Da Savory il viaggio a tavola parte dall’Ogliastra, terra di centenari

Dal cuore dell’Ogliastra a Cagliari, passando per esprienze internazionali, lo chef Luciano Lai racconta la sua terra attraverso una cucina che unisce erbe selvatiche, tecniche orientali e memoria familiare

A **Perdasdefogu**, in Ogliastra, si vive a lungo. In questa *Blue zone*, isola nell’isola, alla longevità hanno dedicato persino una piazza. «*Non a caso é il paese dove restano ancora imbattuti due record mondiali: la più alta concentrazione di centenari e la famiglia più longeva*», racconta a La Gazzetta del Gusto lo scrittore e intellettuale **Giacomo Mameli**.

In questo centro a vocazione agropastorale, con testimonianze risalenti al prenuragico e custode di una straordinaria ricchezza di biodiversità, anche l’arte della cucina é senza tempo, come dimostra la storia di **Luciano Lai**, chef del **Savory** di via Sassari, a Cagliari, una delle street food del capoluogo sardo.

> «Mio nonno Valentino era pastore, mi portava a cavallo in montagna e mi insegnava a mungere le capre. Sento ancora quel profumo del formaggio appena fatto, caprino, pecorino, casu axedu. Mio padre Luigi mi ha fatto amare la campagna; andavo con lui

a zappare la vigna a raccogliere le olive, a smielare e, in estate, si andava a pescare nelle acque di Tertenia. Lì mi ha insegnato il mestiere del pescatore sia sub che con le barche. Sono stato educato a un mangiare sano», racconta.

Ristorante Savory Cagliari: la cucina di Luciano Lai

Luciano ha respirato fin da piccolo i profumi delle erbe selvatiche portate a tavola per insaporire i piatti. Le fragranze dei boschi di leccio e macchia mediterranea **allo stato puro**: timo, rosmarino, bacche di ginepro e mirto, bietola, asparago, ortica, elicriso, finocchietto, aglio selvatico. Un bouquet di sentori di infanzia che utilizza nei suoi menù assieme a ingredienti che arrivano da diversi Paesi del mondo dove ha appreso le tecniche di lavorazione e preparazione dei suoi piatti.

Un particolare del ristorante (Foto © Savory).

Arrivano da mare, campagne e orti i suoi **ingredienti di qualità ben coordinati**, dove nessuno prevale sull’altro, frutto di una competenza concettuale. Un amalgama piacevole che permette di apprezzarne pienamente il gusto e godere di una sensazione gradevole al palato. La sua è una storia di emigrazione di ritorno, con un bagaglio di esperienze e competenze.

Ancora adolescente ha lasciato la Sardegna per lavorare come **commis di sala a Londra**, spronato dal padre.

> «Mi diceva: Luciano qui lavoro non ce n’è, vai e cerca la tua strada, impara un mestiere e un giorno magari potrai mettere a frutto questa esperienza qui nella tua terra», racconta lo chef sardo.

Il destino lo ha fatto incrociare con **Giorgio Locatelli**, più volte Stella Michelin e storico giudice di ***MasterChef***.

Luciano Lai con Giorgio Locatelli (Foto © Savory).

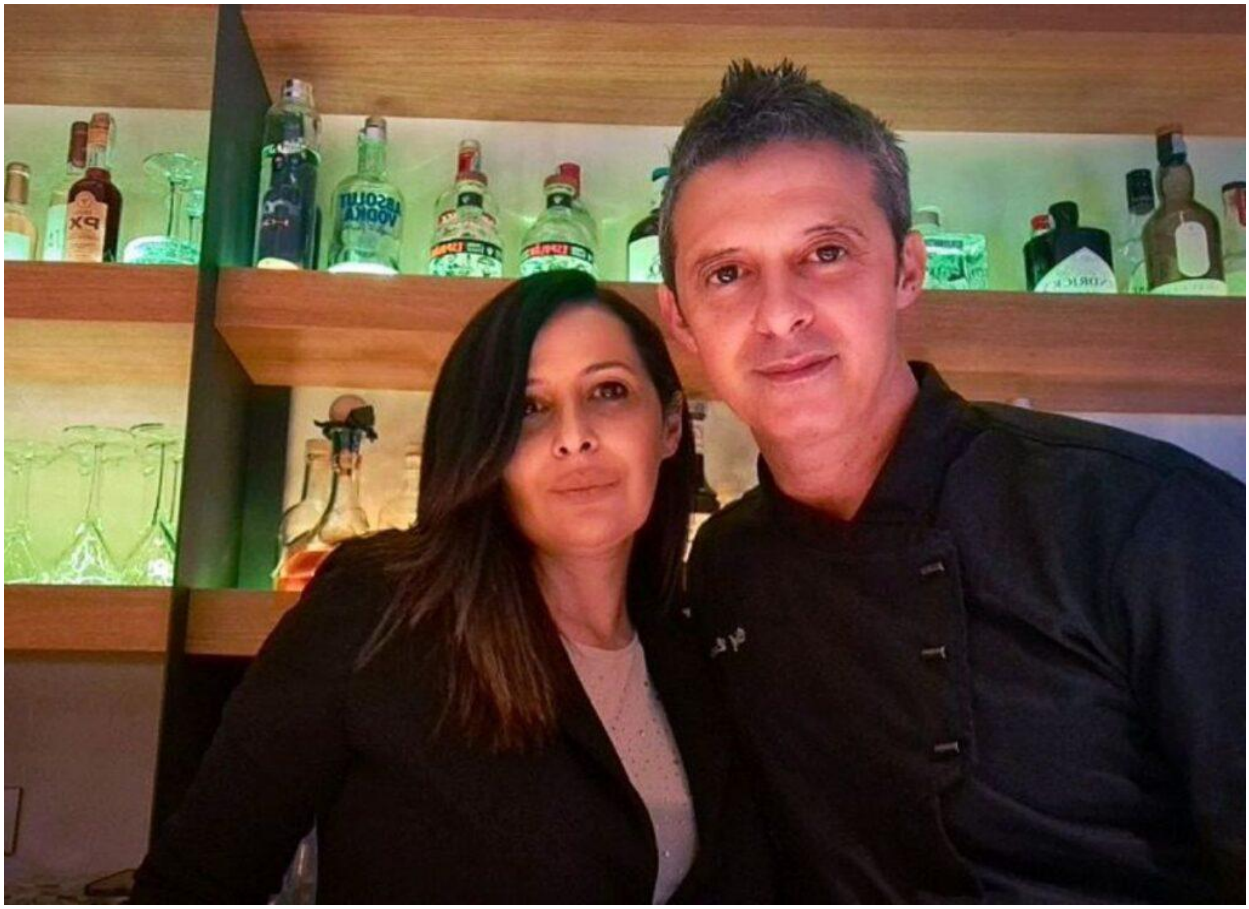
> «Lo guardavo con ammirazione e ansia di imparare, a casa provavo a fare e rifare i suoi piatti, è stato il mio primo maestro. Ha acceso in me quella scintilla che sarebbe poi diventata fiamma viva, quella grande passione per i fornelli che ormai accompagna la mia vita».

Da Londra all’Oriente

La voglia di esplorare nuovi luoghi e nuovi gusti lo ha portato in **Thailandia**, poi **India** e ancora alle pendici dell’Himalaya, chef nelle cucine di una scuola di meditazione per adolescenti provenienti da ogni angolo del mondo.

«Questa esperienza ha rafforzato in me i valori dell'inclusione, condivisione, rispetto, mi ha insegnato a mettere amore e gioia in ogni piatto che preparo», aggiunge.

Durante questi viaggi di lavoro ha appreso di prima mano le tecniche per la preparazione di riso basmati, curry e tutto il ventaglio di spezie di cui è ricco l'Oriente. Lavorando con i veneti, invece, ha imparato a lavorare la carne, in Inghilterra ha familiarizzato con l'arte della preparazione dei chutney. Poi il rientro in Sardegna dove, con la sua compagna **Esmeralda Santamaria** – creatrice del concept del locale informal chic – ha aperto il **Savory**. Mery (così chiamano Esmeralda), mette in pratica ogni giorno la sua competenza, non solo manageriale.


Luciano Lai con Esmeralda Santamaria (Foto © Savory).

«La mia terra, la Sardegna, è stata un laboratorio di cucina. A partire dalla passione per il fatto a mano», prosegue **Luciano Lai**.

È un cuoco artigiano, crea, produce pane, pasta, oli aromatizzati al mandarino, dolci, gelato, le cialde per il tiramisù, salse asiatiche come teriyaki, ponzu, unagi, chutney e confetture, ottime quelle alla pera e zafferano, aceto alle more e lamponi. C'è un connubio tra Sardegna e Oriente nel **miele cannonau soia e zenzero** che insaporisce le costine di maiale mentre con le bacche di mirto raccolte a Perdasdefogu ha creato *una salsa che utilizza per il petto d' anatra*, un piatto impreziosito dalle pesche noci.

Gamberi rossi con stracciatella, cocco, pistacchi e zest di lime (Foto © Savory).

Alcuni piatti provati al Savory di Cagliari

Tecnica, passione, creatività e un obiettivo: bilanciare i sapori, far sentire tutti i gusti distinti. Un esperimento centrato in pieno nel *Tortello di orata e scorza d'arancia*, servito con un **beurre blanc** alla bottarga e insaporita con polvere di liquirizia. Come ancora nella *Tartare di tonno* dove a dare cremosità sono latte di cocco e stracciatella, pistacchio, katsoubushi, fiocchetti di tonnetto essiccato e olio agli agrumi.

Gli oli particolari preparati dallo chef (Foto © Savory).

Ultra estivo il piatto a base di *tentacoli di polpo fritto, melone arrosto, finocchietto selvatico*, il tutto su un letto di salsa fumè: diverse consistenze, tocchi di freschezza, profumi di mare e una nota affumicata a dare ancor più carattere.

Tentacoli di polpo con melone arrosto e salsa fumè (Foto © Savory).

Il dessert è un invito al gioco: *Tiramisù espresso con i savoiardi sardi*, in una cialda croccante da rompere con il cucchiaino. È una piacevole esplosione di freschezza il *dolce vegano cremoso, al cocco con mango al brandy e gateau di pistacchio*.

Una cucina in continua evoluzione ma il richiamo alle proprie radici è irresistibile.

> «Dopo tanto girovagare sono tornato in Sardegna per dare valore, con quel che ho appreso, a prodotti e ricette tipiche», spiega lo chef patron.

Ci si immerge tra i sapori della terra sarda davanti a un piatto fumante di *culurgiones con le patate e la mentuccia di fiume*. Ancora nella cremosità della *ricotta di capra impreziosita da un velo di miele al corbezzolo o elicriso*, nella *tratalia di capretto* o nei *brasati di cinghiale e capra* insaporiti con le bacche di ginepro. Grandi **classici della cucina della sua Ogliastra**, terra dove – soprattutto a tavola – non si invecchia.

RISTORANTE SAVORY
Via Sassari, 86 – Cagliari
Tel. 070 459 9233 | www.savorycagliari.it

Data di creazione
28/06/2025
Autore

mariagrazia-marilotti