



Enocibario.it
25 luglio 2017

Pagina 1 di 2



CUCINA E CULTURA: UN CONNUBIO

PERFETTO



Il Levante ligure, oltre ad essere una destinazione turistica allettante con una gustosissima offerta enogastronomica, nel menu a settembre propone anche cibo per la mente. Ben due i festival culturali in calendario: il Festival della Mente a Sarzana e il Festival della Comunicazione a Camogli.

Sarzana ospita dall'1 al 3 settembre la XIV edizione del **Festival della Mente** (www.festivaldellamente.it). Tra i moltissimi ospiti lo scrittore Matteo Nucci che, in tre serate, parlerà de "La rete di Eros" dalla seduzione, al tradimento, alla riconquista attraverso il racconto di alcune vicende mitologiche.



Pagina 2 di 2

Sulla scia della seduzione, fatevi tentare da uno dei restaurantini tipici del centro storico che offrono leccornie di ogni tipo come i **ravioli sarzanesi**, piatto delle feste con ripieno di borragine, conditi con sugo di carne.

Oltre alle conferenze, il festival propone spettacoli serali: quale migliore occasione prima dell'inizio del concerto "Tandem" dei musicisti e amici Fabrizio Bosso e Julian Oliver Mazzariello per assaggiare una fetta di **farinata di ceci** con un buon bicchiere di vino **Vermentino**?

La farinata è un caposaldo di questa cucina e nonostante abbia pochi e semplici ingredienti – farina di ceci, acqua, sale e olio – richiede una preparazione a regola d'arte. Il festival ha tanti appuntamenti anche per i più piccoli. Tra un'esplorazione entomologia alla scoperta degli insetti, un laboratorio musica e uno di illustrazione, suggeriamo una pausa-merenda con la **spungata**. Dal latino *spongia*, ovvero spugna, è un dolce risalente al periodo romano, il cui guscio croccante racchiude un ripieno di frutta secca e miele.

La settimana successiva a Camogli si svolge il **Festival della Comunicazione (7-10 settembre | www.festivalcomunicazione.it)** con più di 100 iniziative per tutte le età e ad ogni ora del giorno, persino a colazione! Potrete incontrare la scrittrice Alessia Gazzola al tavolino di un bar nel porto davanti a un cappuccino e a un croissant, oppure prendere "un caffè" con il giornalista Massimo Gramellini. Per colazione sono da provare i **camogliesi**, dolcetti inventati dal pasticciere Giacomo Revello, in origine farciti di crema al rhum, e oggi disponibili in molte varianti: al caffè, al gianduia, all'amaretto e mandorlati. Dopo aver approfondito "Le connessioni in cucina" con lo storico Massimo Montanari o aver partecipato alla consegna del Premio Comunicazione a Piero Angela, concedetevi un pasto da re con il **cappon magro**.

A dispetto del nome, questo piatto a base di pesce e verdura in principio consumato dai pescatori, è oggi considerato molto ricercato.

Alle conferenze, il festival affianca spettacoli, laboratori, escursioni e mostre. Nelle viuzze del centro si snoda la mostra "Fotografando il Festival", una raccolta di scatti dello scrittore Roberto Cotroneo che immortalano personaggi e atmosfere del festival. Vi proponiamo di godervi la passeggiata con i **cuculli**, piccole frittelle di farina di ceci o di patate lesse di origine araba, il cui nome richiama i bozzoli del baco da seta: una delizia per le vostre papille gustative.