

## HOME PAGE

qb. Shop

Eventi Cibo Ricette Nonsolovino Chef & Ristoranti Luoghi Persone Lifestyle

Quotidiano on line di gusto e buongusto

La Dolce Trieste direttamente a casa tua!  
Ordina subito!  
Tel: 040.637838 - mail: eppingercaffe@gmail.com

Com'è dolce Trieste

I DOLCI MITTEL della TRADIZIONE TRIESTINA

#Storiedivini

Follow us: Dailymag

Notizie flash - Anche cioccolato bio per Davide Appendino

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

È bello ed è gratis - Concerto di Ferragosto a Palazzo De Grazia

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

SEI QUI: HOME

### UNA DENOMINAZIONE DI ORIGINE PUÒ - O DEVE - ESSERE BIO?

★★★★★

CONSORZIO VINI DOC  
**VALDARNO DI SOPRA**  
ECCELLENZA DAL 1716

Scritto da redazione.qbquantobasta il 02 Novembre 2021

Ancora una volta Angelo Peretti ha, a nostro parere, centrato il punto in questo post dal titolo "Davvero una denominazione di origine può...  
[Continua a leggere...](#)

### CONOSCETE LA CIUGA?

★★★★★

Ciuga del Banale, la conoscete? La domanda vale solo se non abitate in Trentino. Ne scriviamo in prossimità dell'ultimo fine...  
[Continua a leggere...](#)

ACQUISTA LA COPIA DIGITALE!

I PIÙ LETTI DELLA SETTIMANA

Amanti dei legumi l'appuntamento è a Stra

Il Faro della Vittoria  
#persapernequantobasta

STORIE DI PIETRE E VOCI DI CONFINI

# APPROFONDIMENTO

qb | Shop | Chi siamo | Abbonamenti | Promozioni | SCARICA | Contatti e Pubblicità | Privacy | Supporto | Login / Registrati



Eventi Cibo Ricette Nonolovino Chef & Ristoranti Luoghi Persone Lifestyle

## Shop

**EPPINGER** La Dolce Trieste direttamente a casa tua! Ordina subito! Tel: 040.637838 - mail: eppingercaffe@gmail.com

**QUB!** Com'è dolce Trieste **DOLCI MITTEL** della TRADIZIONE TRIESTINA

**#Storiedivini** Follow us: DuineBook

Notizie flash - Nuova distilleria per Luxardo spa 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

È bello ed è gratis - Epifanie. Mostra fotografica di Lucio Ulian al Double 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

SEI QUI: HOME > CIBO > PAROLE GOLOSE > CONOSCETE LA CIUIGA?

## CONOSCETE LA CIUIGA?

Scritto da **Fabianna Romanutti** il 31 Ottobre 2021

Share Tweet Condividi



IN QUESTA RUBRICA:

CONOSCETE LA CIUIGA?



Ciuga by Pro Loco San Lorenzo in Banale ph Italian Food Experience

**Ciuga del Banale, la conoscete?** La domanda vale solo se non abitate in Trentino. Ne scriviamo in prossimità dell'ultimo fine settimana di ottobre, quando diventa il tipico salume povero di San Lorenzo Dorsino, oggi eccellenza della norcineria e presidio Slow Food, diventa protagonista dell'omonima sagra giunta alla XX edizione.

**Dal 30 ottobre al 1 novembre 2021 a partire dalle 9.30 e fino a sera, la Pro Loco San Lorenzo in Banale**, in collaborazione con il Comune San Lorenzo Dorsino e Apt Dolomiti Paganella, darà spazio a gusto, cultura e tradizione in uno dei Borghi più belli d'Italia, con degustazioni, mercatini, rassegne musicali e teatrali, durante i quali scoprire anche i prodotti di Azienda Agricola Fontanè, Azienda Agricola Maso Grener, Cantina Endrizzi, Cantine Mezzacorona - Rotari, De Vielli e Panificio Zambanini.



Sagra della Ciuga

La ciuga dunque, è un salume preparato con carne di maiale, con l'aggiunta di un ingrediente speciale e caratteristico: le rape. Tutto è nato nelle Giudicarie Esteriori, una verde vallata tra le Dolomiti di Brenta e il lago di Garda. Nella seconda metà dell'Ottocento, periodo in cui è iniziata la produzione della ciuga, economicamente le cose non andavano tanto bene per gli abitanti della zona.

Ecco dunque che nel 1875, così raccontano le storie, Palmo Donati, macellaio del paese di San Lorenzo in Banale, decise di recuperare le parti meno nobili del maiale, quelle che non potevano essere vendute (sta cuore polmoni), macinandole e amalgamandole con un ingrediente locale molto diffuso, le rape, cotte e poi sminuzzate, in una percentuale del 70%. Dopo più di 100 anni di storia, la ciuga, che nel frattempo è diventata *Presidio Slow Food*, si produce ancora oggi nello stesso modo, ma si sono invertite le proporzioni fra rape (30% e carne di maiale 70%). La ciuga del Banale, che solitamente si consuma fresca subito dopo il processo di affumicatura, è evitata con ortaggi e verdure: in particolare con le patate bollite e la cicoria, ma anche con crauti, alla purea di patate o alla polenta.

È TEMPO DI SUGOLII!

RÔTI SANS PAREIL, ARROSTO IMPAREGGIABIL

LO STRIPPAPPELLE STORIA COMICA DELLA CUCINA TOSCANA

ACQUISTA LA COPIA DIGITALE!



qb quattobasta novembre 2021  
edizione digitale

ABBONATI SUBITO A QB!

Registrati qui e crea il tuo profilo

accedi al tuo profilo e **CONTROLLA SE CI SONO SCONTI** per te o per le associazioni di cui fai parte!

PayPal

VISA

BANDI E CONCORSI

Spirito di Vino: aperte le iscrizioni al concorso 2021

Art of ITALICUS 2021 Creative Talent.

Concorso Mosaic Young Talent: i vincitori

I racconti dello Schioppettino

Concorso Enologico Internazionale Città del Vino

Bere il territorio: concorso letterario di Go Wine

Online il nuovo bando del Premio Cesa di Folkest

Pro Loco Buri cerca due giovani per il Servizio Civile Universale

Famelab si farà anche nel 2021

Concorso per logo Saluzzo e Terre del Monviso

### San Lorenzo in Banale

Inserito dal Touring Club nella lista dei borghi più belli d'Italia, San Lorenzo in Banale è caratterizzato dalla presenza di capitelli e da luoghi caratteristici da visitare, tra cui Casa Mazoletti, Casa Moscati e Casa Martinoni, esempi dell'architettura rurale della valle, e la chiesa di San Rocco e San Sebastiano, edificata nel '500, al cui interno è possibile ammirare importanti affreschi dei Baschenis, pittori itineranti di quell'epoca.

