

# Il libro. L'arte della 'schiscetta'

Con questo libro la 'schiscetta', ovvero la scatola porta pranzo, diventa trendy, facile e sana, perché segue la stagionalità degli ingredienti. 82 ricette illustrate, ultrasemplici originali, buone e veloci da realizzare per un pranzo a misura d'ufficio sempre nuovo. Su una doppia pagina sono presentate le foto degli ingredienti accanto al piatto finito che andranno a comporre. La ricetta sta in meno di dieci righe ed è pensata per una persona. Pesce, verdura e frutta per un pasto sfizioso ed equilibrato.

## Lunch Box

di Sabrina Fauda-Rôle, Foto: Akiko Ida

L'Ippocampo, 2019

---

## Buon anno con ceci e zampetti

Da un punto di vista etnografico, le festività di fine anno rappresentano una profonda stratificazione di usi e credenze tra le quali, a ben vedere, quelle apportate dalla cristianità costituiscono una patina piuttosto superficiale. In passato i mesi più freddi erano un tempo di profonde inquietudini e di timori ancestrali, dominato dall'apprensione che l'indebolimento dell'attività solare imbaldanzisse gli spiriti dell'oscurità e dell'oltretomba. Il solstizio di inverno, in prossimità del quale la Chiesa ha calcolatamente collocato la festività del Natale, segnava il punto di svolta di questo ciclico avvicendamento di forze benefiche e malefiche, di cui l'umanità doveva propiziare il positivo epilogo tramite gli strumenti prescritti dal culto.

All'interno di questo quadro, le pratiche alimentari legate alle ricorrenze di fine dicembre hanno assunto un profondo valore simbolico, legato da un lato al tema del culto dei defunti, che per la loro collocazione in grembo alla terra erano eletti a custodi delle sementi sparse negli arativi, e dall'altro a quello della corroborazione, con un afflato per lo più sacrificale, dell'universale ripresa della fertilità dopo gli aspri rigori dell'inverno. Più che di un'antica cucina del Natale, acquista dunque significato parlare di una sequenza coordinata di gesti gastronomici che in passato dal cuore dell'autunno aveva sviluppo sino all'inizio del nuovo anno.

Due erano i motivi di spicco che si alternavano in seno a questo ciclo culinario, cui oggi si stenterebbe ad assegnare alcuna connotazione natalizia. Da un canto aveva distinzione una cucina dei semi – cereali e legumi – intimamente connessa alla devozione per i trapassati. A questa si intercalava la cucina del porco, al quale numerose culture del passato – dal microcosmo Greco-Romano a quello germanico-scandinavo – associavano strettamente la nozione di fecondità.

Lungo la prima linea ha risalto la zuppa di ceci e tempia di maiale che la tradizione milanese lega al giorno dei morti, la cui chiara ispirazione pagana trae evidenza dalla stridente trasgressione della regola di magro, ma anche l'antichissima minestra di grani mangiativi che Antonio Tiraboschi rammenta si consumasse a Bergamo a fine anno. Il maiale è ancor oggi incontrastato primattore sulle tavole natalizie dei paesi baltici e della Transilvania, ma non sorprende che la testa lessata del suino venga servita il 25 dicembre sulle mense della bassa veronese, o che per la medesima ricorrenza nella marca trevigiana tra i bolliti con la *pearà* spicchi l'osso *magòn* (ossocollo). E neppure nella Bergamo ottocentesca del Tiraboschi poteva passare inosservato il florilegio di salumi da pentola – da prosciutti e zampetti a salsicciotti e cotechini – che nell'ultima decade dell'anno guarniva vetrine

e scaffali delle botteghe cittadine.

---

## Nel regno dei passiti

Rappresentano una realtà di nicchia nel mercato del vino, ma con le feste diventano protagonisti. Ed è un ruolo meritato perché, con la loro storia millenaria e l'enorme varietà offerta dalla nostra penisola, rappresentano un fiore all'occhiello del Made in Italy. I passiti, conosciuti anche come i vini della meditazione, sono una tra le più affascinanti e antiche tipologie di vino.

Gialli o rossi, a seconda dell'uva con cui sono prodotti, liquorosi come il Passito e lo Zibibbo di Pantelleria, ma anche secchi come lo Sforzesco, grazie al loro nettare dolce sono perfetti per accompagnare biscotti, frutta secca e dolci natalizi, panettone e pandoro in primis, ma una buona scelta anche come elisir da aperitivo abbinati a formaggi e stuzzichini. Con l'accortezza di degustarli leggermente freschi (non meno di 8-10°) e in calici di piccola dimensione così da assaporarne tutta l'intensità.

Il nome – passiti – e il loro nettare dolce è dovuto all'uso di uve appassite che disidratate dall'acqua preservano la componente zuccherina.

In Italia esiste una grande varietà di passiti, dall'Alto Adige alla Sardegna, ognuno con le proprie peculiarità. Si va dalla Malvasia sarda, il Passito e lo Zibibbo di Pantelleria (dichiarato nel 2014 patrimonio dell'Unesco) alla Malvasia delle Lipari, gioiello delle isole Eolie; dai Picolit, Ramandolo e Vermentino friulani ai Moscati rosa e giallo friulani. E poi ci sono il Gewurztraminer dell'Alto Adige, il Greco di bianco calabro, il Vin Santo della Toscana, l'Aleatico del Lazio, il Sagrantino umbro, la Vernaccia delle

Marche, l'Albana Passito di Romagna, lo Sciachetrà delle Cinque Terre; e salendo più a nord, l'Amarone e il Recioto della Valpolicella, il Moscato d'Asti, il Moscato di Alessandria, lo Sforzato di Valtellina fino ad arrivare in territorio bergamasco con il Moscato di Scanzo che rappresenta la più piccola Docg italiana.

## **La docg più piccola è bergamasca**

Il Moscato di Scanzo è tra i vini italiani più antichi e uno dei rari moscati rossi prodotti in Italia. L'unico della Bergamasca ad avere la denominazione di origine garantita Docg. Fu Luigi Veronelli a battersi per il riconoscimento a questo vino.

Lo producono con orgoglio, da un antico vitigno autoctono – cioè in una terra ben circoscritta – 28 vignaioli quasi tutti nella piccola zona di Scanzorosciate. Ultima nata la giovane cantina Cascina San Giovanni, che nell'omonima località ha ripreso la vinificazione della vigna sporla, probabilmente impiantata dalla comunità religiosa dei Monaci Umiliati tra i secoli XII-XIV.

Il fascino del Moscato di Scanzo è dovuto al sapore aromatico e speziato di frutti rossi, rosa canina con sentori di liquirizia e cannella e a una storia che mischia cronaca e leggenda. Si racconta che la coltivazione di questo vitigno risalga al tempo dei Celti e che fu l'artista bergamasco Giacomo Quarenghi a farlo conoscere nel Settecento in tutta Europa portandolo in dono alla zarina di Russia.

Oggi il Moscato di Scanzo è un vino premiato dalle principali guide enologiche ed è apprezzato lungo tutta la penisola, in Germania, Belgio, Svizzera e Inghilterra (pare sia addirittura nella dispensa dei reali inglesi). Grazie all'iniziativa delle aziende De Toma e De Biava da poco si è fatto conoscere anche in Giappone e in Cina.

Dal 1983 lo valorizza il Consorzio Tutela Moscato di Scanzo che raccoglie 21 delle 28 aziende produttrici. «Gli ettari vocati sono 31, ad oggi ne sono coltivati a Moscato 25, con

una produzione di circa 50-60 mila bottiglie all'anno, da questa vendemmia però ci attendiamo una resa inferiore» dice il presidente Paolo Russo che anticipa diversi nuovi progetti per i prossimi mesi. «Per Natale abbiamo realizzato confezioni regalo con bottiglie e il bicchiere ufficiale del Moscato di Scanzo e in primavera, il sabato, torneranno i nostri "Appuntamenti con il produttore" che permettono di conoscere le produzioni delle nostre cantine. All'inizio di settembre ci sarà la "Festa del Moscato e dei sapori scanzesi" che quest'anno festeggia la sua tredicesima edizione".

Alla sede del Consorzio Moscato di Scanzo, in via Martinengo Colleoni a Scanzorosciate dal martedì al sabato dalle 9 alle 18 si possono acquistare i vini degli associati e le confezioni natalizie. La spesa per una bottiglia va dai 27 ai 38 euro. Info: tel. 035 659 1425 – mail. [info@consorzioscatodiscanzo.it](mailto:info@consorzioscatodiscanzo.it)

---

## **La stracciatella il gelato di Bergamo. Nascono le "Gelaterie Scelte"**

La Stracciatella il gelato di Bergamo saluta il 2019 con una preziosa novità che va ulteriormente ad arricchire il percorso di valorizzazione lanciato nel 2017. Nascono infatti le "Gelaterie Scelte", eccellenze del territorio nazionale Italiano – ma non solo – garanti di una qualità alimentare superiore e portavoce riconosciute e riconoscibili di una cultura artigianale autentica, tipica della tradizione gelatiera italiana. Le Gelaterie Scelte saranno da oggi, insieme alle gelaterie aderenti di Bergamo e Provincia, le

principali e indiscusse ambasciatrici del progetto e del brand.

L'obiettivo del progetto, promosso da Ascom Bergamo e Gelatieri Bergamaschi, con il sostegno di CCIAA Bergamo e il patrocinio del Comune di Bergamo, oltre al supporto delle aziende bergamasche del mondo del gelato Astori Group, Frigogelo, Ostificio Prealpino, Puntogel e Lactis, e di un marchio di assoluto prestigio come Lindt, si conferma ancora una volta quello di diffondere storia, valori e finalità di una delle eccellenze made in Italy riconosciute e universalmente apprezzate. Eccellenza che deve a Bergamo un contributo speciale: l'invenzione del gusto stracciatella nel 1961, ad opera di Enrico Panattoni della gelateria La Marianna, che da qualche tempo è diventato ufficialmente marchio del territorio, depositato e legato ad un disciplinare per la sua produzione autentica e originale.

Stracciatella il gelato di Bergamo: un gusto da raccontare. Arrivederci al 2020 per altre novità!

Tutte le info, e l'elenco completo delle Gelaterie Scelte, sul sito [www.lastracciatellailgelatodibergamo.it](http://www.lastracciatellailgelatodibergamo.it)

---

## **Trescore Balneario. Tasse azzerate per chi apre un negozio**

Il Comune di Trescore Balneario ha deciso di guardare al futuro, soprattutto a quello dei piccoli negozi o attività,

varando – con delibera di Consiglio – un regolamento ad hoc che contiene una serie di incentivi per rilanciare l'economia locale. Il regolamento prevede l'azzeramento delle imposte per un massimo di quattro anni per i commercianti che riapriranno esercizi chiusi da almeno sei mesi o amplieranno strutture già esistenti.

Le agevolazioni sono previste per le attività di vicinato e le medie strutture di vendita nei settori del commercio al dettaglio (compresi bar e ristoranti), del turismo, della fornitura di servizi destinati alla tutela ambientale, di beni culturali e del tempo libero e dell'artigianato. Sono escluse dai benefit le attività di compro oro e le sale slot. Le domande dovranno essere presentate in municipio dal primo gennaio al 28 febbraio.

---

## **Natale, ristoranti bergamaschi al completo da giorni. E per il Cenone si punta al pienone**

A Natale e Capodanno sono numerosi i bergamaschi a scegliere il ristorante per il pranzo in famiglia e per il cenone di San Silvestro. I ristoranti in città e provincia sono al completo da giorni, molti da più di due settimane.

Per assicurarsi un tavolo le prenotazioni sono arrivate in anticipo rispetto allo scorso anno.

In generale, dicembre è stato un mese abbastanza buono, anche se l'avvio non è stato grandioso in città e hinterland perché molti hanno optato per week-end in montagna con le prime nevicate. Le cene aziendali sono in ripresa e sono in lieve

crescita rispetto all'anno scorso, che era stato comunque buono.

*“Le prenotazioni non mancano e ai nostri tavoli ci sono soprattutto famiglie, dai nuclei più piccoli, anche la coppia, ai ritrovi più in grande– commenta **Petronilla Frosio**, presidente del Gruppo Ristoratori Ascom Confcommercio Bergamo. Le prenotazioni sono arrivate in anticipo rispetto allo scorso anno e quasi tutti non hanno più tavoli a disposizione. E Capodanno lascia ben sperare: con le prenotazioni che arrivano sempre all'ultimo minuto contiamo di registrare il tutto esaurito”.* Quanto ai menù, vince la tradizione. A Natale domina il cappone dall'antipasto ai brodi, ai secondi. C'è quello ruspante dei Gonzaga, la ricetta in due cotture, la terrina con vinaigrette, melograno e maionese alle erbe e il classico cappone ripieno. E tra i ristoratori c'è chi è andato a scovare ricette storiche, sino alla corte degli Estensi, come il cappone sfilacciato alla Stefani, bollito e servito in insalata con cedro e melograno. I più attenti al territorio inseriscono prodotti a km zero, dai salumi ai funghi, dalla cacciagione alla pecora gigante bergamasca.

Il menù di San Silvestro è più ricercato e lascia più spazio all'innovazione in cucina, senza però tradire la tradizione. Si porta sempre in tavola pesce, dalle ostriche e altre conchiglie ai crostacei, le bollicine sono irrinunciabili, come le lenticchie o il melograno di buon auspicio.

I prezzi? Si parte da 40-50 euro a salire per il menù completo di Natale; per il cenone di San Silvestro la media si aggira sui 55-65 euro, a salire.

Sia a Natale che a Capodanno non si rinuncia al panettone artigianale, prodotto da pasticcerie bergamasche, dalle pluripremiate a piccoli artigiani del gusto.

Non mancano infine i ristoranti che propongono piatti d'asporto. La sensazione è che siano in lieve calo gli ordini

per il servizio take-away, segno che probabilmente chi non ha voglia o tempo di mettersi ai fornelli preferisce investire qualcosa in più per pranzi e cene servite al ristorante. Tra i piatti d'asporto i preferiti sono gli antipasti e i secondi; per primi e dessert la sensazione è che ci si arrangi a casa.

---

## **Regali di Natale, le famiglie bergamasche spendono in media 550 euro**

Ogni famiglia bergamasca spenderà in media 560 euro per regali da mettere sotto l'albero, con una spesa individuale di 185 euro, un po' di più rispetto al dato nazionale e lievemente in calo rispetto allo scorso anno, quando la spesa pro-capite a Bergamo era di 191 euro. È il dato che emerge dall'analisi di Ascom Confcommercio Bergamo sui consumi.



A trainare le vendite di Natale, libri (in particolare i titoli per i ragazzi e i gialli), cesti regalo (con una spesa media tra gli 80 e i 100 euro) e rasoi elettrici, che si confermano un regalo apprezzato. Bene anche gli acquisti tra le bancarelle dei mercati. Sottotono le vendite di gioielli (per i preziosi la scelta ricade su articoli di valore contenuto), abbigliamento ed elettrodomestici. *“Nonostante sia*

*sempre più diffuso anticipare in parte l'acquisto dei regali di Natale, approfittando anche delle campagne di sconti come Black Friday, più di un consumatore su due continua a preferire la prima metà di dicembre per la scelta del regalo – evidenzia Oscar Fusini, direttore Ascom Confcommercio Bergamo –. Se le spese di novembre hanno sottratto un po' di budget agli acquisti per effetto tredicesima e, in parte ai saldi di gennaio, esiste comunque una tendenza positiva verso gli acquisti di Natale, segnale della voglia di ripresa delle persone. Ci auguriamo che sia di buon auspicio per l'anno che deve venire”.*

A **livello nazionale**, la spesa media pro capite per i regali rimane ferma a quota 169 euro, come lo scorso anno. L'86,9% degli italiani farà dei regali, in calo la quota dei consumi nei negozi.

I generi alimentari si confermano anche per il 2019 la tipologia di regalo più diffusa (il 73,3%), ma tra i prodotti maggiormente acquistati salgono giocattoli per i bambini (55%), capi di abbigliamento (47,1%), libri ed e-book (45,5%), trattamenti di bellezza (43% contro il 37,9%), film, dvd e musica digitale (16,6% contro il 15,9%); quanto al budget di spesa previsto, la quasi totalità dei consumatori stanzierà una cifra non superiore a 300 euro, con una spesa media in linea con lo scorso anno (circa 170 euro a testa); in ogni caso, per l'acquisto dei regali viene destinata solo una piccola parte della tredicesima (il 17,8%), mentre il grosso (66%) se ne va tra spese per la casa, risparmio, tasse e bollette.

Secondo i risultati dell'indagine sugli acquisti per i regali del Natale 2019 realizzata da Confcommercio-Imprese per l'Italia in collaborazione con Format Research, per i regali di Natale i negozi si confermano i canali d'acquisto preferiti dai consumatori (il 71,2% presso la grande distribuzione, il 57% nei piccoli esercizi commerciali), ma sono sempre più numerosi coloro che, nel mese di dicembre, ricorrono al

web. Negli ultimi 10 anni sono passati dal 3,8% a quasi il 55%, percentuale che sale ulteriormente nel periodo delle campagne scontistiche di novembre come Black Friday e Cyber Monday; tra i prodotti maggiormente acquistati sul web prevalgono carte regalo e buoni digitali (83,8%), abbonamenti a piattaforme di streaming (81,7%), biglietti per concerti (76,6%), trattamenti di bellezza (59%); il 45% dei consumatori utilizza siti di e-commerce specializzati, il 38,8% siti di aggregatori consolidati (in prevalenza Amazon, Ebay e Zalando), il 36% siti di e-commerce che hanno anche negozi fisici; infine, risulta in aumento sia la percentuale di chi cerca i prodotti nel negozio tradizionale per poi acquistarli online (il fenomeno dello "showrooming"), sia la quota di chi cerca il prodotto online e successivamente lo acquista nel negozio tradizionale ("reverse Showrooming"); in entrambi i casi, i prodotti più cercati prima dell'acquisto sono i capi di abbigliamento.

## **COSA SI REGALA A NATALE**

I generi alimentari si confermano anche per il 2019 la tipologia di regalo più diffusa: il 73,3% (contro il 74,2% del 2018) dei rispondenti ha affermato che effettuerà un regalo di questo genere. Tra i prodotti maggiormente acquistati salgono: i trattamenti di bellezza (43% contro il 37,9% del 2018), i giocattoli per i bambini (55% contro il 51,1% del 2018), gli articoli sportivi (9,7% rispetto al 7% del 2018), gli elettrodomestici (5,5% rispetto al 3% del 2018), computer e accessori (13,1% rispetto al 10,8% del 2018), i gioielli e bijoux (14,8% rispetto al 12,7% del 2018), i prodotti per animali (9,1% rispetto al 7,7% del 2018), tablet/kindle (7,1% contro il 5,8% del 2018), libri ed e-book (45,5% contro il 44,8% del 2018), film, dvd e musica digitale (16,6% contro il 15,9% del 2018), viaggi (6,6% contro il 5,9% del 2018), capi di abbigliamento (47,1% contro il 46,5% del 2018) e articoli per la casa (1,3% contro lo 0,9% del 2018). In diminuzione: vini e liquori, calzature, prodotti per la cura della persona,

generi alimentari, biglietti per concerti e spettacoli, giochi elettronici, abbonamenti a piattaforme di streaming, carte regalo o buoni regalo digitali, smartphone.

## **IL PERIODO PER FARE I REGALI**

L'acquisto dei regali di Natale è sempre più legato alla diffusione di acquisti nella «settimana degli sconti» (dal 22/11 al 29/11, la settimana del Black Friday). I consumatori tendono sempre di più ad anticipare l'acquisto dei regali natalizi approfittando delle nuove campagne scontistiche, come il già citato «Black Friday» ma anche il «Cyber Monday», che si stanno diffondendo sempre di più in Italia. Nella seconda metà di novembre, infatti, a fare acquisti è il 26%, in aumento rispetto al 2018 (erano il 22,3%) e, in particolare, ben il 56,6% ha dichiarato di voler approfittare della settimana degli sconti (erano il 49,7% nel 2018). La maggior parte dei consumatori, tuttavia, continua a preferire la prima metà di dicembre per l'acquisto dei regali (51,3%), mentre il 16,9% si dedica alla "caccia" al regalo tra il 16 e il 31 dicembre.

## **LA CIFRA CHE SI INTENDE SPENDERE PER GLI ACQUISTI**

Il 91,6% dei consumatori stanzierà un budget non superiore ai 300 euro per i regali di Natale (erano il 93,0% nel 2018). Nel dettaglio sono lievemente diminuiti coloro che nel 2019 hanno dichiarato di essere intenzionati a spendere tra i 100 e i 300 euro, essendo il 62,8% (contro il 63,9% del 2018). In leggera diminuzione anche la spesa media che nel 2019 risulta pari a 169 euro contro i 171 euro del 2018, i 166 del 2017 e i 164 del 2016.

In aumento la percentuale dei consumatori che intendono spendere oltre i 300 euro per i regali di Natale 2019, 8,4% contro il 7,0% del 2018, il 6,9% del 2017 e il 6,7% del 2016.

## **UTILIZZO DELLA TREDICESIMA**

Oltre il 75% dei consumatori percepisce la tredicesima. Di questi, il 25,9% la utilizzerà per le spese per la casa e la famiglia, il 20,4% la metterà da parte, il 19,5% la utilizzerà per pagare tasse e bollette. La quota destinata all'acquisto dei regali di Natale è pari al 17,8%. L'8% dei consumatori la utilizzeranno per viaggi e vacanze.

### **COME SARANNO PAGATI I REGALI DI NATALE**

La quasi totalità dei consumatori pagherà immediatamente i propri acquisti senza ricorrere a nessuna forma di rateizzazione della spesa. Il 44% pagherà i propri acquisti prevalentemente in contanti, il 30,8% in prevalenza tramite bancomat ed il 22,2% in prevalenza con la carta di credito.

[Indagine regali online grafici e tabelle](#)

---

# **Natale e dintorni tra bancarelle, luci e buona cucina**

Dicembre significa mercatini di Natale tra bancarelle, luci, colori, atmosfera di festa. Le occasioni per trovare idee regalo e omaggi gastronomici in Bergamasca sono più d'uno e non vi faranno rimpiangere i più blasonati mercatini di Trentino e Veneto. Artigiani, hobbisti e aziende agricole mettono in vetrina le loro creazioni e specialità gastronomiche, a km zero ma non solo. È l'occasione per fare incetta di regali di qualità, a suon di vino, olio, miele e dolci di ogni tipo, e regalarsi delle piccole gite fuori porta alla scoperta delle località più belle del nostro territorio.

## **Bergamo bancarelle di legno e ruota panoramica**

A Bergamo fino al 26 dicembre al Piazzale degli Alpini c'è il "Villaggio di Natale" con le sue tipiche casette di legno dove si possono acquistare prodotti artigianali, dolci e specialità enogastronomiche provenienti da tutta Italia e dall'estero. Un altro indirizzo è il "Village Christmas" di Piazza Dante, fino al 6 gennaio, con apertura straordinaria la sera di fine anno e la possibilità di mangiare all'area ristoro. Quest'anno la città per le feste offre una bella novità, la ruota panoramica: 32 metri di altezza che regalano una vista emozionante sulla città bassa (Piazza Matteotti, fino all'Epifania – biglietto 7 euro, bambini 5 euro, gratis per le persone disabili con accompagnatore. Sconti per famiglie e cabine «Golden Vip» prenotabile per eventi).

## **Castione della Presolana mercatini e notte bianca. E Clusone diventa un bosco**

Per chi ama i mercatini, una tappa 'storica' è Castione della Presolana: nei fine settimana piazzale Donizetti (Bratto/Dorga) e le piazze di Castione ospitano una cinquantina di espositori con creazioni di artigianato, prodotti tipici del territorio, proposte per pranzare e cenare tra le casette, concerti gospel (lunedì 30 dicembre) e artisti di strada. Nel centro illuminato e decorato con alberelli colorati si possono visitare il borgo degli gnomi e il Villaggio di Natale. Sabato 21 dicembre sono di scena la notte bianca e il Trenino della Presolana che accompagna alla scoperta delle vie più belle (costo 2 euro a corsa per persona). Il 31 dicembre grande festa di Capodanno con djset e il 4 gennaio c'è la divertente corsa dei Babbi Natale. Per un pranzo o una cena merita sosta il ristorante pizzeria La Lanterna di via Fantoni 4. Per un caffè e una coccola golosa, Crema & Cioccolato di via Agrò 7. Un'altra meta montana consigliata è Clusone. Fino all'Epifania le vie e le piazze del suo centro storico sono addobbate con oltre 200 abeti illuminati dandogli un tocco ancora più affascinante. Con

l'occasione meritano visita Piazza Fanzago con l'orologio e la danza macabra. Per pranzo o a cena, non si sbaglia al Ristorante Commercio in Piazza del Paradiso.

### **A Gromo la casa di Babbo Natale**



Per le famiglie che hanno bambini piccoli, fino al 26 dicembre, il quattrocentesco Palazzo Cattaneo di Gromo si trasforma nella "Casa di Babbo Natale" con tante proposte di gioco e divertimento (Biglietto: 8 euro, gratis per bimbi fino ai due anni – info:[www.lacasabergamascadibabbonatale.it](http://www.lacasabergamascadibabbonatale.it), 347.3240391).

La festa coinvolge tutto il paese: le vie sono tutte illuminate e animate dagli immancabili mercatini.

L'occasione più magica per visitare questo borgo – tra i più belli d'Italia e Bandiera Arancione del Touring Club italiano – e conoscere alcuni dei suoi indirizzi più interessanti: il Map-Museo delle Armi e delle Pergamene e il Museo Naturalistico degli animali delle Orobie.

### **Love the borgo della luce**

Altro borgo tra i più belli d'Italia, questa volta sul Lago. Le feste sono senza dubbio il momento più magico per visitare

Love. Tutte le sere sino al 12 gennaio e nel fine settimana dal 13 gennaio al 2 febbraio 2020 sui palazzi delle piazze e del lungolago sono proiettate alcune opere inedite di grande suggestione dell'artista americano Robert Duncan. Una mostra luminosa a cielo aperto lunga oltre 10.000 mq. Se andate sabato 14 dicembre potete ammirarla con la guida dello stesso artista e vedere la performance itinerante "Come angeli del cielo" del Silence Teatro.

Tutte le domeniche fino al 2 febbraio si possono prenotare visite guidate al Borgo Antico e alla Basilica di Santa Maria a cura della Nuovo ProLoco Love (anche il 26 dicembre, l'1 e il 6 gennaio 2020. Costo: € 7, gratuito per bambini e ragazzi sino ai 14 anni. Prenotazioni al numero 340.3302515).

Per un pranzo o cena da ricordare, Ristorante Lo Spirito di Vino; l'aperitivo più fashion è al Ricci Eno Bistro e al Bar Centrale; pausa dolce alla storica Pasticceria Wender e per dormire, l'Albergo Moderno affacciato sulla piazza.

### **A Sarnico pattinaggio e Capodanno in piazza**

Un'altra meta sul lago che merita segnalazione è Sarnico. Fino al 26 gennaio, grazie all'associazione commercianti Sarnicom, è aperta la tradizionale pista di pattinaggio (ticket 6 euro) e quest'anno il sabato sera c'è il "Silence party": dalle 20.30 alle 23 ci si può scatenare sui pattini con le cuffie alle orecchie dalle quali esce la musica di un dj chiamato apposta per l'occasione. Martedì 31 dicembre 2019, a partire dalle 22.30 Sarnico, Piazza Umberto I si trasforma in una gigantesca pista da ballo, per accogliere il nuovo anno a ritmo di disco music e balli di gruppo. A mezzanotte brindisi e panettone per tutti. Per mangiare due indirizzi: ristorante Il Chiostro e ristorante Il Tram. Per un caffè o un aperitivo d'atmosfera, la caffetteria Bohem nel vecchio fabbricato viaggiatori della stazione di Paratico.

### **A Iseo Natale con gusto e Treno dei sapori**

Per chi vuole immergersi nell'atmosfera natalizia con lo

scenario del lago degustando le specialità tipiche del luogo, sabato 14 e domenica 15 dicembre a Iseo c'è "Natale con Gusto", il festival dei Sapori e della Tipicità. Per le vie e le piazze del centro storico si susseguono degustazioni, spettacoli, esibizioni di artisti di strada, musica e tanto altro ancora. Per tutto dicembre si può pattinare su ghiaccio sulla pista in Piazza Salmister, divertirsi sulla giostra storica sul Porto Gabriele Rosa e visitare il Castello Oldofredi, il palazzo dell'Arsenale, la Pieve e la Chiesa del Mercato, il reticolo di vie e strade suggestive che si dipartono dalla piazza, la via del Campo e la Pusterla. Il nostro consiglio è di arrivare a Iseo con il Treno dei Sapori che propone un viaggio enogastronomico e visita ai mercatini. ([www.trenodeisapori.area3v.com](http://www.trenodeisapori.area3v.com)). Sosta pranzo al Ristorante Radicì e ristorante Il Volto, entrambi nella centrale via Mirolte.

### **Borno, tra sci, gastronomia e divertimento**



Chi ama lo sci può scegliere tra le stazioni sciistiche di Foppolo-Carona, Colere e i Piani di Bobbio. Per un fine

settimana fuori porta, in Valle Camonica, Borno è un piccolo centro incantevole. La camminata pedonale che porta in piazza è costellata di bar e negozietti molto caratteristici che propongono i prodotti locali. La piazza è di tradizione il luogo di ritrovo per il caffè. Da non perdere le *sfongade* (focacce tipiche camune) e i torroncini bornesi della Pasticceria Marsegaglia. Sosta irrinunciabile all'osteria Al Cantinì: una piccola perla, per l'atmosfera, la cura delle sue sale e i piatti che spaziano dalla pizza e l'hamburger gourmet a ricette ricercate e golosissime, tutte stagionali. È richiestissima quindi meglio prenotare. Per un soggiorno d'atmosfera, consigliamo l'Involt Mountain Lodge, il Navertino B&B e l'Albergo Venturelli. Il 31 dicembre dalle 23 in piazza serata di musica con dj set per festeggiare il Capodanno. Fuochi d'artificio e bottiglie di vetro sono vietate.

**foto di apertura: I mercatini di Castione della Presolana – credits Visit Presolana**

---

## **Il panettone creativo? Il più buono è made in Bergamo**

Il panettone più buono d'Italia è prodotto da Matteo Frigeni della pasticceria Capriccio 84 di Presezzo. La delizia per il palato ha vinto la settima edizione del "Panettone day", lo scorso settembre, nella categoria miglior panettone creativo che vantava solo cinque finalisti (le altre due erano tradizionale e cioccolato Ruby con 15 e 5) nell'esclusivo ristorante di Carlo Cracco in galleria Vittorio Emanuele, a Milano. Il contest ha accolto 240 professionisti provenienti da 17 regioni della Penisola, per un totale di 508 dolci

artigianali in gara. La giuria era capitanata dal guru della pasticceria nazionale, Iginio Massari, e comprendeva i *pastry chef* Salvatore de Riso e Davide Comaschi, il vincitore dell'edizione 2018 Raffaele Romano e la speaker radiofonica esperta gourmet Marisa Passera.

«Avevo inventato un panettone alla mela e cannella che aveva un buon riscontro, quando lo cuocevo emanava un meraviglioso profumo di strudel – racconta Frigeni, 40 anni -. Così ho voluto provare a mettere tutti gli ingredienti, iniziando a provare lo scorso Natale e, poi, a Pasqua, ho tenuto da parte un paio di chili d'impasto che aggiustavo e riaggiustavo, finché ho trovato la formula perfetta».

Gli ingredienti della dolce creazione sono la mela semicandita lasciata in infusione con la cannella, uvetta messa a bagno nel Marsala, pinoli, noci e, sopra, una mandorla amara. Il tutto è ben bilanciato con una giusta quantità di umidità che, unita al burro, fa sì che Panstrudel si sciolga in bocca. Il riscontro tra i clienti è stato immediato: 600 panettoni venduti in un mese al temporary store del concorso allestito in corso Garibaldi, 800 chili prodotti in due mesi dalla vittoria fino a metà novembre, mentre quattromila usciranno dal forno della Capriccio 84 per Natale. (Il prezzo va di pari passo con la qualità: 35 euro al chilo, 32 per il classico).

A emozionare il vincitore è stato anche l'incontro con Iginio Massari. «Si è mostrato affabile e disponibile – tiene a precisare il pasticciere bergamasco -. Alla finale ha fatto un discorso sulla percentuale di sale, quasi da chimico, all'inizio non avevo dato una grande importanza, ma una volta

tornato a casa ho fatto qualche prova e aveva ragione, il risultato cambiava». Frigeni è cresciuto imparando l'arte da papà Gianfranco, alla guida della pasticceria insieme alla mamma Raffaella, appassionati di dolci e cucina. Oggi il testimone sta passando a Matteo e alle sorelle Francesca e Erica. Il locale, familiare nell'atmosfera, oltre che moderno e confortevole, propone anche pranzi, cene, aperitivi, ed è gelateria caffetteria e wine bar. La pasticceria offre, oltre a torte classiche e da forno, semifreddi, mignon, biscotti artigianali, anche prodotti vegan, fatti con farine speciali o impasti senza glutine. E, grazie ai cake designer, si può personalizzare il dolce scelto.

«Frequentavo la scuola di pasticceria in via Gleno, ma non ho finito – sorride Frigeni -. Era troppo forte la voglia di stare in laboratorio, imparando sul campo.» Il suo punto forte sono le preparazioni, gli impasti, le basi di ottima qualità. «Se lavori bene un buon pan di Spagna, è facile per chi è esperto assemblare, badando all'estetica con finiture e guarnizioni – è convinto Matteo -. È il bello del lavoro in team dove ognuno ha una sua competenza specifica.» Il regalo più importante, ora che il Natale si avvicina, lo fanno i clienti. «Tornano da me e chiedono due panettoni, uno per loro e uno per farlo assaggiare ad amici o parenti. Non c'è soddisfazione maggiore», conclude.





---

## **Non la solita zuppa... Le ricette per le feste**

Riscaldano corpo e cuore e fanno subito sentire a casa. Quando il termometro scende, le zuppe sono il *comfort food* per antonomasia, oltre a prestarsi a sperimentazioni, accostamenti

inusuali e a poter essere impreziosite con facilità con erbe, spezie e ad essere abbinate a croccanti crostini, frutta secca, cialde di parmigiano, polpettine...

Mentre impazzano ramen e zuppe asiatiche, la tradizione italiana può- e a ragione- rivendicare il primato per varietà di ortaggi a disposizione e varianti regionali. E sotto le feste le zuppe, se aiutano a tenersi leggeri e a fare il pieno di vitamine dribblando malanni di stagione e chili di troppo, possono anche rappresentare un'ottima scelta da servire a tavola.

Ecco quindi una selezione di tre ricette per le feste, pronte ad esaltare con classe e semplicità prodotti di stagione. Il cavolo cappuccio rosso dona un colore insolito alla vellutata, impreziosita da una manciata di chicchi benauguranti di melograno e una nota croccante di mandorle. I finferli spadellati si sposano alla versione nostrana del Potage Parmentier francese, con una piacevole nota aromatica di timo. E la classica zuppa di pesci senza lische mette d'accordo tutti, anche i più piccoli.

### **Curiosità**

*Con le zuppe si porta a tavola anche la tradizione: basti pensare che il termine ristorante, traduzione da restaurant, è legato indissolubilmente alle zuppe. Quando nel Settecento monsieur Boulanger, un venditore di zuppe, apre a Parigi il primo ristorante moderno, con restaurant si indicavano i brodi "ristorativi" a base di carne. Il termine "minestra" porta in sé l'essenza del servire a tavola perché deriva da "minestrare", ovvero somministrare.*

## **Vellutata di cavolo rosso con mandorle e melograno**

**Ingredienti per 4 persone**

600 grammi cavolo rosso  
2 patate  
1 scalogno  
50 grammi di panna fresca liquida  
1 melograno  
12 mandorle spellate  
1,5 litri di brodo vegetale  
olio extra vergine di oliva qb  
sale e pepe qb

### **Procedimento**

Fare dorare lo scalogno in una casseruola con olio extra vergine di oliva. Aggiungere il cavolo rosso tagliato a striscioline e fare rosolare a fiamma viva. Aggiungere le patate tagliate a tocchetti e versare il brodo vegetale; portare a bollore, abbassare la fiamma e fare cuocere per 35 minuti circa. Terminata la cottura, aggiungere la panna e frullare fino ad ottenere una consistenza cremosa. Tostare le mandorle in padella per un minuto e distribuirle uniformemente in ogni piatto per donare croccantezza, insieme a qualche chicco di melograno.

### **Crema di patate e porri con finferli al timo**



### **Ingredienti per 4 persone**

250 g porri  
700 g patate  
500 ml brodo carne  
300 g finferli  
olio extravergine di oliva qb  
sale e pepe qb  
timo fresco qb  
pepe bianco qb  
1 spicchio d'aglio

### **Procedimento**

Pulire i funghi e metterli in padella con olio e aglio in camicia. Salare e fare rosolare, aggiungendo del timo fresco. Fare rosolare in una casseruola con olio i porri tagliati a rondelle e fare appassire, aggiungendo un mestolo di brodo. Aggiungere le patate tagliate a tocchetti e coprire le verdure a filo con il brodo, aggiustando di sale e pepe e

cuocere 20 minuti. Frullare e mescolare. Servire nei piatti, aggiungendo i funghi e un rametto di timo fresco.

## Zuppa di pesce con crostini all'aglio



### Ingredienti per 4 persone

500 g fumetto di pesce  
500 g salsa di pomodoro fresco  
300 g rana pescatrice  
300 g calamari  
300 g moscardini  
300 g filetto di merluzzo  
300 g gallinella di mare  
150 g cozze  
150 g vongole  
200 g vino bianco secco  
2 spicchi d'aglio  
1 cipolla bianca  
1 pane casereccio di grano duro

3 rametti di prezzemolo  
6 cucchiaini olio extra vergine di oliva  
sale e pepe qb

Per il fumetto di pesce:

1 gambo di sedano  
1 carota  
 $\frac{1}{2}$  cipolla  
2 litri acqua  
3 cucchiaini olio extra vergine di oliva

### **Procedimento**

Sfilettare la gallinella di mare. Pulire i moscardini e i calamari, tagliare a fette la coda di rana pescatrice e in piccoli tranci il merluzzo. Mettere tutti gli scarti di pesce (incluse le lisce e la testa della gallinella) a soffriggere con l'olio in una pentola insieme a sedano, carota, cipolla. Aggiungere l'acqua e far bollire per almeno mezz'ora. A parte fare soffriggere con olio extra vergine e uno spicchio d'aglio la cipolla tritata fino a farla dorare. Aggiungere i calamari, i moscardini, la gallinella di mare e la rana pescatrice. Sfumare con il vino bianco. Unire il pomodoro e il fumetto di pesce. Dopo 15 minuti di cottura aggiungere il merluzzo. Portare a cottura altri 15 minuti. Nel frattempo fare aprire le cozze e le vongole- dopo averle accuratamente pulite- in una casseruola con olio extravergine e uno spicchio d'aglio. Filtrare parte del sugo delle cozze e delle vongole e unire alla zuppa, assieme al prezzemolo tritato. Servire nei piatti, aggiungere le cozze e le vongole per ultimo, un piccolo ciuffo di prezzemolo e accompagnando la zuppa con fette di pane che avrete unto con olio e sfregato con aglio e fatto grigliare.