esino Lario e l'**olio del lago,** una produzione di altissima qualità organolettica, che può fregiarsi della D.O.P "Laghi Lombardi – Lario"

Salumi tipici della Valtellina

LA STELLA MICHELIN DIVENTA "GREEN" E CI PORTA A…

Mantello, in provincia di Sondrio , dove ci accoglie l' **Agriturismo La Fiorida,** moderna fattoria con caseificio e orto e possibilità di soggiornare. Nel suo ristorante La Presef troviamo lo Chef **Gianni Tarabini** eccellente nel portare in tavola il concetto di ospitalità e valorizzazione dei prodotti locali.

Passata di ceci e trota della Val Masino

Oltre alla Stella che brilla da anni sulla sua cucina, la Guida Michelin 2022 gli voluto attribuire anche la **Stella Verde,** il riconoscimento che premia i ristoranti paladini della sostenibilità, attenti alle conseguenze etiche e ambientali della loro attività, promotori dei produttori locali e sostenitori della filosofia “no waste” impegnata a evitare sprechi e ridurre, o meglio ancora, azzerare, l’impronta della loro filiera.

Chef Gianni Tarabini

Fedele e amante del suo territorio, Chef Gianni ci porta in **Val Masino,** una delle valli più suggestive e affascinanti della Bassa Valtellina, famosa per la la sua leggendaria

trota che troneggia in uno dei suoi piatti.
Come non ” rubargli” la ricetta?

FILETTO DI TROTA DELLA VALMASINO
Ingredienti
(per 4 persone)
600 g di filetto di trota
100 g di cipolla
100 g di carota
80 g di sedano
Verdure di stagione (40 g cad/1
carote, fagiolini, cime di rapa)
20 g di composta di uva e aceto
balsamico
q.b. erbe aromatiche
Sale, pepe
Preparazione
Sfilettare la trota, spinarla e togliere la pelle.
Battere delicatamente i filetti tra 2 fogli di carta da forno e successivamente condire i filetti con sale pepe e un mix di erbette aromatiche.
Arrotolare i filetti e chiuderli in un sacchetto sottovuoto da cottura. Con le carcasse delle cipolle, del sedano e delle carote preparare un brodo ristretto (tradizionale). Successivamente immergere il sacchetto sottovuoto in acqua a 58°C per 30 minuti.
Una volta cotto estrarre dal sacchetto la trota, tagliarla a trancetti regolari e servire con verdurine saltate, versare il suo ristretto e sopra ogni filetto la composta di uva e aceto balsamico.

La trota di Barnabini

…e nel calice?

La Valtellina è, fin dai tempi dei Romani, terra di viti e vino. Lungo lo straordinario **sistema terrazzato** con oltre 2500 km di muretti a secco che corrono lungo il versante retico della Valtellina nascono i grandi vini della Valtellina; questi nascono da uve **nebbiolo** e hanno una grande personalità. Fra i DOCG da non perdere lo **Sforzato (o Sfursat)**, un passito rosso secco o il **Valtellina Superiore**, prodotto con le uve dell'area compresa tra Berbenno di Valtellina e Tirano, suddiviso nelle cinque sotto denominazioni **Maroggia, Sassella, Grumello, Inferno e Valgella,** mentre nei terrazzamenti aggrappati alla roccia della **Alpi Retiche**, da millenni sono eroicamente coltivate le viti di Nebbiolo, qui chiamato *Chiavennasca*. oltre a vini rossi, rosati, bianchi, frizzanti, passiti, novelli e da vendemmia tardiva.

Eccellenze valtellinesi: la Rossola, la Pignola e la Brugnola, nota anche per il suo consumo come uva da tavola dopo l’appassimento sui tralci.

E per una trota del territorio?
Chef Tarabini ci ha consigliato il **Rosso di Valtellina DOC**, un rosso da vitigno, dal colore rosso rubino con riflessi granato, odore delicato, persistente, caratteristico e un sapore asciutto e leggermente tannico, con eventuale percezione di legno.

… E LE OSTERIE ?
Crotasc, Mese
Osteria del Crotto, Morbegno.
Osteria del Benedet, Delebio
Vecchia combo, Bormio
Altavilla, Bianzone

UN TRENINO ROSSO TRA IL BIANCO DELLE NEVI
Partendo da **Tirano.** il **Trenino rosso** vi porterà in un viaggio indimenticabile fino al meraviglioso viadotto elicoidale di **Brusio**. Superato il lago di **Poschiavo** e la stessa cittadina con le sue caratteristiche case patrizie, si punta verso **'Alp Grüm**, a 2.091 metri di altezza, con vista mozzafiato sulla Valposchiavo.

Passato il **Lago Bianco**, si raggiunge il valico del Bernina, da dove è possibile ammirare l'imponente ghiacciaio Morteratsch e il gruppo montuoso del Pizzo Bernina. Da lì, immerso nel silenzio e nell' incanto del paesaggio, il Trenino Rosso inizia la discesa verso i 1.775 m di quota di **St. Moritz**, destinazione finale di questo incredibile viaggio.

INFO
sistemamusealevaltellina.it
www.consorziovinivaltellina.com

for Michelin Starred Chef Tarabini recipe in english , Click Next>

THE MICHELIN STAR BECOMES “GREEN” AND TAKES US TO … Mantello, in the province of Sondrio, where the **Agriturismo La Fiorida** welcomes us, a modern farm with dairy and vegetable garden and restaurant La Presef guided by find Chef **Gianni Tarabini** , who is excellent in bringing to the table the concept of hospitality and enhancement of local products.

Passata di ceci e trota della Val Masino

n addition to the Star that has shone on his cuisine for years, the 2022 Michelin Guide also wanted to award him the **Green Star**, the recognition that rewards restaurants that are champions of sustainability, attentive to the ethical and environmental consequences of their business, promoters of local producers and supporters of “no waste” philosophy committed to avoiding waste and reducing, or better yet, eliminating the footprint of their supply chain ..

Chef Gianni Tarabini

Faithful and lover of his territory, Chef Gianni takes us to Val Masino, one of the most evocative and fascinating valleys of the Lower Valtellina, famous for its legendary trout that dominates one of his dishes.
How not to “steal” the recipe?

VALMASINO TROUT FILLET
Ingredients (for 4 people)
600 g of trout fillet 100 g of onion 100 g of carrot 80 g of celery Seasonal vegetables (40 g each / 1 carrots, green beans, turnip greens) 20 g of grape compote and vinegar balsamic q.s. herbs Salt and pepper
Preparation
Fillet the trout, bone it and remove the skin. Gently beat the fillets between 2 sheets of baking paper and then season the fillets with salt, pepper and a mix of aromatic herbs. Roll up the fillets and seal them in a vacuum cooking bag. With the carcasses of the onions, celery and carrots prepare a narrow broth (traditional). Subsequently immerse the vacuum bag in water at 58 ° C for 30 minutes. Once cooked, remove the trout from the bag, cut it into regular slices and serve with sautéed vegetables, pour its sauce and the grape compote and balsamic vinegar on top of each fillet.

La trota di Barnabini

INFO
sistemamusealevaltellina.it
www.consorziovinivaltellina.com