



Alla scoperta dei tesori enogastronomici dei laghi italiani

Un libro pubblicato da L'Ippocampo celebra la cucina gustosa e raffinata “dal lago d’Orta al lago di Garda”

Spesso relegati al ruolo di gite “fuori porta”, meglio se in primavera o comunque difficilmente in alta stagione quando il mare, per gli italiani, ruba incontrastato la scena, i **laghi** si ritagliano presso di noi un fascino calmo e discreto in contrasto con l’*appeal* decisamente marcato esercitato invece sui turisti internazionali.

A leggere, però, il bel libro “**La cucina dei laghi. Dal lago d’Orta al lago di Garda**” – con i testi di **Catherine Roig** e le fotografie di **Emanuela Cino**, e pubblicato da **L’Ippocampo** – anche la prospettiva nostrana potrebbe cambiare: giacché è indubbio che grande è la fascinazione emanata dalla vista di questi paesaggi di una bellezza sospesa e incantata e insieme dalla bontà di prodotti d’eccellenza qui raccontati, con il corollario, poi, assai interessante, di diverse storie di uomini e donne, tutti accomunati dalla matrice lacustre della propria provenienza.



La cucina dei laghi. Dal lago d'Orta al lago di Garda

Il racconto prende il via dal **lago di Mergozzo** – “estrema propaggine occidentale del lago Maggiore dal quale si è staccato gradualmente nel corso dei secoli” – che vale il viaggio, ci viene assicurato, *«per l’atmosfera serena che lo avvolge e per i suoi colori cangianti: rosa iridato alle prime luci dell’alba, nel corso della giornata si tinge di tutte le sfumature di azzurro»*. Qui, come per gli altri laghi, protagonista della tavola è il **pesce d’acqua dolce** come la **trota iridea** che compare in un’intrigante ricetta presentata con **tegole di parmigiano, purè al prezzemolo e fumetto al limone**.

Certo quelle dei laghi dell’Italia settentrionale sono zone importantissime per quanto riguarda la produzione di **formaggi**: non troppo distante dal lago di Mergozzo, per dire, nasce a ben 2000 metri d’altitudine quel celebre **Bettelmatt**, che è un’autentica eccellenza italiana. Da non dimenticare, poi, che a nord-est del lago di Como, nella provincia di Sondrio, troviamo l’antichissimo **Valtellina Casera** nonché sua maestà il **Bitto**, protagonista di ricette assai amate come i pizzoccheri o quelle rustiche frittelline che sono gli **sciatt**.

Più a sud, invece, nel territorio di Bergamo, gusteremo il cremoso **Taleggio**, il morbido **Branzi** ma anche lo **Stracchino** delle Valli Orobiche *«che prende il nome dal termine dialettale stracch, “stanco”, in riferimento alle vacche e ai pastori che durante la transumanza lo preparavano quotidianamente dopo la mungitura, per poi trasportarlo a dorso di mulo in casse quadrate di legno*

». Anche la provincia di Brescia, bagnata da due **laghi** celebri e importanti come quello **d'Iseo** e l'amatissimo **Garda**, produce un formaggio che veniva addirittura riservato ai Dogi della Serenissima: il **Bagòss** di Bagolino, dal colore giallo grazie all'aggiunta di una spezia preziosa come lo zafferano.



Tra le storie curiose apprenderemo «*come in tutti i laghi italiani la pesca è regolamentata rigorosamente fin dal Medioevo. Il 70% delle acque del lago Maggiore appartiene alla famiglia Borromeo alla quale i pescatori pagano tasse annuali*». Tra i le chicche da conoscere (e quindi acquistare) c'è la **bottarga di luccio**, creata dai lariani, maestri insuperabili nell'esaltare il sapore del pesce di lago, ma scopriremo anche **vitigni autoctoni** del lago di Como (come il **Verdese**) che sono rinati grazie al lavoro eroico di piccoli e appassionati vignaioli.

Infine assai curiose appaiono quelle **piante di capperi** che crescono grazie all'incredibile microclima del **lago di Garda** e da cui si ricava un insolito e prezioso **liquore di capperi**: «*d a centellinare ghiacciato o versato a filo su un sorbetto al limone*».

Per acquistare il libro: amzn.to

Data di creazione

02/11/2025

Autore

giovanni-caldara