

La primavera, si sa, è anche la stagione delle frittate, [la frittata di asparagi](#) e [la frittata di Robiola](#), fatte approfittando delle belle e buone erbe che crescono nell'orto e nei campi e con i formaggi più freschi, e le [frittelle di ortiche](#) o le originali [frittelle di sambuco](#).

Piatto tipico invernale-primaverile sono le "**Cabiette**", tipico della zona di Bardonecchia in Val di Susa. E' un primo piatto piuttosto insolito, a base di patate crude grattugiate, cipolle, farina di segala, ortiche (ideali da cogliere in primavera quando sono giovanissime), formaggio magro e uova.

Anche i "[Capunet](#)" sono un piatto primaverile, molto gustoso e piuttosto raro. Ci sono due tipi di Capunet in Piemonte: quelli di Alba consistono in fiori di zucca riempiti carne lessata o arrostita, salame cotto, prezzemolo, aglio, uova e parmigiano e poi fritti in burro; quelli di Vercelli, invece, anziché del fiore di zucca sono avvolti in foglie di cavolo appena scottate e contengono anche riso lessato.

Un altro grande piatto della cucina primaverile è il "[fritto misto](#)". Più di altri piatti piemontesi, il fritto misto rappresenta un inno alla bravura del cuoco, una occasione per valutare quanto effettivamente vale chi sta ai fornelli, se un cuoco sa fare un buon fritto misto, ha l'arte della cottura, e anche la fantasia (che, a torto, molti accusano la cucina piemontese di non avere).

Altro gustoso piatto primaverile della nostra cucina è l' [Anguilla in carpione](#) (allo stesso modo si fanno Tinche, carpe o la trota).

[Il Vitello Tonnato](#), infine, è tra i più classici piatti di antipasto piemontese.