

Gastronomia

© <http://www.vacanzefinlandia.it/>

La posizione geografica della Finlandia, tra occidente e oriente, ha naturalmente influenzato le sue abitudini culinarie. La Russia in particolare vi ha lasciato le sue tracce: ancora oggi abbiamo in Finlandia un certo numero di eccellenti ristoranti russi. Per il resto i menu tendono ad essere piuttosto internazionali: per fare la conoscenza della genuina cucina finlandese conviene affidarsi ai consigli del cameriere. In linea generale i piatti di carne, a meno che non si tratti di selvaggina o di renna, ricordano la tradizione francese. Le zuppe, il pesce e i dessert rappresentano invece la tipica cucina finlandese. Tradizionalmente, per la festa, il pasto è presentato su un buffet, un grande tavolo (seisova pöytä o pitopöytä) da cui l'ospite può servirsi liberamente. Si inizia con piatti freddi: una grande varietà di carne, pesce e di insalate. Seguono i piatti caldi: carne, pesce, verdure cotte, sformati vari. Dopo i formaggi e il dessert si prende anche il caffè con pasticcini. Queste tradizioni sono ancora vive particolarmente in campagna.

Pesce. Il pesce (kala) è abbondante in ogni stagione dell'anno. Vale la pena di assaggiare luccio (hauki), trota (taimen o forelli), persico (ahven), coregone (siika), luccio-perca (kuha), trota salmonata (kirjolohi), salmone (lohi), aringa del Baltico (silakka, più piccola dell'aringa del Mare del Nord che viene chiamata silli) ed un piccolissimo pesciolino di lago della famiglia dei coregoni, muikku. I gamberi di acqua dolce (rapu) si possono trovare a partire dal 21 luglio, per ca. un mese. Il pesco viene preparato in diversi modi: bollito, nelle zuppe, al forno, affumicato, crudo sotto sale (in particolare il salmone, che è una specialità), fritto, alla brace ecc.

Assolutamente da provare sono le uova di pesce. Carne. Ottima la carne bovina (naudanliha), altrettanto buona e molto utilizzata dai finlandesi la carne suina (sianliha). La carne di renna (poronliha o poro), la specialità lappone, è molto prelibata. Viene servita affumicata, in stufato, in filetti al forno. La selvaggina (riista) è abbondante in autunno. Verdure e ortaggi. D'inverno le verdure sono importate oppure prodotte in serra. Con l'estate avanzata arrivano sui mercati i prodotti nazionali, tutti cresciuti con tanta luce (in estate il sole non tramonta) e quindi gustosissimi e pieni d'aroma. Le patate novelle, i piselli, i pomodori, tanto per nominarne alcuni. L'autunno è la stagione dei funghi (sieni), i boschi pullulano di funghi porcini (specialmente nella Finlandia orientale), di galletti detti anche finferli, lattari e moltissime altre specie. Vale la pena di nominarne anche uno primaverile: korvasieni, simile alla spugnola, squisitissimo in crema o in salsa per accompagnare la carne.

Frutta. Non mancano i frutti familiari agli italiani, né quelli esotici, quasi tutti d'importazione però. In Finlandia crescono degli ottimi frutti di minori dimensioni, cosiddetti di bosco: mirtillo rosso (puolukka), mirtillo nero (mustikka), lampone (vadelma), mora artica (lakka o suomurain, gialla con nocciolini piccoli, pregiatissima per i finlandesi, cresce in Lapponia), fragola di bosco (metsämansikka); anche la fragola coltivata (mansikka) ha un ottimo sapore. Il ribes rosso, nero e bianco (viinimarja), l'uva spina (karviainen), la mela (omena), piccola ma buona, sono, come gli altri frutti elencati, ovviamente prodotti dell'estate. Il lungo inverno ha comunque insegnato ai finlandesi l'arte della conservazione della frutta in forma di confetture, marmellate, succhi e surgelati.

Formaggi e latticini. Le mucche finlandesi producono un ottimo latte (maito). Il latte acido (piimä) è equilibrante per lo stomaco. Yogurt (jugurtti) e viili (non esiste il nome in italiano) vanno bene per la prima colazione o per la merenda. I formaggi (juusto) finlandesi meriterebbero un capitolo a parte: tante sono le varietà di formaggi prodotti con il latte bovino, dai formaggi stagionati a quelli freschi. Munajuusto è uno speciale formaggio all'uovo, kutunjuusto è il formaggio di capra. Leipäjuusto è una specialità lappone a forma di piadina.

Pane e pasticceria. Esistono moltissime varietà di pane (leipä): di segale, di frumento, di avena, di orzo, di cereali misti, integrale,

crackers; c'è l'imbarazzo della scelta. Di preferenza va spalmato dell'ottimo burro (voi) salato finlandese. Le paste salate, consumate per la prima colazione o per uno spuntino, specialmente quelle di origine careliana, sono assolutamente da provare. Le karjalanpiirakka sono delle barchette di farina di segale riempite di un composto di riso o di patate su cui si spalma una manteca di burro e uova. I lihapasteija sono dei piccoli "calzoni" riempiti di carne, riso, cipolla e uova. Le torte, le brioche, i pasticcini, i biscotti sono particolarmente buoni. Bevande. I finlandesi sono notoriamente in testa alle classifiche per il consumo di latte (maito) e caffè (kahvi). Il latte viene tradizionalmente consumato anche a tavola, specialmente dai bambini. Il caffè finlandese è più diluito di quello italiano ed è anche tostato diversamente. Il vino (viini) è tutto d'importazione (tranne le qualità nazionali prodotte da ribes ed altri frutti) e quindi abbastanza costoso; non viene venduto nei negozi alimentari ma solo nei negozi specializzati (Alko). La birra (olut) finlandese è ottima, esiste in tre gradazioni: I senza alcool, III media e IV forte. L'acqua minerale (mineraalivesi) è sempre gassata, l'alternativa senza gas è semplicemente l'acqua di rubinetto, solitamente servita con cubetti di ghiaccio (jäävesi). Dei superalcolici tutti forse conosceranno la vodka finlandese. Ma anche i liquori a base di frutti di bosco sono gradevoli al palato.