



LÅNGSAM LYX I
Piemonte

Snabbmat, nej tack. I Italienska Piemonte vet man hur man njuter långsamt. Maten lagas med kärlek och traktens bästa råvaror. Följ med på en cykeltur genom tryffelns och Barolovinernas landskap.

AV CENNETH SPARBY FOTO FELIX OPPENHEIM



”Det måste finnas kärlek till råvarorna. Och man får aldrig ha bråttom.”

h jhgjhgjbjhgjhgjbjh jhvb jh vbjhbv jh vjhvjhbvjkhbvkjhgjhh jhgjhgjbjhgjhgjbjh jhvb jh vbjhbv jh vjhvjhbvjkhbvkjhgjhh jhgjhgjbjhgjhgjbjh jhvb jh vbjhbv jh

”Det är inte så märkvärdigt. Dofta, smaka, svälj och njut i tystnad av känslan du får.”

PIEMONTE OM HÖSTEN. Invånarna i staden Bra börjar så sakta vakna till liv. Det är i slutet av oktober och närmare 15 grader varmt redan klockan sju på morgonen. Marknadsstånden längs det vidsträckta torget är fyllda med grönsaker, frukt, ostar, charkuterier, pasta och färska kryddörter. Bestämda signoras klämmer, doftar och smakar på både färskost, lufttorkade skinkor och solmogna tomater innan köpen.

Bra är centrum för den italienska Slow food-rörelsen. En ideell organisation med långsamhetens lov som förtecken. Målet är att värna om de goda måltiderna och ett harmoniskt förhållningssätt till livet. Och det märktes tydligt när vi anlände hit i går eftermiddag, för en veckas cykling i regionen. För här njuter människorna verkligen av livet.

Piemonte, som betyder ”landet vid bergens fot”, syftar på det vida område som ramas in av alperna bort mot bergskedjan Apenninerna i de nordvästliga delarna av Italien. En bördig del av Italien som bland annat lockar med fylliga rödviner som Dolcetto, Barbera, Barbaresco och det främsta bland dem alla – Barolo.

Här finns också det söta moscatovinet, den berömda vita tryffel och till och med ett gastronomiskt universitet, med fokus på konsten att leva det goda livet.

Regionen är perfekt för cykling och vandring. Byarna ligger på bekvämt avstånd och landskapet är likt en öppen, böljande horisont med alperna som mäktig fond.

Här finns både slingrande asfaltvägar samt vandrings- och cykelleder som lockar till behagliga äventyr, med mat och vin som goda bieffekter.

Vi har just bott en natt på L'ombra della Collina, ett litet pensionat mitt i stan med bara några hundra meter till Osteria Del Boccondivino. Det är krogen som i mångt och mycket karaktäriserar allt det Slow food-rörelsen står för. Organisationens kontor och administration ligger i samma byggnad som restaurangen.

Det blev en ytterst vilsam middag. Krögaren Beppe Barbero bjöd på ett urval crostini som apéritifret och därefter ett antal smårätter. Bland annat lardo (späck i tunna skivor), salicciakorv, den piemontiska råbiffen carne cruda och vitello tonnato – kalv med krämig tonfisksås. Pastarätten tortino melanzane, med auberginer och kraftfull ostsås, kittlade smaklökarna rejält. Och sedan serverades kalvkött kokt i barolovin och lammfilé med färska örter och vitlök.

Alla rätter var markerade med en snigel i menyn, som tecken på att de valts ut som särskilda Slow food-alternativ. Den smakrika Barolon från Gigi Rosso blev ett gott sällskap till rätterna.

En sällsamt len pannacotta fick avsluta middagen, lagom till midnatt, med efterföljande grappa och krämig espresso. Och vi hade ju inte långt till våra sängar.

Giovanni Chiesa, som driver L'ombra della Collina, har varsam renoverat den gamla 1700-talsgården och skapat fem vackra rum för uthyrning, alla döpta efter sina barn.

Det visar sig att jag fått äran att sova i signora Arpinos säng. En berömd italiensk författare från Bra, får vi veta under frukosten efter den tidiga morgonpromenaden längs marknadsstånden.

Nu sitter vi med kartor och vägbeskrivningar framför oss och

får goda tips av värden Giovanni kring både vägval och utflyktsmål. I dag ska vi cykla till byn Cerretto Langhe, via staden Alba, som lockar med tryffel festival. En dagsetapp på drygt fyra mil. Men innan vi lämnar Bra slinker vi in på prisbelönta Café Converso, vida känt för sitt goda kaffe. Här sitter vi stund och sippar på varsin macchiato (stark espresso med bara en skvätt mjölk), tillsammans med andra turister och ortsbor.

Alba, som ligger cirka tolv kilometer från Bra, räknas som Italiens huvudstad, när det gäller den vita tryffeln. I slutet av oktober lockas hundratusentals besökare hit för att dofta, äta och köpa tryffel. Något man gjort ända sedan slutet av 1920-talet.

Det ligger en tät, aromatisk svampdoft över hela den gamla medeltida innerstaden, med sina väl bevarade palats, kyrkor och kvarter med åldriga bostadshus. Här finns prunkande blomsterlådor och tvätt på kläddlinor i de smala, vindlande gränderna.

Överallt finns stånd där försäljare och tryffeljägare stolta visar upp sina dyrgripar, de ojämna, rotliknande knölnarna som dock är mer beigebruna än vita. En svamp som växer under jord med ett kilopris på minst 3 000 euro.

Inne på det särskilda marknadsområdet – ett stort mässtält på en innergård – finns försäljarna som söker seriösa uppköpare med näsa för svampen.

Det är mestadels allvarliga män som sitter på rad vid uppställda bord, med de dyraste svamparna invirade i linnedukar och de mest praktfulla exemplaren i små glasskåp med ventilationshål.

Och näsan är central för att avgöra kvaliteten på en bra tryffel. Att lukta intensivt är tydligen grejen. Men det är inte vem som helst som får chansen att närma sig de mest exklusiva dyrgriparna.

VI PASSAR PÅ att lukta på ett dussintals svampar, för att sedan avsluta besöket med en lunch på en liten uteservering som erbjuder färsk tagliatelle med tryffel för drygt 20 euro portionen. Servitören skivar tunna flagor av den vitgråa svampen över den ångande varma pastan. Det är allt. Med lite olivolja och havssalt smakar det himmelskt.

Cykelturen mot Cerretto Langhe leder in i ett märkligt landskap, där i princip allt är uppodlat. Kilometerlånga rader med vinstockar – som bildar strikta mönster över kullarna. Skördetiden är över och stockarnas blad skiftar i starka färger, från mörkaste rubinrött till orange och gulgrönt.

Nedanför Castiglione Falletto har vinproducenten Gigi Rosso sin gård, som tillsammans med sina två söner producerar den Barolo vi njöt av under gårdagskvällens middag.

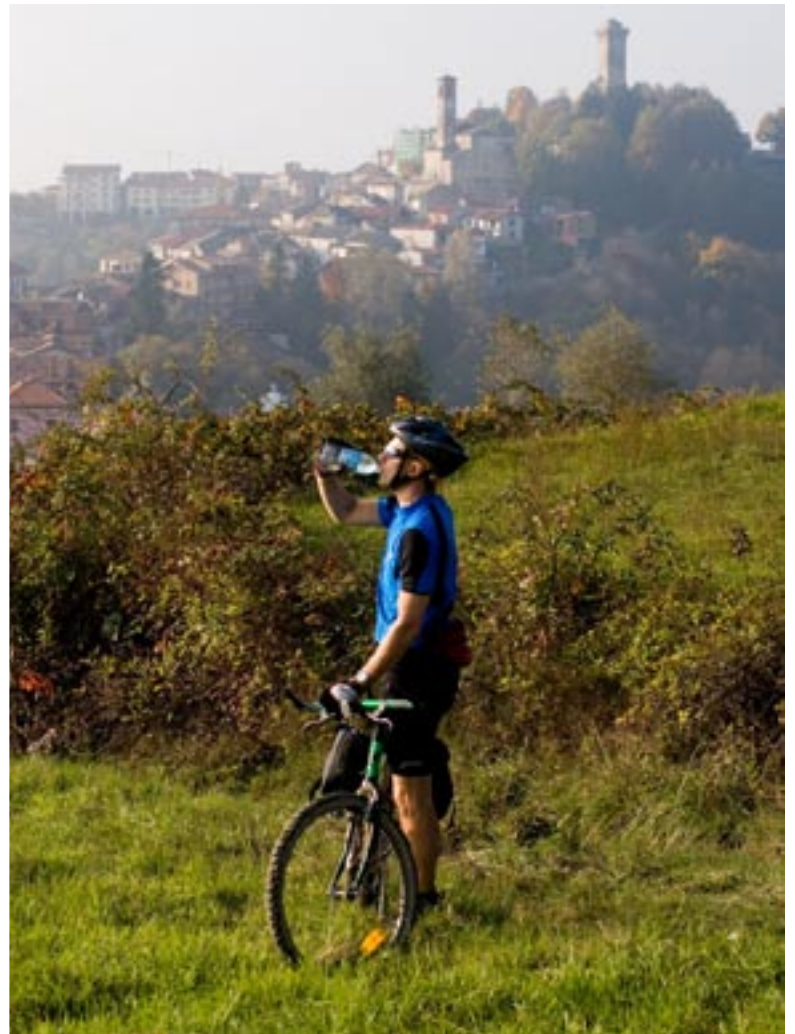
Gigi Rosso är själv på plats i den lilla vinbutiken och vi bjuds på en högst improviserad vinprovning.

– Barolo är komplext och vi som gör vinerna är nog lite speciella, säger han som brukar kallas för ”the poet of wine” och bjuder oss att dofta och smaka på de senaste årgångarna.

– Mitt liv är vin och jag älskar att vara i kontakt med naturen och mina druvor, säger Rosso.

Och visst är det poesi att lyssna till den snart 75 år gamle vinmakaren och hans filosofi kring konsten att umgås med vin. →

ohewiwe f iwehfawefhhjwohefiwe f iwe
efhhjwohefiwe f iwehfawefhhjwohefiwhef
iwehfawefhhjwjgjugkiug



ohewiwe f iwehfawefhhjwohefiwe f iwehfawefhhjwohefiwe f
iwehfawefhhjwohefiwe f iwehfawefhhjw



ohewiwe f iwehfawefhhjwohefiwe f
iwehfawefhhjwohefiwe f iwehfawef-
hhjwohefiwe f iwehfawefhhjw



– Det är inte så märkvärdigt. Dofta, smaka, svälj och njut i tystnad av känslan du får.

Vi trampar motvilligt vidare – för här skulle vi kunna stanna i många timmar – och följer den slingrande vägen uppåt, mot de höga kullarna, och byn Monforte d'Alba på drygt 500 meters höjd. Vingård följer efter vingård, med sluttningarna likt färgstarka målningar i abstrakta mönster. De medeltida byar vi passerar är väl värda ett längre stopp i sig, men vi vill hinna fram till Cerretto Langhe innan mörkret faller.

Efter Roddino byter landskapet ganska snart karaktär, från öppet odlingslandskap till mer karg bergsterräng med vidsträckt skogsområden. Det doftar ceder och pinje. Området heter Alte Langhe och är klart vildare och mer dramatiskt till sin karaktär jämfört med Barolo.

I skymningen är vi framme vid Trattoria del Bivio, vårt nattlogi. Det visar sig att vi är de enda gästerna denna kväll. Här uppe är det betydligt svalare och värdshusvärderna Massimo Torrenge bjuder oss varsin ”birra” på terrassen ut mot dalen med valnötsträd.

Efter en kort vila på rummet tar vi plats vid bordet framför öppna spisen i matsalen. Aftonens middag visar sig bli en femrätters helhetsupplevelse med det bästa av vad området har att erbjuda. En ”cena italiana” bestående av girello di vitello con salsa tonnata alla moda antica (kalv med tonfisk på antikt vis), ravioli con burro di Airasca (ravioli med smör från Airasca) och stinco di agnello brasato alla Barbera d'Alba, (lamm bräserat i Barbera d'Alba). Smakrika namn på rätter med kalv, lamm och svamp som bärande ingredienser. Där efter följer ett urval ostar från trakten och till sist en hasselnötspaj med sabayonne. Piemonte är känt för sina fina hasselnötter, och bland annat så har den populära choklad- och nötkrämen Nutella sitt ursprung i regionen. Till efterrätten bjuds vi varsitt glas Moscato, ett sött mousserande vin som passar utmärkt till desserten.

– Jag baserar min matlagning på det klassiska piemontesiska köket, med egna influenser från framför allt Asien, säger Massimo stolt.

Goda råvaror är förutsättningen. Två gånger i veckan kör han till Bra för att handla grönsaker, kött och ost. Ibland färsk fisk. Olivolja, kryddor och mjöl får han från granngårdarna.

På menyn finns också en beskrivning på var råvarorna kommer ifrån.

Vinet är självklart från regionen. Han köper också in en hel del från övriga Europa och världen. Men en årgångslagrad traditionell Barolo är nog ändå det bästa och mest självklara valet till min mat.

Massimo driver Trattoria del Bivio med hustrun Selia och hennes syster Monica. Svärföräldrarna sköter gården. Bäste kompis, som är konstnär, har dekorerat och skapat rumsinteriörerna. Färgerna går från medelhavsblått till ockra.

Efter frukost nästa morgon bjuder Massimo in oss i köket för att lära oss hur man tillverkar god pasta. Han gör det mesta för hand.

– Det måste finnas kärlek till råvarorna, säger han på engelska, med tydligt italiensk accent. Och man får aldrig ha bråttom. Därför gillar jag att bearbeta degen för hand.

Äggulorna är djupt guldgula och ger degen en härligt solig färg. Vi knådar intensivt och under tystnad. Massimo kavlar sedan ut degen i tunna skivor, för att sedan skära dem till millimetertunna taglierini. Något som vi också får pröva, med halvlyckat resultat. Men vi lyckas i alla fall skapa några portioner, som blir till tidig lunch. Färsk pasta med smör och salvia. →

BRA ATT VETA INFÖR RESAN

Du tar dig lättast till regionen Piemonte med flyg till Turin eller Milano.

Med de små städerna Bra och Alba som utgångspunkter kan du lätt sätta ihop en egen vandrings- eller cykelvecka. Den bästa tiden att resa till området är april-maj samt september-början av november. Under hösten är vinskörden i full gång och det är också tryffelsäsong, så då gäller det att boka hyfsat långt i förväg.

För mer information:

www.langheroero.it, (täcker det mesta vad gäller info om städer, byar, logi, cykel, vandring, natur, kultur, mat och nöjen)

www.langhe.net

www.piemonte-emozioni.it

CYKELUTHYRNING

Räkna med drygt 70 euro i veckohyra för en bra mountainbike eller hybridcykel.

MOTO CICLI DESTEFANIS, Corso Langhe 17 i Alba. Telefon 0039-0173-44 04 62.

CICLI GAGLIARDINI, Via Ospedale 7 i Alba. Telefon 0039-0173-44 07 26.

CICLI CHIESA, Via Barbacana 10 i Bra. Telefon 0039-0172-41 24 65.

SKÖNT BOENDE OCH GOD MAT

OSTERIA DEL BOCCONDIVINO i Bra, Via Mendicità 14. Med Slow food som bärande tema. Telefon 0039-0172- 42 56 74.

L'OMBRA DELLA COLLINA i Bra. Gammal farm som blivit mysigt pensionat. Via Mendicità 47, telefon 0039- 0172- 448 84.

L'EREMO DELLA GASPRINA nära La Morra erbjuder matlagningskurser och vinprovning. www.holidaysol.it eller telefon 0039-0173-504 98.

TRA ARTE E QUERCE i Monchiero Alto. En medeltida gård som renoverats och som rymmer mysig restaurang och personligt inredda rum.

Rätter med vit tryffel hör till specialiteterna under hösten. Som gäst kan du få följa med på tryffeljakt med hund dessutom. www.traarteequerco.com, telefon 0039-0173-79 21 56.

LA COSTA i Torre Bormida på vägen mellan Cerretto Langhe och Bergolo. Familjedriven agriturismo, där mor och son lagar mat med känsla och kärlek. Granne med vingård. www.lacostaagriturismo.it, telefon 0039- 0173-880 79.

TRATTORIA DEL BIVIO i Cerretto Langhe. Massimo erbjuder matlagningskurser och guidade vandringar i området, www.trattoriadelbivio.it, telefon, 0039-0173-52 03 83.

L'BUNET i Bergolo bjuder på piemontisk gastronomi och enkel men prisvärd logi, www.langhe.net/bunet, telefon 0039-0173-870 13.

TENUTA LARENZIANA i Dogliani. Större vingård med hotell i vilsam miljö, www.larenziana.it, telefon 0039-0173-710 86.

VINGÅRDAR PÅ VÄGEN

Passa på att besöka vingårdarna i Piemonte under din resa.

Förbokning behövs sällan. Här finns möjlighet att både provsmaka, göra en vandring bland vinstockarna och köpa vin förstås. Här följer ett urval:

GIGI ROSSO vars viner finns i specialsортimentet.

www.gigiroso.com, telefon 0039-0173- 26 23 69.

CONTERNO FANTINO i Monforte d'Alba, telefon 0039-0173-782 04, www.conternofantino.it

AZIENDA CANONICA i Torre Bormida, telefon 0039-0173- 882 06, e-post manu-e@libero.it

CASCINA BESCIOLO i Gorzegno, nära Torre Bormida, telefon 0039-0173- 860 38, e-post cascinabesciolo@tiscali.it

BOTTEGA DEL VINO DOLCETTO i Dogliani. En vinbutik i Doglianis stadshus, där regionens alla Dolcetto-producenter finns representerade. Telefon 0039-0173-701 07.

Fyllda med ny energi cyklar vi vidare mot Torre Bormida och Bergolo. In i ”nutella country”, som Massimo beskriver det. För här ligger hasselnötsodlingarna tätt, tillsammans med vinstockar som bär druvorna Dolcetto och Moscato i mängd under skörde-tiden.

Nu sätts vår kondition på prov. Vi passerar tre dalar, med en stigning på 300–400 höjdmeter däremellan. Serpentinvägar med upptäckarglädje.

Vid ett par tillfällen blir vi tvungna att snabbt spurta vidare, på grund av några alltför intensivt uppvaktande gårdshundar, som aggressivt markerar revir. Och vid en vägkorsning där kartan gör oss lite osäkra guidar oss en äldre man tålmodigt med en packåsa i släptåg.

Bergolo halvsover när vi anländer sent på eftermiddagen. En vilsam by, präglad av konst och kultur. Olika inhemska konstnärer har dekorerat i stort sett varje hus och här hålls många klas-siska konserter varje sommar.

Byn har drygt hundra invånare, en liten camping och så förstås l’Bunet, en omtalad restaurang med åtta rum för boende, där vi bokar in oss i god tid före avresan.

Vandringsleden Valle Bormida passerar rakt genom Bergolo. Det är en gammal bergsrutt som använts av farmare under år-hundranden. Leden går i nord-sydlig riktning, från de italienska alperna mot Ligurien och havet.

VI BYTER CYKLANDET mot en kortare vandringstur före middagen. Den väl markerade leden följer bergskammen norrut, in i ett skogslandskap som ibland öppnar sig och bjuder på panorama-vyer åt alla väderstreck.

Det blir sedan ännu en middag i den goda långsamhetens tecken. Emilio Banchemo på l’Bunet lagar maten tillsammans med sin närmare 70 år gamla mamma.

– Utan den uppmärksamhet som slow food-rörelsen fått skulle det vara svårt för oss att överleva. Krogen ligger ju inte i Barolo, som annars får mest uppmärksamhet turistiskt sett.

Slow food har verkligen räddat Piemontes gastronomi, hävdar Emilio.

Restaurangen har plats för 20 gäster och fler vill inte han inte ha under en kväll.

– Jag måste ha tid att samtala med dem som valt att tillbringa en kväll på restaurangen. Det handlar ju om en helhetsupplevelse.

En afton som denna är vi sex personer totalt och vi njuter av både vit tryffel med fonduta – en krämig ostsås, kanin kokt i vitt vin med timjan och rosmarin samt vildsvin i kryddig tomatragu. Allt serverat med finesse och känsla.

Ostvagnen är som ett helt månlandskap. Favoriterna blir La Rossa, en getost lagrad i körsbärslöv och en Ubriaca – berusad ost inpackad i Dolcettodruvans blad. Ostarna kommer från en farm bara ett par mil från Bergolo.

Och medan kvällen övergår till natt planerar vi de resterande dagarna över varsitt glas limoncello, den goda citronlikören.

I morgon ska vi vidare längs Valle Bormida till Prunetto och dess mäktiga borg, för att sedan fortsätta till Murrazano och Dogliani – hemort för Dolcettodruvan.

Veckan tänkte vi sedan avsluta i La Morra, med matlagningskurs och vinprovning. Byn ligger endast en timmes cykelväg från Bra, där allt började för några dagar sedan. ●



Laga läckerheter från Piemonte!

SFORMATO DI SPINACI E FONDUTA

(Spenattimbaler med ostsås)

En klassisk piemontisk rätt som är hyfsad lätt att tillaga. Försök hitta äkta Fontina från Aostadalen (dansk Fontina har inget gemmensamt med den italienska). Den är fantastisk att använda i matlagning och har goda smältegenskaper. Fonduta är Piemontes svar på fondue.

4-6 portioner

2 ägg

1 kryddmått finriven muskot

1 dl finriven, färsk parmesanost

havssalt

400 g färsk spenat

2,5 dl matlagningsgrädde

svartpeppar

FONDUTA:

400 g Fontinaost

1 msk vetemjöl

2 dl mjölk

4 äggulor

1. Vispa upp äggen till spenatröran ordentligt och tillsätt muskot och parmesan. Krydda med salt.
2. Koka spenaten i lättsaltat vatten i en minut och häll sedan av vattnet (pressa gärna ur de sista vattenresterna). Finhacka spenaten och blanda den med de vispade äggen och grädden.
3. Fördela blandningen i smorda portionsstora och ugnssäkra formar. Grädda på 140 grader i cirka 30 minuter.
4. Låt osten långsamt smälta i en kastrull på låg värme. Tillsätt mjölet och blanda väl.
5. Tillsätt mjölken och rör blandningen slät. Häll därefter i äggulorna, blanda väl och låt sjuda tills ostblandningen får en såsig konsistens.
6. Stjälp upp spenattimbalerna på tallrik och garnera med ostsåsen.



TAGLIERINI CON PORCINI

(Pasta med karljohansvamp)

Pastarätt med italienarnas favoritsvamp, efter den vita tryffeln förstås. Men karljohan är ett billigare och gott alternativ. Vill du använda färsk pasta istället för torkad går det bra.

3–4 portioner

400 g taglierini (smal bandspagetti)

1 msk salt

2 l vatten till kokning

SVAMPSÅS:

150–200 g purjolök

1–2 vitlöksklyftor

ev. en bit röd pepperoni på 1 cm

300 g tunt skivad färsk karljohansvamp

olivolja

salt och svartpeppar

1 dl vitt vin

4–5 msk lätt crème fraiche

1 knapp dl grovhackad bladpersilja

1. Börja med såsen. Strimla och hacka purjolök, vitlök och pepparfrukt i olivolja. Bryn detta lätt och tillsätt sedan den skivade karljohansvampen. Stek i 7–8 min på medelvärme (eventuellt kan mer olivolja behövas) och krydda med havssalt och nymalen svartpeppar.

2. Tillsätt det vita vinet och crème fraiche.

Strö över bladpersiljan. Rör om och låt såsen småputtra några minuter. Smaka av.

3. Koka pastan i vid kastrull enligt anvisningarna på paketet. Har du färsk pasta, så tänk på att taglierinin blir "al dente", med tuggmotstånd, på bara någon minut i kokande vatten.

4. Blanda såsen med den varma pastan. Servera på varma tallrikar. Garnera med färsk persilja och om så önskas en liten vitlöksklyfta.



PERE AL VINO ROSSO

(Rödvinskokta päron med vaniljglass)

Välj gärna ett rödvin från Piemonte om du vill ha den fylligaste smaken. Gärna ett på nebbiolodruvan.

4 portioner

1,5 dl socker

1 dl vatten

4 dl kraftigt rött vin

3–4 strimlor apelsinskal

1 kanelstång

4 fasta päron med stjälkarna kvar

GARNERING:

florsocker

ev. flytande honung

vaniljglass

1. Håll sockret och vattnet i rödvinet. Låt koka upp i en tjockbottnad liten kastrull och rör om tills sockret löst sig.
2. Tillsätt apelsinskal och kanelstång och låt koka samman under några minuter.
3. Skala päronen och låt stjälken vara kvar. Skär bort en tunn skiva av päronets tjocka del, så att frukten kan stå av sig själv.
4. Koka päronen på medelvärme i lagen tills frukterna känns mjuka vid ett provstick. Se till att vända på dem några gånger under kokningen. Räkna med drygt 10 minuters kokning under lock.
5. Ta kastrullen av spisen och låt päronen svalna i lagen, gärna under 2–3 timmar. Vänd dem ett par gånger så att de blir jämnt röda.
6. Ställ päronen på ett fat och koka samman rödvinslagen utan kanel och apelsinskal under några minuter.
7. Håll en matsked rödvinslag över varje päron. Garnera tallriken med pudrat florsocker och eventuellt en aning flytande honung. Och sist men inte minst – en kula riktigt god vaniljglass.

Buon appetito!