

Salsa di noci e pansoti: gli eterni innamorati del Levante ligure

written by Marco Benvenuto | 18/11/2021



Si accompagna anche alla trofie di castagne o ai corzetti ma l'accoppiata più tradizionale della crema di noci è con i tortelli "con la pancia". Curiosità e ricette di un antico condimento ligure

Pansoti e salsa di noci, ma potreste rovesciare l'equazione senza che il risultato cambi di una virgola. In **Liguria**, nel Levante ligure patria di queste due prelibatezze, non potrebbero mai pensarle una orfana dell'altra anche se poi, le derive del gusto consentono anche altri tipi di abbinamento.

Iniziamo con il dire che **la salsa di noci non è il "sugo di noci"** come ogni tanto si sente dire. Si tratta di una **preparazione a freddo** e, come tale, va annoverata tra le salse. Si accompagna tradizionalmente ai pansoti, ma anche alla trofie di castagne o ai [corzetti del Levante](#).

Salsa di noci: al mortaio ma anche al frullino

La salsa di noci andrebbe realizzata, come il pesto del resto, al mortaio ma ormai l'epoca del frullino sembra aver preso il sopravvento. Indubbiamente il [pesto genovese](#) è una salsa molto meno antica della crema di noci, tuttavia l'oro verde della Superba ha strappato molte posizioni alla nostra, che si è vista rubare le luci della ribalta.

I due condimenti hanno un parente in comune, che sono le **salse agliate**, ed entrambi sono uniti anche dalla presenza dei pinoli, che arriveranno cronologicamente ultimi per il pesto.

Più antica del pesto

Sulla sua storicità occorre pensare che le noci arrivarono in Italia un millennio fa, provenienti dalla Persia attraverso i Balcani e proprio nella cucina persiana si trovano salse simili. Tuttavia, la Liguria nel suo entroterra vanta la presenza di molti alberi di noci e non è peregrino ritenere che le donne liguri possano aver tratto proprio spunto da questo fatto. La base della salsa, ovviamente, sono le noci e qui comincia la prima vera difficoltà che riguarda la sua realizzazione.

La "ricetta" della salsa di noci e le sue varianti

La ricetta e gli usi comuni prevedono che il gheriglio della noce venga privato di gran parte della pelle per evitare che il suo amaro disturbi la delicatezza della salsa. Non è neppure un caso che, per favorire l'amalgama del composto, venga anche usata la [prescinseua](#), la tradizionale cagliata ligure, che contrasta l'amaro delle noci.

Come sempre accade, anche **della salsa di noci non esiste "la ricetta"** ma tante interpretazioni che prendono spunto da usi famigliari o legati al territorio. Se la fantasia e la voglia di sperimentare vi sostengono, potrete anche aggiungere varianti come maggiorana, finocchietto, menta, prezzemolo e, ovviamente, formaggio grana.

Pansoti, la pasta panciuta

I pansoti sono la pasta che tradizionalmente si accompagna alla salsa di noci. Detti anche pansotti in qualche forzatura dialettale, prendono il nome dalla loro forma "panciuta".

La tradizione vuole che questi tortelli siano rigorosamente eseguiti a mano, partendo da un quadrato di pasta su cui viene versato il ripieno a sua volta realizzato utilizzando il caratteristico [Preboggion](#), un bouquet piuttosto nutrito di erbe spontanee.

Già nel 1931, la **Guida Gastronomica d'Italia del Touring Club** indica i "*pansoti cu a salsa de nuge*" come un prodotto tipico della cittadina di Rapallo.

Di seguito, proviamo a darvi una ricetta dei Pansoti (pansotti o pansotti au preboggion) di magro.