



**www.sarzanaospitale.it**

---

## **PRODOTTI A DENOMINAZIONE DI ORIGINE**

Prodotti previsti nella strada dei sapori **‘Dal Vara al Magra’**

Elenco delle denominazioni:

- DOC Vino Colli di LUNI (Vermentino, Bianco, Rosso)
- IGT GOLFO DEI POETI (Rosso, Bianco, Rosato, Pssito)
- DOP Olio Extravergine di Oliva Riviera Ligure – Riviera di Levante

## **PRODOTTI CHE COMPAGNONO NELL’ATLANTE REGIONALE DEI PRODOTTI TRADIZIONALI ‘PRODOTTI DI LIGURIA’ (ai sensi dei Dd. l.vi 173/98 e 350/99)**

### **SPECI VEGETALI FRUTTICOLE**

#### **PESCO BIRINDELLA**

##### Caratteristiche del prodotto:

La pianta presenta altezza variabile e se lasciata crescere, arriva ad altezze di 4-5 metri. Il tronco è liscio con rami verdognoli che diventano rossastri se esposti al sole. Le foglie sono lanceolate, verdi nella pagina superiore e grigie in quella inferiore, con margine seghettato. Il frutto è una drupa di forma tondeggianti, divisa da un solco profondo e rivestita della caratteristica della peluria (tomento). La polpa è di colore bianco e presenta una buona consistenza, meno aderente al nocciolo rispetto alle comuni varietà commerciali. L’aroma e il sapore sono veramente unici. Il motivo principale per il quale sulle nostre tavole la pesca Birindella è andata nel tempo scomparendo e legato soprattutto alla sua scarsa conservabilità.

Brevi note di coltivazione:

Ecotipo della bassa Val di Magra, è un albero da frutto a maturazione estiva tendenzialmente tardiva.

## **SUSINA MASSINA**

Caratteristiche del prodotto:

Varietà da frutto, tipica della Val di Magra, la susina Massina appartiene alla famiglia delle *Drupacee*, genere *Prunus*. La pianta di questo delizioso frutto ha portamento assurgente con rami eretti. Le foglie, di piccole dimensioni, si presentano di forma ovale e consistenza coriacea, con una certa tomentosità nella pagina inferiore. Il frutto è rappresentato da una drupa di colore violaceo e di medie dimensioni. La polpa, consistente e soda, rende questa susina resistente alle manipolazioni e al trasporto.

Brevi note di coltivazione:

Di facile propagazione attraverso i polloni radicati, come metodo per la moltiplicazione può essere utilizzato anche l'innesto. La pianta è molto rustica e adattabile anche a terreni compatti, argillosi e calcarei; inoltre risulta piuttosto tollerante all'elevata umidità ma non ai ristagni idrici in quanto ha un apparato radicale piuttosto superficiale.

## **CILIEGIO DURONE SARZANESE**

Caratteristiche del prodotto:

Pianta da frutto a maturazione primaverile, appartiene alle *Drupacee*, genere *Prunus*, specie *cerasus*. L'albero, di grandi dimensioni, allo stato adulto può raggiungere anche i 15-20 metri. Le foglie sono ovali e seghettate. Il frutto è una drupa di colore rosso scuro, lucido e di aspetto attraente. La polpa dolce e croccante, aderisce al nocciolo.

Brevi note di coltivazione:

Per la propagazione vengono utilizzati come portainnesti il franco, il selvatico di monte o il *Prunus mahaleb*, meno vigoroso del franco e meno esigente in fatto di terreno. Produce su dardi a mazzetto. Sensibile a freddi invernali e alle gelate tardive, il Durone sarzanese richiede terreni freschi, permeabili e profondi. In occasione di squilibri idrici concomitanti con la raccolta, si può verificare il cracking (spacco) della drupa con lacerazione della buccia e della polpa.

## **CONFETTURA DI FRUTTA**

Caratteristiche del prodotto:

L'entroterra e la zona montana della Liguria sono da sempre area di produzione di frutti spontanei e molte aziende delle valli liguri producono confetture di vario tipo.

Come viene lavorato:

Per un chilo di frutta, ci vogliono circa 800 g. di zucchero. Si fa cuocere la frutta assieme allo zucchero mescolando sino ad ottenere una consistenza gelatinosa. La marmellata si versa nei vasi quando è ancora calda e si chiude ermeticamente. Le confetture generano solitamente un ambiente acido e quindi non necessitano di particolari trattamenti termici, anche se è buona regola una sterilizzazione a bagnomaria. I vasi sterilizzati vanno posti in luogo fresco e buio per la conservazione. La preparazione della gelatina si ottiene da succo e non dalla polpa a differenza delle confetture.

## **SPECI VEGETALI ORTICOLE**

### **ZUCCHINO ALBERELLO DI SARZANA**

#### Caratteristiche del prodotto:

Lo zucchini "Alberello di Sarzana" è una coltivazione con frutti allungati di colore verde chiaro, simile per forma e dimensioni al "Genovese".

#### Brevi note di coltivazione:

Tra le Cucurbitacee, lo zucchini si può considerare la specie termicamente meno esigente in quanto la produzione può anche essere costituita dai soli fiori femminili non ancora fecondati che vengono raccolti entro uno o due giorni. La semina si esegue a postarella, alla distanza di 1-1,2 m tra le file e 0,5-1 m lungo le file. Le densità di piante per unità di superficie nel cultivar con portamento ad alberello, coltivate in serra, varia tra 1,5 e 2 piante per mq, disposte su file binate (su un'unica aiuola sono presenti due file di piante) e con sostegno.

### **FAGIOLO LUPINARO**

#### Caratteristiche del prodotto:

Pianta rampicante caratterizzata da un'elevata vigoria. Seme di colorazione marrone chiaro con un' aureola di colore più scuro in corrispondenza del punto di attacco sulla placenta. Ha la buccia sottile e una polpa del sapore e dalla consistenza delicata. Predilige il clima temperato fresco, perché temperature troppo alte possono provocare la morte dei fiori ma, per contro, soffre gelate tardive e bruschi sbalzi termici.

#### Brevi note di coltivazione:

Viene seminato nel mese di maggio e raccolto ad agosto. In primavera i fagioli sono seminati in solchi; quando le piantine raggiungono l'altezza di 10-15 cm, si posizionano le "rame" per consentire alle piante di arrampicarsi e crescere robuste. L'irrigazione non deve essere né troppo frequente, né abbondante, in quanto questo tipo di fagioli non tollerano ristagni idrici. Non sono necessarie particolari concimazioni, può essere sufficiente la rotazione delle colture. Le piante fioriscono nel mese di luglio e, a distanza di un mese, il fagiolo arriva a maturazione. L'essiccazione avviene in gran parte quando il baccello è ancora attaccato alla pianta e viene ultimata lasciando i fagioli sgranati sui terrazzi

esposti al sole. La conservazione avviene in sacchetti o contenitori in vetro tenuti in luoghi freschi, asciutti e lontano dalla luce.

## **PRODOTTI DI ORIGINE ANIMALE**

### **LATTE FRESCO DI MARINELLA DI SARZANA**

#### Caratteristiche del prodotto:

Latte pastorizzato fresco di alta qualità per uso alimentare, parzialmente scremato, viene prodotto in provincia della Spezia nella Fattoria di Marinella di Sarzana da bovine allevate in loco. Il mercato di sbocco è quasi interamente locale ed avviene attraverso il canale del piccolo dettaglio tradizionale e della grande distribuzione della zona.

#### Come viene lavorato:

Il latte è prodotto da bovini di razza Frisona. La lavorazione, la pastorizzazione e il confezionamento avviene nella stessa notte del conferimento. Successivamente il prodotto viene avviato ai centri di vendita. Il prodotto deve la sua tradizionalità alla percentuale di latte locale presente.

### **MIELE DELLA LIGURIA**

#### Caratteristiche del prodotto:

Frutto dell'infaticabile lavoro dell'ape, il miele è uno degli alimenti più genuini che possa esistere in quanto non necessita di alcun trattamento né per la produzione né per la conservazione. I mieli tipici, prodotti dal nettare della flora del nostro entroterra, sono quelli di castagno, di erica, di corbezzolo, di millefiori. La qualità del miele varia a seconda della flora mellifera bottinaia delle api. Il colore del miele da acacia è giallo chiaro paglierino, quello derivato dal castagno è ambrato, il millefiori varia da tonalità chiara a scura a seconda della presenza di melata. Così come il colore anche il gusto varia: per esempio il miele di castagno risulta tendenzialmente più amaro di quello di acacia o di millefiori.

#### Come viene lavorato:

Il miele viene prelevato dall'alveare utilizzando la tecnica dell'affumicamento. La pratica consiste nel creare del fumo in prossimità dell'alveare, in modo che le api, per allontanarlo, scendono nella parte bassa della loro dimora ad agitare le ali dando così la possibilità all'operatore di asportare i telai con il miele. I telai, tolti dalle arnie, vengono discopercolati con un apposito attrezzo simile ad un coltello e posti in una macchina che funziona come una centrifuga (smielatrice). Il miele così recuperato, viene filtrato, fatto decantare ed invasettato. Dai favi vuoti si recupera la cera con la quale verranno costruiti nuovi stampi di celle.

## **SALUMI E MACELLERIA**

## **SALCICCIA FRESCA**

### Caratteristiche del prodotto:

Insaccato o salme di carne suino a forma cilindrica del diametro di 2-3 cm, impastato a grana media, con una percentuale di grasso del 15-16%; l'impasto è salato e generalmente non troppo speziato. Salume tendenzialmente magro rispetto a quello di altre regioni. Si consuma alla piastra o saltato in padella, bucherellando il budello per farne uscire parte del grasso. Il prodotto generalmente è consumato solo cotto.

### Come viene lavorato:

La tecnica di lavorazione per le salicce è simile a quella seguita per il salame. La percentuale di grasso è però maggiore. Le carni suine grasse e magre vengono, a volte, impastate con uguale quantità di carni bovine magre e insaccate nel budello naturale. Le parti magre vengono macinate più finemente. La percentuale di grasso, che è intorno al 15-16%, caratterizza il prodotto ligure tanto da renderlo meno pesante ed assai digeribile.

## **COPPA**

### Caratteristiche del prodotto:

Prodotto di salumeria composto di carne suina; forma cilindrica, leggermente più sottile alle estremità, lungo circa 30 cm con un diametro di 10 cm. Al taglio la fetta si presenta di colore rosso nelle parti mazzate, bianco rosato.

### Come viene lavorato:

La coppa si ottiene dalla lavorazione dei muscoli della regione cervicale superiore del maiale. Il processo di lavorazione inizia con la salagione a secco utilizzando miscele di sale, aromi naturali e spezie quali il pepe, la cannella, noce moscata e chiodi di garofano. Il composto viene messo nel budello e legato. Segue quindi la fase di asciugatura al cui termine avviene la comparsa della classica "fioritura". In seguito si passa alla stagionatura che si protrae per un periodo che varia dai 3 ai 6 mesi dalla data dell'avvenuta salatura.

## **PANCETTA**

### Caratteristiche del prodotto:

Il prodotto è un insaccato di maiale, lungo circa 40 cm con un diametro di 15 cm circa.

### Come viene lavorato:

La carne di maiale, e più precisamente la pancia con prevalenza di grasso, viene salata e condita con limone e spezie. La pancetta viene quindi ricoperta della cotica oppure da una particolare pelle che si trova nell'intestino del maiale. Una volta legata, viene fatta stagionare per almeno 3 mesi.

## **TESTA IN CASSETTA O SOPPRESSATA**

#### Caratteristiche del prodotto:

In Liguria la testa in cassetta , nota anche come “soppressata”, indica un salame confezionato cola lingua, il grasso, le cotiche e la cartilagine della testa del maiale. Il composto viene cotto in calderoni e risposto in stampi. Al taglio, la fetta si presenta costituita da diversi colori che vanno dal bianco rosato al rosso. Il profumo e il gusto riprendono entrambi il gusto delle spezie usate.

#### Come viene lavorato:

La testa in cassetta è un salume costituito da varie parti di frattaglie fra le quali anche il guanciaie, lingua e cotenne. La testa di suino viene fatta bollire con aromi, quando è cotta si disossa, si taglia con il coltello e si mette l'impasto in appositi stampi di legno a forma di bauletto:da qui il nome testa in cassetta. Si lascia così per alcuni giorni; si consuma tagliata a fette.

### **SANGUINACCIO**

#### Caratteristiche del prodotto

Salamino di animelle e sangue di maiale. Il “berodo”, tradizionalmente consumato nel periodo natalizio, periodo in cui si uccideva il maiale, è un insaccato costituito al sangue unito o no alle frattaglie suine cotte. Si presenta di colore marrone e solitamente viene confezionato in salamini da 200 grammi circa. Si consuma rosolato in padella con cipolla.

#### Come viene lavorato:

Il sangue di maiale, mescolato in parti uguali con latte fresco viene condito con pinoli, sale, pepe e/o animelle (tessuto connettivo). Si insacca il tutto nel budello di maiale e viene legato con spago. Dopo che è stato sottoposto a cottura, il berodo viene fatto raffreddare a temperatura ambiente, prima di metterlo in frigorifero.

### **CIMA**

#### Come si prepara:

Ingredienti: tasca di pancia di vitello, animella, cervella, poppa (i testicoli e la poppa possono essere sostituiti con carne di maiale), uova, aglio, funghi secchi , polpa di vitello, schienale, burro, formaggio, piselli, brodo, sale.

Procedimento: lavare, riempire d'acqua la sacca per vedere se ci sono falle e asciugare bene.

Far rosolare con il burro tutta la carne e quasi al termine aggiungere le animelle e la cervella. Quindi tagliare il tutto a pezzetti. Versare in una zuppiera i piselli (una variante utilizza le coste di bietola), i pinoli, uno spicchio di aglio schiacciato, la maggiorana, i funghi ammollati, sale e spezie, abbondante formaggio grattugiato e le uova sbattute o anche intere. Aggiungere la carne sminuzzata e amalgamare il tutto. Riempire con il composto ottenuto la tasca di vitello fino a tre quarti.

Cucire con spago sottile e ago. Pungere su ambo i lati e far cuocere in acqua con carota, cipolla, sedano per circa tre ore.

## **PASTICCERIA**

### **SPUNGATA**

#### Caratteristiche del prodotto:

Dolce di forma rotonda con aspetto spugnoso: nella parte superiore bucherellato ed irregolare. Sfoglia di colore crema con glassatura superficiale.

#### Come viene lavorato:

Ingredienti: 400 g. di farina, 250 g. di miele, 250 g. di noci, 200 g. di zucchero, 2 bicchieri di vino bianco, 100 g. di fette biscottate (facoltativo), 100 g. di burro, 75 g. di mandorle, 75 g. di nocciole, 75 g. di noci, 50 g. di uvetta, 50 g. di pinoli, 50 g. di cedro candito, 50 g. di scorza di arancia candita, mele e pere cotte al forno, 50 g. di zucchero a velo, 50 g. di pinoli, 1 cucchiaio di liquore, spezie, sale.

Preparazione: pelare le mandorle immergendole in acqua calda, rompere finemente le fette biscottate. Tostare le nocciole poi pestarle insieme alle noci. Ammorbidire l'uvetta in acqua tiepida. Tagliare il cedro e la scorza d'arancia. Pestare nel mortaio le mandorle unite ad altrettanto zucchero e ai pinoli. In una casseruola portare a ebollizione il miele e parte del vino. Amalgamare il tutto, spruzzare il liquore spolverizzare di spezie. Lasciar riposare per almeno un giorno.

Preparare la pasta con la farina, lo zucchero e un pizzico di sale, il burro fuso e il restante vino. Lasciare riposare per almeno 30 minuti.

Stender la pasta sfoglia da cui si ricavano due strati. Vengono utilizzate delle forme rotonde in legno di varie dimensioni sulle quali si adagia il primo strato di pasta sfoglia, sopra a questo il composto e poi l'altro strato di pasta sfoglia.

Con un 'compasso' le estremità delle due sfoglie si saldano mantenendo all'interno il ripieno. Sulla sfoglia superiore si pone della glassa e si bucherella per facilitarne la cottura interna. Il dolce così ottenuto si pone in forno a 200° C per 30-40 minuti. Una volta freddo spolverizzarlo di zucchero a velo.

Prima di consumarlo si consiglia di porlo in forno a 100° C per qualche minuto in modo da ammorbidire il ripieno e rendere più croccante la sfoglia.

### **BUCCELATO**

#### Caratteristiche del prodotto:

Torta dolce da forno a forma di ciambella rotonda con foro centrale, del diametro di 25 cm. circa e dallo spessore di 5 o 6 cm.

#### Come viene lavorato:

Ingredienti: 500 g. di farina, 150 di zucchero, 1 bicchiere di latte, 50 g di burro, lievito, essenza di limone e fior d'arancio. Alcuni aggiungono 50 g di uvetta, 50 g di gherigli di noci, 20 g di pinoli. Lavorazione: unire tutti gli ingredienti fino a formare un impasto morbido che viene messo a lievitare per alcune ore. Successivamente si rimpasta in pani da mezzo chilo e viene lasciato

riposare, si spennella con rosso d'uovo e zucchero dopo averlo versato in una forma a ciambella. Viene lasciato ancora lievitare e cotto per 40 minuti.

## **FOCACCIA DOLCE SARZANESE**

### Caratteristiche del prodotto:

Dolce di forma rotonda con diametro di 20 cm, ricco di nocciole e di noci.

### Come viene lavorato:

Ingredienti: 500 g. di farina, 150 g, zucchero, 150 g. zibibbo, 100 g. noci e nocciole sgusciate, 150 g. semi di anice, vino bianco (un bicchiere), olio d'oliva, 50 g. lievito di birra, 40 g. sale, vino e zucchero.

Mettere in una terrina farina, uovo, sale, zucchero, bicchierino di anice, vino e lievito, sciolto in acqua tiepida; amalgamare bene, aggiungere l'olio e lo zucchero rimanente. Completare l'impasto con lo zibibbo, i semi di anice, le noci e le nocciole tritate. Lavorare bene, dare la forma di una pagnotta e lasciare al caldo per almeno tre ore. Sciogliere lo zucchero nel vino e spennellare la focaccia. Cuocere in forno, meglio se a legna, per circa un'ora a 180°C. La focaccia si serve fredda, accompagnata da un buon vino dolce.

## **PRODOTTI DA FORNO**

### **FARINATA DI CECI**

#### Come viene lavorato:

Ingredienti: 300 g di farina di grano tenero, acqua, sale. Lavorazione: stemperare in acqua tiepida la farina rimestando accuratamente con una frusta o un cucchiaio di legno. Salare leggermente. Continuare a mescolare onde evitare grumi. Il composto così ottenuto deve risultare abbastanza liquido. Lasciare riposare per almeno 2 ore. Quindi raccogliere con un cucchiaio la schiuma eventuale che si può formare in superficie e, se necessario, passare al colino per eliminare grumi. Versare la pastella in una teglia di rame stagnato largo circa 50 cm ed alta non più di 3 cm, in cui si è versato il bicchiere d'olio; mescolare ancora per unire gli ingredienti ed infornare per 10-15 minuti. E' importante che il livello del composto sia uniforme nella teglia onde evitare ispessimenti che comprometterebbero il risultato. Il calore del forno a legna sarà sufficiente a rendere velocemente croccante e dorata la farina.

### **TORTA SCEMA**

#### Caratteristiche del prodotto:

E' una torta di riso cucinata con ingredienti poveri e con l'utilizzo di poco sale, per questo detta "scema". Si presenta rotonda con un diametro di circa 40 cm e viene cotta in una teglia di rame stagnato nel forno a legna.

#### Come viene lavorato:

Ingredienti: 250 g di riso, 100 g di farina, un bicchiere di acqua, 2 cucchiaini d'olio di oliva, pan grattato, sale. Preparazione : Portare a bollire un litro di acqua, versarvi il riso con un po' di sale e fare cuocere per circa 15 minuti. A cottura ultimata, lasciarlo intiepidire nella sua acqua. Preparare intanto una pastella con la farina, l'acqua, l'olio di oliva e un pizzico di sale. Ungere la teglia con olio di oliva, versarvi la pastella e quindi il riso.

Pareggiare bene sino ad ottenere una superficie liscia. Ricoprire con il pane grattato e versare sopra un giro d'olio.

Cuocere in forno a 200° C per circa un'ora. La cottura ideale è nel forno a legna, con brace ardente, ma quando la legna è già bruciata

## **PIATTI TIPICI LOCALI**

### **SCARPAZZA**

#### Caratteristiche del prodotto:

Torta di erbetti il cui ripieno è costituito da una miscellanea di verdure, coltivate e spontanee, caratteristica del periodo natalizio.

#### Come si prepara:

Procedimento per la sfoglia: farina (200 g.), olio (due cucchiaini), acqua (un bicchiere) e un pizzico di sale

Procedimento per il ripieno: tagliare i porri a rondelle e farli rosolare per cinque minuti; aggiungere le erbe (sia coltivate che spontanee) e salarle. Sbattere a parte le uova, unire i porri, le erbe, il parmigiano, il pecorino grattugiato e amalgamare il tutto.

Versare l'impasto di verdure nella teglia foderata con la sfoglia, spianarlo e guarnire con striscioline di pasta come una crostata. Cuocere in forno per 40 minuti.

### **SGABEI**

#### Caratteristiche del prodotto:

Sono strisce di pasta, lievitata per circa un'ora in luogo caldo, della larghezza di circa 3 cm. e della lunghezza di circa 15 cm. Vengono fritti in olio extravergine di oliva e quando raggiungono la giusta doratura si servono caldi.

#### Come si prepara:

Ingredienti: 400 g. di farina, 20 g. di lievito di birra, sale, un bicchiere e mezzo d'acqua, mezzo litro di olio extravergine di oliva (per friggere).

Preparazione: setacciare la farina sulla spianatoia, disporla a fontana e versarvi al centro il lievito di birra precedentemente sciolto in acqua tiepida, acqua e sale.

Lasciare lievitare per un'ora circa, quindi stendere la pasta e tagliare a strisce della larghezza di cm. 3 e della lunghezza di 15 cm. circa.

Fare riposare per mezz'ora, poi friggere in olio caldo e abbondante,

Quando diventano dorati, sgocciolarli, asciugarli e servirli caldi aggiungendo sale.

## **CONDIMENTI**

### **PESTO**

Come si prepara:

Ingredienti: 4 mazzi di basilico, 40 g. di parmigiano, 20 g. di pecorino sardo, una manciata di pinoli, due spicchi di aglio, sale grosso. Lavare e fare asciugare le foglie di basilico, facendo attenzione a non schiacciarle. Porre l'aglio e qualche grano di sale grosso nel mortaio e pestare; aggiungere le foglie asciutte del basilico, i pinoli (c'è chi utilizza le noci), i due formaggi e lavorare il tutto, sino ad ottenere un composto omogeneo. Diluire con olio versato a filo. Versare in una terrina e, con un cucchiaino di legno, amalgamare.