



La costa **delle olive**, dove il **coniglio** incontra **la lavanda**

Sanremo non è solo Casinò, esposizioni floreali e festival della canzone italiana. Chi ama evadere dai luoghi comuni e dagli itinerari precostituiti scoprirà che la città della Riviera di Ponente e il suo hinterland riservano sorprese inaspettate. Di fronte ci sono il mare, le spiagge sabbiose, le scogliere a picco, il profumo di salsedine. Ma basta girare le spalle per imbattersi in valli, boschi, montagne (il Saccarello, con i suoi 2.199 metri d'altezza è il monte più alto della Liguria), terrazamenti e muri a secco, villaggi alpini che sembra di stare sulle Dolomiti, aria frizzante e odori di erbe spontanee. Ad appena dieci chilometri da Sanremo c'è il Parco Naturale San Romolo, settecento ettari



Sembra di stare sulle Alpi... La cucina è fatta di pesce ed erbe, ma soprattutto di olio extravergine di Taggiasca, così gentile da essere la base di un dolce, la stroscia, in cui si accompagna a zucchero e Marsala.

di benessere e biodiversità con pinete, prati, boschi, macchia mediterranea. A mezz'ora d'auto ci sono borghi marinari, paesi medievali aggrappati alle colline, zone archeologiche (i Balzi Rossi, al confine con la Francia), ville liberty inglesi (da non perdere i Giardini Botanici Hanbury nel promontorio della Mortola, vicino Ventimiglia), paesi di artisti (Bussana Vecchia) e di streghe (Triora). C'è la Sanremo barocca e quella dei parchi storici e dei giardini esotici realizzati dagli stranieri che si sono innamorati di questa fetta di Mediterraneo e del suo clima. C'è la Sanremo di Libereso Guglielmi, "il giardiniere dei Calvino", già al servizio del padre dello scrittore Italo Calvino: in un francobollo di terra a due passi dal centro sto- ➤



Fagioli di Pigna, Conio e Badalucco un tesoro bianco delle colline

UNA DELLE GLORIE gastronomiche dell'entroterra sanremese sono i prelibati fagioli bianchi di Pigna Conio e Badalucco (Presidio Slow Food, in attesa di Dop). Coltivati a circa 300 metri sulle terrazze esposte a sud nei tre centri e in alcune frazioni circostanti, prendono il tepore della Riviera di

Ponente e sono protette alle spalle dalle montagne. I fagioli dall'America sono arrivati in Liguria nel XVII secolo via Spagna e Provenza e hanno trovato un habitat ideale nelle valli Nervia, di Oneglia e Argentina. Piccoli, reniformi e ricoperti da una camicina sottilissima che, una volta cotti,

►rico ha creato uno dei più interessanti orti botanici sperimentali della Liguria.

Come in tutta la regione, nel Ponente le fragranze del mare si confondono con quelle della collina e della montagna. La cucina è basata su pesce, verdure, erbe aromatiche spontanee e coltivate, legumi. E - tranne per alcune zone dell'entroterra - soprattutto su un olio extravergine d'oliva di grande delicatezza, perché ottenuto dall'olive taggiasca, varietà locale dal gusto dolce e gentile. Un olio con il quale si fa addirittura un dolce, la stroscia, una torta impastata con l'extravergine, aromatizzata con limone e Marsala e coperta da un velo di zucchero: una specialità - guarda caso - dell'Imperiese, famoso per le sue spremute d'olive. Nelle ricette di questa zona niente carne rossa e grassi animali, tutt'al più carne bianca come animali da cortile, agnello, vitella: agnelletto con carciofi in fricassea (con tuorli d'uovo aggiunti a fine cottura), cima (tasca di vitello ripiena). E il coniglio, oltre che alla ligure con olive taggiasche e pinoli come in tutta la Liguria, è proposto alla sanremasca con il vino rosso, oppure al Vermentino ed erbe profumate o ancora "allo steccado" aromatizzato con la lavanda. Carne o pesce che sia, si tratta di sapori sempre lievi, mai aggressivi, che si sposano alla perfezione con i vini della zona, ► dai freschi Vermentino a rossi beverini e

I fagioli di Pigna, Conio e Badalucco, coltivati sui terrazzamenti a picco sul mare. In alto, uno scorcio del borgo antico di Sanremo

diventa una velo impalpabile, questi fagioli hanno un gusto delizioso, molto delicato, grazie alle particolari condizioni del terreno, del microclima e dell'acqua, che - soprattutto nelle zone più alte - è sorgiva e ricca di sali minerali.





La cucina bianca di Mendatica, ovvero, come fare a meno dell'olio

IL FILO CONDUTTORE della cucina ligure è l'olio d'oliva. Ma non ovunque. A Mendatica, nell'Alta Valle Arroscia, al confine con il Cuneese e la Provenza, dove c'è una secolare tradizione di transumanza agricola e pastorale, si è sviluppata la cosiddetta "cucina bianca" basata sui derivati di latte,

burro e formaggio, sui farinacei e sugli ortaggi "pallidi" come patate, aglio, porri, rape. Da questa zona provengono i formaggi di pecora brigasca, una pecora autoctona in via d'estinzione: sono il brusso (una specie di ricotta fermentata dal sapore piccante), la sora e la toma (presidio Slow Food). A

► non troppo strutturati come il Rossese di Dolceacqua e l'Ormeasco di Pornassio.

Quella di Ponente è una cucina che ha stretti addentellati con quella provenzale: uso importante dell'aglio, erbe aromatiche a profusione, olio d'oliva a piovere, ricette che testimoniano vicinanza geografica e affinità di gusti. Come la buiabessa, una delle più famose zuppe di pesce della Liguria occidentale, imparentata con la "bouillabaisse" marsigliese. O come il condiglione, un'insalata ricca e sostanziosa che ricorda la "salade niçoise". O ancora la pissaladiera (o piscialandrea, nota anche come pizza all'Andrea perché - pare - creata dall'ammiraglio Andrea Doria), una focaccia molto appetitosa guarnita con pomodoro e acciughe salate, che ha stretti legami con la pissaladière nizzarda (un tempo ci si metteva il machetto, pasta d'acciughe erede del garum dei Romani, con la quale si insaporivano anche le torte salate).

Nel Ponente ligure i legumi giocano un ruolo importante, e non solo nelle classiche zuppe e minestre. Le fave sono protagoniste assolute nel marò, una salsa tipica di Sanremo profumata alla menta che accompagna arrostiti e bolliti. I "bacilli", le piccole fave secche, accompagnano lo stoccafisso (una variante di quello accomodato con le patate). I preli-►



Il brusso di Mendatica. In alto, lo sfavillante Casinò di Sanremo

Mendatica, la seconda metà di agosto, viene organizzata una manifestazione enogastronomica dedicata alla "Strada della Cucina Bianca-Civiltà delle Malghe", che collega i comuni liguri di Cosio d'Arroscia, Mendatica, Montegrosso Pian Latte, Pornassio, Triora.



Condiglione, quell'insalata che ricorda la Francia

IL CONDIGLIONE è una specialità tipica dell'Imperiese, un'insalata estiva che ricorda la "salade niçoise", tanto ricca e sostanziosa da avere la dignità di piatto unico. La base è costituita da gallette del marinaio strofinate con l'aglio e ammolate, alle quali si uniscono pomodori, peperoni, cipolle,

sedano, uova sode, cetrioli, olive, aglio, basilico, acciughe, o mosciame, aceto e tanto olio. Qualcuno ci mette anche patate e fagiolini lessati, sedano e insalata verde. Il nome originale dovrebbe essere cundiùn ma ogni paese ligure lo chiama in modo leggermente diverso:

▸ bati fagioli bianchi di Pigna Conio e Badalucco, coltivati nell'entroterra sanremese, sono buonissimi (solo lessati con un filo di olio), nello stufato di capra (specialità dell'interno) e nell'impasto dei "frisceui", frittelle fatte con una pastella di acqua, farina, fagioli lessati e cipolla fresca. Con i ceci si preparano panissa e farinata (la prima una polenta tagliata a listarelle che vengono fritte nell'olio, la seconda una torta di ceci cotta a legna) oppure si fanno in zimino con la bieta ("ceixai co zemin"). I piselli si fanno con gli sgombri ("laxerti con i puisci"). E poi verdure e ripieni di magro a go go. Cipolle, zucchine (famose quelle trombetta dell'Imperiese), fiori di zucca, perfino i carciofi vengono riempiti con un composto di patate, erbe aromatiche e poco altro. I ravioli - che qui nel Ponente hanno la forma quadrata, mentre nel Levante sono tondi e si chiamano "pansoti" - sono di verdure o di pesce. Il gusto dei ripieni si esprime al massimo nelle numerose torte verdi, declinate ai sapori di tutte le stagioni: gli scignini di pasta sfoglia vengono riempiti con riso, bieta, zucca gialla, zucchine trombetta, borragine, piselli o carciofi (una prelibatezza quelli di San Remo). E la "pasqualina", regina delle torte liguri, nell'Imperiese si semplifica: ha due-tre sfoglie di pasta anziché trentatré come nel resto della regione (ma quasi nessuno la fa più) ▸



Le verdure per il condigione, una insalata di frontiera" che ricorda la cugina "nizzarda". In alto, le acciughe che nella zona di Sanremo, unite alle patate, danno vita ad un classico ligure, il tortino di patate

condijun, condijon, condigion...

Ha stretti legami di parentela con il condigion genovese:

la ricetta antica prevede una minore ricchezza di ingredienti, ma in più il finocchio e, al posto delle acciughe (o del mosciame), fettine di bottarga.

Brandacujon, stoccafisso mantecato in versione ponentina

CHIAMATELO COME più vi aggrada: brandacujon, brandacoion, brand de cujun, stoccafisso mantecato alla sanremese. Sappiate comunque che si tratta di stoccafisso (dal tedesco stockfisch, il merluzzo essiccato all'aria aperta, alla maniera nordica) fatto bollire, privato della pelle e delle lisce e spezzettato, al quale si aggiungono patate schiacciate, olio extravergine d'oliva, succo di limone e un trito di aglio, pinoli e prezzemolo, volendo pepe nero macinato. Si mescola fino a ottenere una specie di paté, da gustare tiepido. Il brandacujon è la risposta imperiese allo stoccafisso accomodato, ricetta della tradizione genovese allargata a tutta la Liguria. Sanremo rivendica la paternità di questo piatto, che testimonia la grande importazione di stoccafisso dal nord Europa tramite la Provenza. Da qui, infatti, sembra che si sia appresa l'arte di sminuzzare, "brander", lo stocco e di unirlo alle patate. Si dice che questa preparazione sia nata a bordo dei pescherecci dove l'assemblaggio degli ingredienti avveniva mediante l'energico scuotimento - favorito dal rollio e dal beccheggio della barca - impresso dai marinai alla pentola tenuta fra le gambe: e l'atto del "brandare" (scuotere) implicava inevitabilmente un coinvolgimento dei "cujon" (gli "attributi" degli uomini di mare!). Nel Ponente ligure - come si legge nel libro *Una tavolozza di sapori regionali* di Giovanna Ruo Berchera e Claudia Ferraresi - lo stoccafisso è proposto anche mantecato all'Imperiese, lessato e poi condito con una salsa di capperi, acciughe, tonno, tuorlo d'uovo sodo, olio, aceto e pepe.



Dalla Riviera dei Fiori un grande extravergine Dop

LE DUE RIVIERE, soprattutto quella di Ponente, grazie al clima eccezionale sono zone particolarmente vocate alla coltura dell'ulivo. Gli uliveti, coltivati a picco sul mare o nell'immediato entroterra, danno oli assai gentili, di colore giallo paglierino, che si colora sempre di più a mano a mano che la

Riviera di Ponente lascia il posto alle colline del Levante. Oli, quelli liguri, così leggeri e fragranti che possono accompagnare con la giusta delicatezza pesci al vapore o insalate di mare, o condire le gustose verdure regionali. Nel 1997 è nata la Dop Riviera Ligure, con tre sottozone: Riviera dei Fiori, Riviera del Ponente



► così!). Poi ci sono le frittelle: di bianchetti (novelle di pesce azzurro), di zucchini, di baccalà, di cipolle, le citate di fagioli e quelle gustosissime a base di riso, ricotta e zucca o zucchini chiamate "barbagiuai". Ci sono le insalate: il ricco condiglione e il "pan e pumatà", una specie di panzanella locale. E una curiosità, le curunète, una specialità di Bordighera e Ventimiglia, collane di patatine non sbucciate infilate come perle su un grosso filo: si arrostitiscono, e una volta cotte si spezza il filo, si spruzzano di sale e si mangiano con tutta la buccia.

Anche nei piatti di pesce si legge il dialogo tra il mare e l'orto. Nel golfo di Sanremo, grazie alla conformazione geologica sottomarina, vengono catturate pregiate specie di pesci, molluschi e crostacei, tra i quali il celebre gambero di Sanremo. La specialità assoluta della città dei fiori è il brandacojon, una specie di paté di stoccafisso, aglio e patate. Le numerose zuppe marinare liguri trovano qui la massima espressione nella citata buiabessa, ma anche nella zuppa di boldrò (rana pescatrice), nella buridda di stoccafisso e nella versione ponentina del ciuppin, che rispetto a quella di Levante (una specie di brodetto ristretto di pesce), assume l'aspetto e la sostanza di una zuppa di scoglio. Ritomano le amate farcie con le acciughe e i totani ripieni. E l'intemazionale classico ligure, il tortino di patate e ac-

In alto il brandacojon, una sorta di paté a base di stoccafisso

Savonese, Riviera di Levante, che interessano rispettivamente le province di Imperia, Savona, Genova-La Spezia. Da Imperia a Ventimiglia, nella Riviera dei Fiori, gli oli sono ottenuti quasi totalmente da olive della varietà taggiasca (che prende il nome dall'Abbazia di Taggia, dove i Benedettini iniziarono

la coltivazione), hanno un profumo fruttato sottile di erbe selvatiche e leggeri sentori di fieno, un sapore delicato e dolce con una nota caratteristica di oliva matura, pinoli e mandorla. Particolare è il Biancardo, dolce e leggero, ottenuto dalla raccolta tardiva delle olive, estremamente mature.