

## Le tradizioni dell'Engadina

**I turisti che trascorrono le vacanze in Engadina restano incantati dalla magica luce della valle, dalla grandiosità dell'ambiente montano e dall'offerta insolitamente ricca di attività sportive e di svago. Molti, però, vengono in Engadina anche per ritrovare la cultura particolarissima di questa valle. Per fare vacanza e, allo stesso tempo, scoprire sempre qualcosa di nuovo: le arcaiche sonorità del romancio, la lingua locale, le sottili decorazioni a graffito sui muri delle case, i bambini in grembiule blu che sfilano nei paesini con grossi campanacci per scacciare l'inverno, le saporite specialità culinarie... tutto questo fa dell'Engadina un'esperienza unica e indimenticabile!**

### **La lingua**

Il 20 febbraio 1938 il romancio è stato riconosciuto quarta lingua nazionale svizzera accanto a tedesco, francese e italiano. I tratti fondamentali del romancio recano le tracce di antiche comunità linguistiche: lo sviluppo di questa lingua storica è collegato, fra gli altri, a celti, reti, galli, etruschi e romani. La lingua madre di molti engadinesi appartiene al ceppo delle lingue neolatine come il francese, l'italiano e lo spagnolo, ed è tuttora parlata da circa 45 000 persone. Nei Grigioni sopravvivono addirittura cinque diversi dialetti romanci: Sursilvan, Sutsilvan, Surmiran, Putèr e Vallader. Nel XIX secolo, invece, il romancio rischiò di venire soppiantato dal tedesco e, quindi, di scomparire. Nel tentativo di conservare e rafforzare la propria lingua, i romanci crearono una lingua scritta comune, il Rumantsch Grischun, che dal 2001 è lingua ufficiale cantonale e viene utilizzata come mezzo di comunicazione scritto nei documenti di voto cantonali e nella Collezione sistematica del diritto cantonale grigionese.

### **La casa engadinese - *La chesa engadinaisa***

La tipica casa engadinese è una massiccia costruzione in pietra con ampio tetto a capanna, piccole finestre profondamente incassate nei muri e grande portone d'ingresso. Le cornici delle finestre, gli archi delle porte e gli spigoli dell'edificio sono decorati con i cosiddetti «graffiti», composti da forme ornamentali, disegni geometrici e figure astratte. Il contadino engadinese raccoglie da sempre tutta la sua proprietà sotto un unico tetto: lo stesso edificio ospita infatti abitazione, stalla, fienile, cantina, granaio e cortile coperto. In fondo al corridoio un ampio portone separa il «sulèr» dal fienile. Fra le caratteristiche delle case engadinesi si annoverano anche le finestre del tipo «a feritoia»: tanto più piccola la finestra, tanto minore la dispersione termica. Per incrementare il più possibile l'illuminazione malgrado le piccole dimensioni, le nicchie delle finestre si allargano come imbuti verso l'esterno. Le finestre della stanza di soggiorno sono rivolte verso la strada o lo spiazzo antistante la casa, per tenere sempre sott'occhio gli accadimenti del paese.

Gli engadinesi decorano le proprie case con grande abilità artistica e artigianale. La tecnica dello sgraffito è giunta in Engadina nel XVI secolo, quando artigiani itineranti la importarono dall'Italia. A colpire non è soltanto l'originalità delle singole case, ma anche la loro disposizione insolita e, a dire il vero, piuttosto scomoda per i contadini: gli edifici sono addossati l'uno all'altro con andamento circolare. Spesso le corti interne ospitano un pozzo.

### **tradizioni - *Las tradiziuns*: Chalandamarz e Schlitteda**

Il «Chalandamarz», una delle usanze più note dell'Engadina, si è tramandato fino ai giorni nostri grazie all'originario collegamento con il capodanno romano e il ripristino della festa da parte delle autorità locali. Ai tempi in cui la Rezia era possesso romano, i nostri avi celebravano questo rito pagano per scacciare gli spiriti malvagi. L'usanza si è tramandata in varie località dei Grigioni romanci, sebbene con modalità variabili da un luogo all'altro. In Engadina gli scolari passano di casa in casa travestiti da pastori e gregge con campanelli e campanacci cantando canzoni per scacciare l'inverno. Al pomeriggio e alla sera si balla e si canta.

Con la «Schlitteda» i ragazzi del paese esprimono la propria allegria e gioia di vivere. In occasione di questa sfilata invernale in slitta, ciascun ragazzo invita la «sua» fanciulla e passa a prenderla sotto casa. Il cavaliere siede nella parte posteriore della slitta trainata da un cavallo, tiene le redini e guida l'animale, mentre la sua dama si accomoda davanti a lui. La sfilata è aperta da un uomo a cavallo che indossa il tricorno e una giacca ricamata con «jabot» dorati: l'uniforme degli scapoli. I cavalli procedono in fila fino al posto di ristoro, dove i giovani si riscaldano con vin brûlé e dolci tipici della valle. Terminata la degustazione, i festanti imboccano la via del ritorno. E mentre le slitte si allontanano sempre più l'una dall'altra, gli occupanti si stringono sempre più vicini...

### **I piatti tipici - *Las spezialitads***

Grazie agli svariati influssi e al passato ricco di storia, l'Engadina offre numerose specialità culinarie.

### **La storia della torta di noci engadinese**

Un tempo nelle case contadine engadinesi si usava preparare la «fuatscha grassa», una torta di fine pasta frolla con tanto burro, per la domenica o per offrirla agli ospiti. I pasticceri engadinesi, la cui fama era giunta in tutta Europa, combinarono questa specialità con un'altra delizia engadinese, il crème caramel, e la completarono con un ripieno di noci. Nacque così la celebre ricetta tradizionale della «tuorta da nuschiada», a tutt'oggi un dolce tipico che i turisti amano portare a casa in ogni angolo del mondo.

### **La zuppa d'orzo grigionese**

Una volta questa zuppa rustica era il pasto ideale durante i lunghi e freddi inverni, ma resta un piatto molto amato anche ai giorni nostri. È composta principalmente da orzo perlato, tanta verdura, fagioli e carne secca grigionese a pezzetti.

### **La carne secca grigionese**

Questa carne magra essiccata all'aria è una specialità tipica del cantone dei Grigioni. L'asciutta aria d'altura dell'Engadina conferisce alla carne secca grigionese un gusto molto particolare: per assaggiarla vale senz'altro la pena passare alla macelleria di design Hatecke nell'isola pedonale di St. Moritz. Vi si trovano, oltre alla classica carne secca grigionese di manzo, anche carne secca di cervo e suino, «Salsiz» di vitello, agnello e capriolo e, per chi lo desidera, perfino aromatizzate all'aglio.

### **I Capuns**

Al giorno d'oggi i celebri involtini di bietola si possono gustare nelle varianti più disparate. Già nel 1742 Nicolin Sererhard di Zernez commentava così una succulenta variante engadinese di questo piatto tipico: «Questi involti sono un ottimo pasto per le buone forchette e i braccianti nonché un cibo nutriente per tutto il popolo, d'estate come d'inverno». Il libro «Capuns Geschichten» presenta centotrenta variazioni sul tema degli amati involtini e tante storie «di contorno».

### **I Maluns**

Si tratta di una semplice ricetta contadina a base di patate e farina, che vengono rosolati e continuamente rivoltati nel burro fino a ottenere una crosticina dorata. Si servono con formaggio di montagna engadinese e Apfelmus fresca, accompagnati da caffelatte, un bicchiere di Valtellina o succo di mela fresco della variante torbida.

### **I pizzoccheri**

Saporito piatto di origine valtellinese a base di pasta di grano saraceno, patate, bietole, formaggio, cipolle e salvia.

### **Le caldarroste...**

... in Svizzera si chiamano «marroni». Quando in autunno turisti e locali si riuniscono per raccogliere le castagne, al termine del lavoro festeggiano con caldarroste, panna montata e gelato alla vaniglia.

Per ricordare l'Engadina anche a tavola:

	<b>Zuppa d'orzo grigionese</b>	<b>Capuns (involtini di bietola)</b>
<b>Ingredienti</b>	60 g di orzo perlato 1/2 sedano rapa 2 carote 2 patate 1/2 cavolo bianco 1 porro 2 cucchiaini di olio 1 dado 300 g di carne secca grigionese 2 cucchiaini di panna Sale, pepe macinato al momento	400 g di farina 2 dl di latte annacquato (1/2 latte, 1/2 acqua) 4 uova 1/2 cucchiaino di sale 1/2 tazza di erbe tritate (prezzemolo, erba cipollina, rosmarino, basilico) 200 g di carne secca grigionese o prosciutto crudo 40 foglie di bietola per ca. 40 Capuns 50 g di parmigiano grattugiato 1 cipolla 50 g di burro
<b>Preparazione</b>	Sbucciare il sedano rapa, le carote e le patate e tagliarli a dadini. Sfogliare il cavolo ed eliminare le costole più spesse; tagliare a strisce le foglie del cavolo e il porro a fettine. Scaldare l'olio in una padella capiente e rosolarvi il sedano, le carote e il cavolo. Aggiungere quindi l'orzo, il porro e ca. 2 litri e mezzo di acqua. Aggiungere il dado e lasciar cuocere il tutto a fuoco lento per ca. 2 ore e mezzo. Aggiungere la carne secca grigionese alla zuppa e lasciar sobbollire per un'altra mezz'ora. Terminata la cottura aggiustare di sale e pepe macinato al momento; aggiungere la panna appena prima di servire.	Setacciare la farina in una terrina e mescolarla al latte annacquato, alle uova e al sale fino ad ottenere un impasto da Knöpfli morbido ed elastico. Lasciar riposare per 30 minuti, quindi aggiungere le erbe. Tagliare a strisce sottili la carne secca grigionese e unirla all'impasto. Scottare le foglie di bietola, estrarle dall'acqua con cautela, scolarle e stenderle sul piano di lavoro. Distribuire sulle foglie delle palline di impasto e chiudere le foglie a formare tanti pacchettini. Scaldare una quantità abbondante di acqua e cuocere a temperatura di poco inferiore al punto d'ebollizione una porzione per volta di Capuns per ca. 15 – 20 minuti. Levarli dall'acqua con la schiumarola, sgocciolarli e metterli in caldo cosparsi di formaggio. Infine, dorare nel burro caldo la cipolla tagliata ad anelli e distribuirli sui Capuns.
<b>Note</b>	Lavare l'orzo perlato e lasciarlo in ammollo per una notte. Tempo di preparazione: 30 minuti Tempo di cottura: ca. 2 ore e 1/2	Tempo di preparazione: 1 ora e 1/2 Tempo di cottura: ca. 30 minuti

***Bun appetit!***