

# Gastronomie tessinoise

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Le messenger suisse : revue des communautés suisses de langue française**

Band (Jahr): **32 (1986)**

Heft 4

PDF erstellt am: **12.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Gastronomie Tessinoise



Dessin de Georgio Guglielmetti

### Bùlbora (Soupe de courge)

#### Ingrédients (4 personnes)

- 1 kg de courge fraîche,
- 1 litre de lait,
- 1 cuillère de farine blanche,
- 1 noix de beurre,
- 2 poignées de riz,
- Sel.

#### Préparation :

Peler la courge et la débarrasser de ses graines et de ses filaments. Couper la chair en morceaux et les cuire dans de l'eau salée 15 minutes. Egoutter et réduire en purée. Ajouter la farine et cuire 15 minutes en remuant constamment. Ajouter le riz et cuire encore 15 minutes. Avant de servir ajouter un morceau de beurre, mélanger. Attention, il faut bien surveiller la cuisson pour que la courge n'attache pas !

#### Variante :

On peut remplacer le riz par des haricots blancs frais (lingots ou Soissons).

### Minestra di rape (Soupe aux raves)

#### Ingrédients (4 personnes) :

- 1,5 litre d'eau et de lait (moitié, moitié),
- 3 poignées de riz,
- 3 raves moyennes,
- sel,
- 30 g de beurre.

#### Préparation :

Peler et couper les raves en dés, les cuire dans l'eau et le lait 20 minutes. Saler, ajouter le riz et continuer la cuisson pendant 20 minutes. Ajouter le beurre, mélanger et laisser reposer 5 minutes avant de servir.

### Minestrone (Soupe aux légumes)

#### Ingrédients :

##### 1.) Opération

- 50 g de beurre,
- 1 oignon émincé,
- 100 g de lard de poitrine du pays (non fumé) émincé,
- 1 petit chou,
- 2 branches de céleri,
- 5 carottes,
- 2 poireaux,
- 4 côtes-bettes (avec le vert),
- 1 poignée d'épinards,
- 1 poignée de haricots verts,
- 1 courgette,
- 200 g de haricots blancs frais écosés (lingots),
- sel,
- 4 litres d'eau.

##### 2) opération :

- 1 poignée de persil commun haché,
- 10 feuilles de basilic et 4 de sauge, hachées.

##### 3) opération :

- 4 tomates crues (à défaut des tomates pelées),
- 4 pommes de terre,
- poivre.

#### Préparation :

Faire revenir l'oignon et le lard dans le beurre, ajouter la première série de légumes coupés en morceaux de 1 cm et les faire suer, saler et ajouter l'eau. Cuire une heure. Ajouter les fines herbes. Continuer la cuisson encore une heure. Ajouter alors les tomates et les pommes de terre coupées en dés. Cuire encore au moins une demi-heure (cuisson totale : presque 3 heures). Poivrer, laisser reposer et refroidir, pour servir tiède avec ou sans fromage.

### Borlanda (Soupe aux légumes et aux haricots)

#### Ingrédients (6 personnes) :

- 1 petit chou du pays d'env. 1 kg,
- 2 poireaux,
- 2 grosses carottes,
- 2 grosses pommes de terre,
- 1 poignée de haricots secs (Borlotti),
- 100 g de beurre,
- 100 g de farine,
- sel,
- 2 litres d'eau.

#### Préparation :

Couper les légumes en grosse julienne et les

mettre dans l'eau salée (les haricots seront mis à tremper la veille puis cuits séparément 1 heure, avant d'être ajoutés aux autres légumes). Cuire le tout au moins une heure. A part, faire roussir la farine dans le beurre et ajouter, en remuant bien, 10 minutes avant la fin de la cuisson.

#### Variante :

On avait l'habitude s'il restait de la « borlanda » d'y ajouter, le lendemain, deux ou trois poignées de farine de polenta et du lait (quantités selon le volume des restes) et de recuire le tout à petit feu pendant 15 à 20 minutes.

### Faggioli in brodo (Bouillon aux haricots)

#### Ingrédients (6 personnes)

- 6 poignées de haricots secs (Borlotti),
- 100 g de beurre,
- 2 cuillères de farine blanche,
- 2 gousses d'ail,
- quelques feuilles de sauge,
- sel,
- 2 litres d'eau.

#### Préparation :

La veille mettre les haricots à tremper. Les égoutter le lendemain et les cuire au moins 1 heure dans de l'eau non salée. A part, faire roussir la farine dans le beurre, mouiller avec les 2 litres d'eau, ajouter l'ail et la sauge hachés, saler et ajouter les haricots égouttés. Cuire encore 10 minutes.

### Brovött (Soupe aux pommes de terre, à la farine et à la « formagella »)

#### Ingrédients :

- 500 g de pommes de terre en robe des champs, refroidies,
- 80 g de beurre,
- 4 grosses cuillères de farine blanche,
- 1 litre d'eau (éventuellement du bouillon),
- sel, « formagella » grasse du pays.

#### Préparation :

Faire roussir la farine dans le beurre. Mouiller avec l'eau ou le bouillon. Veillez à ne pas faire de grumeaux ! Saler et cuire 20 minutes. Ajouter les pommes de terre pelées et coupées en tranches fines et cuire encore 10 minutes. Ajouter la « formagella » coupée en tranches fines, mélanger et servir.

**Editeur « Le Tessin à table » Cahiers du Corriere del Ticino.**