

Berlin, 22 août 2022

## Haute saison culinaire sur le Lac Majeur

**Lorsque la brume revient dans les vallées et que les feuilles deviennent peu à peu jaunes et rougeâtres, la haute saison culinaire commence au Lac Majeur. Les poires, les pommes, les figues et les kakis sont prêts à être récoltés tandis que les châtaignes tombent des arbres les unes après les autres.**

Depuis des siècles, les châtaigniers ont leur place dans le paysage des collines et des montagnes du Lac Majeur. Les habitants de la région ont depuis longtemps travaillé ces arbres sauvages afin qu'ils produisent des fruits particulièrement gros et savoureux. Ce fruit nourrissant remplaçait le blé et les autres céréales lorsque ces derniers se faisaient rares. La farine de châtaigne permet également de confectionner un pain délicieux. C'est d'ailleurs pour cette raison que le châtaignier du Piémont est aussi appelé "albero del pane", l'arbre du pain. En automne, le parfum des marrons grillés embaume les ruelles des villages situés autour du Lac Majeur et du Lac d'Orta. Jusque dans les vallées de l'arrière-pays montagneux ainsi que dans la capitale de la province, Novare, les habitants connaissent une multitude de recettes de plats salés et sucrés à base de châtaignes.

### Parfois salé, parfois sucré

Les gnocchi di Castagne constituent un plat que l'on ne trouve guère ailleurs en Italie. Leur pâte est préparée avec des pommes de terre cuites, de la farine de châtaigne ainsi qu'avec des châtaignes cuites. Le plat est ensuite généreusement complété avec de la sauge et du fromage de montagne des vallées voisines de l'Ossola. Parfois, des noisettes moulues viennent accentuer l'arôme. En effet, les "nocciolate" représentent une des spécialités culinaires du Piémont, dont une partie du Lac Majeur fait partie. Les raviolis à la farine de châtaigne, à la ricotta et à la salsiccia enrichissent également les menus, tout comme les tagliatelles aux châtaignes et aux cèpes. Ces dernières constituent un autre trésor culinaire de la région du Lac Majeur. Les deux aliments forment une complémentarité indissociable dans les plats automnaux. L'un d'entre eux est le "pollo con castagne", un poulet farci de châtaignes et de cèpes.

En ce qui concerne les desserts, la cuisine piémontaise emprunte parfois quelques recettes aux pays voisins. La proximité et la relation historique avec la France se reflète considérablement dans la cuisine. Le "Montblanc" est un dessert à base de châtaignes, de rhum, de cacao et de crème que l'on trouve parfois dans les restaurants du Lac Majeur en automne. Une autre "dolce" que l'on trouve à cette période dans toute la région sous différentes formes est la "torta di castagne". Il s'agit d'un gâteau à base de farine de châtaignes, fourré de confiture ou servi avec des fruits frais. Un vrai régal pour le palais.

[visit-lakemaggiore.com](http://visit-lakemaggiore.com)



### Se promener et faire la fête

Le miel de châtaignier régional est la preuve que les douceurs peuvent aussi être très saines. Celui-ci a des vertus antibactériennes, anti-inflammatoires et s'avère également efficace contre les radicaux libres. Le "Miele di castagne", le miel de châtaignier de couleur ambrée, s'achète lors des marchés hebdomadaires ou directement chez les apiculteurs. (En savoir plus sur le [Miel du Lac Majeur](#) )

Le lac et l'arrière-pays offrent d'innombrables chemins et circuits à ceux qui souhaitent profiter de vues imprenables et de forêts automnales, tout en ramassant des châtaignes. Il est aujourd'hui agréable de se promener sur les sentiers muletiers, par lesquels les hommes et les animaux transportaient autrefois toutes sortes de marchandises. Les sentiers traversent l'arrière-pays à travers les champs, les forêts et les châtaigneraies. Ceux-ci relient le Lac Majeur et les villages des vallées reculées aux cols alpins de la région frontalière avec la Suisse.

L'automne ne se prête pas seulement à la randonnée mais aussi à la fête. En Italie, on appelle "Sagra" les fêtes traditionnelles villageoises lors desquelles il est possible de goûter, acheter et se régaler. En raison de la pandémie de Coronavirus, le calendrier des manifestations demeure moins complet qu'à la normale. Cependant, la fête consacrée à la châtaigne à Massino Visconti aura de nouveau lieu en 2022. Durant le premier week-end d'octobre, la petite ville de la province de Novare, située au sud du Lac Majeur, accueillera la "Sagra della Castagne".

[visit-lakemaggiore.com](http://visit-lakemaggiore.com)

