

Donatotroiano.it
21 luglio 2017

Pagina 1 di 2

La pausa  caffè
di Donato Troiano

CUCINA E CULTURA: UN CONNUBIO PERFETTO

21 luglio 2017



Cibo per la mente al Festival della Mente (Sarzana, 1-3 settembre) e al Festival della Comunicazione (Camogli, 7-10 settembre)

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).

Donatotroiano.it 21 luglio 2017

Pagina 2 di 2

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.

Sulla scia della seduzione, fatevi tentare da uno dei ristorantini tipici del centro storico che offrono leccornie di ogni tipo come **iravioli 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 rum, 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.