

La Vallée du Seigle

valorisation du byotipe SC50 Rhêmes-Saint-Georges entre fours et moulins



11 Comune di Rhêmes-Saint-Georges, ha partecipato ad un bando pubblicato dal GAL (Gruppo di Azione Locale) Alta Valle d'Aosta, con il progetto denominato "La Vallée du Seigle - entre fours et moulins" ottenendo finanziamenti dal PSR (Piano di sviluppo Rurale) 2007/2013, orientati alla tutela e alla riqualificazione del patrimonio rurale. L'iniziativa ha lo scopo di valorizzare la filiera dell'ecotipo di segale locale e di riscoprire il patrimonio architettonico e storico-culturale presente nelle frazioni del territorio comunale. Con la presenza di 6 forni nelle frazioni di Le Coveyrand, Voix, Frassiney, Proussaz, Le Créton e Melignon, ai quali si aggiunge il forno comunale di Vieux realizzato negli anni settanta, e di 4 mulini nelle frazioni di La Fabrique, Voix, Frassiney e Proussaz, visibili nei differenti stati di conservazione, ovvero restaurati o nella loro forma originaria, si evince l'importanza, nel tempo, della cerealicoltura in questo Comune. Per mantenere intatto tale patrimonio storico-architettonico, l'Amministrazione comunale, accedendo ai finanziamenti previsti dalla L.R. 32/97 e alla "misura 322" del PSR 2007/2013, ha recuperato alcuni forni e mulini. Grazie al progetto denominato "Recupero di ecotipi locali di cereali" condotto dall'Institut Agricole Régional (IAR) di Aosta, nel 2003, che ha studiato e analizzato l'ecotipo di segale "SC 50 Rhêmes-Saint-Georges", precedentemente catalogato dal Centre de Recherche Agronomique Suisse (ACW) di Changins-Wadenswil, oggi è possibile recuperare la varietà autoctona di segale riproducendola nuovamente sul territorio. Il progetto promosso dal Comune, si propone di incentivare la filiera cerealicola creando nuove opportunità in ambito agricolo/ turistico, mediante itinerari di visita, giochi interattivi presso il parco ludico-culturale Lo Berlò e l'organizzazione di "Ateliers" con degustazione di prodotti contenenti la segale.

> Laura Cossard Sindaco di Rhêmes-Saint-Georges

La Segale

IL CEREALE

La **segale** appartiene alla famiglia delle Graminaceae specie Secale cereale L. e proviene dall'Asia sud occidentale, tra Persia e Afghanistan. é una pianta che predilige climi freddi e terreni sabbiosi e botanicamentesi presenta simile al frumento, ma lo si riconosce per la maggiore altezza dei culmi e per la spiga aristata.

La segale possiede proprietà antisclerotiche, energetiche, depurative e ricostituenti. Il suo grande contenuto in fibre la rende perfetta per chi soffre di stipsi e per chi esegue un regime alimentare ipocalorico. I cereali apportano differenti vitamine del gruppo B, la Niacina, Folati e Vitamina E. Oueste vitamine sono presenti soprattutto nelle cuticole esterne motivo per cui nella farina di segale integrale il contenuto in tali elementi risulta maggiore. Attualmente sono presenti poche varietà iscritte al Registro Nazionale delle Sementi. Queste varietà sono completate dai biotipi locali di segale fra cui la segale Rhêmes-Saint-Georges SC50.

IL RECUPERO VARIETALE

L'Assessorato regionale all'Agricoltura e Risorse Naturali, l'associazione panificatori valdostani, l'Istitut Agricole Régional con il coinvolgimento degli agricoltori locali hanno avviato un progetto di **recupe**-

ro degli ecotipi locali di cereali al fine di salvaguardare la biodiversità, rilanciare la produzione del pane di segale con l'uso di farina locale e promuovere la diversificazione

delle produzioni agricole.

Il progetto ha avuto origine dal recupero del materiale genetico di origine locale e dalla caratterizzazione dei diversi ecotipi di segale e di altri cereali.

Nella prima metà degli anni '80, i ricercatori del Centre de Recherche Agronomique Suisse (ACW) di Changins, con la collaborazione dei tecnici dell'Assessorato regionale all'agricoltura, raccolsero 5 biotipi valdostani di segale, che conservarono presso la loro banca del germoplasma e di cui diedero nel 2003, un piccolo quantitativo di semente ai ricercatori dell'IAR.

Contemporaneamente i tecnici dell'Assessorato Agricoltura e risorse naturali e grazie alla collaborazione di agricoltori valdostani, hanno recuperato altri 7 biotipi.

Nel triennio 2006-2008 i dodici ecotipi sono

Nel triennio 2006-2008 i dodici ecotipi sono stati posti a confronto nei campi comportamentali di Brusson (1400 m slm), La Salle (1200 m slm) e Cogne (1700 m slm).

I rilievi riguardavano la fenologia, la morfologia, la densità, la sensibilità alle malattie e la produzione.

LA SEGALE NELLA TRADIZIONE

Nella tradizione contadina di inizio secolo l'economia rurale era di sussistenza e ogni famiglia doveva pensare alle proprie esigenze familiari in regime di autarchia.

La vita era regolata dal susseguirsi delle

La vita era regolata dal susseguirsi delle stagioni che guidavano il ritmo delle attività agricole e pastorali che, a loro volta, erano scandite dalle fasi lunari.



La primavera e l'estate corrispondevano alla ripresa dei lavori in campagna, alle corvées per la manutenzione dei sentieri e dei manufatti di utilizzo comune.

A Rhêmes -Saint-Georges i campi di cereali si trovavano sul versante esposto a ovest, a monte delle frazioni di Voix, Frassiney, Proussaz e Melignon e sul versante est a sopra l'abitato di Vieux e Coveyrand.

Attualmente queste aree sono ormai ricoperte in parte da una fitta vege-

> tazione e sono state parzialmente convertite in prati irrigui.

> > Tuttavia sono ancora presenti alcuni muretti a secco che sorreggono piccoli terrazzamenti, tipica testimonianza della presenza di cereali.

Un tempo i campi di cereali erano coltivati praticando il maggese (riposo stagionale del terreno) e la rotazione con l'introduzione della coltivazione delle patate.

I campi, previamente concimati, erano arati con "il piatton" (erpice in legno) al mese di giugno e nel mese di settembre si effettuava la semina a spaglio distribuendo manualmente la semente.

Conclusa la semina, era consuetudine tracciare con il rastrello una croce in mezzo al campo in quanto si confidava nella divina provvidenza per un buon raccolto. Dopo una quindicina di giorni la segale era germogliata e continuava a crescere fino alle prime gelate (ottobre). In inverno il germoglio rimaneva sepolto dalla bianca coltre di neve. In primavera, talvolta, a causa di gelate tardive la segale moriva e si rendeva necessario riseminare del frumento primaverile. La mietitura si faceva con la falce messoria nel mese di luglio/agosto iniziando all'alba in quanto, la segale ancora umida si piegava senza rompersi. La segale veniva predisposta in covoni che erano lasciati alcuni giorni nel campo ad asciugare nella speranza che il tempo rimanesse secco e mite. La pioggia e la relativa umidità avrebbero provocato la germinazione dei chicchi rendendoli non più idonei al consumo umano. Successivamente i covoni venivano caricati sul mulo in carichi del peso di circa 100 kg denominato "dzerba" per il trasporto al fienile, "Trapèi" utilizzando un forcone. Negli anni cinquanta venne introdotta la mietilega, una falciatrice che tagliava i culmi e li legava in covoni.

Il grano o la segale successivamente venivano battuti con l'ausilio del "fléyì" uno strumento costituito da 2 bastoni imperniati da una membrana in cuoio.



La battitura era eseguita da una o più persone che battevano contemporaneamente la segale producendo un caratteristico suono ritmato.

La paglia risultante dalla doppia battitura del cereale veniva raccolta in covoni di maggiori dimensione detta "CI-

lasse" che veniva riposta sul "*Trapèi*" ed era utilizzata come lettiera per gli animali.

Per la trebbiatura a inizio secolo vennero introdotte le trebbiatrici meccaniche, inizialmente manuali e successivamente motorizzate. In seguito si raccoglievano i chicchi di segale e si procedeva alla vagliatura delle impurità con il "pégno Van" piccolo vaglio a mano. Le granaglie

venivano passate nel "Van" ventilatore a manovella per separare la pula dai chicchi di cereale; 87 Kg per "Quartanée" (350 mq) era considerata una buona produzione.

Per raccogliere e misurare i cereali derivanti dalla vagliatura si utilizzavano 2 contenitori di capacità diversa: La "Quartana" che corrispondeva a 8 kg di cereale e "L'éméa" che corrispondeva a circa 16 kg di cereale.

Le granaglie così ottenute erano conservate in una "artze", una madia in legno, utilizzata per la conservazione degli alimenti. Le granaglie venivano successivamente macinate nei mulini frazionali e con la farina di segale, miscelata con la farina di frumento si produceva il pane integrale per poter ottimizzare le caratteristiche nutrizionali e di conservazione.

Questo procedimento viene tutt'oggi utilizzato per produrre il "Pan Ner".

Un tempo ogni famiglia tendeva a produrre gli alimenti necessari alla propria autosussistenza e la coltivazione dei cereali era una pratica molto diffusa.

In Valle d'Aosta nel 1900 la cerealicoltura occupava 8.000 Ha, nel 1951 contava 3.900 Ha, e nel 1966 si era ridotta a 1800 Ha.

All'inizio degli anni 2000 la superficie cerealicola era di soli 24 Ha e dal censimento del 2010 emerge che la superficie regionale destinata alla cerealicoltura è di circa 6 Ha.

L'attenzione verso la valorizzazione delle produzioni tipiche, quali il "*Pan Ner*", ha consentito nel 2007 di inserirle nell'Elenco nazionale dei prodotti agroalimentari Tradizionali della Valle d'Aosta.

4 ______ 5

Itinerario fra Forni e Mulini

Nel Comune di Rhêmes-Saint-Georges sono ancora visibili e ben conservati importanti testimonianze storico-culturali legate alla cerealicoltura d'un tempo.

I mulini e i forni in pietra per la cottura dei pani sono presenti oggi come un tempo in quasi tutti i villaggi del Comune. Questi piccoli edifici, in comproprietà degli abitanti del villaggio, rappresentavano gli elementi fondamentali della vita rurale d'un tempo, dalla quale dipendeva l'autosussistenza familiare. Nell'ambito del progetto tali luoghi sono stati collegati mediante la proposta di itinerari di visita.

Gli itinerari:

Itinerario A "Petit Tour"

1- Parco giochi Lo Berlò » 2- Campo di segale » 3- Mulino di Voix » 4- Forno di Voix

» Parco giochi Lo Berlò (arrivo)

Itinerario B "Moyen Tour"

Itinerario A » 5- Mulino di La Fabrique » 6- Forno di Le Coveyrand

» **1**- Forno di Vieux » Parco giochi Lo Berlò (arrivo)

Itinerario C"Grand Tour":

Itinerario A + B » **8**- Mulino di Frassiney » **9**- Forno di Frassiney » **10**- Mulino di Proussaz

- » 11- Forno di Proussaz » 12- Forno di Melignon » 13- Forno di Le Créton
- » Parco giochi Lo Berlò (arrivo)

Legenda



MULINO



PUNTO VENDITA



FORNO



PARCO GIOCHI LO BERLÒ



CAMPO **DI SEGALE**



PUNTO RISTORO

- PARCO GIOCHI I O BERI Ò
- 2- CAMPO DI SEGALE DI VOIX
- 3- MULINO DI VOIX
- 4- FORNO DI VOIX
- 5- MULINO DI LA FABRIQUE
- FORNO DI LE COVEYRAND
- 7- FORNO DI VIFUX
- 8- MULINO DI FRASSINEY
- 9- FORNO DI FRASSINEY
- **10** MULINO DI PROUSSAZ
- 11- FORNO DI PROUSSAZ
- 12- FORNO DI MELIGNON
- 13- FORNO DI LE CRÉTON



3- MULINO DI VOIX

Il mulino risulta iscritto al catasto sardo e riporta un'iscrizione 1862 presente su di una pietra posta all'esterno dell'edificio, nel corso del XX° secolo ha subito un'importante intervento di restauro a seguito di un'alluvione. Esso era utilizzato dagli abitanti di Voix e Le Cachoz.

Il canale di adduzione e di scarico sono ancora parzialmente visibili. La ruota a cucchiai in legno posta nella camera bassa è ben visibile grazie ad un'apertura posta sul castello adiacente alla macina.

Nel 2012/2013 è stato interessato da interventi di restauro architettonico conservativo mediante l'utilizzo di fondi previsti dalla LR 32/1997.

Il mulino è situato a est dell'abitato di Voix nelle adjacenze della Dora di Rhêmes

Nell'ambito del progetto è stata prevista l'installazione di una centralina idroelettrica al fine di fornire l'energia elettrica necessaria alla sua illuminazione e alle aree pertinenziali.



Itinerario tra Forni e Mulini

4- FORNO DI VOIX

Il forno è collocato nel cuore del villaggio e si affaccia su di una graziosa piazzetta inerbita con fontana in pietra raggiungibile da un caratteristico passaggio coperto, al quale si accede passando vicino alla cappella dedicata a San Pantaleone e San Firmino recentemente restaurata. Il forno è molto antico come risulta dall'iscrizione posta su una pietra nelle vicinanze riportante la data 1838. La porta è munita di rinforzi in legno e la bocca del forno è costituita da due grandi pietre. La superficie utilizzabile per la cottura del pane è di circa 18 m².

5- MULINO DI LA FABRIQUE

Il mulino risulta antico, ma nel 1957 a seguito di un'alluvione che l'aveva parzialmente distrutto è stato ricostruito.

Si nota infatti che *l'artze* in cui si raccoglie la farina è sostituita da un manufatto in cemento. Il mulino è collocato sull'argine della Dora di Rhêmes in prossimità del ponte dell'omonima frazione.

L'edificio esternamente è ben conservato e di forma rettangolare presenta un tetto a due spioventi con orditura in legno ricoperto da lose. L'accesso è posto vicino alla Dora.

All'interno il castello risulta ben conservato e il dispositivo idraulico conserva la macina originale.

Il ruscello e la ruota sottostante del mulino sono interamente realizzate in legno.

Il mulino era impiegato dalle famiglie che abitavano le frazioni di La Fabrique, Vieux e Le Coveyrand.

6- FORNO DI LE COVEYRAND

Il forno è situato nelle vicinanze della chiesa e nei pressi del campo sportivo.

Costruito nel XIX° secolo è caratterizzato dalla forma semicircolare dell'estremità dell'edificio e la bocca del forno realizzata in mattoni refrattari. Nel corso degli anni settanta, vicino all'ingresso, sono stati realizzati un fontanile e un piccolo manufatto in cemento all'interno del quale è stata installata una centralina per la produzione di energia idroelettrica attualmente non funzionante.

7- FORNO DI VIEUX

Il forno di Vieux è stato costruito dall'Amministrazione comunale nel 1977.

É l'unico forno con pastino dotato di impastatrice meccanica. Nell'atrio esterno vi sono due forni indipendenti di dimensione differente.

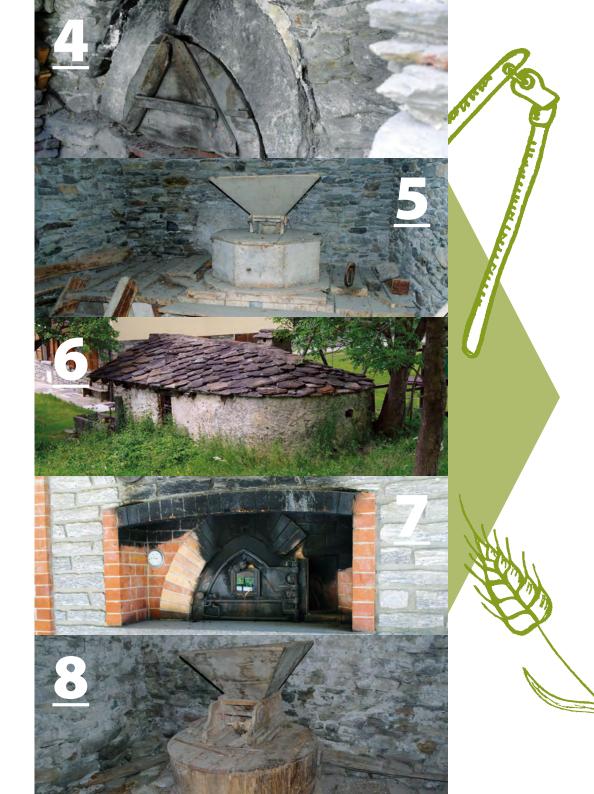
É attualmente utilizzato dalle famiglie nel mese di dicembre/gennaio e in occasione di manifestazioni per la valorizzazione della segale come ad esempio "La Couetta del Pan Ner" che da alcuni anni si svolge nel mese di agosto.

8- MULINO DI FRASSINEY

Menzionato anch'esso sul catasto sardo presenta la data 1909 riportata sia sulla travatura del tetto che sulla macina.

Il canale di irrigazione di adduzione dell'acqua è parzialmente costruito in legno ed è visibile

Il mulino è ubicato a monte dell'area di accesso del villaggio.



Itinerario tra Forni e Mulini

9- FORNO DI FRASSINEY

Il forno è sito appena dietro le prime case del villaggio in posizione leggermente decentrata a sud-ovest rispetto alla frazione stessa. Si distingue dagli altri per alcuni accorgimenti costruttivi quali il camino dei fumi collocato centralmente all'edificio e la presenza di un condotto supplementare di aerazione. Antistante al forno vi è un ampio atrio coperto caratterizzato dalla presenza di una piccola finestra a ovest. Sopra la bocca del forno vi è un arco ribassato in pietra che protegge il tetto da eventuali lapilli. Il forno conteneva circa 120 pani.

Alcuni anni fa è stato interessato da un piccolo intervento di consolidamento del muro posto a ovest che si affaccia su di una piccola piazza in cui zampilla una fontana in pietra.

10 - MULINO DI PROUSSAZ

La sua realizzazione è anteriore al XX° secolo ed è situato nei pressi della Dora di Rhêmes in prossimità del ponte che l'attraversa.

11- FORNO DI PROUSSAZ

Il forno è situato nel centro del villaggio, ed è raggiungibile dalla vicina strada comunale. È collocato in un piccolo edificio chiuso sui tre lati la cui superficie utilizzabile per la cottura del pane è di circa 20 m².

La bocca del forno è formata da due grandi pietre con una particolare forma a campana. La porta in pietra è stata sostituita da una in metallo provvista di due maniglie per poterla agevolmente rimuovere. Il forno di Proussaz è uno degli ultimi forni ad essere stato utilizzato.

Il villaggio risulta interessante per alcuni rascard ben conservati e per la presenza di un affresco votivo sulla parete di un edificio privato.

12- FORNO DI MELIGNON

Il forno è collocato a monte del villaggio nei pressi delle ultime abitazioni.

Per accedervi si costeggia l'antica scuola frazionale, un grande masso e un grazioso giardino.

L'edificio in pietra è orientato nord-sud e risulta parzialmente seminterrato in quanto nella porzione a ovest emerge quasi esclusivamente il tetto dal profilo del terreno. Il forno risale al 1867 come indicato sulla pietra posta nelle vicinanze della bocca del forno e con una superficie di circa 23 m² risulta essere il forno di maggiori dimensioni presente sul territorio.

Nel 2012, in occasione dei lavori di riqualificazione del villaggio, il forno è stato interessato da un intervento di restauro architettonico-conservativo.

L'attuale porta del forno è in metallo e risulta ben conservata anche l'antica porta in pietra. A lato sono ancora presenti le assi per poter poggiare le *"Stabie"* sulle quali vengono trasportati i pani lievitati da infornare.

13- FORNO DI CRÉTON

Collocato nelle vicinanze del villaggio è la prima costruzione visibile nei pressi della fontana e della cappella.

Il forno è di forma rettangolare e presenta una particolare capriata in pietra e legno che sorregge il tetto in lose.



Le produzioni tradizionali

Tradizionalmente il pane si cuoceva una volta all'anno nel mese di dicembre quando il clima freddo e asciutto ne consentiva una perfetta essicazione e consevazione. Le famiglie utilizzavano il forno a turno, protraendo la panificazione per qualche giorno, nel medesimo periodo, per ottimizzare il consumo della legna e mantenere costante la temperatura e l'umidità del forno. La prima famiglia ad usufruire del forno doveva riattivare la "Lévèiri", lievito madre, che veniva poi ceduto alle successive famiglie. L'ultima che lo utilizzava provvedeva alla sua essicazione al fine di poterlo utilizzare l'anno seguente.

PAN NER

Pane di segale e frumento integrale

Il *Pan Ner* recentemente incluso nell'elenco dei prodotti tradizionali (art. 8 d.l. 30 aprile 1998 n° 173) é ottenuto da un impasto di farine di segale e frumento

tenero, di forma arrotondata con crosta di colore bruno.



COURONNE

Pane dolce preparato con l'impasto del *Pan Ner*, mele, cannella e zucchero.

Questo pane veniva formato tondo con un foro centrale come una ciambella, da cui deriva il nome "Couronne".



Col medesimo impasto del *Pan Ner* si modellavano i galletti che venivano regalati ai bambini.



FLANTZE

Variante del *Pan Ner* preparato con fichi, uvetta, frutta secca, zucchero e olio di noci. Talvolta si segnavano i pani con un'incisione sulla crosta per riconoscerli.



Nuove proposte gastronomiche

Nell'ambito del progetto è stato ideato un menu in cui la segale è il trait d'union fra le varie portate, dall'antipasto al dolce.

Vi invitiamo ad assaporarle presso le attività che hanno aderito al progetto e che ne espongono il logo.



Crostini al Pan Ner



Gnocchi con farina di segale



Filetto di maiale con salsa di Pan Ner





Semifreddo al Pan Ner



Torta di mele renette con farina di segale

Le Ricette

GNOCCHI CON FARINA DI SEGALE

INGREDIENTI:

- patate rosse di montagna 1 kg
- farina di segale 300 g
- un uovo
- olio extra vergine di oliva
- sale q.b.

PREPARAZIONE:

Sbucciare e schiacciare le patate previamente bollite;

Aggiungere un pizzico di sale, la farina di segale, un filo d'olio e impastare sino ad ottenere un composto omogeneo e soffice.

Aggiungere un uovo e lavorare nuovamente l'impasto.

Dividere l'impasto in filoncini da 2-3 cm, tagliarli quindi a dadini e procedere con la cottura in acqua.

Si consiglia di condire gli gnocchi con burro e salvia oppure con fonduta alla valdostana.

SEMIFREDDO AL PAN NER

INGREDIENTI:

- Pan Ner essiccato 180 g
- panna da montare 1/2 l
- zucchero 150 g
- 6 tuorli d'uovo

PREPARAZIONE:

Unire i tuorli con lo zucchero, il Pan Ner e la panna e mescolare il composto fino a renderlo omogeneo. Versare il composto ottenuto in una terrina e riporlo nel freezer per 12 ore.

TORTA DI MELE RENETTE

CON FARINA DI SEGALE

INGREDIENTI:

- mele renette 700 g
- farina di segale 200 g
- zucchero 200 g
- latte 200 g
- burro 100 g
- 2 uova
- succo e scorza di un limone
- cannella in polvere (un cucchiaino da caffè)
- una bustina di vanillina
- una bustina di lievito per dolci
- una bustina di zucchero a velo
- un pizzico di sale

PREPARAZIONE:

Sbucciare le mele e tagliarle a fettine ricoprendole con il succo di limone. Montare in una terrina lo zucchero e le uova e unire il burro sciolto precedentemente a bagno maria. Aggiungere poi gli altri ingredienti e mescolare con cura. Unire infine all'impasto le mele prive del succo di limone.

Imburrare e infarinare una tortiera e versare il composto spolverizzado la superficie con zucchero a velo e cannella. Cuocere in forno preriscaldato a 180° per circa un'ora.

Servire la torta ricoprendo la superficie con zucchero a velo e cannella.

Amis Pou



"Tutti qli anni all'avvicinarsi dell'inverno non vedevo l'ora che arrivasse il giorno in cui si faceva il pane. Per tutta la famiglia era una festa e un'occasione per socializzare con gli altri. Noi bambini aspettavamo con impazienza che arrivasse il nostro turno e che l'ultimo pezzo di impasto venisse trasformato dalle mani dei nostri genitori in un bellissimo galletto che ci veniva donato con nostro grande piacere".

Bibliografia

TESTI

a cura di C. Adamo e J.C. Perrin Leçon sur l'agriculture Valdôtaine Le Château Edizioni, Aosta 2004

Commune de Rhêmes-Saint-Georges Rhêmes-Saint-Georges Pays du Val d'Aoste Imprimerie Valdôtaine, Aosta 2007

M. Casagrande

Forni da pane: panificazione, memoria e tradizione a Champorcher in Valle d'Aosta Priuli & Verlucca editori, Ivrea 1997

Amis du Musée d'Etroubles Du Blé au Pain Musumeci Editore, Aosta 1987

M. Bassignana

Recupero e valorizzazione delle varietà valdostane di segale Institut Agricole Régional, Aosta 2008

SITOGRAFIA

www.censimentoagricoltura.istat.it www.aiablombardia.it www.ecomuseosegale.it www.ilsagroup.com www.aiams.eu/mulino_storia.php

















