



## RICETTE E ILLUSTRAZIONI

**estratte dagli elaborati presentati al concorso “Alla riscoperta dei piatti tipici liguri”**

Nel maggio del 2020, in piena pandemia, il presidente dell'Associazione Spazio Aperto di via dell'Arco di Santa Margherita Ligure, Giulio Ciana, ha avuto l'idea di promuovere un concorso che si potesse svolgere unicamente per via telematica, prendendo spunto da un pannello decorativo che si trova su una parete del ristorante dell'hotel Regina Elena.

Il pannello, composto da piastrelle in ceramica, rappresenta immagini e testo di diversi piatti tipici liguri. Lo scopo era di non fermare, a causa della pandemia, l'attività dell'Associazione che contempla anche concorsi. In questo caso è stato aperto a tutti in modo completamente gratuito e iscrivendosi con una semplice mail .

Agli iscritti era stato chiesto di presentare una ricetta della cucina ligure, anche arricchita da qualche variante, ma corredata da un'illustrazione eseguita con qualsiasi tecnica grafica. Questo anche per rimanere in linea con le finalità del concorso che non doveva rimanere una semplice gara tra cuochi.

Alcuni concorrenti, ispirandosi al pannello dell'hotel Regina Elena, hanno unito il testo che racconta la ricetta, quasi sovrapponendola alle immagini.

Altri hanno preferito mandare la descrizione scritta separata dalla rappresentazione grafica, scelte ammesse dalle indicazioni nel bando di concorso.

La giuria riunita per via telematica ha votato prima tredici elaborati e successivamente ha selezionato i sei migliori con i quali saranno composti pannelli decorativi (60 x 20 cm.) che saranno riprodotti su piastrelle in ceramica. Gli altri sette giudicati meritevoli verranno invece riprodotti su lastre trasparenti (20x30 cm.).

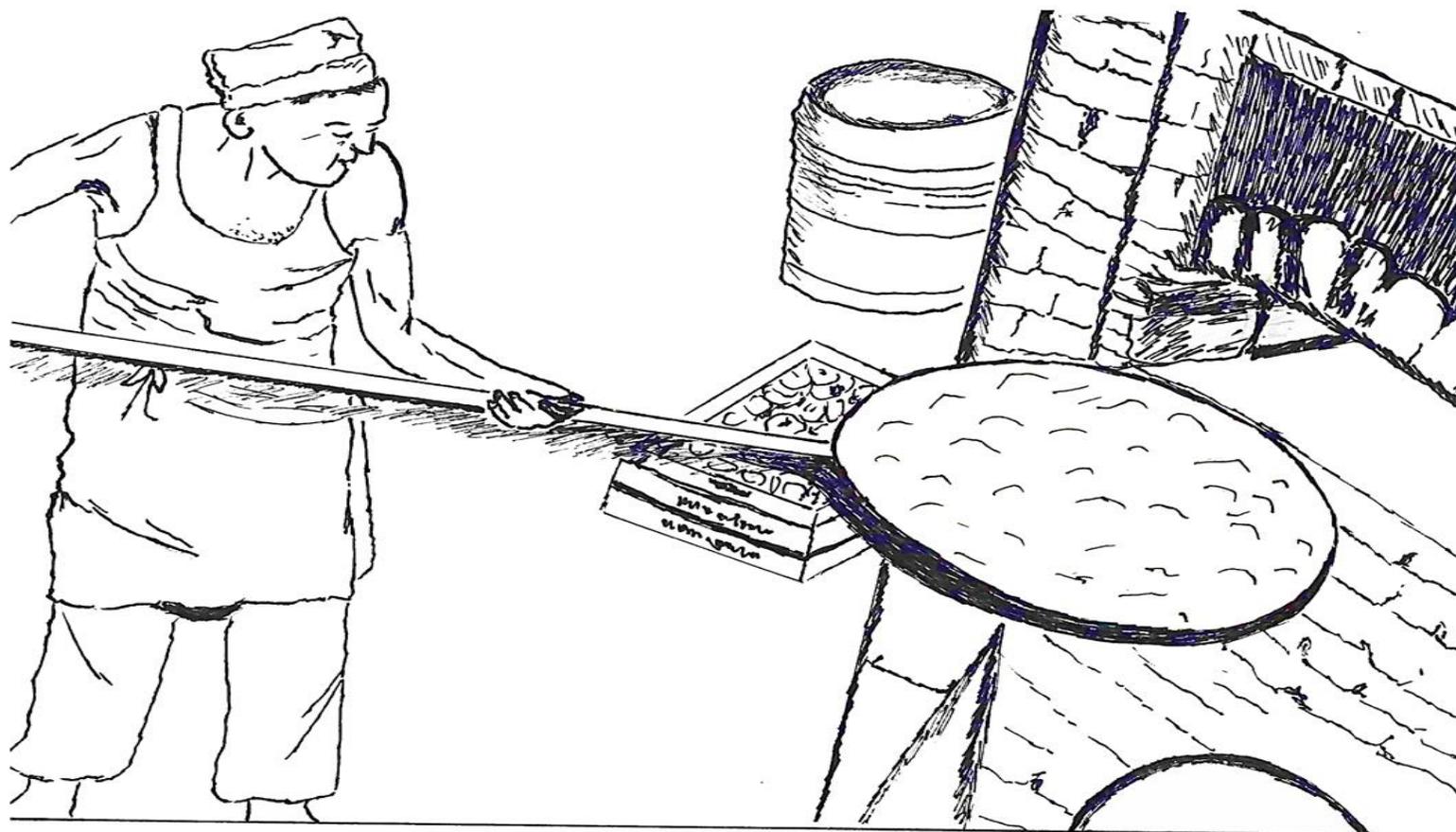
Nell'impaginare gli elaborati, per adattarli alle esigenze di stampa, è stato necessario in alcuni casi eliminare parte del testo per privilegiare l'aspetto grafico (alcune ricette sono molto lunghe e dettagliate), ma sarebbe un peccato perdere le loro descrizioni molto interessanti e originali.

A questo scopo abbiamo deciso di raccogliere tutti i tredici elaborati, segnalati dalla giuria, completi di immagini e testo in un unico documento che sarà pubblicato sul nostro sito:

<https://spazioapertodiviadellarco.jimdofree.com/>

**ADRIANA ADAMO**

*FOCACCIA COL FORMAGGIO DI RECCO ricetta di Adriana Adamo*



**INGREDIENTI:**

**Impasto**

Dosi per 600 gr. di farina

- Farina Manitoba
- Acqua minerale frizzante:
- 300 gr.
- Olio extra-vergine di oliva:
- 80 gr.
- Sale fino: 10-20 gr.

**Farcitura**

- Crescenza fresca: 1Kg. circa
- Una teglia di diametro di cir
- 40 cm.

# Brandacujun

Impastare  
farina, uova  
burro e zucchero  
aggiungere il liquore  
e la scorza di limone  
Stendere l'impasto  
e ricavare i biscotti  
con lo stampo a sei  
punte  
Cuocere in forno  
a 180° per 20 minuti

sale 9.6

mandorle 100g  
burro 250g

300g farina tipo 0

scorza di limone grattugiata

liquore di basilico 9.6

1 uovo

2 spicchi  
di aglio

stocafisso ammollato 1kg

Cuocere insieme stocafisso e patate  
in acqua salata  
Scolare, togliere lische e pelle del pesce  
Schiacciare con una forchietta  
Condire con olio, prezzemolo tritato  
aglio e una macinata di pepe rosa

sale 9.6

pepe rosa 9.6

farina bianca 300g

# Testaroli

Preparare una pastella con le  
due farine, acqua e un pizzico  
di sale.  
Cucinare con questo impasto  
delle orecchiette che saranno  
tagliate a tomia  
e cotte in  
acqua  
bolente  
Confile o testaroli  
con pesto e pecorino

pesto alla genovese

La Uffizi

# Canestrelletti

farina di grano saraceno 10g

Fior di  
malto

1kg

GRANO  
SARACENO

## **TESTAROLI AL PESTO**

Ingredienti:

300 gr di farina bianca, 100 gr di farina di grano saraceno, sale q.b., olio d'oliva, formaggio pecorino, pesto alla genovese.

Procedimento

Preparare una pastella con le due farine, acqua e un pizzico di sale.

In una padella antiaderente unta con il burro, cucinare un mestolino di impasto alla volta per ottenere delle crespelle dorate.

Tagliare a rombi tutte le crespelle ottenute e mettere a bollire in abbondante acqua salata i testaroli così ottenuti per due minuti.

Scolare con una schiumarola e disporre nei piatti i testaroli conditi con il pesto, pecorino e olio evo.

## **CANESTRELLETTI**

Ingredienti:

300 gr farina bianca tipo 0, un uovo, 250 di burro, 100 di zucchero semolato, liquore al basilico q.b., scorza di limone grattugiata.

Impastare la farina con l'uovo il burro e lo zucchero. Aggiungere il liquore e la scorza di limone. Lavorare fino ad ottenere un impasto compatto aggiungere dell'altra farina all'occorrenza.

Stendere con il mattarello una sfoglia di 1 centimetro di spessore e tagliare i biscotti con il tradizionale stampo a sei punte.

Disporre i "fiori" così ottenuti su una placca da forno foderata con carta forno ed infornare a 180° per venti minuti fino a che i biscotti saranno dorati e fragranti.

## **STOCAFISSO BRANDACUJUN**

Ingredienti:

stoccafisso ammollato 1 kg, patate violette 600 gr, prezzemolo un ciuffo, aglio due spicchi, olio evo q.b., pepe rosa q.b., sale q.b.

Procedimento

Cuocere insieme in acqua bollente le patate sbucciate e tagliate a pezzi e lo stoccafisso. Lasciar bollire per mezz'ora finché le patate risultano morbide.

Scolare e lasciar raffreddare. Togliere le eventuali lisce e la pelle del pesce.

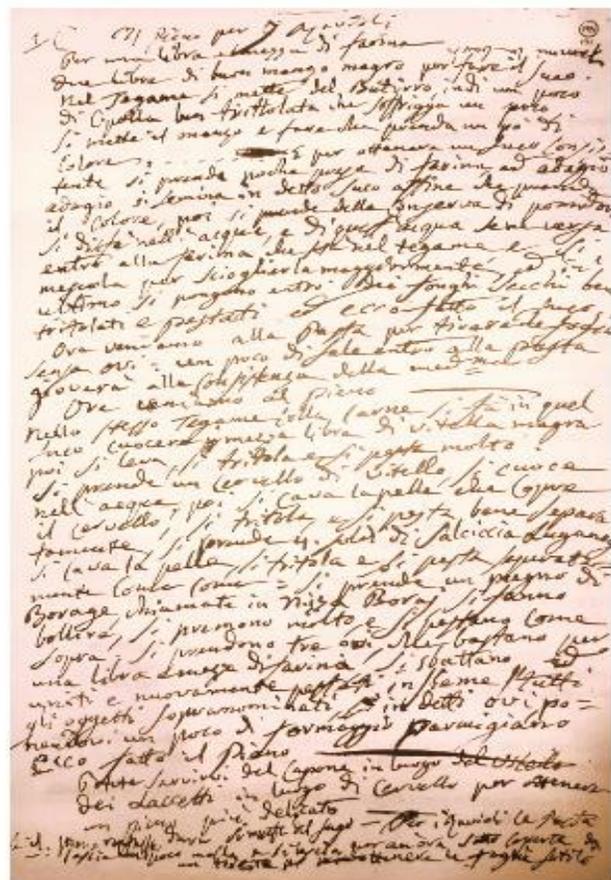
Schiacciare con una forchetta i due ingredienti condire con prezzemolo e aglio tritati, una macinata di pepe rosa e olio d'oliva extravergine ligure.

Amalgamare bene il composto che andrà servito caldo con dei crostoni di pane.

## I raieù cou tuccu, la ricetta di Paganini, “violinista del diavolo”

### Ingredienti

Per una libbra e mezza di farina due libbre di buon manzo magro per fare il suco. Nel tegame si mette del butirro, indi un poco di cipolla ben tritolata che soffrigga un poco. Si mette il manzo, e fare che prenda un po' di colore. E per ottenere un suco consistente si prende poche prese di farina, ed adagio si semina in detto suco affinché prenda il calore. Poi si prende della conserva di pomodoro, e di quest'acqua se ne versa entro alla farina che sta nel tegame e si mescola per scioglierla maggiormente, e per ultimo si pongono entro dei fanghi secchi ben tritolati e pestati; ed ecco fatto il suco. Ora veniamo alla



pasta per tirare le sfoglie senza ovi. Un poco di sale entro la pasta gioverà alla consistenza della medesima.

Ora veniamo al pieno. Nello stesso tegame colla carne si fa in quel suco cuocere mezza libbra di vitella magna, poi si leva, si tritola e si pesta molto. Si prende un cervello di vitello, si cuoce nell'acqua, poi si cava la pelle che copre il cervello, si tritola e si pesta bene separatamente, si prende quattro soldi di salsiccia lugamegna, si cava la pelle, si tritola e si pesta separatamente. Si prende un pugno di borage chiamata in Nizza boraj, si fanno bollire, si premono molto, e si pestano come sopra. Si prendono tre ovi che bastano per una libbra e mezza di farina. Si sbattano, ed uniti e nuovamente pestati insieme tutti gli oggetti soprannominati, in detti ovi ponendovi un poco di formaggio parmigiano. Ecco fatto il pieno. Potete servirvi del capone in luogo del vitello, dei laccetti in luogo del cervello, per ottenere un pieno più delicato.

Se il pieno restasse duro, si mette nel suco. Per i ravioli, la pasta si lascia un poco molle. Si lascia per un'ora sotto coperta da un piatto per ottenere le foglie sottili.



# BARALDI elaborato N.2

## TESTAIEU

### Ingredienti

Farina 0, 600 grammi  
Acqua, 650 grammi (se prima di cuocere i testaieu è troppo densa, aggiungere ancora 10 o 20 grammi)  
Sale, 6 grammi  
Setacciare la farina e porla in un contenitore. Aggiungere gradualmente l'acqua a temperatura ambiente e girare con una frusta. Salare. Amalgamare fino ad ottenere una pastella liscia, senza grumi. Coprire e lasciare riposare per circa 30 minuti.

### Cottura.

Testaieu pila con brace sopra  
Accendere il fuoco con fiamme vivaci. Posizionare i testetti sul fuoco dal lato interno. Far diventare i testetti bianchi. Togliarli dal fuoco con una pinza dai manici lunghi, posizionarli su un piano con il lato interno verso l'alto e versare la pastella con un mestolo direttamente nel centro del primo testetto e, se occorre, distribuirla con il fondo del mestolo sul fondo. Importante: mescolare la pastella durante l'esecuzione, per evitare che rimanga troppo densa al termine. Porre un testetto sopra quello con la pastella e ripetere l'operazione fino al penultimo testetto. Posizionare l'ultimo testetto, capovolto, sulla pila ottenuta e disporre alcune braci sopra, per mantenere il calore. Una volta cotti, dividere la pila a metà, per praticità e sicurezza fino a quando non si avrà manualità di esecuzione. Cominciando dal primo testetto preparato, staccare con un leggero movimento deciso il testaieu, aiutandosi con una paletta: deve staccarsi agevolmente. Ripetere il procedimento con gli altri. Condire caldi.  
Tempo indicativo di cottura: 5-8 minuti circa, dipende dallo spessore dei testaieu.

### Condimento

Il condimento per eccellenza dei Testaieu è il pesto, differente in questo caso dal genovese, senza pinoli e con meno formaggio. L'olio e parmigiano è quello più semplice, a volte emulsionato in una crema. Molto appetitoso anche il sugo di funghi, preferibilmente porcini, sia freschi che secchi.

### Pesto povero per Testaieu

Basilico genovese, 50 grammi. Parmigiano grattugiato, 40-50 grammi. Aglio, uno spicchio. Olio extravergine di oliva ligure, spremuto a freddo, 80 grammi. Sale  
E' preferibile preparare il pesto nel mortaio, ma anche con un frullatore si ottengono ottimi risultati. Dopo la lavatura le foglie di Basilico dovranno essere perfettamente asciugate (con uno straccio o lo scottex) in modo che il pesto non si ossidi e risulti di un bel colore verde acceso. Tritare con brevi movimenti, per non scaldare il pesto. Emulsionare con l'olio.

### Sugo di pomodoro

Soprattutto nella stagione estiva, il Ragù di pomodori Cuor di Bue, con i sapori tritati grossolanamente, è indicato per condire i Testaieu. Olio e parmigiano

### Il condimento più semplice.

Anticamente strofinavano i testaieu con l'aglio e poi li condivano con olio della riviera e formaggio grattugiato.

*Liberamente tratto da:*

*<https://www.lamaggioranapera.com/testaieu-testaroli-della-val-graveglia-sapori-antichi/>*



# BARALDI elaborato N. 3

## ZUPPA DI PESCE

### Ingredienti

2 kg di pesce fresco misto del mar Ligure. Ad esempio: gallinella, scorfano, triglie, rombo, rana pescatrice,  
1 carota  
1 cipolla  
1 costa di sedano  
cozze, seppie e vongole a piacere  
1 bicchiere di vino bianco  
sale, pepe, olio, prezzemolo, aglio  
pomodori maturi spellati o passata di pomodoro  
Galette del Marinaio di San Rocco di Camogli prodotte dal Panificio Maccarini fin dal 1885  
( <https://www.lamaggioranapersa.com/galette-del-marinaio-pane-dei-naviganti/> )  
brodo di pesce o acqua.

### Preparazione

Ammorbidite le Galette del Marinaio nell'acqua, generalmente addizionata ad aceto: sono durissime in quanto l'acqua è evaporata durante la cottura!

Pulite e lavate bene i pesci, dividendo quelli di carne dura dagli altri di carne tenera. Fate saltare le cozze in una padella con poco olio e appena le conchiglie si sono aperte, estraete i molluschi e filtrate l'acqua.

Prendete una casseruola molto grande, versatevi abbondante l'olio e fate soffriggere un trito composto da cipolla, carota e sedano; dopodichè aggiungete i pesci di carne dura e lasciateli cuocere per alcuni minuti.

Bagnate con del vino bianco e fate sfumare bene, unite poi i pomodori e i pesci a carne tenera, salate, pepate, aggiungete del brodo di pesce o dell'acqua per evitare che la zuppa si asciughi troppo e lasciate cuocere per almeno mezz'ora.

Aggiungete poi le cozze e le altre conchiglie che avrete utilizzato, uno spicchio d'aglio precedentemente imbrodato in una padella, aggiustate di sale.

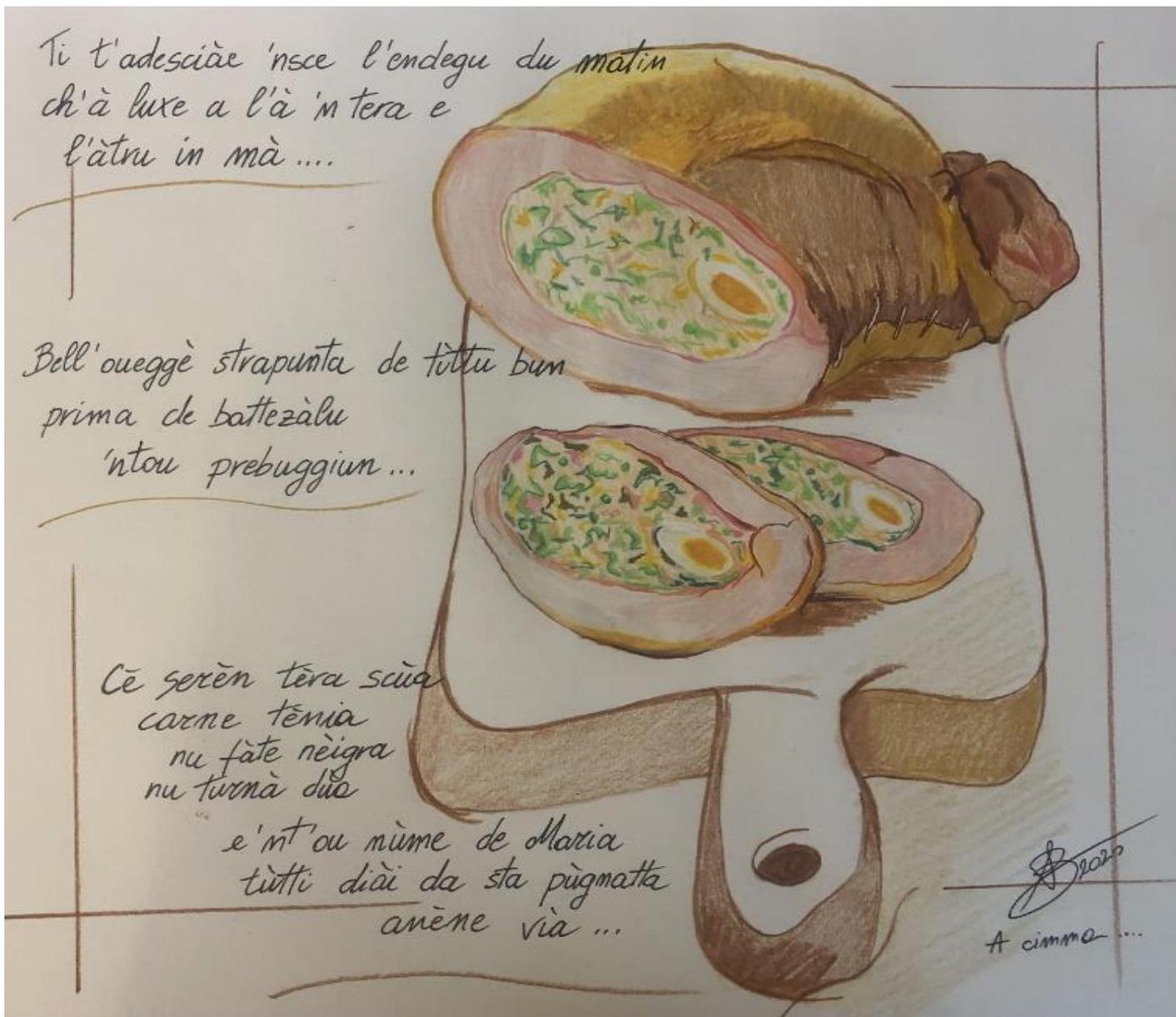
Passate il pesce con il brodo al setaccio ed impiattate la zuppa direttamente sulle Galette.

*Liberamente tratto da:*

<http://genova.erasuperba.it/zuppa-di-pesce-genovese-ciuppin>



## ANDREA BONFANTI



Ti t'adesciàe 'nsce l'endegu du matin  
ch'à luxe a l'à 'n tera e  
l'àtru in mà ....

Bell'oueggè strapunta de tütta bun  
prima de battezzàlu  
'ntou prebuggiun ...

Cè serèn tèra scüa  
carne tènica  
nu fàte nègra  
nu turnà dùa  
e 'nt'ou nùme de Maria  
tütta dià da sta pùgnatta  
anène via ...

RICETTA CIMA (Andrea Bonfanti)

Ti t'adesciàe 'nsce l'endegu du matin  
ch'à luxe a l'à 'n pè 'n tera e l'àtru in mà

Ti sveglierai sull'indaco del mattino  
quando la luce ha un piede in terra  
e l'altro in mare

Bell'oueggè strapunta de tütta bun  
prima de battezzàlu 'ntou prebuggiun

Bel guanciaie materasso di ogni ben di Dio  
prima di battezzarla nelle erbe aromatiche

Cè serèn tèra scüa  
carne tènica nu fàte nègra  
nu turnà dùa  
e 'nt'ou nùme de Maria  
tütta dià da sta pùgnatta  
anène via

Cielo sereno terra scura  
carne tenera non diventare nera  
non ritornare dura  
e nel nome di Maria  
tutti i diavoli da questa pentola  
andate via

A cimma ....

# BOTTINO GIOVANNI

Buongiorno, mi chiamo Giovanni Bottino., vivo in via Fontanabuona, precisamente ad Aveggio Mando la ricetta per cui sono interessato. In piatto storico, dei marinai...

lo stoccafisso. E precisamente il Brandacojon o Brandacujun.

Gli ingredienti, sono relativi ad un numero di commensali pari a sei.

Allora.

800 g almeno di stoccafisso già bagnato

1 spicchio d'aglio di Vessalico (IM)

1 ciuffo di prezzemolo 3 o anche 4 patate grosse

1 cipolla

una manciata generosa di pinoli italiani (30-40 g)

1 tuorlo d'uovo

mezzo bicchiere d'olio extravergine DOP Riviera L.

2 limoni

sale c.b.

eventuale pepe bianco

Più gli ingredienti di fantasia... Ovvero, il parmigiano,

la panna fresca, un limone non trattato.

Dopo di che, la variante...

Metti sul fuoco della panna fresca. Prima del bollire,

aggiungi il parmigiano grattugiato

Miscola... facendolo sciogliere e divenire crema.

Aggiustar di sale.

MONTARE IL PIATTO...

Scaldare il Brandacojon leggermente.

Versare la crema di parmigiano sul piatto, al centro.

Fare delle cuerelle con l'aiuto di due cucchiari ed a cerchio, mettere sul piatto, formando come u a stella del venti...

A questo punto, una grattugiata di buccia di limone (per questo, non trattato), e del prezzemolo tritato finemente.

Per finire, un filo di olio extravergine..

(e magari, qualche

prolone di pane a guarirlo. Ma non solo...).

Togliere all'aglio cimicia e anima. Bollire separatamente lo stoccafisso, le patate tagliate in due e la cipolla (una mezz'oretta).

Lo stoccafisso va bollito in acqua salata dentro una pentola bassa e patate sbucciate.

Intanto mescolare bene un trito d'aglio e prezzemolo

Scolare lo stoccafisso e quand'è più freddo

- tolte pelle e lische - batterlo un po' nel mortaio, o in un coccio, unirlo ora agli ortaggi, ai pinoli e all'olio e gli odori.

Coprire il coccio, annodare con uno strofinaccio e rotatorio per amalgamare il tutto.

Il brandacujun si mangia tepido/freddo, anche con

una ampia pentola bassa. Affettare finemente cipolla

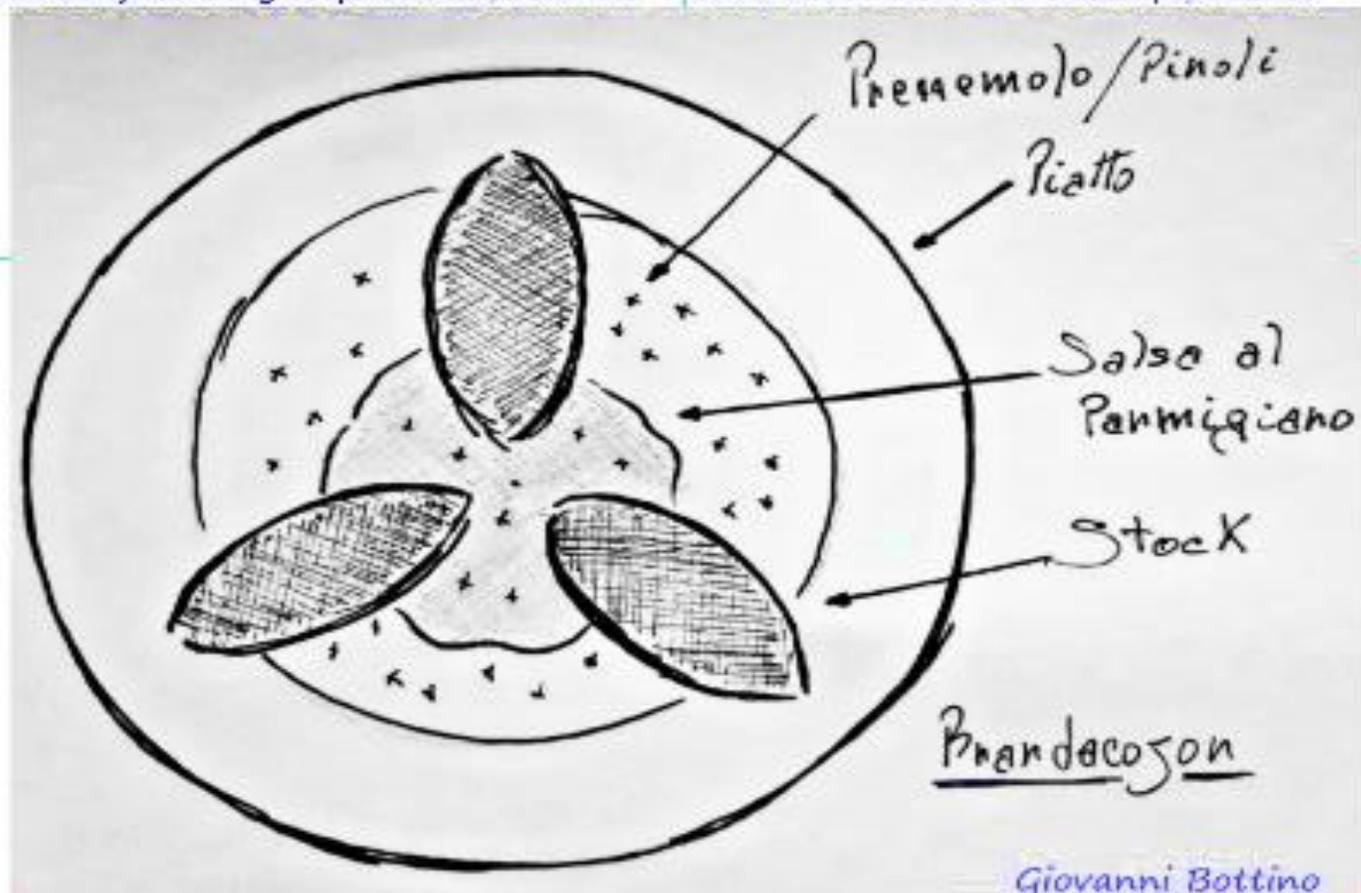
con olio, succo di limoni e tuorlo d'uovo.

comunque spezzettato grossolanamente.

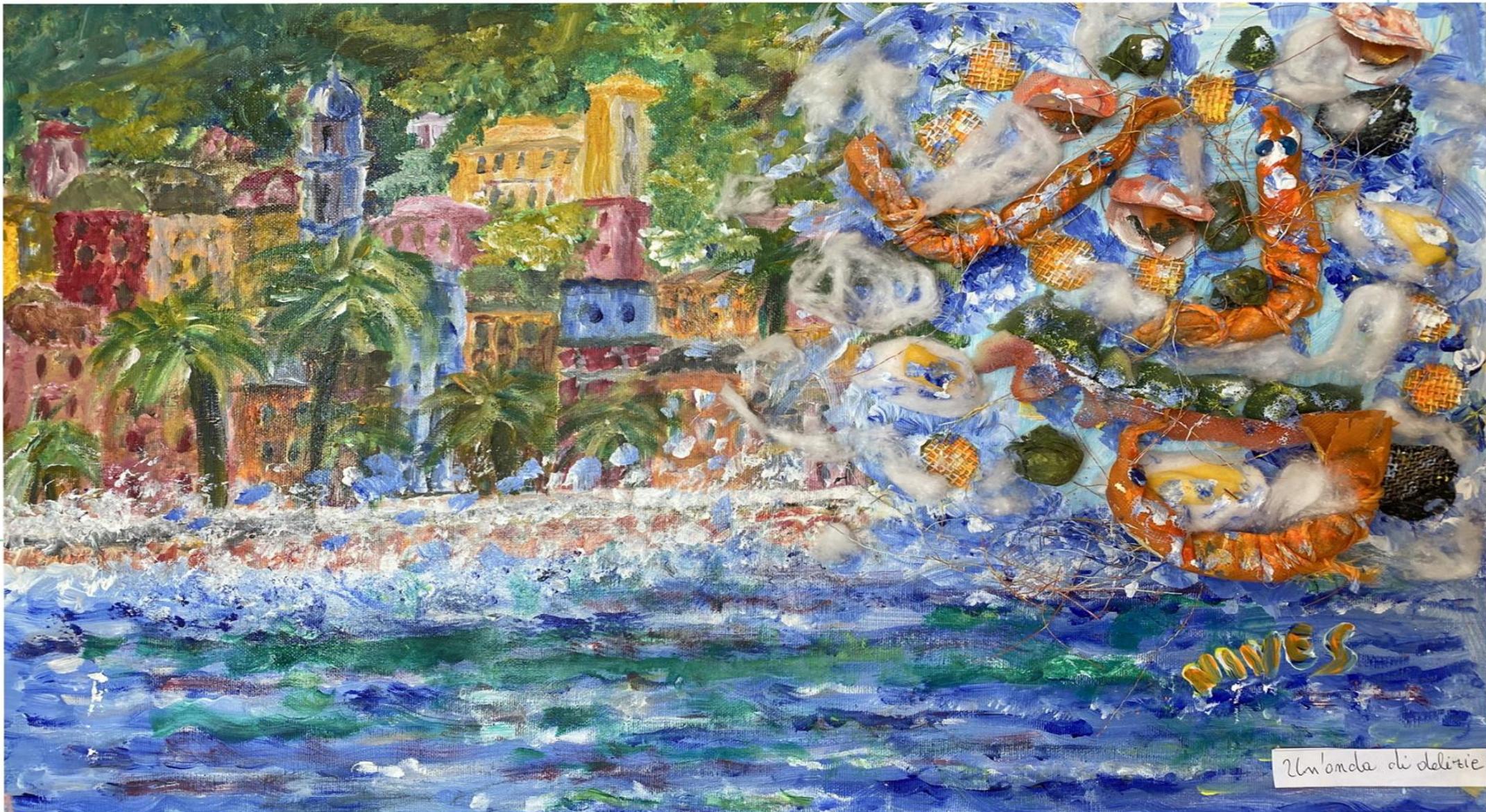
precedentemente lavorato col succo di limoni

scuoterlo (brandade) con forza su e giù ed in senso

un filo d'olio a crudo ed eventuale pepe bianco.



## DOMENICA DELFIUMI



## CAPPON MAGRO

Per 10 persone

Ingredienti

Pesce cappone(o orata di circa 1,5kg

500 gr di gamberetti

500 gr di scampi 6 uova sode

6 gallette del marinaio

300 gr di patate-300 gr di fagiolini-2 barbabietole rosse cotte-1 cavolfiore-6carciofi-3 carote

1 sedano-24 olive nere-200 gr di funghetti sott'olio -80 gr di muschiame

Aglione-olio-aceto -limone -sale -pepe

Per la salsa:

1 pugno di prezzemolo-80 gr di pinoli-50 gr di capperi-2 acciughe salate-2 uova sode-polpa di  
6 olive-un pugno di mollica di pane imbevuta nell'aceto(1/2 bicchiere)-1 bicchiere d'olio

-----  
Procedimento :

lessare separatamente il pesce (e poi pulirlo disliscandolo),i gamberi e gli scampi.

Condire con olio,pepe,sale e un poco di aceto.

Sul fondo del piatto di portata stendere uno strato di Gallette del marinaio ammollate nell'aceto e tagliate.

Successivamente ,a strati,porre verdure,pesce a pezzi e gamberetti,uova sode tagliate a rondelle, ponendo tra ogni strato salsa verde preparata a parte.

La disposizione degli strati e' a fantasia personale.

Ultimata la montagnola coprire con salsa verde e poi,partendo dal basso,decorare lateralmente a piacimento con rondelle di carote,gamberetti e olive.

# CATTARUZZA MASSIMO



## ACCIUGHE RIPIENE

Ingredienti per quattro persone: 600 gr. acciughe, 500 gr. patate, 2 uova, 50 gr. parmigiano, 50 gr. pane grattugiato, 1 spicchio d'aglio, olio extravergine di oliva, prezzemolo o maggiorana, origano, sale, acqua o latte.

Preparazione del ripieno: mescolare il pane (meglio se solo la mollica) con acqua o latte, un trito di aglio con prezzemolo o maggiorana, formaggio grattugiato, uova, sale e olio.

Preparazione: ungere la teglia e disporre le patate tagliate a rondelle di circa 1,5 cm di spessore. Condire le patate con origano, sale e olio. Far cuocere per circa 10 minuti in forno a 180 gradi.

Pulire le acciughe togliendo la testa, le interiora e la lisca. Lavarle e asciugarle sopra a un canovaccio.

Togliere la teglia dal forno e disporre le acciughe sopra alle patate e il ripieno sopra alle acciughe.

Condire con un filo di olio, pangrattato e origano.

Mettere nuovamente in forno e lasciare cuocere per circa 15 minuti.

## MONTANARI MARCO



### Testaiieu scuro

Sui testaiieu bolliti  
versare il condimento:

Composto da:

Cacao amaro

peperoncino rosso

panna da cucinare

foglioline di menta e

pinoli

Miscelare in una ciotola

il cacao con la panna e

un pizzico di sale

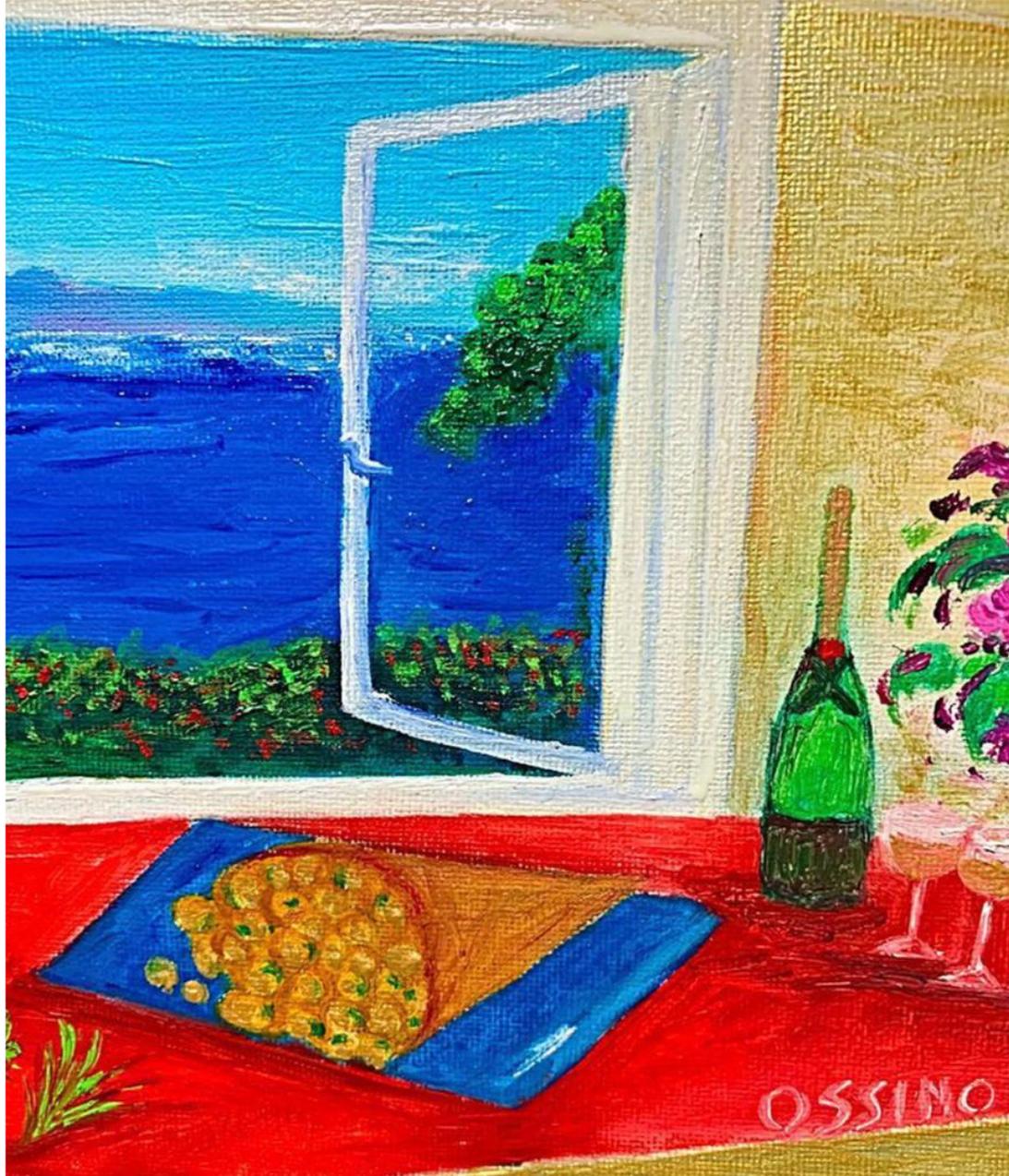
Aggiungere il peperoncino

Amalgamare e guarnire con

foglioline di menta e pinoli

Marco Montanari

## OSSINO CONCETTA



FRISCEU IN COPPO Ricetta di Concetta Ossino

ingredienti

- 1 kg di baccalà
- 300 gr di farina
- 10 gr di lievito di birra,  
in alternativa 100 gr di lievito madre
- acqua gasata qb
- sale
- erba cipollina – salvia
- olio di semi

PROCEDIMENTO

In una ciotola sciogliere il lievito con un cucchiaino di acqua tiepida, aggiungere, poco alla volta, la farina, un pizzico di sale e le erbe tritate; amalgamare il tutto, versare l'acqua gasata a temperatura ambiente, rendere la crema fluida, ma consistente. Lasciare riposare in frigo per mezz'ora, il tutto coperto con pellicola trasparente e con un canovaccio. Nel frattempo asciugare il baccalà che era stato precedentemente ammollato e dissalato con acqua corrente, tagliarlo a tocchetti non molto piccoli che saranno immersi nella pastella poi, poco per volta, si friggeranno in olio caldo e quando saranno croccanti e dorati, si poseranno su carta assorbente nel momento in cui avranno rilasciato l'olio in eccesso si adageranno su un piatto di portata circondati da salvia in rametti o erba cipollina, altrimenti come nel dipinto in un coppo di carta; il tutto potrà essere accompagnato da bollicine! Le frittelline o frisceu sono gli stuzzichini ideali per un ottimo aperitivo!  
Concetta Ossino

## PENDOLA CHIARA



## **Raviou o tōcco**

Per 3 porzioni

### **Ingredienti**

#### **Pasta fresca**

- 190 g di farina bianca
- 110 g di farina di semola
- 3 uova
- se occorre acqua tiepida
- sale q.b.

#### **Ripieno (brebuggiun)**

- borragine
- spinaci
- bietole
- ortiche
- ricotta
- 2 uova
- maggiorana
- formaggio grattugiato
- sale q.b.

#### **Tocco**

- 80 g di pancetta
- 80 g di sedano a pezzi
- 80 g di carota pelata e a pezzi
- 100 g di cipolla a pezzi
- 25 g di olio extra vergine di oliva
- 15 g di burro
- 400 g di carne trita mista grossa
- 70 g di vino rosso
- 240 g di passata di pomodoro
- 70 g di acqua calda
- 30 g di concentrato di pomodoro
- sale q.b.

### **Preparazione**

#### **Pasta fresca**

Lavorare le due farine con le uova, un pizzico di sale e acqua tiepida (se occorre)

#### **Ripieno (prebuggiun)**

Lavare le verdure, cuocerle, scolarle e tritarle. Unire la ricotta, uova, maggiorana, formaggio grattugiato e sale q.b.

#### **Tocco**

Tritare la pancetta e renderla una polpa.

Tritare le verdure finemente e aggiungerle alla pancetta. Insaporire il composto ottenuto con olio e burro a fuoco basso.

Unire la carne e insaporire per circa 5 minuti.

Aggiungere il vino e fare evaporare.

Unire la passata di pomodoro, l'acqua, il concentrato di pomodoro e il sale. Cuocere per circa 25 minuti.

Nel frattempo stendere l'impasto in una sfoglia sottile con l'aiuto del mattarello (o della macchinetta per tirare la pasta). Con una rotella per ravioli ricavare delle sfoglie rettangolari e adagiarle sul piano infarinato.

## SARTOR LUISELLA

“Pansoti sbagliati”

Ingredienti:

pansoti classici

cacao amaro

peperoncino rosso

panna da cucinare

pizzico di sale

foglioline di menta e pinoli

Miscelare in una ciotola il cacao amaro con la panna ed un pizzico di sale...

aggiungere il peperoncino tritato...

amalgamare fino a raggiungere una densità omogenea...

Condire i pansoti e guarnire con foglioline di menta e pinoli

*Luisella Sartor*



**FRATELLI URCIOLI**



L'idea è di presentare una focaccia Mediterranea ispirata da quella Genovese, con sapori di mare, terra e montagna, usando materie prime di altissima qualità.

Partiamo da una farina macinata a pietra tipo 2, miscelata con kamut e farro.

Le farine usate saranno del mulino di Renzo Sobrino, situato a La Morra nelle Langhe.

L'olio, un protagonista principale, sarà dell'azienda Agricola di Domenico Ruffino a Varigotti, l'extravergine Pria Grossa, un monovarietale in purezza di Colombaia, varietà piantata nel 1125 dai monaci Benedettini.

“Un olio con una trama aromatica che va dalle conifere all'ortica, dall' eucalipto al pepe verde passando per la frutta secca come la noce. Erbaceo con un piccante lunghissimo “(descrizione del Gambero rosso).

All'impasto si unirà un pesto di oliva Taggiasca, alici, capperi, peperoncino e vino bianco.

Sceghieremo il vino Pigato dell'azienda Bio Vio di Albenga, l'oliva Taggiasca di Paolo Cassini da Isolabona, il peperoncino e l'origano di montagna di Michele Ferrante di Controne, il Cappero di Pantelleria dell'azienda La Nicchia, il sale marino integrale di Trapani e l'alice di Menaica di Donatella Marino nel Cilento.

Passando alla ricetta (ingredienti e dosi)

800 gr di farina tipo 1

100 gr di farina di kamut

100 gr di farina di farro

800 gr di acqua fredda

50 gr di vino bianco

7 gr di lievito in polvere

15 gr di sale marino integrale

3 gr di capperi

3 gr di olive

4 gr di alici

3 gr peperoncino piccante

12 gr di olio extra vergine di oliva

mazzetto di origano qb

## **PROCEDIMENTO**

Si fa un pesto di olive, capperi e alici, al finale si incorpora il peperoncino e un po' d'olio.

Lasciamo riposare coperto.

Per l'impasto utilizzeremo una piccola planetaria, si inizia con acqua fredda, il vino e tutte le farine, si impasta 5 minuti a velocità 1 finché tutta l'acqua abbia idratato la farina, poi si aggiunge il lievito e si mescola per 1 minuto, dopo il sale e si mescola per 1 minuto.

Si lascia riposare 30 minuti coperta.

Con incrementi di velocità fino a quasi la massima velocità, si impasta cambiando velocità ogni minuto poi si scende di velocità fino a quando il glutine si ben sviluppato.

Negli ultimi due minuti si incorporerà il pesto.

Essere sicuri che sia ben incorporato.

Si mette a riposare l'impasto in contenitore di plastica leggermente oliato e si daranno due pieghe di rinforzo ogni 30 min.

Poi lasciare riposare in frigo 48 ore.

Dopo le 48 ore si lascerà riposare fuori dal frigo per due ore finché raggiungerà temperatura ambiente, poi si stende in teglia, una leggera spennellata d'olio e in forno a 260° .

All'uscita dal forno un'altra leggera spennellata d'olio e origano.

Lasciare riposare 10 minuti prima di tagliare.

**Claudio Urciuoli con illustrazione di Maria Urciuoli**

# ZUCCHINETTI PIERO

## il BRANDACUJUN

Piatto essenziale, composto da tre soli ingredienti base: stoccafisso con patate mantecate in olio di oliva; diffuso con varianti in tutto il Mediterraneo nord-occidentale: Ponente ligure (Brandacujun), Provenza (brandade de morue), Catalogna (Brandada de bacallà). Molto utilizzato sulle imbarcazioni a vela di piccoli cabotaggi perché gli ingredienti non provocano problemi di conservazione e l'essenzialità era rapida, utilizzando inoltre una sola pentola.



Questo è un NAVICELLO, veliero di piccoli cabotaggi diffuso nel Mediterraneo nord-occidentale dalla metà dell'800 fino ai primi decenni del '900. Nella sua cambusa non mancavano mai patate e stoccafisso e il suo equipaggio è composto da 4-8 uomini dal robusto appetito.



Come in ogni equipaggio vi è il mozzo, o cu' s'one riservati i lavori più umili e l'appellati ve di CUJUN (la traduzione è pleonamica).

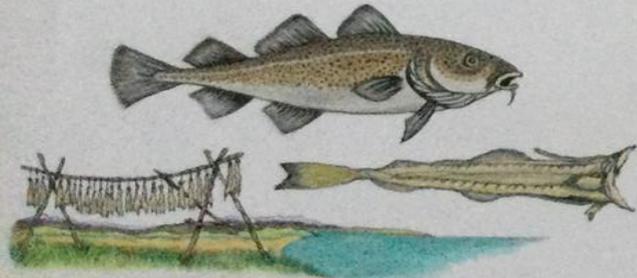
Questo è il SOLANUM TUBEROSUM, ovesc la pianta della patata. Originaria dell'America del Sud, fu importata in Europa dagli Spagnoli alla fine del '500. L'uso alimentare della patata era visto con diffidenza nel '700; i contadini la consideravano velenosa; gli scienziati, nell'Encyclopédie del 1765 la definivano "erbe flatulenti"; gli aristocratici la vedevano per il suo basso costo. Solo i soldati e i spalti erano costretti a nutrirsi.



ANTOINE AUGUSTIN PARMENTIER (1757-1813) osserva con affetto un mozzo di vegetali. Prigioniero dei Prussiani durante la Guerra dei sette anni e costretto a cibarsi di patate, divenne convinto assertore delle loro proprietà nutritive.

Elaborato di Piero Zucchini

Questi sono PESCATORI DELLE ISOLE LOFOTEN, in Norvegia, intente alla pesca di uno dei pesci delle acque più ricche, il GADUS MORUHA, ovesc il merluzzo. Decapitate, pulite e aperte lungo la spina dorsale, viene appeso all'aperto. Il clima, che da febbraio a maggio è freddo, secco e senza precipitazioni, ne favorisce l'essiccazione naturale e la conservazione. Nasce così lo STOCCAFISSE norvegese delle Isole Lofoten, il più pregiato. Selvo, sotto per dimensioni e qualità, viene pressato in balle legate con fili di ferro e confezionato in sacchi di juta. L'Italia importa l'80% dello stoccafisso prodotto nelle Isole Lofoten.



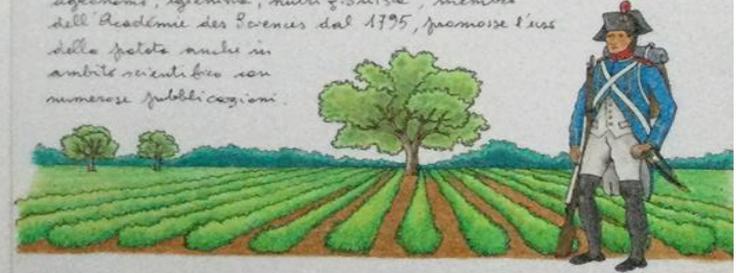
**PREPARAZIONE:** far cuocere in una pentola di acqua bollente e salata le patate a tocchi e a tranci di stoccafisso già ammollati. Scolare, dirlisciare e sminuzzare lo stoccafisso e rimettere tutto nella pentola, aggiungendo olio di oliva in abbondanza e 1-2 spicchi di aglio tritato. Altri ingredienti a piacere: pinoli, latte di mandorle, olive taggiasche, pepe e sale.

**BRANDARE:** francese dialettale per brandire, cioè scuoire con violenza. "Brandare" dell'alto verso il basso la pentola, impugnatela saldamente per i manici, con i polsi che regitano il copricapo, in modo che il contenuto vada a sbattere contro il coperchio stesso (infocendo), fino ad assumere una consistenza cremosa, mantecata all'olio di oliva. Questo lavoro faticoso era compito del mozzo, del cujun, che veniva scherzosamente esortato dall'equipaggio con il seguente adagio:

BRANDA, CUJUN, CHE CIÙ TÌ Ò BRANDI CIÙ Ò L'È BUN



Con un ragazzo stralagemma indusse i contadini francesi a c'barri del tubero. Face peridiare dall'alba al tramonto i campi coltivati a patate da militari armati. I contadini, credendo che si trattasse di un cibo prezioso, cominciarono a rubare di notte le patate e a cibarsene. Chimico, agronomo, igienista, nutrizionista, membro dell'Académie des Sciences dal 1795, promosse l'uso della patata anche in ambienti rurali con numerose pubblicazioni.



Parmentier ha lasciato memoria di sé anche nella gastronomia delle patate. Portano il suo nome infatti il patate Parmentier (la regina delle minestre!) le patate de Parmentier (le cubette al forno) e l'achis Parmentier (le "gâteau parmentier").