

# Storia della focaccia genovese, il lievitato che si mangia “all’ingiù”

scritto da Carmen Bilotta | 15/03/2019



**Non si può dire di essere stati a Genova se non si mangia la celebre Fügassa, un prodotto artigianale che i fornai preparano a notte fonda perchè sia disponibile già mattino presto, magari per inzupparla nel cappuccino.**

La **cucina genovese**, come quella ligure, tra le cucine italiane è una delle più personali, forse anche una delle più genuine e meno sofisticate. Basta considerare che si basa prevalentemente sull'uso dell'olio d'oliva più che su altri grassi.

## **Storia della cucina genovese e il piacere della tavola**

La sua storia affonda le **radici nell'attività di naviganti**, negli scambi commerciali e nei contatti con il mondo, specie quello orientale. Vanta, inoltre, una fantasia particolare nonchè un gusto

proprio in parte piccante e un parte “marino”, composto da aromi freschi ed erbaggi profumatissimi. Pensiamo al basilico, dal profumo inconfondibile e dal sapore unico e inimitabile, senza dimenticare il preziosissimo olio.

Come in tutta la Liguria, anche a Genova si dice si stia volentieri con “*e gambe sotto ã toã*” e di certo non si può dire che i genovesi a tavola si accontentino, né vogliono sapere come Dante quanto «sappia di sale lo pane altrui». Già, perché il sale e il pane devono rigorosamente essere genovesi e di solo pane e ã hanno preferito cibarsi in tutti quei periodi, più o meno lunghi, caratterizzati da privazioni, sofferenza materiale e morale a causa di guerre, dominazioni, epidemie o disastri.

A documentare la **passione dei genovesi per i piaceri della tavola** non sono solo le numerose carte d’archivio, gli scritti del **Giustiniani**, del **Belgrano** o del **Cervetto**. La conferma, arriva anche dalle innumerevoli liriche di tanti poeti dialettali di ieri e di oggi: dal **Malinverni** al **Piaggio**, dal **Rapallo** all’**Acquarone**.

È in particolare il Cervetto ad averci lasciato i racconti di pranzi di un tempo che ancora destano stupore mentre, a tal proposito, il Belgrano offre descrizioni che sottolineano e ricordano il modo cerimonioso di avvicinarsi alla tavola dei genovesi, un’attitudine che testimonia un piacere e un gusto non indifferenti per il desco.

## **Gli ingredienti della cucina ligure**

Va subito precisato che quella **genovese è una cucina non facile**, condizionata da un’agricoltura resa problematica dal territorio scosceso ma, proprio per questo, ingegnosa nella sua semplicità.

Se la carne è tra gli ingredienti meno presenti, sono tante le erbe, gli ortaggi a foglia e il formaggio usati per le paste ripiene come **pansoti** e **ravioli**; diversi sono i legumi e i cereali che ne arricchiscono le zuppe tradizionali.

Con grande parsimonia si ricorre alla carne bovina, come dimostra la celebre **cima ripiena**, mentre abbondante è il consumo del pesce, soprattutto il pesce azzurro, lo stoccafisso e i frutti di mare. Immane, invece, sono le **focacce**, diffuse in realtà in tutta la Liguria dove, tra le tante, spiccano quella di **Recco** e la spezzina Panissa.

## **La focaccia genovese o Fügassa: caratteristiche di un’istituzione**

A Genova, soprattutto per la sua incredibile praticità, lo street food per eccellenza, insieme alla altrettanto rinomata **farinata di ceci**, è la **focaccia genovese o Fügassa** che in dialetto ligure significa “**cotta al focolare**”. Trovarsi a Genova e non provare la sua buonissima focaccia equivale a non esserci stati.

La **Fügassa** è un lievitato apparentemente semplice, niente di più di un pane schiacciato ricoperto di olio e sale secondo alcuni mentre i più esperti si spingono a definirlo un **ossimoro gastronomico**.

Con un **colore tra il dorato e l’ambrato** e uno **spessore che non deve superare i 2 centimetri**, la focaccia genovese si presenta **morbida all’interno e croccante sui bordi e all’esterno**. Salata, umida, ben oliata senza risultare unta e incredibilmente leggera, questa prelibatezza è **ricca di tanti alveoli ben marcati** in cui si accumulano l’olio e i granelli di sale grosso: è questo il canone per i palati dei genovesi che considerano la fügassa una vera e propria istituzione, simbolo dell’essere e del sentirsi dei veri genovesi.

«**In bellu toccu de fügassa**», un bel pezzo di focaccia genovese o Fügassa, si dice sia il modo

migliore per iniziare la giornata. Sotto la lanterna, infatti, è considerato un must irrinunciabile tuffare una striscia di fùgassa nel cappuccino.

Considerata una delle classiche colazioni mattutine dell'operaio e dell'impiegato, dello studente e della massaia, è squisita se inzuppata nel latte, mangiata appena tiepida, croccante oppure consumata al posto del pane e accompagnata, come suggerisce **Alessandro Molinari Pradelli**, esperto di enogastronomia della buona cucina italiana, sorseggiando un buon bicchiere di «vino bianco secco, fresco di cantina, o rosato, di quello vero, dei vigneti di Ponente», non importa se all'ora dell'aperitivo o in pausa pranzo o per cena.

Un prodotto artigianale, che ancora oggi **i fornai preparano a notte fonda** così da poterla cuocere e servire agli avventori al mattino presto.

Apprezzata in tutta Italia come anche dai turisti stranieri, il **suo segreto sta tutto nella scelta di ottimi ingredienti e nelle lunghe lievitazioni**. A tal proposito si dice che a contribuire alla buona riuscita della fùgassa sia anche la **sensibilità del fornaio** nel riuscire a decifrare il clima e la temperatura di una città che, in alcuni periodi dell'anno, mal si conciliano e non sembrano voler favorire affatto i processi di lievitazione.

La sua **ricetta di base è molto semplice** e si sposa benissimo con i formaggi e i salumi, soprattutto i prosciutti dolci o più saporiti. Per poterla apprezzare al meglio, i genovesi consigliano di gustarla "all'ingiù", così che i cristalli di sale colpiscano subito le papille gustative della lingua.

## **Cenni storici sulla focaccia genovese**

Un prodotto antico, la fùgassa, di cui si trovano **citazioni in numerose attestazioni storiche**, sebbene non si abbia l'assoluta certezza che si tratti della medesima focaccia.

Quel che è certo è che anticamente, nel contado una focaccia ad essa molto simile era piuttosto popolare.

È **Luigi Tommaso Belgrano**, nella sua opera "**Della vita privata dei genovesi**" del 1866, a dirci che già nel 1392 nell'inventario dei beni di un fornaio, si trovasse l'indicazione "*pala una magna pro fugacis*", riferendosi cioè a una grande pala necessaria per introdurre nel forno un prodotto forse non contenuto in una teglia, ma cotto direttamente sul piano del forno.

Appare verosimile che quello che un tempo veniva definito "focaccia" fosse in realtà una spianata semplice e non troppo condita, probabilmente più simile ad un pane sottile.

In **età rinascimentale**, si racconta fosse consuetudine mangiarla perfino **in chiesa in occasione dei matrimoni**, bevendo insieme del vino nel momento della benedizione. Pare che l'uso fosse talmente diffuso che nel 1500 il vescovo Matteo Gambaro si vide costretto a minacciare di scomunica alcuni frati se non si fosse cessato l'uso di cibarsi di quella "*frugalia*" o "*pitanza*" che, evidentemente, doveva risultare molto appetitosa visto che i fedeli se la dividevano perfino nel corso delle funzioni funebri.

Risalgono sempre al **Cinquecento**, le indicazioni riportate in alcuni documenti riguardanti i banchetti in onore del neoeletto Doge che riferiscono proprio di una "*fugase*" nell'elenco dei prodotti preparati per il banchetto dei festeggiamenti.

Dovremo attendere però l'**Ottocento** per essere certi di ritrovare qualcosa di veramente più simile alla attuale **focaccia genovese**. Di essa inizieranno a trattare i primi dizionari di genovese e soprattutto le Cuciniere, i primi libri di cucina genovese. Dalle ricette qui riportate tuttavia, si evince

un'ulteriore evoluzione della ricetta stessa.

Nella descrizione delle fossette che caratterizzano la superficie della fùgassa, infatti, si invitano massaie e fornai a pizzicare appena la superficie della pasta, mentre nella versione attuale il consiglio è di affondare le dita quasi con tutta la prima falange nell'impasto. Questo lascerebbe presupporre per il passato un qualcosa di diverso dai classici alveoli rispetto a come oggi li osserviamo oggi.

Comunque stiano le cose, quel che è certo è che per i tempi più antichi, nessuno sa dire come si facesse la focaccia anche se sicuramente non si utilizzava il lievito di birra ma la pasta madre, o "crescente".

Non ci è dato nemmeno sapere quanto olio ci fosse sopra o nell'impasto. Lo stesso termine focaccia, inoltre, nel passato, non indicava sempre il prodotto che oggi è addirittura tutelato da un marchio. Nelle case, per esempio, si preparavano pani piuttosto bassi, dolci o salati, che la gente chiamava focacce, le stesse che si continuano a produrre oggi nelle famiglie contadine di alcune valli dell'entroterra ma che nulla avevano o hanno a che vedere con la fùgassa.

**Costanzo Carbone**, indimenticabile cantore di Genova e di tante tradizioni genovesi, della suddetta focaccia fornisce una delle descrizioni più belle che mai si siano lette e a tal proposito scrive:

«Fugassa, fugassa,  
drento a-o papê de strassa  
mangiâ de bon mattin!  
Mangiâte in sce-a terassa  
e beivine un gottin..  
a l'è ancon 'na demöa  
che a-i vegi a ghe fa göa  
e i zoeni a mette in trappa  
ciù che un gttin de rappa!»

E, ancora in poesia, l'insostituibile Carbone aggiunge:

«Umia, tenia ch'a pà moula,  
sciocca, fresca, profummâ,  
o fogassa, co-a çioula,  
te tornemmo ancheu a cantâ,  
tutta pinn-a d'ombrisalli  
ûmia d'euio de Dian,  
pe-i scognori, pe-i camalli  
ti diventi marsapan».

## Curiosità sulla fùgassa da record

È il 27 luglio 2008 quando a **Borzonasca**, pittoresco borgo dell'entroterra genovese, i panettieri **Gazzolo** di Borgonovo Ligure, **Silvio** di Lavagna e **Adriano Sanguinetti** di Chiavari preparano una **fùgassa da record lunga 807 metri**, per realizzare la quale impasteranno complessivamente **300 kg di farina e 150 litri d'acqua**.

Dislocati per stradine, scale e piazze e collegando i giardini pubblici con la parte opposta del paese, realizzarono dapprima ciascuno la propria parte, per poi assemblarle insieme con un'apposita colla da cucina.

## Un marchio collettivo a tutela della focaccia genovese

La **ricetta della focaccia genovese** non è segreta e i genovesi, certi di non dover temere imitazioni, la raccontano volentieri. Naturalmente ogni famiglia ha la sua personalissima versione e, come spesso avviene con i piatti tradizionali, si tramanda di generazione in generazione.

Il risultato di tanta armonia di sapori, oltre a spiegare la diffusione di questa prelibatezza a Genova e in Liguria, è anche all'origine della volontà dei fornai di valorizzarla e difenderla dalle falsificazioni o dai tentativi di imitazione maldestra o contraffazione garantendola con il Marchio Collettivo "**Focaccia Genovese**" (Marchio Collettivo GE 1996 N° 0001187822) .

Il marchio, che tutela la focaccia genovese fin dal 1996, **riunisce 35 panificatori locali** che la preparano con farina, olio extravergine, lievito, sale marino, acqua, estratto di malto e nient'altro. Del marchio, naturalmente, può fregiarsi solo chi sottoscrive il relativo disciplinare di produzione. Un'azione che serve a tutelare il prodotto focaccia nella sua versione "tradizionale", almeno per quanto riguarda la tradizione più recente.

## Prescrizioni del disciplinare

Una focaccia bianca, alta uno o al massimo due centimetri che, dopo essere stata "pizzicata" in superficie viene prima irrorata da una semplice ma abbondante **miscela di acqua e olio extravergine d'oliva** che la rende lucida, profumatissima e invitante, per poi essere infine ricoperta da qualche granello di sale grosso.

L'inimitabile morbidezza della fūgassa sta nell'uso sapiente del **malto d'orzo**, che può essere sostituito all'occorrenza, da un cucchiaino di miele o di zucchero, elementi che aiutano il lavoro del lievito attivandolo al meglio.

Per produrla serve un **forno ad alte temperature** che a casa quasi nessuno possiede ma la sua particolarità consiste nella cottura che avviene utilizzando il testo, il popolare strumento di ghisa, tipico dell'Italia centrale. Fin dall'antichità, infatti, si usa soprattutto in Umbria per preparare la torta al testo, in Romagna per cuocere la [piadina](#) e in Lunigiana per i testaroli. Se non si dispone del testo, in alternativa potrà essere utilizzata anche una piastra di ferro.

Si dice che la **vera fūgassa** debba lasciare le mani leggermente unte: l'olio, infatti, oltre che nell'impasto, è impiegato anche per "sporcare" il fondo del testo, contribuendo a rendere il risultato finale ancora più soffice e gustoso.

I veri intenditori sostengono che la parte migliore, quella in assoluto più gustosa, sia quella vicino ai bordi dove si forma una crosta più croccante.

Sempre loro consigliano di acquistarla in panetteria e non al bar perché, come ogni prodotto artigianale delicato, se non è trattato con cura può perdere le sue migliori caratteristiche. I panettieri evitano di sovrapporne più pezzi quando è ancora calda, per evitare che nel giro di pochi minuti possa rammollire perdendo così la classica fragranza.

>> [Vai alla ricetta della vera focaccia genovese](#)