

Cronisti in classe 2025 **QN LA NAZIONE**

Viaggio nella cucina spezzina racconti di tradizione e memoria

Intervista sulla tavola a Piero e Lina, due 90enni custodi dei sapori antichi della Spezia
CLASSI 2B E 3E DELLA SCUOLA MEDIA SALVO D'ACQUISTO DI FOLLO

Seduti a un tavolo di legno consumato dagli anni, Piero 90 anni, e Lina 96, ci accolgono con la cordialità di chi ha vissuto una vita semplice ma ricca di storie e sapori autentici. La loro memoria è un tesoro di ricette che narrano una cucina spezzina fatta di ingredienti poveri e genuini, fortemente legati alla terra e al mare: essi raccontano la vita dei pescatori, dei contadini e dei pastori che da sempre hanno abitato questa zona. «Una volta si mangiava quello che il territorio offriva, senza sprechi» racconta Lina, ricordando di quando in famiglia si metteva in tavola la polenta con i cavoli neri o la mes-ciùa, la zuppa tipica della Spezia composta da fagioli, ceci e grano conditi con un filo d'olio. «Un altro piatto che non mancava mai sulle tavole la mattina», incalza Piero, «erano le focaccine di granoturco da mangiare nel latte. Quando uscivano dal forno a legna avevano un profumo che faceva venire fame a tutti» continua Piero con un sorriso nostalgico. La farina di castagne, oltre a quella di granoturco, ci raccontano fosse un ingrediente abituale nella cucina tradizionale spezzina grazie alla sua semplice reperibilità, infatti si prestava alla preparazione di varie ricette quali il castagnaccio e i cian, un piatto simile alle attuali crêpe composto semplicemente da acqua e farina di castagne che veniva mangiato



L'intervista nel disegno degli alunni della 3E

sia con ingredienti salati che dolci. «Se la terra offriva legumi e farine, il mare dava il suo contributo alla cucina tradizionale con ciò che veniva chiamato» racconta Lina «il mangiare dei poveri» ovvero lo stoccafisso. «Questo era il cibo delle feste» ci tiene a precisare Piero «perché lo stoccafisso si conservava a lungo e poteva essere comprato con largo anticipo». Questo piatto è rimasto un punto fermo della tradizione culinaria spezzina; in passato, come ci racconta la coppia, veniva cucinato con sole patate a differenza dei tempi attuali dove la ricetta è stata

rivisitata con l'aggiunta di olive e pomodori. Piero e Lina arricchiscono la loro testimonianza raccontandoci di altri piatti della tradizione presenti sulle tavole delle famiglie spezzine più benestanti come i muscoli ripieni, il polpo alla marinara e la spongata, un dolce ripieno di marmellata di mele cotogne e spezie. E così, tra un ricordo e una risata, questi due testimoni del tempo ci hanno regalato un pezzo della loro memoria, ricordandoci che la vera cucina non sta solo nelle ricette, ma nelle mani, nei racconti e nel cuore di chi le tramanda.

MEDIA DI FOLLO

La redazione in classe

In redazione gli alunni della media Salvo D'Acquisto di Follo. 2B, Ambrosini Marianna, Amico Ivan, Atif Rayan, Bertagna Cesare, Burri Cristian, Camicioli Gianluca, Carannante Maya, Cardomani Pietro, Casali Edoardo, Cresci Caterina, Farik Imrane, Guelfi Luca, Guerrazzi Christian, Lecci Nora Carolina, Manelli Ginevra, Mariduenza Garcia Brayan Alejandro, Pasquarelli Ginevra, Pisano Michele, Rodaro Eleonora, Schianchi Jacopo, Serra Gabriel, Saldone Edoardo, Spano Asia, Sturlese Iliara Francesca, Torracca Cristian. 3E, Alghisi Angelica, Angeletti Federico, Cagnola Tommaso, Capurro Giorgia, Chella Virginia, De Angelis Cristian, Di Piro Davide, El Omari Rayan, Ferrari Isabella, Larocca Jacopo, Manciaracina Cleandro, Musso Ruben, Novellino Emanuele, Prestigiacomino Noemi, Puccini Lorenzo, Punzo Mario, Resaz Alessandro, Torracca Michele, Valle Isabella, Villani Thomas. Docenti tutor Laura Giannelloni, Debora Landi. Dirigente scolastico Marcello Lupo.



L'articolo di approfondimento della 2B

Panigacci e testaroli: una specialità dall'antica origine

Viaggio tra gusto e tradizione della nostra zona

Tra le specialità della nostra zona ci sono i testaroli e i panigacci, che a volte vengono confusi. Qual la differenza? L'impasto è lo stesso, la preparazione è differente: i panigacci, che si presentano come piccole focaccine rotonde e piatte morbide dentro e croccanti fuori, vengono cotti nei testi, piatti di terracotta impilati uno sopra l'altro e scaldati sul fuoco di un camino per circa cinque minuti, mentre i testaroli sono più morbidi perché vengono bolliti. Gli ingredienti per quattro persone so-

no: 300 gr di farina, 150 ml di acqua e un cucchiaino di sale. I panigacci solitamente sono accompagnati da salumi e formaggi morbidi, come stracchino e gorgonzola; invece i testaroli, serviti interi o a losanghe, sono conditi con pesto alla genovese, sugo di funghi, con olio e parmigiano. Da cosa derivano i nomi? Il termine panigaccio deriva probabilmente dal nome del cereale usato nell'antichità, panicum italicum, oppure da panis, cioè pane in latino, e gacio, che in greco significa vicino,

proprio perché i dischi vengono cotti uno sopra l'altro; il termine testarolo deriva da testo, il recipiente dove viene cotto. Una variante può essere con farina di castagne, molto diffusa nella nostra zona. Questi piatti hanno umili origini, affondando le radici nella cultura contadina della Toscana del 1300, diffusa in particolare in Lunigiana, ma alcuni affermano che possano risalire addirittura all'epoca romana. Dove gustarli? Vi consigliamo di recarvi in Valdurasca oppure a Podenzana.

