



Carni e ripieni nella cucina ligure: un racconto di sapori, storie e tradizioni

Non solo pesto e pesce, la Liguria ha un patrimonio di piatti di carne e ripieni che raccontano la cultura del riuso, l'ingegno contadino e l'identità di un territorio sorprendente

Argomentare di **carni e ripieni** può apparire strano quando si parla di **cucina ligure**. Si pensa subito al pesce che, a dire il vero, non è mai stato il vero protagonista del desco ligure oppure si pensa al [pesto](#), alle [torte salate](#) e alle verdure di stagione. Eppure, **la Liguria ha una tradizione di carne più vivace e complessa di quanto si creda**, fatta di ricette antiche e di creatività domestica tramandata di generazione in generazione.

Carni e ripieni nella cucina ligure

La carne non è regina della tavola genovese, ma ha presenze forti e di gusto. Corre l'obbligo di citare la [razza Cabannina](#), più vocata alla produzione di latte che alla macellazione, ma tornata in auge grazie a progetti di recupero che l'hanno riportata anche in cucina.

Una storia di commerci... e contrabbandi

Sul piano storico, la carne è legata anche ai commerci e ai contrabbandi che animavano la zona di confine tra Piemonte, Liguria ed Emilia.

In quelle aree, fino all'Ottocento, il contrabbando delle carni era fiorente, tanto da dare origine a storie entrate nella leggenda, come il "**mostro di Bargagli**" e la "**banda dei macelli**".

In epoche passate erano molto gradite le **carni ovine** che, dalla Sardegna e dalla Corsica, arrivavano a bordo di bastimenti nel porto di Genova. Gli attuali toponimi stradali di **Vico dei Caprettari** e di **Salita Pollaiuoli** ricordano proprio quell'antico commercio.

Va ricordato che, fino agli anni Sessanta, a Genova i "*pullaie*" tenevano le galline vive in stie di legno e poi tiravano loro il collo al momento del bisogno.

Tra l'entroterra e le tavole domestiche

Nell'entroterra del Genovesato, **Montoggio** conserva una delle ricette più tipiche e popolari: il *pollo alla cavallata* (*cavalâja* in dialetto). Il termine indica "l'aggiunta di ingredienti" al soffritto di base, rendendo il piatto una variante saporita del pollo alla cacciatora.

Non mancavano **tacchino e agnello**, protagonisti delle feste. Il tacchino, in particolare, veniva spesso acquistato giovane e allevato per un po' sotto il lavandino di casa come animale da cortile, fino al momento opportuno per cucinarlo.

L'arte dei ripieni e il genio del riuso

I **ripieni** rappresentano l'apoteosi della cucina ligure di recupero, fedele al motto "*nu se caccia via ninte*" (non si butta via nulla).

La **cima genovese**, celebrata anche da **Fabrizio De André**, ne è il simbolo assoluto; si tratta di una tasca di vitello riempita di uova, verdure, pane e formaggio, cucita e bollita lentamente. Il nome "*cimma da corda*" richiama le gomeni dei porti o il filo che serra la carne ripiena. Le uova si misurano "a pugno": quante ne contiene la mano, altrettante serviranno per il ripieno.



Cima genovese, una tasca di vitello farcita di uova, verdure, pane e formaggio (Foto © Marco Benvenuto).

Altro piatto iconico sono le **tomaxelle**, dal latino *tomaculum* (piccola salsiccia). Secondo la tradizione, furono servite durante l'assedio austro-inglese a Genova nel 1800, durante le trattative di resa guidate dal generale Masséna. Si racconta che fossero offerte ai prigionieri per dimostrare che la città non era allo stremo della fame, anche se, in realtà, lo era.

Capra e fagioli, tacchino e coniglio

Un piatto tipico del Ponente Ligure è la **capra con i fagioli**, per preparare la quale è necessaria un animale giovane perché anticamente le capre non erano preziose tanto per la loro carne ma per le loro pelli che, rovesciate, venivano usate per confezionare sacche e otri dove conservare e trasportare vino e olio. Per fare questo venivano utilizzate **capre vergini**, perchè non avevano ancora prodotto ormoni che potessero generare odori forti e sgradevoli. Tolte le pelli, si trovò molta carne a poco prezzo e fu inventata la ricetta con i fagioli.



Capra con i fagioli (Foto © Marco Benvenuto).

Altre curiosità riguardano il **tacchino**, o "*bibino*", molto diffuso un tempo sulle tavole genovesi. Esiste il *tacchino alla storiona*, forse legato al pesce storione, prelibatezza delle tavole genovesi prima dell'avvento dello stoccafisso, proveniente dalle colonie della Crimea. Oppure il *tacchino alla Stiriona*, nome che secondo alcuni deriverebbe dalla regione austriaca della Stiria, secondo altri dalla parola genovese *stroion*, cioè "strinato", bruciacchiato.



Coniglio alla ligure (Foto © Marco Benvenuto).

E non può mancare il [coniglio alla ligure o alla sanremasca](#), reso celebre da Paolo Sorrentino ne *La grande bellezza*. Due le versioni, in bianco se si utilizza il Vermentino o rossa con il Rossese di Dolceacqua. La testina e il fegato vengono spappolati e uniti al fondo di cottura, mentre un tempo si usava anche il sangue del coniglio, oggi caduto in disuso per il gusto troppo deciso.

Data di creazione

03/11/2025

Autore

marco-benvenuto