

La Liguria che va in tavola mostrando i...muscoli

scritto da Marco Benvenuto | 27/09/2023



Come sono approdate le cozze nello spezzino, fino a diventare muscoli? E quali sono le ricette più famose?

Se pensate di andare in Liguria e chiamarli impunemente **cozze**, vi sbagliate di grosso. Delitto di lesa maestà! Sulle coste del Mar Ligure si chiamano muscoli! Che poi siano **mitili o cozze**, da quelle parti poco importa. Muscoli sono e tali restano.

Ma muscoli perché? L'**etimologia non ha certezze ferme**, ma pare che l'appellativo nasca sia dalla forma della cozza che dall'associazione con il lavoro muscolare di coloro che lavoravano nei vivai e dovevano estrarre dal mare, con fatica, le colonie di cozze.

Storia dei muscoli in Liguria

I muscoli, o cozze che siano, piacciono da sempre e infatti erano un **piatto molto prelibato già nel Paleolitico** quando erano diffusi allevamenti in Europa, Sud America e Patagonia. Anche nel golfo spezzino i muscoli sono allevati sin dall'antichità, grazie ad un azzecato, saporito, connubio tra le miti temperature e la bassa salinità delle acque.

Ma come sono approdate le cozze nello spezzino, fino a diventare muscoli? Nel 1887, una sparuta truppa di pescatori tarantini pensò di migrare verso questi nuovi lidi. Intuirono, per fortuna di tanti, che le acque e le coste del Mar Ligure potevano ospitare una coltivazione di frutti di mare.

I francesi si vantano di aver creato il primo allevamento nel VIII secolo ma, a onor del vero, partirono con delle ostriche e, successivamente, passarono ai muscoli. Del resto in quello che viene conosciuto anche come **Golfo dei Poeti**, già nei primi del secolo scorso esisteva un **Consozio Ostricoltori** e, nel 1914, proprio questa associazione diede alle stampe un manuale con le *“Istruzioni per preparare, cuocere e conservare le ostriche e i mitili”*.



Muscoli in cottura (Foto © Marco Benvenuto).

Aree di allevamento delle cozze nel Golfo dei Poeti

La **zona di allevamento dei mitili** è localizzata nel golfo della Spezia, nel tratto di mare compreso tra l'isola del Tinetto e punta Bianca, nel promontorio di Montemarcello. I mitili vengono allevati in **vivai di ampiezza variabile tra i cinquecento e i duemila metri quadrati**, costituiti da pali in ferro zincato piantati sul fondale o da galleggianti collegati tra loro da corde di nylon, tese sotto il livello del moto ondoso, a cui sono annodati i cosiddetti “pergolati” o “reste” su cui crescono i mitili.

Le reste, a loro volta, sono formate da reti di nylon a calza tubolare in numero di due, poste una dentro l'altra, all'interno delle quali vengono posti i singoli mitili. Un **ciclo di coltura può durare dai 13 ai 15 mesi** e si avvale di procedimenti moderni che tendono alla “purificazione” del prodotto e alla dispersione dell'eventuale carica batterica.

Dalla pescheria all'Accademia della Crusca

È questo quanto accaduto qualche anno fa a La Spezia. Qui, auspice un **controllo della Guardia di Finanza**, si era pensato di imporre l'italiano cozze alle peschierie della provincia di Levante. Ci fu una vera e propria insurrezione popolare e un ricorso ai puristi della "Dante Alighieri". Un'autentica alzata di scudi in favore della tradizione, capitana da un tenace pensionato ligure: **Riccardo Falcone**.

Sulla questione è intervenuta anche l'[Accademia della Crusca](#), **propendendo per la dicitura cozze**, anche se in Europa la pensano in modo diverso. Non si dice forse "mussel" in inglese e olandese, in tedesco "muschel", in portoghese "mexil" e in francese "moule"?

La contesa sui muscoli ripieni

La **ricetta dei muscoli ripieni**, tra le più celebri praticate, è contesa agli spezzini dalla vicina Viareggio che rivendica una preparazione simile ma "più ricca". Tuttavia quella dei muscoli ripieni offre due autentiche, e inusuali, "chicche": la **presenza della mortadella e del formaggio grana grattugiato**.



Un piatto di muscoli ripieni (Foto © Marco Benvenuto).

Alcune ricette da provare

Ed ecco il lato più succulento dal quale osservare i nostri muscoli. Vediamo, infatti, alcune ricette. Talune innovative, altre strettamente legate alla tradizione.

I muscoli alla marinara di Nino Bergese

Li cucinava anche lui, *“Il cuoco dei re, il re dei cuochi”*. Bistellato a Genova con il suo *“La Santa”* che dal Dopoguerra agli anni Settanta ospitò tutto il jet set italiano nel suo locale nei carrugi all’ombra della Lanterna. Si vocifera che dalle sue parti sia passata anche una Grace Kelly in rigoroso incognito.

Olio, vino bianco, prezzemolo e aglio. Tutto come da tradizione. Solo che poi nel suo libro *“Mangiare da re”* consiglia di *«Bagnare con l’acqua di cottura tenuta in serbo e il vino e poi salare. Dopo 2 minuti togliere dal fuoco. Aggiustare i muscoli a margherita su un grande piatto di portata rotondo, cospargerli con il sugo di cottura: servirli immediatamente»*.

Muscoli fritti

Eccellente antipasto sono i **muscoli fritti**. Ricetta semplicissima che consiste nel passare i muscoli carnosì nell’uovo, impanarli e friggerli: deliziosi.



Muscoli fritti.

Muscoli e funghi al forno

Dalla cucina del Levante ligure arrivano alcune **curiosità nel modo di cucinare i muscoli**. Come nel caso dei **muscoli e funghi al forno** con l’abbinata molluschi-miceti a riempire le singole valve contenenti il muscolo. Il tutto, poi, passato al forno.

Muscoli in abbinata con gli zucchini

Nel caso li volessimo preparare in **abbinata con le cucurbitacee**, possiamo proporli sia nella versione "in rosso", sia in quella senza pomodoro.

Due versioni di muscoli ripieni

La prima è definita "alla genovese" e prevede la carne di vitello nel ripieno mentre nella seconda c'è la **mortadella**. Di sicuro effetto è l'**intingolo di muscoli e patate** dove i frutti carnosì vengono versati sopra un letto di patate tagliate a rondelle e, precedentemente, passate in forno.



Muscoli ripieni con la mortadella (Foto © Marco Benvenuto).

Particolarità di tutte queste ricette è l'**uso dell'acqua di governo rilasciata dai muscoli**. Opportunamente filtrata, trova spazio per amalgamare le varie preparazioni. Risotti, zuppe, sughi, alla griglia e al forno. Da non dimenticare la frittata e le frittelle di muscoli.

Anche queste sono tutte preparazioni previste dalla Liguria che va in tavola mostrando i...muscoli.