

IVG

La mezzetta di La Spezia, una specialità cucina prima delle fette di Savona

di **Stefano Pezzini**

13 Febbraio 2023 - 10:31

SAPORI LIGUSTICI

RICETTE DELLA NOSTRA TRADIZIONE



A CURA DI STEFANO PEZZINI

IVG.it Ge24.it

E' incredibile come, con gli stessi elementi, si possano creare piatti se non totalmente, almeno in gran parte differenti sotto il profilo del gusto! La Liguria, che ha una cucina fatta di pochi, ma eccellenti, prodotti, spicca in questa sorta di specialità, dove entrano in campo fantasia e sapienza.

Veniamo agli elementi di queste due ricette, una vanto di Savona, l'altra di La Spezia: farina di grano, farina di ceci, acqua, olio extravergine di oliva, sale, lievito. La panissa di ceci, fritta a fettine e messa in mezzo ad un morbido panino, a Savona diventa un grande classico, le "fette", cibo capace di sfamare generazioni di portuali e studenti fuori sede. In questa rubrica se n'è già parlato tempo fa. Non così di un vanto della cucina povera spezzina, la "mezzetta", molto diversa dalla cucina savonese. Vediamo perché.

A La Spezia la "mezzetta" ha gli stessi elementi, ma cotti in maniera differente. La farina di ceci, ad esempio, prende la forma della farinata, mentre la farina di grano diventa focaccia. Bella forza, dirà qualcuno, farinata e focaccia sono simboli della Liguria del gusto! Vero, ma a La Spezia li combinano assieme, in pratica la focaccia viene farcita di farinata! La proporzione è di 50 e 50, di qui il nome di "mezzetta". Detta così sarebbe nient'altro che un modo, un po' particolare, di mettere assieme due eccellenze di gusto, ma in effetti alle sue spalle la "mezzetta" ha una lunga e bella storia fatta di fame, necessità e poche palanche.

A La Spezia, nell'Arsenale, dove si costruivano imbarcazioni, arrivavano lavoratori da ogni dove, con paghe che certo non permettevano grandi abbuffate. Nella zona del porto le sciamadde che preparano farinata, focaccia, torte verdi sfamavano a prezzi popolari i lavoratori che, forse stufo di mangiare focaccia fredda, chiedevano "sinque citti de fugassa e sinque citti di fainà", in pratica una focaccia farcita non con salame o prosciutto, ma con la più umile (ma calda) farinata! Una tradizione che dura, oggi dettata dalla gola più che dalla necessità, magari accompagnata da un bicchiere di vermentino dei Colli di Luni!

"Sapori Ligustici" racconta i gusti, i sapori e le ricette della storia enogastronomica della Liguria. Una rubrica come ce ne sono tante, si potrà obiettare. Vero, ma diversa perché cercheremo di proporre non solo personaggi, locali e ricette di moda ma anche le particolarità, le curiosità, quello che, insomma, nutre non solo il corpo ma anche la mente con frammenti di passato, di cultura materiale, di sapori che si tramandano da generazioni. Pillole di gusto per palati ligustici, ogni lunedì: [clicca qui per leggere tutti gli articoli](#).