



Ecomuseo
Valle dei Laghi

Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



- Osservazione e confronto tra i due cereali più usati in valle (mais e frumento) e fra specie diverse della stesso genere.
- Quale di queste piante si semina in primavera e si raccoglie ora in autunno?
- Quale si semina ora in autunno e si raccoglierà in estate?

Mais (granoturco – “zaldo”) e frumento (grano - “formént”)





- Da quali piante vengono questi diversi semi?
- Da quali semi vengono queste diverse farine?
- Che cosa si fa con queste diverse farine?
- Oggi farete queste due farine e le porterete a casa insieme a una vecchia ricetta che le usa entrambe

Chicchi e farine diverse





- Cercate sul vostro tavolo la “pannocchia” non matura e quella attaccata dai corvi.
- Sfogliate e osservate le “pannocchie” secche lasciando attaccate le “foglie” che vi serviranno per appenderle a seccare.
- Con le “barbe” potete farvi i baffi e poi metterli in tasca.

Sfogliamo il mais





Ecomuseo
Valle dei Laghi

Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



Le pannocchie devono seccare per bene, perciò dovrete aspettare dopo Natale per poterle sgranare, Intanto sgranate queste vecchie dello scorso anno.

Sgraniamo il mais





Ecomuseo
Valle dei Laghi

Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



- Dalla macina dei primitivi al mulino elettrico con le macine in pietra. Ascoltate le macine e sentite quando si sfiorano.
- A turno mettete i vostri chicchi nel mulino, osservate e toccate la farina che esce: com'è?

Maciniamo i chicchi di mais





Ecomuseo
Valle dei Laghi

Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



- Osservate ora per bene i chicchi di frumento
- A turno mettete i vostri chicchi nel mulino, osservate e toccate la farina che esce: com'è?
- Che differenze notate fra le due farine?

Maciniamo i chicchi di frumento





Ecomuseo
Valle dei Laghi

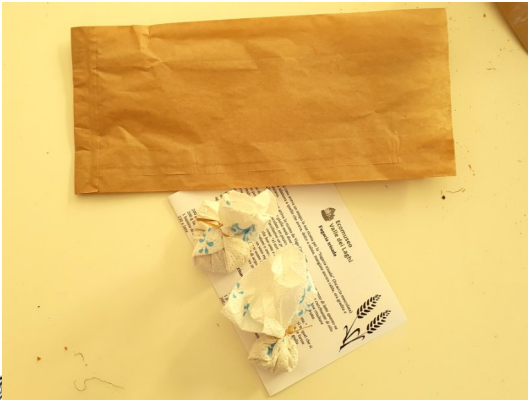
Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



- Mettete un po' di farina insieme ai chicchi giusti.
- Chiudete i vostri "fiocchetti".
- Metteteli nel vostro sacchetto insieme alla ricetta della "fugacia trisada"
- A casa potrete raccontare ai vostri genitori cosa avete fatto, cucinare e seminare.



Per casa





Ecomuseo
Valle dei Laghi

Progetto Cerealicoltura – Scuola Infanzia



Comune di
Cavedine



Fugacia trisada

Ogni casa aveva un tempo la sua ricetta per la “fugacia trisada” (focaccia mescolata) e la adattava a quello che aveva, dolce o salata, mangiata ancora calda, era gradita e saziava.

Ecco come ci arriva la ricetta da Vigo Cavedine:

“Farina bianca e gialla metà dose per tipo, acqua due terzi e un terzo di latte quanto ne tira la dose di farine mescolate, un pizzico di sale, un uovo intero e/o due tre cucchiaini di olio buono per legare il tutto. Facoltativo un po' di lievito. Sbattere tutto insieme, deve risultare morbido e non troppo denso, come “el tortèl”. Volendo, aggiungere pere o altra frutta. Versare il composto in una teglia ben unta e cuocere nel forno della fornella.

Buon appetito con formaggi e salumi o anche con marmellata e miele...dolce o salata.”

Le dosi nelle ricette tramandate non sono espresse in grammi, va tutto fatto basandosi su quel che si ha, sull'esperienza dei prodotti che si usano (le uova non sono tutte della stessa misura, le farine non assorbono tutte la stessa quantità di acqua...), a gusto proprio (più farina bianca che gialla, aggiunta di zucchero...), perciò ecco a puro titolo esemplificativo la “fugacia trisada” con le dosi.

Fugacia trisada morbida e dolce

200 g farina gialla	3 + 3 cucchiaini di olio (impasto+teglia)
200 g farina bianca	1 pizzico di sale
1 bustina di lievito	1 pugno di uvetta
150 g latte	200 g mela
300 g acqua	50 g zucchero
1 uovo	

Miscolare le farine e il lievito, aggiungere i liquidi e il sale, sbattere in modo che diventi un impasto morbido e diluito. Versare in una teglia unta abbondantemente.

Aggiungere a piacere frutta, come ad esempio un pugno di uvetta fatta precedentemente ammorbidente nell'acqua ed un paio di mele tagliate a spicchi e zuccherate posizionate in modo decorativo (o mescolare tutto nell'impasto; lo zucchero comunque, quando lo usavano, veniva sparso sopra la focaccia). In assenza di frutta aggiungere un po' di più di acqua/latte.

Cuocere in forno caldo a 180° per 50 minuti (meglio se forno a legna)

Fugacia trisada croccante e salata

100 g farina gialla	1 uovo
100 g farina bianca	1 pizzico di sale
70 g latte	3 + 3 cucchiaini di olio (impasto+teglia)
140 g acqua	

Miscolare le farine, aggiungere i liquidi e il sale, sbattere in modo che diventi un impasto morbido e diluito. Versare in una teglia unta abbondantemente.

Cuocere in forno caldo a 180° per 50 minuti (meglio se forno a legna).

Sfornare, affettare e gustarlo caldo con gorgonzola, formaggi, insaccati e cavolo cappuccio condito; guarnire l'ultima fetta col miele o la marmellata così da concludere in dolcezza.



Buon appetito!

Progetto curato da Rosetta Margoni

