



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



BACIOCCA

Caratteristiche: La baciocca è una gustosa torta di patate a fette, cotta nel testo un piatto, composto da pochi elementi, semplici e sostanziosi, ma talmente gustoso da essere proposto oggi come antipasto in molti ristoranti attenti alle tradizioni. Alla sua base ci sono le patate quarantine che trovano la loro terra d'elezione sulla montagna genovese. Le caratteristiche di questa patata, dal gusto delicato e non farinoso, permettono di ottenere un'ottima torta salata. Fa da letto alla torta, durante la cottura, uno strato di foglie di castagno che, raccolte in estate direttamente dagli alberi, vengono legate in fasci e conservate. Prima di essere utilizzate devono però essere bagnate con acqua bollente e poste sotto un peso per distenderne i bordi.

Ingredienti: 1 kg di patate quarantine, 3 uova, formaggio parmigiano, 1 fetta di lardo, 1 spicchio d'aglio, prezzemolo, olio, burro, sale, pepe

Preparazione: affettare le patate finemente e porle in uno scolapasta con sale per circa 15 minuti; tritare il lardo, il prezzemolo, l'aglio, la cipolla; aggiungere il tutto alle patate ed insaporirle con il formaggio grattugiato. Porre quindi l'impasto sopra un tagliere di legno (turtà). Porre l'impasto in una sfoglia di pasta fatta di farina e acqua. Far scaldare con fuoco di legna per circa 20-30 minuti il testo. Far scivolare con cura l'impasto dal tagliere sulle foglie di castagno, coprire con la campana e lasciare per il tempo necessario alla cottura, circa 30 min., senza mai alzare la campana.

SOCIO: AGRITURISMO "CASA DEL BOSCO"
VIA VITTORIO VENETO, 1 A 16041 BORZONASCA (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



VERMENTINO GOLFO DEL TIGULLIO DOC

Abbinamenti gastronomici: Vino bianco secco adatto ad accompagnare una buona scelta di piatti, dagli antipasti di mare al minestrone alla genovese, lasagne al pesto, risotto con polpo, orata al forno con patate o al cartoccio.

Come servirlo e conservarlo: Deve essere servito ad una temperatura di 10°C, in bicchieri a calice di media grandezza con stelo alto. Dà il meglio di sé nel primo anno di vita. Deve essere conservato in posizione coricata ad una temperatura costante tra i 10° e i 14°C.

Caratteristiche: Colore giallo paglierino scarico; odore delicato, fresco e persistente, con sentori di erbe e fiori campestri e lieviti di muschio e "salmastro"; sapore secco, sapido, con delicata vena morbida, discretamente continuo e con piacevole vena amarognola. Alcolicità: 11-12%; acidità totale: 6,5-7,5 per mille.

Preparazione: Viene prodotto con le uve del vitigno omonimo per l'85%, mentre al restante 15% possono concorrere alla produzione altri vitigni a bacca di colore analogo, non aromatici, raccomandati o autorizzati per la provincia di Genova (Rollo, Pigato, Bosco, Albarola).

SOCIO: AZIENDA AGRICOLA LA RICOLLA
VIA GARIBALDI, 12 16040 NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



SARAZZU

Si tratta di una ricotta ottenuta dal siero del formaggio San Sté che non viene consumata subito, ma si sala e si lascia stagionare; in questo modo si poteva utilizzare il prodotto anche dopo parecchio tempo, visto che una volta non esistevano i frigoriferi.☒

Il *Sarazzu* si può utilizzare per la preparazione di altri piatti (come ad esempio i ripieni), si può consumare così come un formaggio stagionato oppure usarlo come condimento per la pasta; in passato si mangiava con la polenta.

Il termine *Sarazzu* discende dalle espressioni tardo latine *seracium*,

seracius, *seratium*, derivate a loro volta da *serum*, il siero di latte vaccino residuo della lavorazione casearia.☒

Termini e prodotti analoghi si hanno nella Savoia e nella Svizzera francese dove si produce una ricotta vaccina o caprina chiamata *Sérac* e in Piemonte e Valle d'Aosta, con il *Seiras*, un latticino spesso confuso con la ricotta data la grande affinità di lavorazione dei due prodotti.☒ Analoga origine ha l'italiano *Seracco*, formaggio bianco e compatto a forma di alto parallelepipedo.☒

SOCIO: CASEIFICIO VAL D'AVETO

VIA REZZOAGLIO INF.RE, 35 16048, REZZOAGLIO (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



FORMAGGIO SAN STE'

Quando parliamo di formaggi Liguri, il San Stè è sempre chiamato in causa, questo prodotto da lunga data è presente nel paniere dei prodotti d'eccellenza della regione.

Nella Val d'Aveto da sempre si produce formaggio di qualità, lo ricordano anche gli anziani che si recavano nelle Valli Sturla e Aveto per lavori stagionali di agricoltura.

La tecnica di produzione prevede l'uso del latte crudo ed intero, alla temperatura di 35°C viene addizionato con caglio di vitello. La cagliata viene rotta alla grandezza del chicco di riso, assemblata con la schiumarola ed

estratta mediante telo. Poi come da tradizione, viene aggiunto sale grosso e la cagliata schiacciata per favorire la fuoriuscita del siero. Successivamente è posta nelle fascere per 48 ore. A questo punto della lavorazione viene impressa sullo scalzo del formaggio la scritta San Stè tramite una banda di teflon punzonata. Si procede alla salatura a bagno di salamoia per 48 ore, dopo le forme vengono estratte, asciugate e poste su assi di legno nei locali di stagionatura.

Viene prodotto in forme cilindriche, ha una crosta giallo paglierino tendente al bruno ed una pasta giallognola.

SOCIO: CASEIFICIO VAL D'AVETO

VIA REZZOAGLIO INF.RE, 35 16048, REZZOAGLIO (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



PANOTTI

La particolarità di questo semplice piatto è quella che la farina gialla usata per l'impasto è ottenuta da un granturco di qualità antica detto "8 file", infatti è quello il numero di file di semi che si conta sulla pannocchia. Il mais viene macinato in un mulino ad acqua.

Ingredienti per 45/50 piccoli "panotti" o "micotti" (il nome varia a seconda della località)

- 1 Kg di farina gialla macinata fine
- 1 bicchiere di buon olio di oliva
- una bella cipolla tritata
- 1 etto di lardo o pancetta tritato
- 2 patate crude tagliate a cubetti
- sale q.b.
- acqua frizzante

Preparazione:

Si procede impastando il tutto e aggiungendo l'acqua poca per volta, finchè l'impasto risulta morbido ma ancora con una buona "consistenza", quindi con un cucchiaino se ne preleva tanto quanto un uovo e si dispone in un tegame allungando un pochino la forma. Al termine si infornano a circa 200° per 30/40 minuti, girandoli quando prendono colore.

Si possono servire sia come "pane" sia tiepidi accompagnati da salumi.

SOCIO: AGRITURISMO "A PRIA DE L'ORTO"
VIA SAMBUCETO, 40 16040, NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



CANESTRELLI DI SANTO STEFANO D'AVETO

Caratteristiche del prodotto: classico dolcetto, a forma di ciambella con foro centrale, ottimo a colazione ed ancora più appropriato a merenda con il tè o il vino dolce. Queste ciambelline di pasta frolla morbide e friabili si riconoscono per l'abbondanza di burro che offre un'indiscutibile bontà.☑

Ingredienti:

500 gr di farina
300 gr di burro
150 gr di zucchero
2 uova
zucchero a velo,
bicarbonato di ammonio,
latte.

Lavorazione: porre sulla madia la farina, unirvi lo zucchero, il burro ammorbidito, un pizzico di bicarbonato, i tuorli. Impastare con cura e lasciar riposare. L'impasto deve essere arrotolato e schiacciato a mano o a macchina, sino ad ottenere una sfoglia alta 1 cm. Con lo stampino si creano i canestrelli, che verranno poi spennellati con il latte ed infornati a 150 °, lasciati raffreddare e cosparsi di zucchero a velo.

SOCIO: PASTICCERIA CHIESA
VIA AL CASTELLO, 25 16049 SANTO STEFANO D'AVETO (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



TORTA MONTANINA

Ingredienti:

per la base pasta frolla

Per il ripieno:

Ricotta
Zucchero
Canditi
Nocciole
Mandorle
Uova

Questa torta di semplice preparazione esprime grazie all'utilizzo di ingredienti tipici locali un gusto particolarissimo, delicato ed equilibrato.

Altre prelibatezze della Pasticceria Chiesa:

pinolata e stellette



SOCIO: PASTICCERIA CHIESA
VIA AL CASTELLO, 25 16049 SANTO STEFANO D'AVETO (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



PINOLATA DI SANTO STEFANO D'AVETO

Caratteristiche del prodotto Preparazione: tritare le
Torta dolce da forno di forma mandorle non troppo finemente
rotonda avente un aspetto ed unirle allo zucchero. Montare
dorato con una superficie i tuorli a neve ed aggiungere un
ricoperta da pinoli. Lo strato pizzico di bicarbonato. Creare un
esterno è croccante mentre impasto omogeneo e sodo che
l'interno risulta morbido e dovrà essere versato sulla pasta
soffice. frolla in una teglia imburrata,
ricoprire il tutto con la pasta
frolla e cospargere la superficie
con i pinoli e lo zucchero
semolato. Infornare a 180 °C fino
a quando avrà raggiunto un
aspetto dorato.

Ingredienti: 50 gr di mandorle
dolci, 50 gr di mandorle amare, 2
bianchi d'uovo, un pizzico di
bicarbonato, 250 gr di zucchero,
200 gr di pinoli, burro.

SOCIO: BAR PASTICCERIA MARRÉ

VIA RAZZETTI, 30 16049 SANTO STEFANO D'AVETO (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



CASTAGNACCIO

Curiosità

Con la farina di castagne nei giorni di festa si preparava il castagnaccio, tipico e noto dolce dall'inconfondibile aroma che allietava il mese di novembre e non solo. A differenza della panella versione più semplice dello stesso prodotto, che era consumato quasi esclusivamente nelle zone montane, il castagnaccio era diffuso anche in città. Si trova ancora, a cominciare dai mesi autunnali, dai farinotti accanto alla farinata, alla panissa e alle torte di verdure.

Ingredienti: 300 gr di farina di castagne, 50 gr di pinoli, 100 gr di uvetta, semi di finocchio, olio, sale

Preparazione: stemperare la farina in una terrina ed unirvi l'acqua necessaria ad ottenere una pastella. Salare e versare in una teglia ben unta. Spargere sul composto l'uvetta, ammorbida in acqua tiepida, pinoli e semi di finocchio, irrorare d'olio e cuocere in forno a 190 °C fino a quando non si formeranno delle crepe sulla superficie.



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



TORTE DI VERDURA TORTA DI RISO

Curiosità:

Completamente assente la coltura del riso in Liguria, era però un importante merce di scambio per i fiorenti traffici più che un ingrediente di comuni piatti.

Caratteristiche: Il riso, unito a uova e parmigiano, dà vita al ripieno di questa semplice ma sostanziosa pietanza.

Preparazione:

Ingredienti: riso bollito fino a metà cottura, tolto dal fuoco.

A questo punto si aggiungono burro, olio e formaggio parmigiano. Quando il riso è freddo si aggiungono le uova (ogni 300 g di riso 4 uova). Si prepara la pasta sfoglia (farina, acqua, olio e sale) e, spianata, si pone su una teglia oliata, sopra alla quale si pone il composto di riso e s'inforna alla temperatura di 180°C per circa 30 minuti.

SOCIO: RIFUGIO A. DEVOTO
STRADA PROVINCIALE DEL BOCCO, 136 16046 MEZZANEGO



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



TESTAROLI AL PESTO

Ingredienti:

farina, sale, vino bianco, acqua

Curiosità e preparazione:

Nascono come sostituti del pane in quanto un tempo nelle famiglie era onnipresente il "soglio" o camino per riscaldare la cucina dove veniva inserita una campana sospesa detta "testo" utilizzata come la camera

compressa dell'attuale forno. Sulle braci venivano messi i "testetti" d'argilla resi incandescenti dal calore. Su questi veniva messa la pastella. Venivano poi posizionati uno sopra l'altro per la cottura del "testarolo". Si condiscono con olio e formaggio stagionato in casa o con pesto al mortaio.



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



RAVIOLI COL "TUCCU"

Caratteristiche: Pasta di farina di grano dalla classica forma quadrata-rettangolare il cui ripieno è a base di carne ma immancabile è la borragine e la maggiorana.

Preparazione: Ingredienti: per la pasta: 500 g di farina, 3 uova, acqua, sale. Per il ripieno: mezzo kg di manzo di vitello, 300 g di polpa di vitello, cervello di vitello, 50 g di schienali e ad una animella, 1 mazzo di borragini, 1 scarola, mollica di pane, maggiorana, sale, 4 uova.

Lavorazione: Prendere scarola e borragine e fare bollire 5 minuti, quindi premerle affinché diano tutta l'acqua. Prendere il manzo di vitello rosolato nel burro in una casseruola, e 300 gr di polpa di vitello, da bollire 10 minuti; mettere un cervello di vitello, in acqua bollente, e tola la pelle unitamente a schienali e ad una

animella, tritare il tutto, cioè, magro, polpa, erbe, ecc. minutissimamente, pestate a poco per volta nel mortaio fino ad ottenere una pasta. Metterla in un recipiente con sopra uova fresche bene sbattute, aggiungendovi mollica di pane inzuppata nel brodo o in sugo di vitello, parmigiano, spezie, maggiorana ben tritata e sale. Rimstare bene ed il ripieno è pronto, parte principale dei ravioli. Prendere quindi la farina di grano, stemperarla in acqua tiepida a cui si uniscono uova fresche, ridotta in pasta morbida, quindi tirare una sfoglia larga e sottile, e preso subito il ripieno già preparato, in piccole pallottoline uguali sulla metà della sfoglia disposte in tante linee orizzontali e separate l'una dall'altra da uno spazio di due o tre dita: coprire con un'altra sfoglia e separare i pallini con tagli o girelle.

SOCIO: AGRITURISMO "A CA' DA NONNA"
LOCALITÀ CASSAGNA, 22 16040 NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



SALAME TRE VALLI COPPA TRE VALLI

Caratteristiche: Lavorati artigianalmente secondo antiche ricette liguri che contribuiscono a renderli unici, i salumi Tre Valli hanno quell'indimenticabile sapore di una volta, dovuto anche ai tempi di crescita del maiale, doppi rispetto a quelli allevati in recinto. Questo migliora il benessere dell'animale e porta naturalmente, la qualità dei prodotti a un livello di eccellenza.

I nostri maiali sono allevati allo stato semibrado in modo che assuma dalle radici, dalle castagne e dai prodotti del sottobosco, quegli elementi che ritroviamo nella sua carne e che la rendono così gustosa.

Ma soprattutto, non vengono usati conservanti, addensanti come il lattosio, il destrosio e farine di cereali. Così il prodotto finale, è adatto per celiaci, diabetici e intolleranti ai latticini e ai cereali in genere.

Persino il grasso è molto sano, perché composto prevalentemente da acidi grassi

polinsaturi, simili all'olio d'oliva.

Non a caso i salumi Tre Valli sono arrivati più volte in finale al Campionato Italiano del Salame dell'Accademia delle 5T.

Salame Tre Valli:

Ingredienti: Carni nobili di suino 85-88%, grasso 10-12%, sale, noce moscata, cannella, chiodi di garofano, pepe, E252 (nitrato di potassio)

Lavorazione: macinatura manuale a punta di coltello e a grana grossa, impastatura naturale, pressatura, insaccatura e legatura con budello naturale

Stagionatura: 40/60gg

Confezione: sottovuoto o rivestito in cartapaglia, pezzatura media 400/500gr

Coppa Tre Valli:

Ingredienti e lavorazione: Taglio alla 4°-5° vertebra con salatura a strati di spezie in superficie (noce moscata, cannella, chiodi di garofano, pepe) posizionandole con presse in mastello. E252 (nitrato di potassio) eventualmente utilizzato.

Stagionatura e legatura: 120/180 giorni circa

Confezione: pezzatura media 1,5 - 2,5 kg

SOCIO: AGRITURISMO "IL MULINO - CENTRO ANIDRA"
LOCALITÀ STIBIVERI, 57 16041 BORZONASCA (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto Graveglia e Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



BATTUTO ALLE ERBETTE AROMATICHE IN OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

Caratteristiche:

Per un ottimo battuto servono delle ottime erbe e soprattutto un ottimo olio.

Il nostro Battuto alle Erbe le possiede entrambe, perché nasce dall'incontro delle erbe aromatiche, rigorosamente biologiche, del nostro orto, con il nostro fantastico olio. Alloro, Rosmarino e Salvia sono le componenti principali.

L'alloro, le cui foglie sono molto impiegate per dare aroma a vari piatti di carne e pesce, ha proprietà terapeutiche aperitive e digestive, oltre che carminative.

Il rosmarino, che sa insaporire ogni cosa, ha proprietà terapeutiche stomachiche, stimolanti e antisettiche.

La salvia, le cui foglie vengono usate in cucina per aromatizzare i cibi e facilitarne la digestione, ha proprietà terapeutiche digestive, colagoghe e bechiche.

E infine il nostro olio, che nasce secondo i principi dell'agricoltura biologica, dalle

splendide fasce terrazzate di Cavi di Lavagna, zona tipica del Golfo del Tigullio, con una particolare vocazione all'agricoltura. Un basso grado di acidità, un colore che non a caso richiama l'oro e soprattutto un profumo e un sapore inconfondibili, per darvi un'esperienza sensoriale indimenticabile.

Ingredienti: olio extra vergine di oliva, un mazzetto di alloro, rosmarino e salvia freschi. Pane cotto al forno a legna e sarazzu.

Preparazione: in un mortaio di marmo tritare la salvia, il rosmarino e l'alloro in quantità uguali. Aggiungere l'olio extra vergine di oliva necessario per ottenere un battuto e far riposare per un paio d'ore. Abbruscare il pane e cospargerlo con il battuto. Infine una spruzzata di sarazzu.

SOCIO: AGRITURISMO "IL MULINO – CENTRO ANIDRA"
LOCALITÀ STIBIVERI, 57 16041 BORZONASCA (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



SALUMI DEL PARCO

Produzione di un'azienda prevalentemente zootecnica che può vantare un allevamento bovino di 40 capi di razza bruna, circa 150 suini, ovini e caprini, animali di bassa corte come galline e conigli. Gli animali per la maggior parte nascono in azienda, vengono alimentati con fieno e con mangimi: il fieno si ottiene dall'erba falciata durante il periodo estivo nelle parti più alte della nostra vallata, in zone all'interno del Parco dell'Aveto. L'erba dopo il taglio viene fatta seccare sul posto, quindi viene

imballata e portata nel fienile aziendale; essa servirà soprattutto per il periodo invernale. I mangimi come orzo, mais, soia, e crusca, vengono trasformati direttamente in azienda tramite un mulino meccanico, in sfarinati adatti alla razione giornaliera.

I bovini ed i suini sono ricoverati in stalle moderne, liberi nei box, gli ovicaprini sono invece al pascolo tutto l'anno all'interno dei recinti di proprietà.

SOCIO: AGRITURISMO "LA MARPEA"

LOCALITÀ PRATO DI PONTORI, 134 16040 NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto Graveglia e Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



SALUMI DEL PARCO

Luogo di produzione:

Prodotto tradizionale dell'entroterra ligure, in particolare della Val d'Aveto e della Val Graveglia e della Valle Sturla, le tre valli del Parco dell'Aveto

Caratteristiche del prodotto:

si tratta di un salame crudo, stagionato per 40 giorni e oltre, prodotto con carni suine, lardo tagliato a coltello, sale e spezie, insaccato in budello diritto di suino. Oltre all'allevamento tradizionale,

da qualche anno è stato rilanciato il metodo di allevamento del maiale "semibrado", con gli animali lasciati liberi di pascolare in terreni a loro dedicati, con prati, acqua e vegetazione arborea a disposizione (castagni, querce, faggi), i cui frutti rappresentano un ottimo cibo per i suini.

SOCIO: AGRITURISMO "I PININ"
VIA SAN MICHELE, 32 16040 NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



RICOTTA

La **ricotta** è un latticino dall'aspetto piuttosto denso e granuloso, che non si può considerare un formaggio in quanto viene prodotta non dal latte ma dal suo siero, che è un residuo della lavorazione del formaggio vaccino od ovino; il **nome ricotta** deriva dal fatto che il trattamento termico del siero è in realtà la seconda cottura (a 85-90°C) dopo quella effettuata per la

produzione del formaggio; il siero viene infatti ri-cotto.

Dopo la lavorazione, la ricotta viene adagiata in contenitori perforati (un tempo venivano adoperati cestini di canne o di vimini) in modo che il liquido in eccesso possa defluire; quando la ricotta si sarà raffreddata sarà pronta per essere gustata.

SOCIO: AGRITURISMO "LA MARPEA"

LOCALITÀ PRATO DI PONTORI, 134 16040 NE (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



CAPRINO DI SOPRA LA CROCE

Caratteristiche del prodotto: la forma è cilindrica a scalzo convesso a facce piane, altezza di circa 6-10 cm e diametro da 15 fino ai 20-25cm. Pronto per il consumo dai 3-4 mesi di stagionatura fino agli 8 mesi. La crosta è spessa, di colore variabile dall'avorio al marrone. La consistenza è morbida, ma più compatta rispetto al caprino fresco, con una pasta bianca al centro e tendente al paglierino in superficie. L'odore è intenso e deciso, tipico dei formaggi di capra e il sapore è piacevolmente acidulo.

Metodo di lavorazione: questo formaggio si ottiene dalla lavorazione di latte caprino crudo o termizzato con l'aggiunta di fermenti, preferibilmente selezionati in azienda, oppure con lattoinnesto. L'aggiunta del fermento viene effettuata nel latte a 38°C: sosta di 30 minuti; aggiunta del caglio liquido o di capretto, alla temperatura di 38°C; formazione della cagliata in 30 minuti; rottura della cagliata alla dimensione di grano di mais o grano di riso (per la variante a più lunga stagionatura); riscaldamento lento fino a 42-43°C; estrazione della cagliata con i cestelli e pressatura; voltaggio delle forme, con rivoltamenti più frequenti nella prima ora; salatura per aspersione manuale o in salamoia.

SOCIO: AZIENDA AGRICOLA "U PASTINE"
LOCALITÀ LOC. PERLEZZI, 104 16041 BORZONASCA (GE)



CONSORZIO OSPITALITÀ DIFFUSA
UNA MONTAGNA DI ACCOGLIENZA NEL PARCO
www.unamontagnadiaccoglienza.it



le valli Aveto
Graveglia e
Sturla

Ne



Borzonasca



Mezzanego



Rezzoaglio



Santo Stefano d'Aveto



Parco dell'Aveto



RUËTTE – ROTELLE DI BORZONASCA

Curiosità: Un biscotto, una forma, un nome: rotelle, così si chiamano i canestrelli di Borzonasca

Il confezionamento delle Ruëtta viene eseguito mantenendo fin dal 1870 costanti le caratteristiche del prodotto e tramandandosi la ricetta e il procedimento di lavorazione da tre generazioni. Così recita una poesia locale: "Da in stampo ä man a Ruëtta ä l'è nasciûa, de anni da alûa nè passôu, ciù de çento n'ho contôu. Ma a Ruëtta sempre züena fragrante e profummâ da ô Gian ancon anchèu a se pèu göstâ" (Da uno stampo a mano la ruetta è nata, di anni da allora ne sono passati, più di cento ne ho contati.

Ma la Ruetta sempre giovane fragrante e profumata da Giovanni ancora si può gustare) da "A Ruëtta" di Marisa Melioli Macera.

Oltre al mercato locale questo delicato dolce soddisfa anche richieste provenienti dagli Stati Uniti, dal Canada, dalla Svizzera e dall'Argentina.

Caratteristiche: Pasta frolla di forma rotonda, dentellata, delle dimensioni di circa 12 cm di diametro, con un ammanco circolare nella parte centrale di circa 5 cm di diametro. La loro pasta è consistente, ma friabile.

Preparazione: Si uniscono zucchero, uova, farina, burro, margarina vegetale secondo le dosi tradizionali. L'impasto viene quindi steso a mano e inciso con l'antico stampo che si tramanda ormai da tre generazioni. Il prodotto viene cotto in forno per circa 15 minuti e, una volta raffreddato, cosparso di zucchero a velo.

SOCIO: BAR PASTICCERIA GELATERIA MACERA
VIA GRILLI, 11 -12 16041 BORZONASCA (GE)