

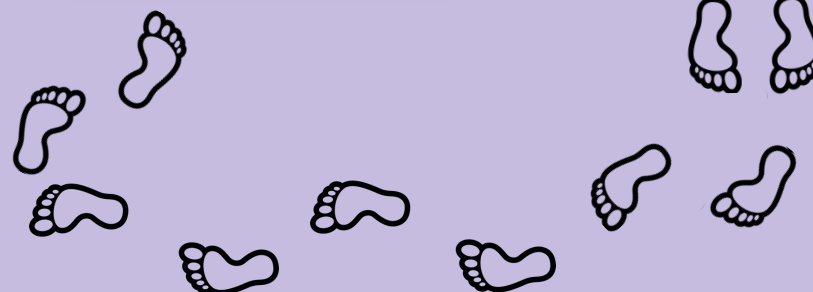
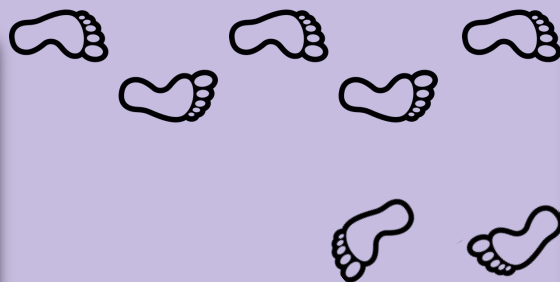
6. STORIA, ARTE E TRADIZIONI SULLE ALPI LIGURI



Circondati dalle montagne, ma con l'orizzonte aperto verso il Mar Ligure, i **borghi delle Alpi Liguri** sono molto apprezzati sia dagli amanti della natura e dell'escursionismo, sia da chi è guidato dalla passione per la storia, l'arte e le tradizioni locali.

Il modo migliore per conoscerli?

Assaporare antichi sapori, riscoprire cibi semplici e della tradizione ricercando accuratamente ciò che di unico produce il territorio. In fondo, il cibo racconta sempre delle storie...



approfondimento: I PRODOTTI DELLE ALPI LIGURI



L'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA RIVIERA DEI FIORI

Olio prodotto nell'area del Ponente ligure da oliveti in cui la cultivar locale, ovvero **l'oliva taggiasca**, è presente almeno al 90%. Tale precisione nella denominazione garantisce un prodotto di alta qualità. Il colore di questo olio è giallo chiaro e il profumo fruttato; il sapore delicato e leggermente piccante.



LO ZAFFERANO DI TRIORA

Quella dello zafferano era una coltivazione tradizionale dell'Alta Valle Argentina, presente già nel 1300 che si è poi persa nei secoli. Oggi lo zafferano è coltivato **sulle colline terrazzate** attorno al borgo medievale di Triora con metodi tradizionali.



IL MIELE DI APE NERA



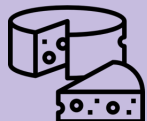
L'ape nera del Ponente ligure è un ecotipo locale molto resistente e perfettamente adattato al microclima e alla flora spontanea. Le aziende apistiche che allevano l'ape nera del Ponente ligure producono miele millefiori di macchia mediterranea, erica e castagno.



LA CUBÀITA

Un dolce semplice, composto da un impasto solido di **nocciole cotte nel miele** racchiuso tra due sottili cialde rotonde di ostia; la versione più nota di questo dolce è quella di Isolabona, ma con piccole varianti è prodotto anche a Pigna, Castelvittorio e Triora

approfondimento: I PRODOTTI DELLE ALPI LIGURI



LA TOMA DI PECORA BRIGASCA



Prodotto nelle terre di confine tra Italia e Francia, questo formaggio di forma quadrata irregolare viene prodotto con il latte della **pecora brigasca** e con tecniche e attrezzi legati alla tradizione millenaria della transumanza. La pecora brigasca è una razza autoctona rustica e abituata al pascolo in zone impervie; oggi ne restano poche centinaia di capi.



L'ORMEASCO DI PORNASSIO D.O.C.

Il territorio della Denominazione di Origine ricade nella Valle Arroscia, con vigneti situati per la maggior parte nell'entroterra in **versanti terrazzati**. La sua caratterizzazione è dovuta al perfetto adattamento del vitigno *dolcetto* a orografia, condizioni pedologiche e particolari microclimi che si generano nella media e alta collina ligure di ponente.



L'AGLIO DI VESSALICO



Un aglio antico, la cui sopravvivenza è legata alla volontà di pochi, cocciuti agricoltori, che hanno continuato a coltivarlo in minuscoli appezzamenti abbarbicati in montagna, **tramandandosi i bulbi** da generazioni. Ha un aroma delicato, un sapore intenso e leggermente piccante e, soprattutto, un'estrema conservabilità.

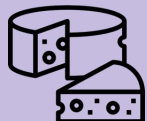


IL CARCIOFO DI PERINALDO



Importato due secoli fa dalla vicina Provenza, viene coltivato tra i 400 e i 600 metri sul livello del mare; è **senza spine**, tenero e non ha barbe all'interno. E' molto rustico e non ha bisogno di trattamenti chimici, quasi come un ortaggio selvatico.

approfondimento: I PRODOTTI DELLE ALPI LIGURI



IL BRUSSO

Formaggio cremoso e spalmabile dal **gusto molto forte** diffuso tra Liguria e Piemonte: si ricava dalla ricotta ovina, bovina o caprina lasciata fermentare in appositi recipienti in luoghi freschi, umidi e bui, e rimestata ogni giorno delicatamente con cura dal basso verso l'alto.



IL PANE DI TRIORA

Pane preparato con farina 1 e crusca, dalla forma bassa e larga. Viene cotto su delle tavole di legno cosparse di crusca e ciò conferisce al pane una **crosta molto dura** pur mantenendo l'interno morbido e compatto. Particolarmente indicato, tagliato a fette, per essere spalmato di brusso.



I FAGIOLI DI BADALUCCO, CONIO E PIGNA

Coltivati sui terrazzamenti a secco dell'entroterra imperiese, dove i terreni sono ben drenati e l'acqua è quella sorgiva, calcarea, ricca di sali minerali. Carnosi, morbidi e delicati, **ottimi secchi**, sono molto buoni anche i freschi nella cucina invernale.



IL ROSSESE DI DOLCEACQUA D.O.C.

Coltivato principalmente lungo i bacini dei torrenti Nervia e Crosia, sui pendii favorevolmente esposti, fino ad un'altitudine massima di 600 m, questo **vino dal colore rosso rubino** ha un sapore morbido, caldo e vellutato. E' stato il primo vino ligure ad ottenere il marchio D.O.C. nel lontano 1972.

approfondimento: I PRODOTTI DELLE ALPI LIGURI



I SÜGELI



Si tratta di pasta fresca con soli due ingredienti: **acqua e farina**; è un prodotto diffuso nelle comunità intorno al Monte Saccarello. La forma caratteristica, simile a un'orecchietta, viene data attraverso il *corpu de diu*, ovvero il colpo di dito. Per il condimento la tradizione richiede il brusso...

LE RAVIÖRE DE.CO.



Ovvero: il piatto tipico di Montegrosso Pian Latte. Si tratta di una **pasta fresca ripiena** di circa una ventina di erbe spontanee finemente tritate, tradizionalmente chiusa a barchetta, semplicemente cotta nell'acqua bollente e condita con un filo d'olio extravergine di oliva. Nel 2015 ha ottenuto il riconoscimento DE.CO. (Denominazione Comunale).

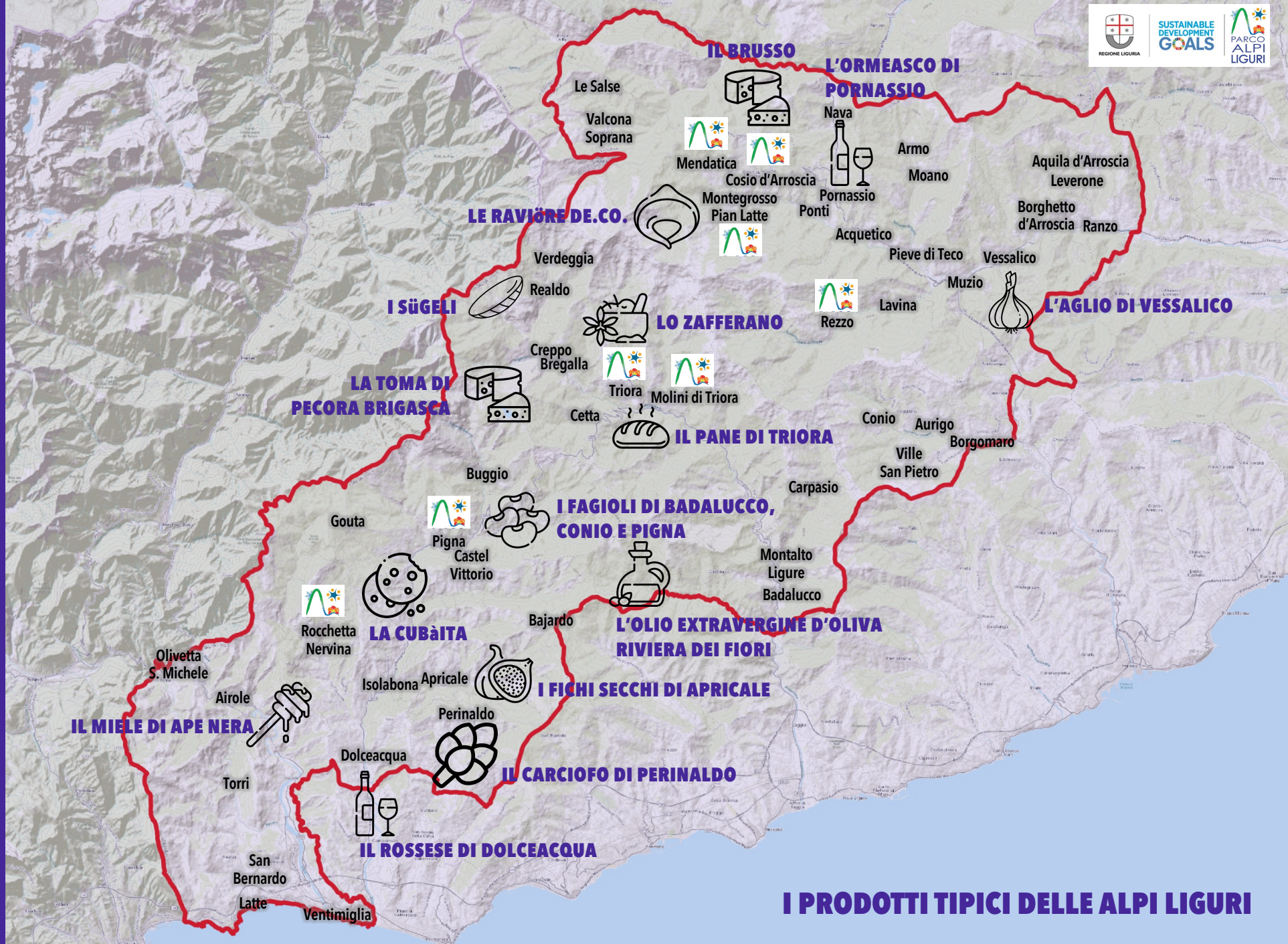
I FICHI SECCHI DI APRICALE



Coltivati in un territorio tradizionalmente vocato all'olivo, ma pieno di piante di fico, si raccolgono in piena maturazione, si posano su graticci di canne in un luogo ventilato e ombroso e si lasciano seccare. Una volta **essiccati**, si raggruppano in gruppetti da una dozzina di pezzi e si avvolgono in foglie di pesco. Si consumano tradizionalmente a Natale.



Consulta la mappa per scoprire i prodotti tipici delle Alpi Liguri



IL BRUSSO

L'ORMEASCO DI PORNASSIO

LE RAVIÖRE DE.CO.

I SÜGELI

LA TOMA DI PECORA BRIGASCA

LO ZAFFERANO

L'AGLIO DI VESSALICO

IL PANE DI TRIORA

I FAGIOLI DI BADALUCCO, CONIO E PIGNA

L'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA RIVIERA DEI FIORI

I FICHI SECCHI DI APRICALE

IL CARCIOFO DI PERINALDO

IL ROSSESE DI DOLCEACQUA

I PRODOTTI TIPICI DELLE ALPI LIGURI