

**1**  
 Rapallo  
 L'Hotel Riviera e il suo ristorante Gambèro, lo shop ParlaComeMangi, il Ristorante U Giancu

**2**  
 Rezzoaglio  
 Il Caseificio del San Ste

**3**  
 Borgonovo di Mezzanego  
 La Locanda del Ghibellino

**4**  
 Borzonasca  
 L'agricoltura e l'allevamento bio di Anidagri

**5**  
 Ne  
 La Trattoria La Brinca e il Pastificio Artigianale Santa Rita

**6**  
 Sestri Levante  
 L'olio dell'Antico Frantoio Bo

**7**  
 Castiglione Chiavarese  
 L'Agriturismo Il Castagneto e i vini di Pino Gino

**8**  
 Moneglia  
 L'Hotel Abbadia San Giorgio e il Ristorante La Ruota



## IL TIGULLIO E IL SUO ENTROTERRA

# Profumi e sapori di erbe, verdure, funghi e olive

In Liguria, dietro al Golfo del Tigullio, c'è subito la montagna, suddivisa in un intrico di valli, scandite dai terrazzamenti lungo i pendii, l'unico terreno coltivabile strappato alla macchia e al bosco. Sulla Riviera di Levante in particolare la gente ha avuto vita tosta per sostentarsi e ha imparato, prima di rivolgersi al mare, a sfruttare erbe e ortaggi. Da qui una cucina intelligente e povera, saporita e parsimoniosa. Erbe in ogni stagione, poi verdure, funghi, noci e pinoli, olive e olio, castagne, frutti selvatici. E anche oggi la tradizione e l'attaccamento ai sapori d'un tempo non troppo lontano restano vivissimi. Due i capolavori regionali: il pesto di basilico e la torta pasqualina che annuncia la fine dell'inverno. Poi la focaccia, i ravioli con le erbe, la **prescinsoèua**, uno strano formaggio autoctono, le torte salate di carciofi e d'ogni verdura e il **prebugiun**, piatto nullatenente e geniale. Il pesce è presente in modo sporadico ma intenso. In quest'ultimo spicchio orientale del genovesato troviamo olio squisito e un vino raro, il moscato del Tigullio, alcuni formaggi da piena lode e il talento di qualche ristoratore entrato nei manuali della gastronomia per non aver dimenticato i piatti dei tempi duri.



## 1 RAPALLO

### L'hotel di Hemingway

Un micio sotto la pioggia e una signora americana che lo vuole portare all'asciutto: uno dei racconti di Ernest Hemingway è un bozzetto ligure ambientato all'**Hotel Riviera**. L'albergo offre verande luminose e l'accoglienza della famiglia Gambèro. Il ristorante, **Il Gambèro** ovviamente, sfoggia cucina marina firmata da Luca Montina che eccelle nel cappon magro, connubio di verdure e pesce. Cena a 35 €, doppia da 98 €.

Guido Porrati è un giovanotto che ha "pescato" cose buone ovunque, e le vende a **ParlaComeMangi**. Da segnalare i formaggi di capra conservati sottoceneri di San Massimo di Rapallo e un salume, la testa in cassetta di Castiglione Chiavarese. Fausto Oneto si veste con mille tonalità e indossa scarpe dai colori spaiati, ma in cucina ci sa fare. Nel suo **ristorante U Giancu**, un'apoteosi del fumetto tra strip di Topolino e Corto Maltese, sfilano ravioli d'erbe e fiori o asparagi e carciofi, salvia, borragine e sambuco fritti, gallo ruspante alle erbe e patate e stoccafisso accomodato. Conto 45 €.

## 2 REZZOAGLIO

### Il miracolo del formaggio di Santo Stefano

Bisogna aver fede e amare le curve per arrivare sin qui, a quasi 1.000 metri sul livello del mare, tra i boschi della selvaggia val d'Aveto. Ma i prodotti del **Caseificio Val d'Aveto** sono eccellenti. Su tutti il San Ste: è un formaggio a pasta morbida, fatto con latte crudo saporito nei suoi tre tempi di stagionatura; poi ci sono le scamorze bianche e affumicate, i vasetti di *prescinsoèua* - cagliata fresca leggermente acidula, senza la quale molti piatti sarebbero meno interessanti -, il *sorazzu* o ricotta, la vellutata crescenza della Val d'Aveto e i tomini.

## 3 BORGONOVO LIGURE DI MEZZANEGO

### Funghi, carciofi e zucchine nel piccolo castello della valle Sturla

Un tempo era davvero un piccolo maniero che serrava la strada della valle Sturla; oggi è un edificio merlato e un po' malconcio, con un'arcata sotto la quale transitano le auto. La **Locanda del Ghibellino** è un locale con bella grafica moderna alle pareti, dove gustare funghi, carciofi che farciscono ravioli o condiscono taglierini in alternativa alle ortiche, pappardelle allo zafferano e fiori di zucchini, la torta pasqualina, la trippa alla genovese, l'agnello fritto con carciofi, il baccalà con cipolle e pomodorini. Lo chef è Andrea Aimi, i patron Maura e Pino Iaia. Conto da 35 €.

1. Scorcio del lungomare di Rapallo in notturna.
2. L'ottimo cappon magro del Gambèro, il ristorante dell'Hotel Riviera.
3. L'ultimo tocco di Luca

Montina alle sue trofie al pesto. 4. Testa in cassetta di Castiglione Chiavarese, pesto e formaggi di capra: si acquistano da ParlaComeMangi.

### Indirizzi...

**RAPALLO**  
**Hotel Riviera e**  
**Ristorante Il Gambèro**  
 Piazza IV Novembre 2,  
 0185/5.02.48

**ParlaComeMangi**  
 Via Mazzini 44,  
 0185/23.49.93,  
 www.parlacomemangi.com

**Ristorante U Giancu**  
 Via San Massimo,  
 0185/26.12.12,  
 www.ugiancu.it

**REZZOAGLIO**  
**Caseificio Val d'Aveto**  
 Via Rezzoaglio Inferiore 35,  
 0185/87.03.90,  
 www.caseificiovaldaveto.com