

"RISO LATTE E CASTAGNE." Ricetta che risale intorno al 1600 . Ingredienti: riso gr. 250, castagne secche gr. 200 (si possono usare anche le castagne fresche dopo averle fatte prebollire), tre quarti di latte, un poco di burro, una cipolla, prezzemolo, sale q.b.

Far ammorbidire le castagne in acqua tiepida per circa venti minuti. Preparare un soffritto di cipolla e prezzemolo finemente tritati, facendoli rosolare nel burro. Porre a bollire per due ore e mezzo circa le castagne in circa un litro d'acqua ed il latte, unendo sale q.b. e una grossa noce di burro. Gettare quindi il riso ed a cottura quasi terminata aggiungere il soffritto precedentemente preparato. Terminare la cottura e servire.

"TROFIE CON ZUCCA TROMBETTA E BOTTARGA." Ingredienti: 350 g.r. di trofie, 750 g.r. di zucca trombetta di Albenga, un bicchiere di olio extravergine di oliva, foglie di basilico, sale, bottarga.

Cuocere le zucche trombette a vapore, scolarle e frullarle nel mixer unendo l'olio a filo, (come per la maionese). Cuocere le trofie, mescolarle alla crema di zucca, spolverare con la bottarga grattugiata al momento. Profumare con basilico fresco .

"FRANDURA' ". Ingredienti: 1.5 kg di patate, 250 g.r. di farina, 2 bicchieri di latte, 2 uova, un mazzo di basilico, prezzemolo, noce moscata, olio extravergine di oliva, sale q.b. Tagliare le patate crude a fette sottili e porle in un tegame unto d'olio. Diluire la farina nel latte, aggiungere il sale, le due uova sbattute, il basilico tritato ed una grattata di noce moscata. Versare il composto sulle patate e cuocere in forno a fuoco medio per 45 minuti. Servire con fette di formaggio, possibilmente con toma di Mendatica.

"TORTINO DI PATATE". Ingredienti per 6 persone: 1kg di patate,( meglio se sono le quarantine) , 2 spicchi d'aglio, 1 ciuffo di prezzemolo, 1 ciuffo di maggiorana, 4 uova, 1 etto di formaggio grattugiato e olio extravergine di oliva q.b. Bollire le patate con la pelle. Spellarle e schiacciarle, amalgamarle bene con un trito di aglio, prezzemolo, maggiorana, uova, formaggio grattato e olio. Ungere una teglia, stendervi il composto bene amalgamato ed infornare per circa mezz'ora a 180 gradi.

UN PIATTO PER OGNI FESTA: Grazie a Federica Terrile, consigliera del direttivo dell'Associazione, che ci consegna una ricerca sulle tradizioni culinarie dei nostri Vecchi, tradizione dei piatti che era doverosamente eseguita nelle feste comandate. Alleghiamo questa ricerca in questa pagina della cucina:

"NATALE", che per molto tempo coincide con il Capodanno, è la festa per eccellenza festeggiata al massimo delle possibilità anche del popolo. Dopo il digiuno della vigilia , si apriva il pranzo con i "Natalini in brodo" arricchiti di palline di salsiccia, seguiti dal Cappone, Tacchino, Fritti nell'ostia, "Berodi", Radici e Scorzonera, per arrivare al gran finale del "Pandoce" (il rametto di alloro conficcato nel centro che andava bruciato e la prima fetta tagliata dal più vecchio che ne metteva in bocca una briciola al più piccolo). Frutta secca e fresca, Canditi, Confetti colorati e Anicini da "Tocchè in to vin". Non si fa cenno ad antipasti. Secondo la tradizione del ponente dovrebbe essere il più giovane della famiglia a portare a tavola il pandolce,terminato il pranzo, togliendone dalla cima un rametto di alloro simbolo di benessere e fortuna.(Nel Sanremese avevail nome di "Pan du Bambin". Il capo famiglia tagliava solennemente il pandolce,la prima fetta era destinata alla Mamma"per l'assaggio" . Poi leggeva le letterine dei bimbi che gli avevano messo sotto il piatto ed i bimbi recitavano la classica poesia stando in piedi sulla sedia. Finalmente il pandolce veniva distribuito a tutti i coinvitati, tranne una fetta che, avvolta in un tovagliolo, veniva messa da parte per essere mangiata il 3 febbraio, giorno di S.Biagio, protettore della gola. Ecco la poesia: Vitta lunga con sto' pan!--Prego a tutti tanta salute--comme ancheu, comme duman--affettalu chi assettae--da mangialu in santa paxe--co-i figgeu grandi e piccin,--co-i parenti e coi vexin--tutti i anni che vegnià-n--cumme spero Dio vurrià.

"CAPODANNO" Inportanti gli auguri ed i presagi anche nel pranzo: no in tavola a galli e galline, che razzolando, disperdono il cibo che significa"dissipare". Si al maiale, che col grugno ammucchia il cibo, che significa" aumentare ricchezza".

"EPIFANIA" Era questa giornata la "Pasquetta", non il lunedì di Pasqua! E' d'obbligo la "lasagnata", lasagne condite a piacere, ma lasagne.

"S.GIIUSEPPE". La tradizione dei "friscieu", tradizione che è rimasta anche ai giorni nostri.

"PASQUA". Le "Lattuge ripiene", in brodo o asciutte con il sughetto di pomodoro, aprivano il pranzo. Oggi sono scomparse perchè troppo laboriose, ma veramente squisite, (a parte pubblicheremo la ricetta). Oltre al classico Agnello, la Cima, e la Torta Pasqualina con la cupola di sfoglie vaporose, (alcune massaie usavano coprirla con trentatrè di sfoglie, come gli anni di Cristo.) e le iniziali del capo famiglia incise sul bordo. Insalata e uova sode. Il dolce era il "Cavagnin" (ormai dimenticato ), cosparso di minuscoli confettini colorati, "Semensin" con l'uovo sodo nel centro.

"LUNEDÌ DELL'ANGELO". Giorno consacrato alle gite sui prati, il cosiddetto "Merendino" dove si mangiava gli avanzi di Pasqua", fra i quali la regina era la cima frita.

"S.GIOVANNI BATTISTA". Patrono della città di Genova e festa dei "Bacicia". La sera della vigilia erano d'obbligo i magici falò dove noi ragazzi si gridava : "U l'è ci bello u me che u te". Era d'obbligo la scorpiata di lumache.