



**Jasmine Varagnolo**  
di anni 18 - di Chioggia (Ve)

## RICETTE D'ACQUA E DI TERRA, QUANDO LA CUCINA UNISCE LE GENERAZIONI

### RECEPTI VODE IN ZEMLJE, KO KUHINJA POVEZUJE GENERACIJE

La meravigliosa esperienza di raccogliere i ricordi di cucina, da ospiti de il "Girasole" e "Arcobaleno" del CSA Felice Federico Casson di Chioggia

Čudovita izkušnja zbiranja kuharskih spominov kot gostje v "Sončnici" in "Mavrici" CSA Felice Federico Casson iz Chioggie

Il cibo non è solo nutrimento, ma un legame tra passato e presente, un filo invisibile che unisce le generazioni. Ho avuto la possibilità di parlare con alcuni ospiti delle strutture "Girasole" e "Arcobaleno" del CSA Felice Federico Casson di Chioggia per raccogliere i loro ricordi legati alla cucina. Ne è emerso un viaggio affascinante tra sapori, tradizioni e storie che raccontano la vita di una città e della sua gente.

Per Ada, una signora energica di novant'anni, il primo piatto che le viene in mente è la polenta. "La facevamo in tutti i modi: con i fichi secchi, brustolà - cioè arrostita sulla brace fino a diventare croccante e dorata - ma anche con lo zucchero. Le nostre mamme la tagliavano con un filo di cotone ben teso, l'asse, che sollevandolo con una mano, trapassava la polenta e la divideva in fette perfette." Un altro ricordo speciale sono gli scursioi, le croste di polenta che si staccavano dalla pentola e che erano una vera delizia. Norma, 68 anni, racconta di quanto amasse cucinare per suo marito e condividere il cibo con i vicini. "Quando preparavo le frittelle, ne regalavo a tutti. A Natale cucinavo per tre giorni di fila: la mia casa si riempiva di amici e parenti."

Anche Turiddu, un signore timido ma con tanti ricordi legati al cibo, racconta quanto fosse speciale la cucina di un tempo. Crescere in una famiglia con ben 18 fratelli significava pasti semplici ma sempre pieni di calore umano.

Un tempo, il cibo era prezioso e ogni acquisto si faceva con attenzione. "Andavamo dal Biava, dove tutto si vendeva sfuso e si prelevava con la sessola (un mestolo di legno)", ricordano gli anziani. Anche al mercato del pesce bisognava saper scegliere il momento giusto: chi andava verso mezzogiorno poteva trovare delle vere occasioni, approfittando dei prezzi ribassati. "Il pesce era il nostro tesoro, e cercavamo di non spreccarne nemmeno un pezzetto."

«Hrana ni le prehrana, temveč tudi vez med preteklostjo in sedanjostjo, nevidna nit, ki povezuje generacije. Imel sem priložnost se pogovarjati z nekaterimi stanovanjci ustanov "Sončnica" in "Mavrica" pri CSA Felice Federico Casson v Chioggi, da bi zbral njihove spomine, povezane s kuhinjo. Iz tega se je razvil očarljiv popot v svet okusov, tradicij in zgodb, ki pripovedujejo o življenju mesta in njegovih ljudeh.

Za Ada, energično devetdesetletnico, je prva jed, ki ji pride na misel, polenta. »Pripravljali smo jo na vse mogoče načine: s suhimi figami, brustolà - torej pečeno na žerjavici, dokler ni postala hrustljava in zlato rjava - pa tudi s sladkorjem. Naše mame so jo rezale z napeto bombažno nitjo, asse, ki so jo z eno roko dvignile, da je zarezala skozi polento in jo razdelila na popolne rezine.« Drug poseben spomin so scursioi, hrustljave skorjice polente, ki so se ločile od lonca in bile prava poslastica. Norma, stara 68 let, pripoveduje, kako zelo je rada kuhala za svojega moža in delila hrano s sosedi. »Ko sem pripravljala miške, sem jih razdelila vsem. Za božič sem kuhala tri dni zapored: moja hiša je bila polna prijateljev in sorodnikov.«

Tudi Turiddu, sramežljiv gospod s številnimi spomini na hrano, pripoveduje, kako posebna je bila kuhinja nekoč. Odraščati v družini z kar 18 brati in sestrami je pomenilo preproste obroke, a vedno polne topline in človeške bližine.

Nekoč je bila hrana dragocena in vsak nakup premišljen. »Hodili smo k Biavi, kjer so vse prodajali razsuto in merili s sessolo (leseno zajemalko),« se spominjajo starejši. Tudi na ribji tržnici si moral znati izbrati pravi trenutek: kdor je šel okoli poldneva, je lahko našel prave priložnosti, saj so se cene znižale. »Ribe so bile naš zaklad in trudili smo se, da ne bi zapravili niti koščka.«



Premio Speciale WABIN  
ACQUA DA BERE, ACQUA PER  
LAVORARE, ACQUA DA VIVERE  
I diversi usi dell'acqua

Posebna nagrada WABIN  
VODA ZA PITJE, VODA ZA DELO,  
VODA ZA ŽIVLJENJE  
Različne uporabe vode





E se c'è un piatto che più di tutti rappresenta quei tempi, la risposta è unanime: le sarde in saor. Un piatto che racchiude la storia, la semplicità e la ricchezza della cucina di Chioggia. "Non deve andare perso, è un simbolo della nostra tradizione!" dice Ada con entusiasmo.

Nato nel mondo dei pescatori, il saor serviva per conservare a lungo le sardine e altri tipi di pesce fritto. Dopo la frittura, il pesce veniva immerso in abbondanti cipolle bianche di Chioggia soffritte e aceto, che ne garantiva la lunga conservazione. La tradizione vuole che questo piatto fosse preparato a casa e poi portato in mare durante le giornate di lavoro dei pescatori. Oggi, alla ricetta originale si affianca una versione con l'aggiunta di pinoli e uva sultanina, che arricchiscono ulteriormente il sapore. E se qualcuno volesse provarlo, ecco la ricetta tramandata di generazione in generazione.

## RICETTA DELLE SARDE IN SAOR

### Ingredienti per 4 persone

- 1 kg di sarde
- Farina di frumento q.b.
- 1 kg di cipolle bianche di Chioggia
- Olio extravergine d'oliva
- 1 bicchiere di aceto di vino bianco
- Sale e pepe q.b.

### Preparazione

Aprire le sarde a libro e togliere la lisca. Infarinare delicatamente le sarde, eliminando la farina in eccesso. Friggere le sarde in abbondante olio bollente. Scolarle su carta assorbente e aggiungere un pizzico di sale. Affettare sottilmente le cipolle e farle appassire in un tegame con poco olio. A metà cottura, aggiungere aceto, sale e pepe, lasciando evaporare l'aceto. Disporre in una ciotola strati alternati di cipolle e pesce fritto. Conservare in frigorifero e consumare il giorno successivo.

Questo piatto porta con sé il sapore del passato e i ricordi di chi ha vissuto altri tempi, ma che ancora oggi ama il buon cibo e le tradizioni. Un ingrediente speciale: la cipolla bianca di Chioggia. La varietà locale della cipolla bianca ha un bulbo arrotondato e una dolcezza unica, grazie ai terreni sabbiosi in cui viene coltivata. Esistono due tipologie principali: la "Musona lunga" raccolta a giugno, dal bulbo allungato, e l'"Agostana di Chioggia", più famosa, ideale per il saor e le insalate.

Oltre alle sarde in saor, ci sono altri piatti che evocano forti emozioni, come il baccalà mantecato, che Norma preparava con amore per suo marito, e naturalmente l'immane polenta, protagonista di tantissimi pasti di un tempo.

*In che cosa si trova il saor, che è il miglior rappresentante di quei tempi, è la risposta unanime: le sarde in saor. Un piatto che racchiude la storia, la semplicità e la ricchezza della cucina di Chioggia. «Non deve andare perso, è un simbolo della nostra tradizione!» dice Ada con entusiasmo.*

*Saor, che è nato nel mondo dei pescatori, serviva per conservare a lungo le sardine e altri tipi di pesce fritto. Dopo la frittura, il pesce veniva immerso in abbondanti cipolle bianche di Chioggia soffritte e aceto, che ne garantiva la lunga conservazione. La tradizione vuole che questo piatto fosse preparato a casa e poi portato in mare durante le giornate di lavoro dei pescatori. Oggi, alla ricetta originale si affianca una versione con l'aggiunta di pinoli e uva sultanina, che arricchiscono ulteriormente il sapore. E se qualcuno volesse provarlo, ecco la ricetta tramandata di generazione in generazione.*

## RECEPT ZA SARDELE V SAORU

### Sestavine za 4 osebe

- 1 kg sardin
- Pšenična moka po potrebi
- 1 kg bele čebule iz Chioggie
- Ekstra deviško oljčno olje
- 1 kozarec belega vinskega kisa
- Sol in poper po okusu

### Priprava

*Aprire le sarde a libro e togliere la lisca. Infarinare delicatamente le sarde, eliminando la farina in eccesso. Friggere le sarde in abbondante olio bollente. Scolarle su carta assorbente e aggiungere un pizzico di sale. Affettare sottilmente le cipolle e farle appassire in un tegame con poco olio. A metà cottura, aggiungere aceto, sale e pepe, lasciando evaporare l'aceto. Disporre in una ciotola strati alternati di cipolle e pesce fritto. Conservare in frigorifero e consumare il giorno successivo.*

*Questo piatto porta con sé il sapore del passato e i ricordi di chi ha vissuto altri tempi, ma che ancora oggi ama il buon cibo e le tradizioni. Un ingrediente speciale: la cipolla bianca di Chioggia. La varietà locale della cipolla bianca ha un bulbo arrotondato e una dolcezza unica, grazie ai terreni sabbiosi in cui viene coltivata. Esistono due tipologie principali: la "Musona lunga" raccolta a giugno, dal bulbo allungato, e l'"Agostana di Chioggia", più famosa, ideale per il saor e le insalate.*

*Oltre alle sarde in saor, ci sono altri piatti che evocano forti emozioni, come il baccalà mantecato, che Norma preparava con amore per suo marito, e naturalmente l'immane polenta, protagonista di tantissimi pasti di un tempo.*



Ma come possiamo mantenere vivi questi ricordi? Per gli anziani, la risposta è semplice: cucinando, raccontando, trasmettendo ai più giovani le nostre ricette. "I pasti in famiglia erano semplici, ma speciali. Si mangiava insieme, si parlava, si rideva. Era un momento sacro." Ogni piatto che prepariamo non è solo il risultato di ingredienti e tecniche, ma una storia che attraversa il tempo, portando con sé l'amore di chi lo ha cucinato prima di noi. Il cibo diventa così un ponte con il passato, un tesoro da custodire e tramandare alle generazioni future affinché possano apprezzarne il valore e la tradizione. Le loro parole ci ricordano che il cibo è memoria, condivisione, cultura. Preparare una ricetta tradizionale significa rivivere i gesti di un tempo, riscoprire i profumi che riempivano le cucine delle nostre famiglie e il piacere di stare insieme intorno a un piatto.

Conservare le ricette di un tempo non è solo un atto di nostalgia, ma un modo per mantenere viva l'identità di un luogo. Ogni piatto racconta la storia di una comunità, delle sue abitudini e dei suoi riti. Trasmettere queste esperienze vuol dire donare alle nuove generazioni un patrimonio che altrimenti andrebbe perso. Come farlo? Organizzando momenti di incontro tra giovani e anziani, laboratori di cucina in cui le nonne insegnano ai nipoti a impastare, a scegliere gli ingredienti giusti, a rispettare la stagionalità dei prodotti. Raccontando storie legate ai piatti, condividendo la passione per una cucina che non è solo preparazione, ma un vero e proprio atto d'amore. E così, mentre assaporiamo una forchettata di sarde in saor o una fetta di polenta brustolà, possiamo immaginare le mani esperte che, per generazioni, hanno preparato questi piatti con amore.

*A kako lahko ohranimo te spomine žive? Za starejše je odgovor preprost: s kuhanjem, pripovedovanjem, s prenašanjem receptov na mlajše rodove. »Družinski obroki so bili preprosti, a posebni. Jedli smo skupaj, se pogovarjali, se smejali. Bil je svet trenutek.« Vsaka jed, ki jo pripravimo, ni le rezultat sestavin in tehnik, temveč zgodba, ki prečka čas in v sebi nosi ljubezen tistih, ki so jo kuhali pred nami. Hrana tako postane most s preteklostjo, zaklad, ki ga je treba varovati in predajati prihodnjim generacijam, da bodo znale ceniti njeno vrednost in tradicijo.*

*Njihove besede nas opominjajo, da je hrana spomin, deljenje, kultura. Priprava tradicionalnega recepta pomeni ponovno doživeti geste iz preteklosti, ponovno odkriti vonje, ki so napolnjevali kuhinje naših družin, in uživati v skupnosti, ki se zbere okrog jedi.*

*Ohranjanje receptov iz preteklosti ni le dejanje nostalgije, temveč način, kako ohraniti identiteto kraja. Vsaka jed pripoveduje zgodbo skupnosti, njenih navad in običajev. Prenos teh izkušenj pomeni darilo novim generacijam, dediščino, ki bi sicer izginila. Kako to doseči? Z organiziranjem srečanj med mladimi in starejšimi, kuharskimi delavnicami, kjer babice učijo vnuke gnetenja, izbire pravih sestavin, spoštovanja sezonskosti izdelkov. Z pripovedovanjem zgodb, povezanih z jedmi, in deljenjem strasti do kuhinje, ki ni le priprava hrane, ampak pravi izraz ljubezni. In tako, medtem ko uživamo v griljuju sardin v saoru ali kosu polente brustolà, lahko začutimo spretno roko, ki so ta jedi pripravljale z ljubeznijo skozi generacije.*

