

ALIMENTI

Assai parco è l'antronese nel suo regime alimentare. Prima dell'introduzione del granturco e della patata, si cibava di pane di biada e di polentine e stiacciate di miglio. Era sconosciuto il pane bianco di frumento, e lo si usava rare volte nelle malattie acquistandolo a Domodossola. Carni e latticini, olio di noce, castagne e vino locale formavano il resto della sua alimentazione. Il vitto dei pastori che custodivano il bestiame su gli alti monti da S. Giovanni Battista alla Madonna di settembre è, si può dire, invariabile. Al mattino, pane e latte; e mezzogiorno, polenta asciutta con latte o crema sbattuta, *gratitt e kòrn*; alla sera, riso e latte, *ris e garghèer*.



Nei paesi viticoli sono ancor in uso le visite collettive alle cantine, dove si trinca

abbondantemente il frizzante vino locale e si mangia pane e cacio, *pan e mascarpin*. Non si usano bicchieri, ma si beve a turno nelle boccaline gisto l'uso degli antichi celti e germani.