

Come uno specialista di enogastronomia racconta la storia popolare genovese

I Martedì dell'associazione "A Compagna"
Palazzo Ducale – Sala Borlandi – Martedì 20 Marzo 2012

a cura di Virgilio Pronzati

Virgilio Pronzati è un giornalista specializzato in enogastronomia e docente della stessa materia in diversi Istituti Professionali di Stato della Liguria. Nato a Genova, dove lavora, da anni si interessa di vino e di cibi. Fa parte di varie commissioni d'assaggio dei vini ed è autore e coautore di vari libri a carattere enogastronomico.

Il suo intervento ai "Martedì in Compagna" è illustrato nei suoi cinque articoli riportati qui di seguito.

Si fa presto a dire Pesto	p. 2
Salse storiche da mortaio	p. 9
Natale a tavola	p.12
I vini della Liguria	p.16
L'olio extravergine d'oliva DOP "Riviera Ligure"	p.19

A Compagna

Si fa presto a dire Pesto

di Virgilio Pronzati

Le sue origini

Può sembrare strano, ma tra le salse più richieste e diffuse nel mondo c'è il Pesto. Una posizione di rilievo acquisita da circa un ventennio, a scapito di altre, tra cui alcune delle famose e storiche salse madri. Infatti, migliorando non solo nel nostro Paese la qualità della vita, sono ovviamente cambiate anche le abitudini alimentari, espresse con piatti meno grassi e calorici e con tempi di cottura più brevi. Quindi anche le salse, venendo incontro alle attuali esigenze, sono ovviamente mutate, derivando oltre che da basi ittiche da quelle vegetali, privilegiando così il Pesto. Una salsa fredda, (quasi totalmente vegetale), assurta nel tempo a simbolo di Genova, derivata dall'antica agliata (**aggiadda** in genovese), la prima delle 6 salse classiche da mortaio risalente al 1200. Alla fine di questo lungo cammino durato poco più di sei secoli, nei primi decenni dell'**Ottocento**, aggiungendo il basilico e i formaggi all'aglio, l'olio d'oliva e il sale, e togliendo l'aceto, è nato il pesto. Mentre alcuni presunti gastronomi, lo citano addirittura come derivato dal "garum". La prima ricetta scritta del pesto è certamente curiosa. **Giovanni Battista Ratto**, raffinato gourmet con vezzo di scrivere, nel suo libro "**La Cuciniera genovese**" edita a Genova dai fratelli Pagano nel 1864, cita l'impiego di formaggio olandese nel pesto (fortunatamente sostituito)! A distanza di alcuni anni, **Emanuele Rossi**, oltre a copiarne la ricetta, ne aggiunge molte altre, e da alle stampe il volume "**La vera cuciniera genovese facile ed economica ossia Maniera di preparare e cuocere ogni genere di vivande**". Ma non basta: **Emerico Romano Calvetti** nel 1910 dando una sua versione, fa una sintesi delle due cuciniere, riportando nella sua opera, la ricetta n° 39 "*la battuta o sapore d'aglio*". Infatti, come citato in precedenza, il pesto deriva dall'**aggiadda** (agliata), una salsa che serviva per conservare i cibi cotti e per coprire gli aromi e sapori di carni troppo frollate (come le frattaglie) o già con inizio di putrefazione.

A Genova quello che è di Genova

Chiariamo definitivamente la querelle su Pesto e Pistou. I provenzali, in particolare i marsigliesi, hanno sempre rivendicato la primogenitura di questa salsa. Niente di più sbagliato. Le prove scritte sono state fornite proprio da un provenzale. Infatti lo *chef de Cuisine* **J.-B. Reboul**, scrisse e pubblicò nel 1889 "**La Cuisinière Provençale**", un'opera definita in Francia "la Bibbia" della gastronomia della Provenza, lodata anche dal grande Frédéric Mistral. Nella terza tiratura della venticinquesima edizione (1991) de "La Cuisinière Provençale", a pagina 63, terza riga, si legge: 16 (numero

della ricetta). **Soupe au Pistou.** – Cette soupe, d'origine genevoise.... Che dire di più? Bastava leggere. Per chi vuole documentarsi: La Cuisiniere Provençale di J.-B. Reboul - Nouvelle Edition (Troisième tirage de la 25e Edition - Octobre 1991) - P. Tacussel Editeur - Marseille - 90 F.

La ricetta del Pesto

Dosi e ingredienti per 1 kg di Pesto: 30% di Basilico Genovese DOP (foglie fresche di piantine giovani); 25% di Parmigiano Reggiano Dop di 36 mesi grattugiato al momento; 5% di Pecorino Sardo Dop di 15 mesi grattugiato al momento; 10% di pinoli di Pisa prima scelta; 2-3% di aglio di Vessalico; 1,5-2% di sale grosso marino; 23-25% di olio extravergine di oliva DOP Riviera Ligure (dolce e maturo).

Preparazione: togliere le foglie di basilico dalle piantine, lavarle e farle asciugare su carta assorbente o nella centrifuga, facendo attenzione a non schiacciarle. Porre l'aglio già mondato nel mortaio, pestarlo col pestello di bosso o di frassino fin tanto da ridurlo in poltiglia e, così, anche per i pinoli. Unire il basilico e il sale e schiacciare - senza più pestare - a lungo roteando, sino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungere i formaggi e, sempre rimestando, incorporare l'olio versato a filo. Se il pesto fosse troppo denso, diluirlo con un cucchiaino d'acqua calda della cottura della pasta. Caratterizza diversi primi piatti di pasta fresca e non della cucina genovese e ligure, come trenette, lasagne, gnocchi, troffiette e, non ultimo, il classico minestrone. **Avvertenze:** le foglie, necessariamente asciutte, non devono minimamente essere stropicciate, perché le vescicolette contenenti gli oli essenziali poste sulla pagina superiore della foglia, rompendosi, provocano un'ossidazione del colore e degli aromi, rendendo prima il pesto verde sbiadito-marrone o verde scuro, e poi con note verde-nero, dall'aroma solamente erbaceo. Il pesto fatto nel frullino elettrico, a parte che viene una salsa emulsionata simile ad una crema, scaldandosi per l'alta velocità si ossida in parte anch'esso e fa quadruplicare l'effetto piccante dell'aglio. Il mortaio era e deve rimanere un attrezzo di cucina, poiché l'aglio pestato nel mortaio non si scalda; inoltre il sale messo assieme alle foglie di basilico, sotto l'azione roteante del pestello, le sminuzza finemente e, essendo il sale igroscopico, ne rallenta l'ossidazione. I pinoli, considerandoli un'aggiunta fatta verso la fine del 1800, possono essere anche facoltativi. Obbligatorio invece l'aglio, che trova perfetta armonia col basilico genovese. Chi lo toglie (Dio lo punisca) abbia l'onestà di non chiamarlo più pesto, ma semmai salsa al basilico. Infine, perché l'olio deve essere maturo e dolce? Semplice: l'olio oltre a far da solvente per le sostanze aromatiche, conferisce il perfetto amalgama, esaltando l'aroma del basilico ed attenuando il piccante dell'aglio.

L'abbinamento col vino

I primi piatti col pesto esigono, essendo una salsa fredda e quasi totalmente vegetale, vini bianchi giovani, profumati, secchi ma morbidi e freschi, delicatamente caldi, pieni e continui come il **Riviera Ligure di Ponente Pigato** e il Collio Sauvignon (se francese, un Sancerre) serviti a 10-11°C in calici medi con stelo alto. Un vero e proprio matrimonio d'amore: l'ampio profumo e la morbidezza del vino, esaltano e contengono rispettivamente, l'aromaticità del basilico e l'imperiosità dell'aglio. Se a qualcuno viene in mente di abbinarci un vino rosso, lasci perdere. L'allicina contenuta nell'aglio (solfo di zolfo che conferisce all'aglio l'aromaticità e il piccante) e gli oli essenziali del basilico a contatto dei polifenoli del vino, conferiscono un sapore amaro e nette percezioni sgradevoli di metallico e rancido.

Pesto & Salute

Le allarmistiche campagne di stampa o da tv sulla presunta tossicità del basilico che, addirittura provochi il cancro, risalgono addirittura a 5-6 anni fa. Periodicamente sono diffuse, lasciando impauriti o sgomenti i consumatori generici di pesto, ma assolutamente tranquilli genovesi e liguri. Anzi, il *bailamme* suscitato nella prima settimana di novembre di due anni fa, lascia perplessità e sospetti. Alcuni anni fa la Regione Liguria, attraverso il suo Assessorato per le politiche all'agricoltura, è riuscita finalmente ad ottenere la DOP per il Basilico genovese, scoppiano come bombe, notizie nefaste sul basilico. Perché se tali ricerche hanno concreto valore scientifico, non sono state inoltrate tempestivamente al Ministero della Sanità? E' vero che il basilico nella prima settimana di vita contiene tracce di metil-eugenolo (lo difendono da vari parassiti), la sostanza accusata di provocare il cancro, ma è altrettanto vero che al momento della raccolta del basilico non ce n'è più, siccome le piantine di basilico sono estirpate dopo circa tre-quattro settimane e dell'altezza nettamente superiore ai 10 centimetri. Lo stesso prof. Veronesi, ex ministro della Sanità, ha chiaramente detto che il pesto non solo gli piace, ma fa anche bene.

Il Pesto nell'economia ligure

Ma a nostro parere, al di fuori delle polemiche sterili, la questione che ha sollevato il polverone, potrebbe essere di natura commerciale. Il miglior pesto si sa, è prodotto con le foglie di giovani piantine coltivate in Liguria, poiché gli oli essenziali che caratterizzano l'afrore del basilico (in primis estragolo, linalolo ed eugenolo) sono nella giusta proporzione e quantità, per le particolari condizioni pedoclimatiche. Se raccolte più tardi, dopo 60 giorni (quindi con foglie grandi), la qualità degli aromi scema, essendo penetrante, pungente con note vegetali all'olfatto, e amare e coriacee all'assaggio. Risultato: oltre a costare sensibilmente meno di quelle di giovani piantine, daranno sicuramente un pesto ossidato e disarmonico. Altre considerazioni

sono ancor più importanti: in Liguria la coltivazione del basilico coltivato in pieno campo e in serra, si aggira sui 220 ettari con una produzione annua, che è di circa 8 milioni di euro. Attualmente un kg di foglie giovani di basilico genovese di Prà va dai 15 euro d'estate ai 20-22 euro d'inverno. Mentre il Pesto, quello buono, fresco (dura un mese conservato a +2-4°C in frigo e col 25-30% di basilico) ha un costo di base di ben 18 euro il chilo. Per questo, la quasi totalità del basilico utilizzato da grandi aziende, proviene dall'Argentina, Cina, Tunisia, Israele, Cile ecc. Ultima considerazione, basta pensare all'indotto economico che potrebbe derivare dal Pesto STG (Specialità Tradizionale Garantita). Chiunque produrrà del Pesto Genovese STG, dovrà necessariamente acquistare il basilico genovese DOP e l'olio extravergine Riviera Ligure DOP in Liguria. Non solo. Oltre a rivalutare e conservare i territori delle aree di coltivazione, può essere la testa di ponte per tutti gli altri prodotti agricoli tipici della regione, poiché sarebbe l'unica salsa al mondo con ben quattro DOP.

Benché la Liguria sia un frastagliato arco sul mare, a caratterizzare la gastronomia ligure non è il pesce ma sono le erbe aromatiche. L'uso delle erbe aromatiche da parte dei liguri risale al Medioevo, ai tempi delle Repubbliche Marinare, poiché le spezie erano di quasi esclusivo monopolio dei veneziani, acerrimi nemici. Ad onore del vero, nonostante l'ostilità verso i veneziani, i ricchi genovesi condividevano i loro grandiosi banchetti con le spezie, mentre la gente povera per insaporire minestre e brodaglie, usava, facendo di necessità virtù, le erbe aromatiche. Da qui, lungi ancora dal conoscerne i pregi, le genti liguri continuarono ad usarle in cucina. Un'antica tradizione che, sebbene diversi secoli dopo, da origine al **pesto**. Una salsa fredda, estemporanea, sinonimo e simbolo di Genova e dell'intera Liguria, che da alcuni decenni è tra le salse più conosciute e diffuse nel mondo. Come ormai noto, a rendere unica questa salsa è il **basilico genovese**, ossia tre delle oltre 100 varietà di una pianta annuale della famiglia delle Labiate che crescono spontanee in Asia, Africa e America centrale, ma da secoli diffusasi in quasi tutti i continenti, in particolare nel bacino del Mediterraneo, con epicentro la Liguria dove, pur non crescendo spontaneamente, esprimono degli aromi esclusivi, conferiti dalle particolari condizioni pedoclimatiche e dai sistemi di coltivazione.

Il regale basilico

Chiamato in dialetto **Baxaicò** e **Baxeicò** e comunemente "basilico" (dal latino basilicum), il suo vero nome botanico è "**Ocimum basilicum**", derivato dal greco *òkimon* = basilico e *basileus* = re: vale a dire erba regale. Anticamente in Grecia era coltivato in vasi come pianta ornamentale, lo stesso, ma anche per le virtù curative, dagli Arabi. In India era considerata una pianta sacra. Molte delle sue specie sono usate sia in cosmetica sia in medicina. Solo in Liguria era già usato in cucina. Le varietà di basilico coltivate in Liguria e che appartengono alla varietà *Typica* sono

prevalentemente: *basilico genovese gigante*, *basilico genovese nano* e *basilico genovese comune*. Gli aromi caratteristici sono derivati dagli oli essenziali contenuti nelle vescicolette della pagina superiore della foglia: estragolo max 87%, linalolo max 75%, eugenolo max 20%, tannini max 6%, saponina acida, monoterpeni, sesquiterpeni, fenilpropani, flavonoidi, acido caffeico ed esculoside. Le zone di maggiore produzione in Liguria, sono in pieno campo, nella provincia di La Spezia, in particolare nel Sarzanese e, in misura minore, ad Albenga e Andora nel Savonese, con circa 240 ettari. Invece nelle serre, oltre la provincia di Savona con l'Albenganese, seguono in misura minore, il Genovesato e l'Imperiese, con oltre 180 ettari. La migliore zona produttiva del basilico nel Genovesato, è la delegazione di **Prà**, vero e proprio "cru" del basilico genovese. Il fatturato medio annuo ricavato dalla vendita del basilico prodotto in Liguria, si attesta intorno agli 9 milioni di euro. Purtroppo è presente sul mercato italiano, del basilico mediocre e a basso prezzo, proveniente dalla Cina. Dell'altro, arriva da Israele e Cile.

Coltivazione del basilico

Nelle poesie o novelle dialettali di poeti liguri come il **Firpo** e più recentemente dallo scomparso **Vito Elio Petrucci**, il basilico per fare il pesto si coltivava in una latta posta sul davanzale di una finestra, di fronte al mare per carpire gli umori salsi e il calore del sole. Dopo il secondo nefasto periodo bellico, oltre la coltivazione in pieno campo, il basilico fu coltivato razionalmente in locali protetti, vale a dire in serre. Sistema ormai ampiamente diffuso per avere l'aromatica piantina quasi ogni giorno dell'anno. Ovviamente con costi diversi, siccome d'inverno le serre sono riscaldate. Il terreno delle serre o in pieno campo dove sarà seminato il basilico dovrà avere un PH quasi neutro, lavorato profondamente, integrato di concime organico, previo analisi del terreno, e disinfestato con prodotti chimici permessi dalle vigenti leggi. Diverse le caratteristiche del basilico secondo il metodo usato: in pieno campo (da aprile a settembre) la piantina sottoposta all'azione diretta dei raggi del sole, ha maggiore vigoria, foglie più grandi e più verdi e, un aroma più intenso e penetrante. La raccolta, estirpando la piantina, avviene circa a 30 giorni. Per il prodotto destinato all'industria, le piantine sono ciminate ad un'altezza dal suolo, dopo 60 giorni dalla semina, con intervalli successivi di circa 20 giorni. In serra, la raccolta del basilico estirpato, avviene dopo circa 25-30 giorni in estate e 70-80 giorni in inverno. Le piantine, sono più esili con foglie verde chiaro e dall'aroma fine ma persistente. Quindi il pesto che si otterrà dai due tipi di basilico sarà ovviamente diverso. Entrambi buoni, ma con maggiore equilibrio quello ottenuto da piantine allevate in serre, in quando non esposto all'aumento della temperatura solare che, spesso, ne avvia un processo di ossidazione enzimatica delle sostanze coloranti ed aromatiche, quest'ultime contenute nella parte superiore delle foglie.

Il Pesto

Il pesto, dando un dispiacere a presunti esperti gastronomi (lo indicano discendente del “*garum*”. Sic!) non è antichissimo. La sua nascita risale al primo trentennio dell’Ottocento, quando Giovanni Battista Ratto, raffinato gourmet, ne cita la ricetta (sia pure approssimativa, con una stranezza: l’impiego di formaggio olandese, poi fortunatamente sostituito) nel suo libro “**La cuciniera genovese**”, edita a Genova dai fratelli Pagano nel 1865. Successivamente, a distanza d’alcuni anni, copiandone la ricetta ed aggiungendone molte altre (troppe), Emanuele Rossi da alle stampe il suo volume “**La vera cuciniera genovese facile ed economica ossia Maniera di preparare e cuocere ogni genere di vivande**”. Nel 1910, Emerico Romano Calveti, facendo una stringata sintesi delle due cuciniere, dà una sua versione, citando la ricetta n° 39, *la battuta o sapore d’aglio*. Infatti, da ricerche serie, il pesto deriva dall’*aggiadda* (agliata); una salsa a base d’aglio pesto con aceto, olio d’oliva e sale, risalente al 1200, che serviva per conservare meglio i cibi cotti e per coprire gli aromi e sapori di carni troppo frollate o già con inizio di putrefazione.

La ricetta

Dosi e ingredienti per 6 persone: 8 folti mazzi di basilico genovese di Prà (o di altre località del Ponente); 3 spicchi d’aglio di Vessalico (comune in provincia di Imperia); 35 gr di pinoli di Pisa prima scelta; 50 gr di Parmigiano Reggiano Dop di 24 mesi; 10 gr di Pecorino Sardo Dop di 15 mesi; 2 gr di sale grosso marino; 7-8 cl di olio extravergine Riviera Ligure Dop (dolce e maturo).

Preparazione: togliere le foglie di basilico dalle piantine, lavarle e farle asciugare su carta assorbente o nella centrifuga, facendo attenzione a non schiacciarle. Porre l’aglio già mondato nel mortaio, pestarlo col pestello di bosso o di frassino fin tanto da ridurlo in poltiglia e, così, anche per i pinoli. Unire il basilico e il sale e schiacciare - senza più pestare - a lungo roteando, sino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungere i formaggi e, sempre rimestando, incorporare l’olio versato a filo. Se il pesto fosse troppo denso, diluirlo con un cucchiaino d’acqua calda della cottura della pasta. Caratterizza diversi primi piatti di pasta fresca e non della cucina genovese e ligure, come trenette, lasagne, gnocchi, troffiette e, non ultimo, il classico minestrone. **Avvertenze:** le foglie, necessariamente asciutte, non devono minimamente essere stropicciate, perché le vescicolette contenenti gli oli essenziali poste sulla pagina superiore della foglia, rompendosi, provocano un’ossidazione del colore e degli aromi, rendendo prima il pesto verde scuro o verde sbiadito-marrone, e poi con note verde-nero, dall’aroma solamente erbaceo. Il pesto fatto nel frullino elettrico, a parte che viene una salsa emulsionata simile ad una crema, scaldandosi per l’alta velocità si ossida in parte anch’esso e fa quadruplicare l’effetto piccante dell’aglio. Il mortaio era e deve rimanere un attrezzo di cucina, poiché l’aglio pestato nel mortaio non si scalda; inoltre il sale messo assieme alle foglie di basilico, sotto

l'azione roteante del pestello, le sminuzza finemente e, essendo il sale igroscopico, ne rallenta l'ossidazione. I pinoli, considerandoli un'aggiunta fatta verso la fine del 1800, possono essere anche facoltativi. Obbligatorio invece l'aglio, che trova perfetta armonia col basilico genovese. Chi lo toglie (Dio lo punisca) abbia l'onestà di non chiamarlo più pesto, ma semmai salsa al basilico. Infine, perché l'olio deve essere maturo e dolce? Semplice: l'olio oltre a far da solvente per le sostanze aromatiche, conferisce il perfetto amalgama, esaltando l'aroma del basilico ed attenuando il piccante dell'aglio. I primi piatti col pesto esigono, essendo una salsa fredda e quasi vegetale, vini bianchi giovani, profumati, secchi ma morbidi e freschi, delicatamente caldi, pieni e continui come il **Riviera Ligure di Ponente Pigato** e il Collio Sauvignon, serviti a 10-11°C in calici medi con stelo alto. Un vero e proprio matrimonio d'amore: l'ampio profumo e la morbidezza del vino, contengono ed esaltano rispettivamente, l'aromaticità del basilico e l'imperiosità dell'aglio.

Virgilio Pronzati

SALSE STORICHE DA MORTAIO

di Virgilio Pronzati

Pesto Genovese *(Pesto Zeneize)*

La ricetta del Pesto

Realizzata e registrata da Virgilio Pronzati e Luigi Barile e proposta nei Corsi per degustatori di pesto promossi dalla Provincia di Genova

Dosi e ingredienti per 1 kg: 30% di Basilico genovese DOP (di Prà o d'altre località della Liguria); 3% di aglio di Vessalico (comune in provincia d'Imperia); 10-12% di pinoli di Pisa prima scelta; 20-22% di Parmigiano Reggiano Dop di 30 mesi grattugiato; 5% di Pecorino Sardo Dop di 15 mesi grattugiato; 1-1,5% di sale grosso marino; 24-26% di olio extravergine Riviera Ligure Dop (dolce e maturo).

Preparazione: togliere le foglie di basilico dalle piantine, lavarle e farle asciugare su carta assorbente o nella centrifuga, facendo attenzione a non schiacciarle. Porre l'aglio già mondato nel mortaio, pestarlo col pestello d'olivo o di frassino fin tanto da ridurlo in poltiglia, unire i pinoli e pestare, amalgamando così i due ingredienti. Unire il basilico e il sale e schiacciare - senza più pestare - a lungo roteando col pestello, mentre con l'altra mano si fa girare il mortaio nel senso opposto, sino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungere i formaggi e, sempre, roteando, incorporare l'olio versato a filo. Se il pesto fosse troppo denso, diluirlo con un cucchiaino d'acqua calda della cottura della pasta.

Avvertenze: le foglie, necessariamente asciutte, non devono minimamente essere stropicciate, perché le vescicolette contenenti gli oli essenziali poste sulla pagina superiore della foglia, rompendosi, provocano un'ossidazione del colore e degli aromi, rendendo prima il pesto verde sbiadito-marrone o verde scuro, e poi con note verde-nero, dall'aroma solamente erbaceo. Il pesto fatto nel frullino elettrico, a parte che viene una salsa emulsionata simile ad una crema, scaldandosi per l'alta velocità si ossida in parte anch'esso e fa quintuplicare l'effetto piccante dell'aglio conferito dall'allicina (solfuro di zolfo). Il mortaio era e deve rimanere un attrezzo di cucina, poiché l'aglio pestato nel mortaio non si scalda; inoltre il sale messo assieme alle foglie di basilico, sotto l'azione roteante del pestello, le sminuzza finemente e, essendo il sale igroscopico, ne rallenta l'ossidazione. I pinoli, considerandoli un'aggiunta fatta verso la fine del 1800, possono essere anche facoltativi, benché aggiungono morbidezza per il contenuto d'alcuni acidi grassi, che si trovano anche

nell'olio extravergine di oliva. Obbligatorio invece l'aglio, che trova perfetta armonia col basilico genovese. Chi lo toglie (Dio lo punisca) abbia l'onestà di non chiamarlo più pesto, ma semmai *salsa al basilico*. Infine, perché l'olio deve essere maturo e dolce? Semplice: l'olio oltre a far da solvente per le sostanze aromatiche, conferisce il perfetto amalgama, esaltando l'aroma del basilico ed attenuando il piccante dell'aglio.

Ideale per condire vari tipi di pasta fresca, in particolare i mandilli de saea, cioè le lasagne.

Oltre il pesto, la Liguria vanta antiche salse sicuramente meno note, ma non meno buone della tipica salsa. Le loro origini vanno dal 1200 alla fine dell'800. Tutte caratterizzate dall'aglio e dall'olio extravergine di oliva, e rigorosamente realizzate nel mortaio. Di seguito, le salse antiche che, superando l'usura del tempo ed il cambiar delle mode, sono delle autentiche golosità.

Marò **(Pestun de bazann-e)**

Dosi e ingredienti per 6 persone: 400 gr di fave sgucciate piccole e fresche; 2 spicchi d'aglio di Vessalico; 4 foglie di menta; 40 g di Parmigiano Reggiano; 50 g di prescinseua (cagliata); olio extravergine di oliva Riviera Ligure DOP e sale marino grosso q.b. Esecuzione: pestare nel mortaio l'aglio, unire le fave, il sale, la menta e, continuare a pestare, fino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungere la prescinseua, il formaggio, mescolare e diluire con l'olio. Se la salsa è troppo densa, aggiungere un cucchiaio d'acqua calda di cottura della pasta. Nel tempo è stato aggiunto del formaggio pecorino stagionato.

Alcuni secoli fa era usata per minestre in brodo. Oggi si può abbinare a delle costine d'agnello alla griglia e con sfornati di patate e di zucchini. Può condire paste come farfalle, trofiette e lasagnette.

Salsa di noci **(Sarsa de noxi)**

Dosi e ingredienti per 6 persone: 200 g di gherigli di noci; 1 spicchio d'aglio di Vessalico; 30 g di mollica di pane bagnata nel latte e strizzata; 30 g di Parmigiano Reggiano stagionato; 1 cucchiaio di prescinseua (cagliata); olio extravergine di oliva Riviera Ligure DOP e sale fino marino q. b. Esecuzione: immergere i gherigli nell'acqua bollente per alcuni minuti e toglierli la pellicina. Pestare nel mortaio

l'aglio e, continuando a pestare, aggiungere i gherigli e il sale. Unire la mollica, la cagliata, il formaggio, amalgamare e diluire con l'olio. Se la salsa è troppo densa, aggiungere un cucchiaino d'acqua calda di cottura della pasta.

Ideale per condire i classici pansoti. Ottima con tortelli di borragine.

Salsa di pignoli

(Sarsa de pigneu)

Dosi e ingredienti per 6 persone: 180 g di pinoli di Pisa 1a scelta; 2 spicchi d'aglio di Vessalico; 30 g di mollica di pane bagnata nel latte e strizzata; 30 g di Parmigiano reggiano stagionato; 1 cucchiaino di prescinseua (cagliata); le foglioline fresche di due rametti di maggiorana; olio extravergine di oliva Riviera Ligure DOP e sale grosso marino q.b.

Esecuzione: pestare l'aglio nel mortaio, unire i pinoli e continuare a pestare sino ad ottenere un denso composto. Roteando col pestello, aggiungere la maggiorana e il sale, la mollica passata al setaccio, la prescinseua e il formaggio. Sempre mescolando, diluire la salsa con l'olio versato a filo. Se la salsa è troppo densa, aggiungere un cucchiaino d'acqua calda di cottura della pasta.

Ideale per condire corzetti stampati e polceveraschi.

Salsa di maggiorana

(Sarsa de persa)

Dosi e ingredienti per 6 persone: 120 g di mollica di pane bagnata nel latte e strizzata; 2 spicchi d'aglio; le foglioline di 10 rametti di maggiorana fresca; 50 g di prescinseua (cagliata); 10 g di Parmigiano Reggiano di 30 mesi; alcuni brillantini di sale grosso marino; olio extravergine di oliva DOP Riviera ligure.

Esecuzione: pestare nel mortaio l'aglio, unire la maggiorana e il sale, e continuare a pestare, fino ad ottenere un composto omogeneo. Roteando col pestello, aggiungere la mollica, la prescinseua ed il formaggio, mescolare e diluire con l'olio. Se la salsa è troppo densa, aggiungere un cucchiaino d'acqua calda di cottura della pasta. Nel tempo è stato aggiunto del formaggio pecorino stagionato.

Ideale per i Dian. Va bene anche per le trofiette.

Natale a tavola di Virgilio Pronzati

Nel passato, i giorni che precedevano il Natale avevano per i *zeneixi* un fascino speciale. La ricerca dei regali da donare alle persone care, gli addobbi per l'albero e la casa, e la preparazione del presepe, avevano la priorità su tutto. Era anche l'unica occasione dell'anno in cui tutti i parenti si riunivano. Nel giorno dell'immediata vigilia, sia nei carruggi sia nelle vie principali della città, il clima festoso era ritmato dal continuo via vai della gente che, soffermandosi spesso, era attratta da vetrine colme d'ogni varietà di dolci presentati in mille affascinanti forme e colori che, per l'occasione, erano più sontuose e adescatrici. Ossia seduzioni irrinunciabili per grandi e piccini. Ma alla sera, dopo una cena frugale per prepararsi al pranzo del santo Natale, era d'obbligo andare in chiesa per la messa di mezzanotte. All'indomani mattina, in ogni casa, mentre i bambini già svegli giocavano, i grandi erano tutti intenti alla preparazione del gran banchetto; anzi le nonne, qualche giorno prima, avevano già preparato la pasta e l'immane pandolce. La tavola era addobbata come non mai: i servizi di piatti, bicchieri e posate erano quelli "buoni". Ma leggendo attentamente un menu di un centinaio d'anni fa, esso si reggeva essenzialmente sulla minestra di Natale, sui saporiti e fumanti ravioli col tocco, sul sontuoso cappon magro, sul cappone lesso, la succulenta tacchina arrosto contornata da dorate patate al forno, seguita da frutta fresca e secca e, *dulcis in fundo*, da o pandoçe: quello antico e classico, non certo il tipo basso o schiacciato, fatto lievemente crescere col lievito chimico, e nato nei primi decenni dell'900 nel Sampiedarenese. Una golosa ma disarmonica sequenza di piatti, per non parlare poi dei vini che gli abbinavano. I ricchi servivano nell'occasione (anche sbagliando l'abbinamento) dei vini addirittura francesi (faceva chic) e sul dolce, di Madera. I poveri o i meno abbienti, servivano dei vini di cantine fuori porta o prodotti da loro stessi, o regalati da amici e parenti che avevano acquistato in vari centri della regione o dal vicino Piemonte. Solitamente erano dei vinelli da consumare giovani. I vini più diffusi a Genova in quei tempi, erano il Coronata, il Valpolcevera e il Cinque Terre. Seguivano, meno noti ma gradevoli, quelli della Costa di Rivarolo, del Garbo, di Granarolo e di altre e ristrette località. Questo per quanto riguarda i bianchi, mentre tra i rossi, provenivano dalle altre province, tranne alcuni chiamati nostralini ottenuti da un insieme di uve barbera, dolcetto e nebbiolo. I vini rossi bevuti dai *zeneizi* arrivavano dall'Ovadese e dall'Astigiano. Va da se che gli abbinamenti erano completamente errati, penalizzando i gustosi e raffinati manicaretti così amorevolmente realizzati. Un esempio: con la minestra di Natale e i ravioli accoppiavano giustamente un vino rosso che, ovviamente non andava bene col cappon magro e così via. A titolo di curiosità e ricerca, riportiamo quanto è stato pubblicato sul "Successo" (giornale umoristico locale) del 22-12-1901. In copertina la poesia "Natale" di Niccolò Bacigalupo, che

così descriveva il menu natalizio: «...Minestra di Natale, Cappone bollito, Frattaglie in umido, Aragosta, Sanguinacci e luganeghe, Tacchina arrosto e alla storiona, Radici amare di Chiavari bollite, Torte di pasta frolla, di riso e di sfoglia, Gubelletti, Canestrelli, Pandolce, Pere, Mele, Arance, Mandarinini, Datterini, Fichi secchi, Noci, Nocciole, Mandorle ecc..., infine Moscato Astigiano, Aleatico, ecc...». Nel complesso il menu, anche se esagerato, era composto di cibi buoni, ma la successione di piatti era quanto mai caotica ed errata. Attualmente il pranzo di Natale può avere diverse portate ma, per restare nell'ambito regionale senza calpestare la tradizione, il menu potrebbe essere questo. Antipasto: salame di Sant'Olcese e di Orero, testa in cassetta e galantina di pollo e tacchino, abbinati a vini bianchi giovani, profumati, secchi, sapidi, leggeri e composti come il Valpolcevera Coronata o il Golfo del Tigullio Bianchetta Genovese, serviti a 10°c in calici con stelo alto. Primo piatto: ravioli col tocco, accoppiati a vini rossi giovani e profumati, fruttati, secchi e sapidi, delicatamente caldi, continui, come il Riviera Ligure di Ponente Rossese o il Valpolcevera Rosso, serviti a 15-16°c in calici con stelo medio. Secondi piatti: cappone bollito e tacchina al forno con contorno di patate, sposati sempre a dei rossi, ma di maggiore struttura ed impegno, già sufficientemente affinati, dal bouquet fruttato e speziato, secchi, sapidi, caldi e pieni, di buona persistenza quali il Dolceacqua Superiore o il Colli di Luni Rosso Riserva, serviti a 17-18°c in ampi calici leggermente panciuti e dallo stelo medio. Così pure con i formaggi della Val d'Aveto, e dell'Imperiese (Triora), Savonese (Stella) e Spezzino (Val di Vara). Passando al dolce: il mitico pandolce si sposa con vini bianchi dolci aromatici ed effervescenti come il Golfo del Tigullio Moscato o il Moscato d'Asti, serviti a 7-8°c in coppe con stelo alto. Infine con la frutta fresca esclusi gli agrumi (per l'abbinamento col vino) lo stesso vino, mentre con quella secca, dei vini bianchi dolci passiti, giustamente affinati, vellutati e suadenti come il Cinque Terre Sciacchetra o il Golfo del Tigullio Passito, serviti a 6-7°c in piccoli calici a tulipano con stelo alto. Alcune varianti nei menu d'altre province. Nel Savonese, tra i secondi, la ghiotta zeraria: testa di maiale disossata, bollita con tutti gli aromi, in gelatina. Nel passato, a Loano e Noli, il dessert natalizio era la torta dolce di zucca con canditi. Nello Spezzino, era invece la spongata, e nell'Imperiese, la stroscia, un antico dolce di pasta frolla con l'olio extravergine d'oliva al posto del burro. Concludendo questa carrellata sui piatti e i vini natalizi, non ci resta che augurare ai lettori e ai loro familiari buone feste e, per sottolineare il valore della cucina ligure, citare quanto scrisse Ettore Balbi: «Ci pare che un piatto di trenette al pesto o di buridda, aiuti il "foresto" a conoscerci non meno della casa di Colombo o del violino di Paganini.»

Il Pandolce

Nel periodo che va dalla vigilia di Natale all'Epifania – ovvero il momento più atteso, e non solo dai più piccini – la tradizione ci propone alcuni dolci che hanno deliziato generazioni di genovesi. Uno principalmente: il Pandolce (Pandoçe in genovese).

Come indica il nome, prese origine dal pane. Infatti i primi dolci erano fatti con farina di grano o di altri cereali. Addolciti con miele (lo zucchero arriverà più tardi) ed arricchiti di frutti o bacche e spesso spezie, erano offerti, all'epoca degli Egizi e dei Greci, alle divinità. Il desiderio dei nostri antenati di creare un qualcosa di particolare da mangiare in determinate circostanze o ricorrenze, rispondeva all'esigenza di ricordare gli eventi importanti nel tempo, e di esprimere una migliore qualità di vita. Il Pandolce genovese ne è un esempio, ma per le sue caratteristiche non trova uguali sia in Italia che all'estero, se si esclude la vaga somiglianza dei maritozzi romani. Ovviamente molti anni fa il Pandolce aveva caratteristiche piuttosto diverse da quelle attuali: gli ingredienti usati erano, farina di frumento, miele, olio d'oliva, uva passa di Corinto (come tutte le uve destinate all'appassimento, erano del genere apirene, cioè senza vinaccioli), acqua di fior d'arancio, semi di anice, mentre la lievitazione era ottenuta col crescente, ossia lievito naturale. Oggi purtroppo, nella maggior parte dei casi viene usato il lievito di birra, che abbrevia il tempo di lavorazione, ma non conferisce le stesse particolari proprietà; inoltre le varietà degli ingredienti oggi a disposizione, arricchiscono il Pandolce, in origine più povero, di pinoli, burro, scorrette d'arancio e cedro candite e vaniglia. Ne risulta un dolce equilibrato, ricco di fragranti profumi ed aromi, che per le sue qualità e origini è chiamato nell'Europa del Nord e oltre l'Oceano Atlantico (in USA), Genoa cake. Mentre il Pandolce cosiddetto antico (basso o schiacciato), contrariamente a quanto si crede, ha origini molto recenti. In effetti benché abbia trovato molti estimatori per la sua bontà e "ricchezza", la sua lavorazione presenta tempi e difficoltà molto minori rispetto a quello classico; da qui la sua continua proliferazione. I due tipi di pandolce per esaltare le proprie qualità, hanno bisogno di abbinarsi a vini bianchi dolci ma non certo gli uguali. Il tipo classico, per la sua morbida fragranza, l'equilibrata sensazione dolce e gli aromi delicati, si unisce in matrimonio d'amore con l'aromatico, effervescente, dolce ma sapido Golfo del Tigullio Moscato, mentre il tipo basso, si accoppia ottimamente a vini passiti dal colore dell'oro antico, ricchi di profumo, dai sentori di confetture di pesca gialla ed albicocca, miele e vaniglia, dal sapore dolce ma non stucchevole, caldo, vellutato, pieno e continuo come il regale Cinque Terre Sciacchetrà (di 3-4 anni almeno), serviti entrambi alle già citate modalità. Eccovi doverosamente ora, la ricetta del Pandolce.

Ingredienti e dosi: 1 kg di farina di grano duro; 250 gr di zucchero; 150 gr di burro; 400 gr di crescente già pronto; 200 gr di uva passa; 150 gr di pinoli; 150 gr di scorrette di arancia e cedro candite; 1 cucchiaino di semi d'anice o di finocchio; 1 bicchiere d'acqua; 2 cucchiai di acqua di fior d'arancio; una presa di buccia di limone grattugiata; un pizzico di sale e di vaniglia.

Preparazione: impastare il crescente con lo zucchero e il burro fuso tiepido e, dopo averli amalgamati, aggiungere la farina, l'acqua, il fior d'arancio, la buccia di limone, la vaniglia e il sale. Lavorare energicamente l'impasto e aggiungere l'uva passa, i pinoli, le scorrette, e i semi di finocchio. Continuare a lavorare ancora l'impasto per

circa dieci minuti, schiacciarlo uniformemente e piegarlo in modo da ottenere tre strati o pieghe. Coprirlo con un telo di plastica per alimenti e lasciarlo riposare per almeno mezz'ora. Quindi tagliarlo nella pezzatura voluta e tornirlo, avendo cura che la "pelle" (lo strato liscio e uniforme che si è formato) sia distribuita in modo da coprire l'intero pandolce. Deposare il pandolce su teglie leggermente imburrate e spolverate di farina, facendo attenzione che tra un pandolce e l'altro ci siano 12-15 centimetri di distanza, e metterlo a lievitare al caldo per circa 3-4 ore (il tempo varia a seconda della temperatura). Prima di infornarlo in forno già caldo (170-175°C), incidere, a forma di triangolo, con un coltello affilato la parte centrale superiore; quindi deporlo nel forno e farlo cuocere per circa un'ora e mezza.

Nella più stretta tradizione, la persona più anziana spezzava il pandolce con le mani e, il più piccino, lo distribuiva agli altri commensali. La prima fetta, sarebbe spettata al povero che avrebbe bussato alla porta.

Virgilio Pronzati

I vini della Liguria

di Virgilio Pronzati

L'aspetto orografico ligure è molto vario, se si pensa che studi recenti fanno risalire la regione a ben 350 milioni anni. Per quel che riguarda l'origine e le caratteristiche litologiche, la Liguria rappresenta un'area di eccezionale interesse scientifico per gli studiosi di tutto il mondo, poiché in essa vi sono rappresentate tutte le ere geologiche. Particolarmente fertili i terreni provenienti dai calcari marnosi dell'eocene. Nella Riviera di Levante si trovano terreni argillosi, calcarei ed arenacei. Il clima è abbastanza vario – suddiviso in moltissimi microclimi – data la conformazione fisica della regione che, unito alla composizione ed esposizione dei terreni, fa sì che la Liguria sia una terra vocata alla viticoltura. Curioso e significativo, il fatto, che il nome del mitico fondatore di Genova, Giano, in ebraico ed aramaico significhi “vino”. L'antichissimo popolo dei Liguri si stanziò, oltre che su una lunga costa che andava da Marsiglia a Luni, lungo la dorsale appenninica settentrionale, su entrambi i versanti delle Alpi Occidentali. Raggruppati in stirpi o tribù, in particolare i Liguri Stazielli, acquisirono – dato che conoscevano già la vite – dai Greci i primi rudimenti di vinificazione. Non a caso gli Stazielli, spaziando a Nord-Est di Genova, giunsero a popolare i territori dell'Alto Monferrato e dell'Albese. Lo testimonia il fatto, che anticamente Alba era denominata Alba Pompeja; si ritrovava in pratica nel suo nome il substrato linguistico comune ricorrente nell'attuale toponomastica: vedi il termine Alba con Albenga, Albissola, ed Album Intimilium (Ventimiglia). Addirittura dei Galli-Liguri, introdussero la vite in Valtellina, passando dalla Val Chiavenna; da qui, forse, il nome chiavennasca dato al nebbiolo. Già nel Medioevo, la viticoltura rappresenta in Liguria una nota dominante, siccome il vino prodotto era una fonte di redditi calcolati fra i maggiori della regione. Questo prologo è necessario per collegare gli aborigeni alla vite ed al vino. Saltando dei secoli e passando agli anni '70, la situazione vitivinicola ligure era ben lungi dall'attuale. Un tempo, la Cenerentola nell'Italia dei vini, la Liguria da alcuni decenni, anche se al penultimo posto - precede solo la Valle d'Aosta - nella produzione vinicola nazionale, si è imposta all'attenzione degli operatori del settore e dei competenti consumatori, sia per la qualità sia per la caratterizzazione dei ligustici vini, conferite dagli “esclusivi” vitigni e dai particolari condizioni pedo-climatiche. Ormai lontana dall'oltre mezzo milione di ettoltri, la sua produzione si attesta oggi sui 100 mila ettoltri annui, con una percentuale di circa il 228% di vini Doc. Il tutto compreso in otto Doc e tre IGT. Facendo una rapida carrellata sui vini liguri, attraverso un itinerario che va dai due lembi estremi, cominciamo dalla provincia d'Imperia con i vini della Doc **Rossese di Dolceacqua** o **Dolceacqua**, prodotti con vitigno omonimo, impiantato in posizione collinare di 14 comuni con epicentro Dolceacqua. Due vini, di cui un **Superiore** (per alcol e invecchiamento). Si può definire il vino italiano più “francese”, poiché i sentori fruttati e speziati ricordano i migliori rossi di Bandol e della Cotes du Rhone. Poi, sempre nella stessa provincia, quelli della Doc **Ormeasco di Pornassio** o

Pornassio: cinque vini (tre facevano parte della Doc Riviera Ligure di Ponente), nelle tipologie **Pornassio**, **Pornassio Sciac-tra**, **Pornassio Superiore**, **Pornassio Passito** e **Pornassio Liquoroso**. Tutti ottenuti da un clone di dolcetto, coltivato sin dal 1303 a Pornassio, su imposizione dell'allora Podestà locale. Proseguendo, incontriamo i vini della Doc **Riviera Ligure di Ponente** (ampia area che interessa ben tre province: IM, SV e GE. Quest'ultima solo per il Vermentino) comprendente attualmente tre vini: **Vermentino** prodotto dall'omonimo vitigno derivato da un clone di malvasia, che allignando in Liguria da almeno quattro secoli ma originario della Spagna, ha perso il varietale ma ha acquisito una spiccata sapidità. Un vino bianco inizialmente floreale e poi fruttato, con sentori di miele, sapido e pieno. Poi il **Pigato** (dalle stesse origini sopra citate), meno sapido ma più polputo e profumato del Vermentino e il **Rossese**, prodotto con un clone (di Campochiesa) diverso del Dolceacqua, fruttato, sapido, poco tannico da bere giovane. Passando alla provincia di Genova, due le Doc. La prima, **Valpolcevera**, comprendente otto vini (6 bianchi, 1 rosato e 1 rosso) in cui spicca il mitico **Coronata** (dal romano Columnata). Questa verde vallata alle spalle del capoluogo, vanta le più antiche origini viticole. Nel 1506, a Pedemonte di Serra Riccò, fu scoperto la famosa "**Tavola Bronzea**". Un documento redatto nel 117 a.C. dai fratelli Minucii, magistrati inviati da Roma per dirimere una questione di confini e proprietà agricole, tra i Langenses (gli antichi abitanti di Langasco; località del Comune di Campomorone, distante pochi km. da Genova) e i Genuati. La seconda, nel Genovesato di Levante: **Golfo del Tigullio**, comprendente ben dieci vini formanti una gamma completa (dal bianco secco al rosato, dal rosso allo spumante, dal dolce al passito), dove spiccano oltre i già noti **Vermentino**, **Bianchetta genovese** e **Ciliegiolo**, un aromatico, effervescente, dolce ma sapido **Moscato**. Infine la provincia di La Spezia con ben tre Doc. La prima: **colline di Levante** (quattro comuni) comprendente due vini (ma è previsto anche il tipo **Novello**): il **Bianco** con le stesse uve del Cinque Terre, ma in proporzioni diverse e, il **Rosso**, caratterizzato da uve sangiovese, ciliegiolo e canaiolo nero. La seconda: **Cinque Terre** (quattro comuni) che comprende due tipologie di vini bianchi: **Cinque Terre**, anche con tre sottozone, e il **Cinque Terre Sciacchetrà**, anche in versione **Riserva**. Entrambi prodotti con uve bosco, albarola e vermentino, coltivate in strette fasce sostenute da muretti a secco, a strapiombo sul mare. Un paesaggio creato dal vignaiolo che non ha riscontro in nessun continente. Il primo, con sentori fruttati e di brezza marina, secco e pieno; il secondo, di color oro, bouqueté, dolce, vellutato, di gran persistenza e personalità. Entrambi possiedono un invidiabile bagaglio storico, essendo stati lodati da famosi personaggi, tra cui il Petrarca, Sante Lancerio, il Pascoli e, dal nobel, Eugenio Montale. Non solo. Col Cinque Terre hanno battezzato le navi al varo e, già nel Settecento, sulle tavole dei ricchi londinesi. L'ultima Doc: **Colli di Luni**, comprendente quattro vini: **Bianco**, **Vermentino**, **Rosso** e **Rosso Riserva**, prodotti in 17 comuni di cui 14 in provincia di La Spezia e 3 in quella di Massa. Un'ampia zona d'antiche vestigia, dove spicca l'anfiteatro romano di Luni. Qui i vini, tranne l'ottimo **Vermentino**, hanno sfumature olfattive e strutture diverse, essendo prodotti con uve

liguri e toscane, con l'aggiunta, minima, di uve di origine bordolese. Il territorio fuori della Doc delle province di Savona Genova e La Spezia, è recentemente insignito da rispettive tre IGT. A Genova: *colline del Genovesato*, con tre vini: **Bianco**, **Rosso** e **Rosato** anche in versione frizzante. A La Spezia: *Golfo dei Poeti*, con due vini: **Bianco** e **Rosso**. A Savona: *Colline Savonesi*, con altri cinque vini: **Bianco**, **Rosso** e **Rosato**, **Lumassina** e **Granaccia**; questi ultimi due, colmi di fardelli storici. Il primo, bianco secco, leggero ma composto e d'invitante beva, nel tardo medioevo nel comune di Quiliano, era accettato in cambio della gabella, dai marchesi Del Carretto, signori di gran parte del Savonese. Mentre il secondo, importato alcuni secoli fa dai cartai quilianesi dalla Spagna (noto col nome di Alicante), è oggi un superbo vino rosso, bouqueté, caldo, sapido, vellutato, di gran corpo e personalità.

L'olio extravergine d'oliva DOP "Riviera Ligure"

di Virgilio Pronzati

Riconosciuto ormai da tutti come il più naturale, gradevole e salutare dei grassi, l'olio extravergine d'oliva sta conquistando la fascia alta del mercato, facendosi apprezzare non solo da chef affermati ma anche dai comuni consumatori. Ancor pochi ma attenti gourmet, giustamente informati, chiedono spesso il meglio della produzione nazionale, ossia oli extravergini Dop. Oli di alta qualità, prodotti con cultivar tipiche di varie regioni secondo i rispettivi disciplinari, tutelati da leggi nazionali e comunitarie; gli unici veramente "tipici", certificati e garantiti, testati con analisi chimiche e sensoriali da qualificati Enti, in primis dalle Camere di Commercio. Infatti la CEE col regolamento del 2 luglio del 1996, riconobbe la DOP a cinque oli italiani, seguiti nel 1997 dal "Riviera Ligure", la cui DOP è stata riconosciuta con pubblicazione sulla G.U. n° 193 del 20/8/1998. La DOP "**Riviera Ligure**" prevede tre menzioni geografiche aggiuntive: "**Riviera dei Fiori**" (Imperiese), "**Riviera del Ponente Savonese**" e "**Riviera di Levante**" (Genovesato e Spezzino). La menzione *Riviera dei Fiori* è riservata all'olio extravergine d'oliva ottenuto dalla varietà Taggiasca presente negli oliveti per almeno il 90%, in 68 comuni in provincia di Imperia. Al consumo si presenta con le seguenti caratteristiche organolettiche. Colore: da giallo a giallo-verde; odore: fruttato di lieve o media intensità; sapore: abbastanza intenso con netta sensazione dolce e, appena percepibili, piccante e amaro. L'acidità massima in acido oleico consentita è 0,5%. La menzione *Riviera del Ponente Savonese* è riservata all'olio extravergine d'oliva ottenuto dalla varietà Taggiasca presente negli oliveti per almeno il 50%, in 48 comuni in provincia di Savona. Al consumo si presenta con le seguenti caratteristiche organolettiche. Colore: da giallo a verde-giallo; odore: fruttato di lieve o media intensità; sapore: discretamente intenso, con netta sensazione dolce e, lievissimi, piccante e amaro. L'acidità massima in acido oleico consentita è 0,5%. La menzione *Riviera di Levante* è riservata all'olio extravergine d'oliva ottenuto, con le varietà – da sole o congiuntamente – Lavagnina, Pignola, Razzola ed altre riconducibili alla Frantoio per almeno il 55%, in 63 comuni di cui 39 in provincia di Genova ed il resto a La Spezia. Al consumo si presenta con le seguenti caratteristiche organolettiche. Colore: da giallo a verde-giallo; odore: fruttato di lieve o media intensità; sapore: abbastanza intenso, discretamente dolce e con tenue percezione di piccante e amaro. L'acidità massima in acido oleico consentita è di 0,8%. Il punteggio minimo al panel test per tutte e tre le menzioni, è di 6,5. Il garante dell'olio extravergine DOP "Riviera Ligure", è il Consorzio per la tutela dell'olio extravergine d'oliva a denominazione di origine protetta "Riviera Ligure", costituito il 5 aprile del 2001 ad Imperia e riconosciuto con Decreto Ministeriale del 22 aprile 2002 dal Ministero delle Politiche Agricole e Forestali. Presieduto da Francesco Bruzzo, il Consorzio ha molteplici finalità che spaziano dalla tutela alla valorizzazione dell'immagine della qualità nel

mondo, dal miglioramento della produzione olearia all'informazione, nonché la collaborazione con gli organi dello Stato preposti alla vigilanza.

Gli extravergini liguri

Com'è ormai noto, la coltivazione dell'olivo e l'uso dell'olio extravergine d'oliva in Liguria ha radici secolari. Dal 700 all'800 la Liguria era tra le prime regioni produttrici. Gran parte dei primi oliveti sono stati impiantati nel Ponente ligure, in particolare nell'Imperiese. Non a caso, la cultivar *taggiasca* deriva appunto da Taggia, antico borgo medioevale dove i Benedettini impiantarono le prime piantine d'ulivo. Tra più ombre che luci, l'olivicoltura ligure iniziò a diffondersi dopo il 1600. Un cammino difficile che portò, nei primi del Novecento, Oneglia a capitale dell'olio. Infatti, fiorirono le più importanti ditte del settore oleario. Facendo un quadro della produzione olearia nazionale, su venti regioni, dodici producono olio d'oliva e, la maggior produzione, è nel meridione, con in testa la Puglia. Se la Liguria si può definire la Cenerentola dell'olio, per quanto riguarda la qualità, è senz'altro tra le prime.

L'olio extravergine d'oliva ligure ed il suo impiego gastronomico

L'olio extravergine ligure in generale, è delicatamente fruttato, con note di pinolo maturo ed erbe aromatiche, equilibratamente dolce, sapido, di molta armonia e persistenza. Molte delle preparazioni gastronomiche regionali ne sono caratterizzate sin dal Medioevo, quali la farinata, la focaccia col olio, i frisceu, i coccolli, la panizza, la sbira e, in tempi meno lontani e sino ad oggi, lo stoccafisso al verde, il tian (d'acciughe), le buridde e molte altre golosità. Ma non solo. Resistente alle alte temperature (fritture e piatti al forno), facilmente digeribile, di alto potere calorico, ma di benefico effetto sui grassi ematici a causa dell'acido linoleico che ne provoca il netto abbassamento, versatile in cucina (componete moltissime salse), caratterizzante di molti piatti, poiché ne esalta aromi e sapori, ne riequilibra l'armonia (un po come il vino), sia in piatti freddi che caldi.

Tenendo conto del tipo di cultivar (varietà), delle caratteristiche pedoclimatiche dove alligna ed in particolare della sua drupa (frutto), cioè l'oliva, dei tempi di raccolta e dal tipo d'estrazione, l'olio che se ricava trova il suo impiego ideale con svariate preparazioni gastronomiche. Citate le sue proprietà, congeniali per cotture diverse, il suo impiego migliore è però a crudo. Eccone alcuni esempi, per utilizzare al meglio, l'olio extravergine d'oliva ligure.

Come condimento: insalata di funghi porcini e ovoli; bianchetti e rossetti cotti a vapore, lessi o alla piastra; crostacei (gamberi e scampi) cotti a vapore; su polpo lessa con patate; sul minestrone; zimino di ceci; pesci di mare lessi e al forno (con patate,

funghi o erbe aromatiche); carni bianche lesse; formaggi caprini poco stagionati. Ideale per stoccafisso in umido; frittiture di pesce e crostacei; ortaggi ripieni e funghi fritti. Adatto per pasta fresca o secca con salvia (al posto del burro), per la vitella all'uccelletto e con funghi. Inoltre, insostituibile nel pesto (attenua il piccante dell'aglio, favorisce estrazione degli oli essenziali contenuti nel basilico e, lo rende armonico, amalgamando gli ingredienti) e nell'aurea farinata. Inoltre, da origine a non poche salse, tra cui la più nota e la maionese (mayonnaise), considerata ormai una delle salse "madri".

Oli extra vergini dal fruttato tenue o delicato sono ideali per realizzare salse da mortaio e non, come pesto, agliata, machetto, marò, verde, maionese, aioli, tartara e molte altre.
