**LA CUCINA BERGAMASCA**

[**Bergamo**](https://www.ilgiornale.it/news/litalia-scoprire/citta-alta-bergamo-magia-riscoprire-piedi-2011508.html)**e la sua provincia vantano una lunga e ricca tradizione enogastronomica**, fatta di ricette e preparazioni gustose, generose di sapore e di antica memoria, che utilizzano i **prodotti tipici del territorio**. Una proposta variegata e interessante, caratterizzata da **ingredienti genuini, locali, legati alle risorse naturali e all’agricoltura della zona, e per questo a chilometro zero**.

Nel corso del tempo, **la cucina bergamasca è stata influenzata anche da altre tradizioni culinarie, grazie agli scambi commerciali e alle migrazioni**. Le influenze lombarde, venete e lombarde orientali si sono fusi con le tradizioni locali, arricchendo la cucina bergamasca di nuovi sapori e tecniche di preparazione.

Negli ultimi decenni, **la cucina bergamasca ha vissuto un periodo di rinascita e rinnovamento**, con l’emergere di ristoranti stellati Michelin e chef rinomati. Questi ristoranti hanno portato avanti la tradizione culinaria bergamasca, reinterpretandola in chiave moderna e innovativa.

**Cucina bergamasca, quindi, come frutto del legame con la terra e il territorio**, figlia delle tradizioni del passato, con la realtà contadina di un tempo, ma anche di un costante e presente rinnovamento sociale.

**La semplicità e la genuinità sono rimaste inalterate**, una garanzia che trova spazio all'interno delle ricette più classiche, ma anche nelle novità in fatto di alimentazione e preparazione.

**È una produzione sincera, schietta, diretta**, veri punti di forza di una cultura alimentare che ha fatto dei prodotti del territorio i suoi simboli distintivi.

I piatti tipici comprendono la cacciagione, le preparazioni manuali della pasta, le farine, i formaggi e i salumi un tempo prodotti in casa, fino ai dolci e alle verdure, frutto del lavoro dei campi. **In apparenza una cucina essenziale ma sicuramente naturale, sana e di certo non priva di gusto**, dove è forte il legame con la terra, con il lavoro della stessa, con pietanze che donano forza, energia, risultando corroboranti.

**Una tradizione del tutto territoriale** che, con il tempo, è riuscita a varcare i confini regionali conquistando sempre più estimatori.

**Antipasti**

[**Polenta taragna**](https://it.wikipedia.org/wiki/Polenta_taragna), tipica anche delle provincie di Sondrio, Brescia e Lecco, è una polenta di mais e grano saraceno, condita con burro e [branzi](https://it.wikipedia.org/wiki/Branzi_%28formaggio%29%22%20%5Co%20%22Branzi%20%28formaggio%29). Dall'alto valore nutritivo, dall'origine antica e dalla cottura lenta e rituale, è un classico della zona della Bergamasca.

**Polenta e pica sö**, piatto della cucina antica, composto da pezzi di polenta farciti con aringa affumicata.

**Schissöl**, piatto a base di polenta di mais, farcito con [taleggio](https://it.wikipedia.org/wiki/Taleggio_%28formaggio%29)

[**Margottini**](https://it.wikipedia.org/wiki/Margottini_alla_bergamasca), tortini preparati con semolino e ripieni di formaggio e uova.

**Cicoria e formaggio [strachitunt](https://it.wikipedia.org/wiki/Strachitunt%22%20%5Co%20%22Strachitunt)**

**Parüch** (spinacio selvatico, detto anche Buon Enrico), con panna e salame

**Primi piatti**

La proposta per quanto riguarda i primi è molto corposa a partire dai ben noti **casoncelli**, pasta fresca ripiena di carne, amaretti, uvetta e grana, condita con pancetta, burro e salvia.

A seguire si trovano gli **Scarpinocc di Parre**, pasta preparata a mano con ripieno di formaggi, uova, burro, pangrattato e spezie (anche uvetta e pancetta), che presenta una tipica forma ad ali d'uccello. Sempre della stessa [zona](https://www.ilgiornale.it/news/litalia-scoprire/valle-brembana-luogo-incontro-gusto-territorio-e-tradizioni-2039046.html), gli **gnòch in cola**, piatto povero creato con pane raffermo, latte e farina.

Tra i primi trovano posto anche le **Foiade bergamasche**, quadrotti di pasta condita con ragù di carne o funghi,

oppure il Bertù di San Lorenzo, un raviolo di pasta integrale con un ripieno davvero corposo fatto di salamella bergamasca o cotechino, formaggio e pane. Inoltre, i **Tósei di Rovetta**, raviolo con ripieno di formaggio, o i **casoncelli al formaggio nero della nóna**, tipici della Val di Scalve, preparati con il locale Formaggio della Nóna.

**Secondi piatti**

I secondi spesso offrono veri e propri piatti unici, dal sapore deciso. Tra i più noti e tradizionali la **polenta e osei**, un tempo preparata con gli uccellini frutto della caccia, ma ora bandita in favore di una variante nota come **oselì scapàcc** con involtini di carne arrostita, ricoperta con una fettina di lardo o di pancetta e salvia; “scappati” perché non ci sono veramente uccelli nel piatto.

Molto amati anche i **capù o nosècc**, gli involtini di verza con ripieno di carne o di magro, seguiti dal **coniglio**, vero piatto della domenica insaporito con pancetta, rosmarino e cotto lentamente nel vino Valcalepio rosso. Anche la **trippa** trova posto in tavola, in particolare durante la stagione più fredda, preparata con frattaglie e zuppa di verdure. Ancora lo **stinco di maiale** o la **Mandibola di Santa Lucia**, piatto dalla tradizione antica, che veniva cucinato nel giorno di [Santa Lucia](https://it.wikipedia.org/wiki/Santa_Lucia), composto da mandibola di manzo cotta nel vino o il più classico **cotechino con verze o verdure**. Presente anche la [**cassoeula**](https://www.ilgiornale.it/news/litalia-scoprire/cassoeula-origini-lombarde-piatto-tradizione-povera-1991096.html), molto diffusa anche nel resto della Lombardia, realizzata con verze e parti povere del maiale (cotenna, salamini, piedini e costine).

Nella zona del Lago d’Iseo possiamo mangiare la **Sardina Essiccata** **di Lago**. E nelle valli è comune la **trota al forno** con patate e spinaci.

**Formaggi**

Sono tante le proposte bergamasche in fatto di formaggi come il più antico di tutti, lo **Strachitunt** a pasta cruda, seguito dal morbido **Taleggio DOP**, il **Bitto**, il **Branzi**, l’**Agrì di Valtorta**, il **Formai de Mut**, il **Grana Padano**, il [**Gorgonzola**](https://www.ilgiornale.it/news/litalia-scoprire/gorgonzola-storie-leggende-formaggio-nato-caso-1986255.html), il **Quartirolo**, lo **Scalèt di Lizzola** a forma piramidale e il **formaggio Nero della Nóna**.

**Salumi**

La tradizione salumiera di Bergamo è molto apprezzata. Uno dei salumi più noti è la **Cotechinata**, un insaccato a base di carne di maiale cotto e speziato. Altri salumi tipici includono la **Mortadella di Bergamo**, una mortadella aromatizzata con erbe locali, e la **Pancetta di Calusco d’Adda**, una pancetta affumicata. Inoltre, il **salame bergamasco**, la **Testina** (o coppa di testa) bergamasca, il **prosciutto crudo “Il Botto”**, ovvero un prosciutto crudo di zona, il **salame di Montisola**.

**Pane**

Bergamo è famosa per una varietà di pani tradizionali. Il **Pane di Albino** è un pane di segale scuro e denso, mentre il **Pane di Gromo** è un pane di grano duro con crosta croccante. Il **Pane di Polenta** è un pane aromatico arricchito con farina di mais e spezie.

**Dolci**

Anche tra i dolci ritorna la [**polenta e osèi**](https://www.ilgiornale.it/news/litalia-scoprire/polenta-osei-scoperta-dolce-citta-alta-bergamo-2012722.html), ma in versione di tortina di pan di spagna, ripieno di crema al burro, ricoperto di marzapane (pasta di mandorle) e decorata con uccelletti al cioccolato. Ma c'è posto anche per la **torta di Treviglio** con pasta frolla e mandorle, oltre che per la **Torta del Donizetti** a forma di ciambella con ananas e albicocche candite, maraschino, e con zucchero a velo finale. Da non dimenticare inoltre il **biscotto di Clusone** un misto tra amaretto e meringa, ricoperto di cioccolato, fino al **gelato alla stracciatella** nato proprio a Bergamo nel 1961: tutto merito di Enrico Panattoni che, nella sua gelateria, decise di unire il fiordilatte alle scaglie di cioccolato fondente, realizzando così un prodotto unico, amato in tutto il mondo.

Ancora: **Maiàssa**, dolce tipico di [Gromo](https://it.wikipedia.org/wiki/Gromo) che prevede l'aggiunta all'impasto di porro fresco, preparata solitamente per il Venerdì Santo; la **Cruca**, focaccia dolce tipica di Gandino preparata in periodo pasquale; la **Schissada**, tipo di pane dolce con uvetta; e i **Moroncelli**, tipo di casoncelli dolci la cui ricetta è stata inventata ad Albino.

**Coltivazioni**

Mais spinato di Gandino

Mais rostrato di Rovetta

Mais nostrano dell'Isola Bergamasca

Mais rostrato di Ambivere

Patata di Rovetta

Patata di Carona

Scarola dei colli di Bergamo

**Vini e liquori**

La provincia di Bergamo produce diversi vini di qualità. Tra le denominazioni più note ci sono la **Valcalepio** e la **Val Calepio DOC**, che producono vini rossi e bianchi caratterizzati da un sapore intenso e complesso. Poi, il [**Moscato di Scanzo**](https://it.wikipedia.org/wiki/Moscato_di_Scanzo)**DOCG**; e il **Colleoni–DOC**.

Come liquore, l’**Amaro 13 erbe**, digestivo solitamente usato dai boscaioli, nato a Gromo intorno alla metà del Novecento.